A close-up photograph of a cat's face, focusing on its eyes and fur. The cat has light-colored fur and striking yellow-green eyes. A white, rounded rectangular text box is centered over the image, containing the title and subtitle in bold black text. The background is a dark, textured fabric.

# **LES 8 ERREURS QUI RENDENT TON CHAT MAL DANS SES PATTES**

---

**ET COMMENT LES ÉVITER**

**MAËLYS CHAVET**

Tu adores ton chat et tu veux son bonheur. Pourtant, sans t'en rendre compte, tu commets peut-être certains gestes ou habitudes qui peuvent le stresser, l'angoisser, voire abîmer votre relation.

Rassure-toi : tu n'es pas seul(e). Ces erreurs sont très fréquentes et presque tous les humains de chats les font un jour ou l'autre.

👉 Je vais te montrer **les 8 erreurs les plus courantes** et, surtout, comment les éviter facilement.

Le but ? Que ton chat se sente apaisé, compris et heureux et que ta relation avec lui devienne encore plus complice.

## QUI JE SUIS ?



Je m'appelle Maëlys Chavet, je suis comportementaliste félin diplômée et fondatrice d'Expert du Chat.

Depuis des années, j'aide des centaines d'humains à mieux comprendre leurs chats, à résoudre des comportements gênants (pipi hors bac, griffades, agressivité, anxiété...), et à créer une relation harmonieuse avec eux.

Avec mon compagnon, Monsieur Moustache, je vis au quotidien ce que je transmets ici : une vie riche en ronrons, en jeux, et en compréhension mutuelle.

Tout ce que tu trouveras ici est basé :

- sur mes connaissances de terrain (des centaines de cas accompagnés),
- sur des références scientifiques fiables,
- et sur une approche profondément respectueuse de l'animal.



# SOMMAIRE

*#01*

## Rationner la nourriture

Pourquoi les repas à heures fixes stressent ton chat.

p. 4

*#02*

## Imposer des câlins

Respecter son consentement pour renforcer la confiance.

p. 7

*#03*

## Punir un comportement

Pourquoi crier ou punir ne marche jamais avec un chat.

p. 9

*#04*

## Un environnement mal adapté

Litière, enrichissement, cachettes et verticalité : les bases d'un cadre de vie serein.

p. 11

*#05*

## Forcer la cohabitation avec un autre animal

Comment réussir les présentations sans stress.

p. 13

*#06*

## Ignorer les signaux de communication

Décoder son langage corporel pour éviter les conflits.

p. 15

*#07*

## Changer brutalement ses habitudes

Pourquoi la stabilité est essentielle pour son bien-être.

p. 17

*#08*

## Le réveiller ou le déranger pendant son sommeil

Respecter ses cycles de repos pour un chat équilibré.

p. 19

## 🤔 Pourquoi c'est un problème ?

Dans la nature, le chat chasse de petites proies qu'il mange tout au long de la journée. Résultat : il fait entre 15 et 20 petits repas par jour.

Quand on impose des repas à heure fixe (matin et soir seulement par exemple), on le contraint donc à un rythme qui n'est pas le sien et cela provoque plusieurs effets négatifs :

- **Stress et anxiété** → il se met à attendre son repas, obsédé par l'heure de la gamelle.
- **Boulimie** → au moment du repas, il se jette sur la nourriture par peur de manquer.
- **Obésité et troubles digestifs** → parce qu'il mange trop vite et en trop grande quantité d'un coup.
- **Agressivité alimentaire** → certains chats deviennent irritables, défendent leur gamelle ou cherchent à voler la nourriture, simplement parce qu'ils vivent en insécurité alimentaire.

👉 À long terme, ce stress alimentaire peut donc impacter son bien-être général, son poids et donc son espérance de vie.

## 🔍 Les signes que ton chat subit ce problème

- Il miaule ou quémande bruyamment avant les repas.
- Il se jette sur sa gamelle et mange très vite.
- Il vomit parfois après avoir englouti sa nourriture trop rapidement.
- Il devient obsédé par la nourriture (fouille dans les placards, vole à table).
- Il devient irritable voire agressif.

## ✔ Comment éviter cette erreur ?

### ☞ **Opte pour le libre-service (mais mesuré !)**

Le chat gère naturellement ses repas s'il n'a pas de problème particulier (stress, boulimie, obésité). Mais libre-service ne veut pas dire "à volonté" : il faut calculer la quantité journalière adaptée à son poids, son âge et son activité, puis la mettre à disposition dans la journée.

### ☞ **Ralentis l'ingestion avec des gamelles ludiques**

Si ton chat a tendance à engloutir, propose des gamelles anti-glouton ou des distributeurs ludiques. Cela stimule son instinct de chasse, ralentit l'ingestion et l'occupe mentalement.

