



## L'ANXIÉTÉ CHEZ LE CHAT : SAVOIR LA RECONNAÎTRE ET LA TRAITER

Par Dre Isabelle Bazin, D.M.V., résidente au Service de médecine du comportement et Dre Marion Desmarchelier, D.M.V., dipl. ACZM, dipl. ACVB, professeure adjointe en médecine du comportement

### Qu'est ce que l'anxiété ?

L'anxiété se définit comme l'anticipation d'un danger réel ou imaginaire.

Voici quelques signes d'anxiété chez le chat :

- Comportements défensifs: immobilité, évitement, retrait, fuite, **agression**
- Vocalisations, recherche de contact continu avec une personne donnée
- Posture basse, queue basse, oreilles tirées vers l'arrière, bâillements, léchage des babines
- Vigilance augmentée: surveillance constante, sursauts, incapacité de relaxer
- Activité motrice constante (va et vient)
- Changement dans la routine d'alimentation ou des habitudes de sommeil
- **Malpropreté**: miction/défécation dans des endroits inappropriés
- Destruction d'objets
- Signes digestifs: vomissements, diarrhée

Lors de situations stressantes, il est possible que toute l'attention de votre chat soit utilisée afin de tenter de gérer cette situation. Il semblera donc ne pas vous entendre. On qualifie cet état d'esprit de «mode urgence».



### Les conflits entre les chats d'une même famille

L'anxiété chez le chat peut souvent se présenter sous forme d'agression entre les chats d'une même maison ainsi que d'éliminations hors de la litière. Plus le nombre de chats est élevé, plus la problématique peut s'avérer complexe. La visualisation de vidéos des interactions entre les chats est nécessaire afin de confirmer qui est réellement l'agresseur et la victime à l'aide de leur langage corporel. Alors que les menaces actives sont souvent évidentes à observer, les menaces silencieuses sont plus subtiles et peuvent être trompeuses. Le traitement de l'agression intraspécifique dépendra de la sévérité de la situation.

### Modification de l'environnement du chat anxieux

L'enrichissement de l'environnement du chat anxieux est très important afin de le stimuler physiquement et mentalement. De plus, fournir des espaces où il peut se retirer lorsqu'il en sent le besoin est très rassurant. Dans le cadre de conflits entre chats, la séparation temporaire est parfois nécessaire.

### Pourquoi un chat peut-il avoir besoin de médication ?

Afin de parvenir à apprendre de nouveaux comportements à votre chat et pour pouvoir l'aider à diminuer son anxiété, il faut d'abord s'assurer qu'il est en mesure de recevoir de l'information quand des personnes ou d'autres animaux essaient d'entrer en contact avec lui. Dans certains cas, une médication peut être nécessaire afin de le rendre plus réceptif.

Ainsi, la médication peut aider à ce que votre chat soit plus apte à apprendre et à relaxer, mais la thérapie comportementale est essentielle à la bonne communication entre vous et votre compagnon ainsi que son apprentissage de nouveaux comportements.



## L'ANXIÉTÉ CHEZ LE CHAT : SAVOIR LA RECONNAITRE LA TRAITER (SUITE)

### Qu'est ce que la thérapie comportementale?

L'objectif de la thérapie comportementale est d'enseigner des exercices simples à votre chat en dehors des situations problématiques, comme de vous regarder et de venir vers vous sur commande. Ces exercices vous permettent éventuellement d'interrompre les comportements indésirables en demandant les comportements que vous souhaitez et que votre chat connaît bien. Cela pourra servir à interrompre un épisode d'agression entre 2 chats par exemple.

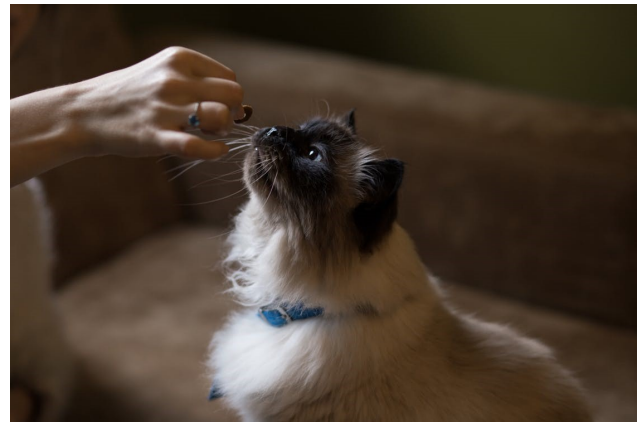
La thérapie comportementale inclut de travailler avec des friandises. Il sera bon d'évaluer quelles friandises sont les plus motivantes. On pourra garder les friandises extraordinaires pour les situations plus difficiles.

Dans le cadre de conflits entre chats, il pourrait être conseillé de donner des friandises en présence des chats victimes et de l'agresseur (contre-conditionnement) ainsi que de faire une désensibilisation graduelle afin d'améliorer leur relation.

### Que faire en cas de comportement indésirable?

Lors des comportements indésirables, essayez d'interrompre le comportement de votre chat le plus tôt possible en l'appelant par son nom et en lui demandant de venir vers vous en restant aussi calme que possible. Récompensez le et demandez lui de faire un tour ou un autre comportement que vous jugez approprié.

Il est préférable d'appeler votre chat par son nom et de l'attirer à un endroit avec des friandises plutôt que de le retirer manuellement d'une situation problématique.



### L'usage du mot « non »

Une petite fille de 3 ans est allée à la plage avec son père. Au retour elle vide le sable dans un soulier sur le tapis du salon. Son père dit non. Elle monte à sa chambre et vide le sable de son deuxième soulier sur le tapis de sa chambre. Elle avait compris ce qu'elle ne devait pas faire (vider le sable sur le tapis du salon) mais elle ne savait toujours pas ce qu'elle devait faire... Nous faisons la même erreur avec nos animaux lorsque nous leur disons « non » et que nous oublions par la suite de leur dire ce que nous voulons.

Le mot « non » peut être utilisé pour interrompre un comportement, mais il doit toujours être suivi d'une demande (viens, assis, reste) sur un ton calme et d'une récompense lorsqu'il s'exécute. Il est essentiel de toujours lui communiquer le comportement que l'on souhaite. Des directives claires vont diminuer l'imprévisibilité. La prévisibilité diminue l'anxiété.

---

**Hôpital des animaux de compagnie**  
**Centre hospitalier universitaire vétérinaire**

Téléphone: (450) 778-8111  
[www.chuv.umontreal.ca](http://www.chuv.umontreal.ca)