

## [펫칼럼]박보연 동물행동심리전문가의 반려동물행동학(3)…반려견의 '분리불안 짖음'

김담희 기자 / 기사승인 : 2017-07-04 16:29:14

"분리불안 짖음, 반복훈련 통해 보호자가 돌아옴 인지시켜야"



분리불안으로 개가 짖는다면 반복 훈련으로 주인이 사라지지 않는다는 것을 인식시켜주는 것이 중요하다.  
사진은 기사와 무관.[사진 = ©GettyImagesBank이매진스]

지난 시간 반려견의 짖음의 이유 중 영역 보호에 대한 짖음을 어떻게 해결해야 할지 배웠다면 오늘은 분리불안 때문에 짖는 것에 대해 알아보고자 한다.

먼저 '분리불안'이란, 애착 대상으로부터 분리되거나 분리될 것으로 예상할 때 불안함을 크게 느끼는 증상을 말한다.

분리불안의 경우 다른 잘못된 학습으로부터 발생한 2차 문제행동보다 위험하다. 분리불안을 겪는 개들은 불안함을 벗어나기 위해 파괴, 구토, 식욕 상실, 짖음 등을 통해 표현한다.

그중에서도 짖음 행동의 경우 보호자가 일상생활 중 제약을 받게 된다. 불안해서 시작된 짖음은 외로워지거나 화가 날 수록 짖음이 심해져 악순환이 계속된다.

분리불안 교육에 앞서 원인을 정확하게 파악해야 한다. 분리불안과 고립 장애, 스트레스 반응을 심리적인 요인이 크기 때문에 원인을 혼동할 위험이 있어 좀 더 구체적으로 원인을 파악하고, 증상을 체크해야 올바른 교육을 진행할 수 있다. 잘못된 원인파악은 문제행동을 심화할 위험이 있으므로 전문가의 도움을 받는 것이 좋다.

분리불안으로 인한 짖음이 확실하다면 어떻게 문제행동을 바로잡을 수 있을까? 분리불안의 원인은 보호자의 잘못된 행동이 원인이 되는 경우가 80% 이상이다. 그렇기 때문에 보호자 스스로가 원인 제공자라고 생각하고 행동습관에 대해 먼저 변화해야 한다.

교육의 첫 시작은 같이 있는 공간에서 멀리 떨어지는 연습을 하는 것이다. 침대, 소파, 거실 등에서 한 걸음 떨어지는 것부터 시작한다. 한 걸음 물러섰을 때 반려견이 잘 기다린다면 그다음부터 두 걸음, 세 걸음 거리를 점점 늘려간다. 아이가 기다렸을 때마다 가장 좋아하는 것으로 보상해줘야 한다.

같은 공간에서 멀어지는 것이 익숙해졌다면 공간을 분리하는 연습을 하자. 안방, 작은방, 베란다 등 집에 있는 모든 공간을 활용한다. 보호자 혼자 방으로 들어간 뒤 문을 닫고 바로 열어서 확인을 시켜준다. 짧은 시간이기 때문에 아이는 불안함을 느끼지 못하면서 보호자가 다시 나타남으로서 짖지 않은 행동에 대한 칭찬이 된다. 마지막으로는 현관에서 드나들며 같은 방법으로 교육을 진행하면 된다.

문을 닫은 후 바로 열어서 확인 해주는 교육이 끝나면 공간을 분리하는 시간을 늘리는 과정이 필요하다. 1초에서 시작한 교육이 1분, 10분, 30분 반복적으로 교육해 반려견이 견주가 문밖으로 사라지는 것이 아닌 다시 돌아온다는 확신을 갖게 되면 안정을 찾게 된다.

교육 시 주의해야 할 점이 있다면 외출할 때와 똑같은 상황을 재현해야 교육 효과가 나타난다. 가정에서 자란 아이들은 시각적인 변별 능력이 유난히 뛰어나다. 그러므로 보호자가 외출 시 착용하는 복장과 소지품 등이 마지막 교육 과정에서 사용돼야 한다. 반려견은 외출할 때 보호자의 복장과 소지품 등을 보고 보호자가 사라지는 신호로 보고 불안감을 느끼기 때문이다.

그렇기 때문에 이러한 신호에도 보호자가 사라지는 것이 아니라 다시 돌아온다는 확신을 줘야하므로 외출 복장으로 위와 같은 반복 훈련을 재연해 그 신호를 바꿔준다.

'분리불안에서 오는 짖음' 또한 여러 문제행동과 마찬가지로 반려견이 원해서 하는 행동이 아닌 사람이 제공한 과잉보호에서 온 문제라고 생각한다. 울부짖음으로 인한 소음과 민원 걱정에 앞서 내가 원인 제공한 문제 행동을 노력으로 풀어나갔으면 하는 바람이다.

글·클리커트레이닝 위드 박보연 대표, 편집·김담희 기자



클리커트레이닝 전문기관 위드 박보연 대표 [사진 = 위드]

◆박보연 대표 프로필

- 클리커트레이닝 전문기관 (주)위드 대표
- 한국애견교육기관 대표

[저작권자© 이슈타임통신. 무단전재-재배포 금지]