### ☞ **Choisis une alimentation adaptée et équilibrée**

Privilégie une nourriture riche en protéines animales, pauvre en glucides et de bonne qualité pour qu'il soit bien rassasié.

Idéalement, intègre au moins 50 % de pâtée dans sa ration : plus hydratante (70-80 % d'eau), moins calorique et souvent plus rassasiante que les croquettes.

*Exemple : des croquettes mesurées en libre-service + de la nourriture humide matin, midi et soir, le tout ajusté à sa ration journalière selon son poids, son âge et son activité.*

💡 **Astuce : si tu doutes des quantités exactes, demande conseil à ton vétérinaire.**

## 🐾 Et comment réhabituer ton chat au libre-service s'il est boulimique ?



### **Vérifie d'abord les causes médicales**

La boulimie n'est pas toujours seulement comportementale : elle peut être liée à une pathologie (hyperthyroïdie, diabète, troubles digestifs, etc.).

☞ Avant de changer quoique ce soit, consulte ton vétérinaire pour écarter toute cause médicale.

2

### **Fractionne la ration journalière**

Calcule la quantité adaptée à son poids et son âge, puis divise-la en 5–6 mini-portions réparties dans la journée. Ça limite les grosses fringales et rassure ton chat.

3

### **Introduis progressivement le libre-service**

Commence par mettre une petite partie (10–20 %) de la ration en libre-service, et donne le reste en repas fractionnés. Puis augmente doucement cette part chaque semaine, pour lui réapprendre que la nourriture ne disparaît pas.

4

### **Utilise des gamelles interactives**

Gamelles anti-glouton, distributeurs ludiques, tapis de léchage... Ça ralentit la prise alimentaire et canalise son énergie !

5

### **Sécurise l'environnement alimentaire**

Place plusieurs gamelles dans la maison, dans des zones calmes et accessibles. Un chat rassuré sur l'accès à sa nourriture a moins tendance à se jeter dessus.

6

### **Ajoute plus d'humide**

Propose au moins 50 % de la ration en pâtée. Plus hydratante, moins calorique, plus rassasiant → parfaite pour les chats boulimiques.

7

### **Sois patient**

Réhabituer un chat boulimique à un rythme physiologique peut prendre plusieurs semaines, chaque chat est unique. Ton vétérinaire pourra également t'aider à adapter les quantités, le type d'aliment et la transition pour ton chat en particulier.

# IMPOSER DES CÂLINS QUAND IL N'EN VEUT PAS

## 🤔 Pourquoi c'est un problème ?

Les chats sont maîtres de leurs interactions. Ils n'aiment pas toujours être sollicités et encore moins être forcés.

Quand on les prend dans les bras ou qu'on les caresse alors qu'ils ne sont pas demandeurs :

- Ils se sentent **envahis** dans leur espace personnel.
- Cela crée **du stress et de la méfiance** vis-à-vis de l'humain.
- Ils peuvent réagir par de **l'agacement**, voire de **l'agressivité** (morsure ou coup de patte).

👉 À force, le chat peut associer les câlins à une contrainte et éviter de venir vers toi, ce qui détériore la relation.

## 🔍 Les signes que ton chat n'est pas d'accord

- Il tourne la tête ou se détourne de ta main.
- Ses oreilles se couchent en arrière.
- Il déglutit plusieurs fois
- Il arrête de ronronner
- Sa queue fouette de gauche à droite.
- Il feule, gronde ou te mordille pour dire "stop".
- Il s'éloigne ou se cache après une interaction forcée.

Beaucoup d'humains pensent que ce sont de "mauvaises réactions", alors que ce sont juste des signaux clairs de communication.

## ✓ Comment éviter cette erreur ?

### 👉 Laisse-le décider

Le secret d'un chat heureux : respecter son consentement. Ce n'est seulement pas toi qui décides du moment du câlin, c'est lui aussi.

Pour vérifier son envie, tends simplement ta main vers lui :

- S'il se rapproche et se frotte contre ta main, c'est qu'il accepte l'interaction.
- S'il s'éloigne, respecte son choix et réessaie plus tard.

### 👉 Observe ses signaux d'appels

Un chat qui veut interagir vient de lui-même :

- Il se frotte à toi.
- Il ronronne
- Il relève sa queue en point d'interrogation.

### 👉 Privilégie les zones qu'il aime

La plupart des chats apprécient les caresses sous le menton, derrière les oreilles et à la base de la queue. Évite le ventre ou les pattes, sauf s'il l'accepte.

### 👉 Moins c'est plus

Un câlin court et respectueux vaut mieux qu'une séance forcée. Tu renforces ainsi la confiance et le plaisir partagé.

**💡 Astuce : si ton chat vient à toi mais s'en va au bout de 30 secondes, ne le retiens pas. Le laisser partir quand il veut lui donne confiance, et paradoxalement... il reviendra plus souvent !**

### 🤔 Pourquoi c'est un problème ?

Il peut nous arriver de réagir instinctivement quand notre chat fait une "bêtise" : crier ou taper sur le bout du nez, utiliser un spray d'eau ou encore l'enfermer pour le "punir".

Le souci, c'est que le chat ne fonctionne pas comme nous : il ne fait pas le lien entre "son comportement" et "la punition". Pour lui :

- C'est **incompréhensible** → un chat n'a pas la notion de "bêtise". Quand il urine hors de son bac, griffe ou mordille, il exprime simplement un besoin naturel ou un malaise (stress, ennui, douleur, besoin territorial). Pour lui, la punition n'a donc aucun sens.
- C'est **anxiogène** → il t'associe à une menace. Et un chat stressé peut développer de l'agressivité défensive : morsures, coups de griffes... non pas par méchanceté, mais par peur.
- C'est **contre-productif** → la punition ne règle rien. Il va continuer, mais en cachette : pipi hors bac quand tu n'es pas là, griffades en cachette.

👉 Résultat : la punition ne règle jamais le problème. Au contraire, elle détruit la confiance et aggrave le mal-être.

### 🔍 Les signes que ton chat vit mal une punition

- Il fuit ou se cache dès que tu hausses le ton.
- Il devient méfiant et évite le contact.
- Il continue son comportement mais en ton absence.
- Il montre des signaux d'anxiété (toilettage excessif, marquage urinaire, agressivité etc).

## ✓ Comment éviter cette erreur ?

### ☞ Cherche la cause du comportement

Un chat ne fait jamais “exprès” de mal se comporter. Il exprime un besoin non comblé (ennui, stress, douleur, environnement mal adapté).

Exemples :

- Pipi hors bac = litière sale, problème de santé ou stress
- Griffades = besoin naturel d’entretenir ses griffes et marquer son territoire
- Mord tes chevilles = besoin de stimulations, de jeu, de chasse

### ☞ Propose une alternative

Au lieu d’interdire, redirige :

- Griffes le canapé ? → mets un griffoir près du canapé et récompense quand il l’utilise.
- Monte sur la table ? → offre un arbre à chat ou une étagère à côté, pour répondre à son besoin de hauteur.

### ☞ Renforce le positif

Valorise les bons comportements avec des récompenses : friandises, caresses, jeux. Le chat associe alors le bon choix à une conséquence agréable.

### ☞ Adapte ton environnement

La clé n’est pas de “corriger ton chat” mais de rendre l’environnement compatible avec ses besoins naturels.

💡 **Astuce : si ton chat a un comportement récurrent qui te dépasse (pipi, agressivité, griffades excessives), tu peux découvrir toutes mes ressources ici** 📌

VOIR LES RESSOURCES



## Pourquoi c'est un problème ?

Le chat est un animal attaché à son territoire et très sensible à son environnement. Un cadre de vie mal pensé est une source de stress permanente qui peut entraîner :

- Des **comportements indésirables** (comme des pipis hors bac si la litière est mal placée, sale ou insuffisante par exemple).
- **Ennui et frustration** si l'espace n'offre pas de stimulations.
- Sentiment **d'insécurité** si le chat ne trouve ni cachettes ni hauteurs pour observer.

➡ Résultat : comportements gênants (**griffades, pipis, miaulements excessifs, destructions, attaques etc**) et mal-être général.

## Les erreurs fréquentes

- Litière mal adaptée : trop peu de bacs, mauvais emplacement (près du bruit, de la machine à laver, du coin repas), nettoyage irrégulier.
- Manque d'enrichissement : pas assez de jouets, pas de griffoirs, aucune activité qui stimule son instinct de chasseur ou de grimpeur.
- Absence d'espaces sécurisants : pas de hauteur pour observer, pas de cachettes pour se reposer et se sentir à l'abri.

## ✓ Comment éviter cette erreur ?

### ☞ La litière

- Compte 1 bac par chat + 1 supplémentaire.
- Place-les dans des zones calmes, loin de la nourriture et de l'eau.
- Retire les déjections tous les jours : les chats sont très propres et refusent une litière sale.
- Propose un bac adapté à la taille de ton chat (il doit pouvoir tenir entièrement dedans) et ouvert

### ☞ L'enrichissement

- Propose plusieurs griffoirs (horizontaux, verticaux) pour répondre à ce besoin vital.
- Varie les jeux : plumeaux, balles, distributeurs de friandises, gamelles ludiques, etc et tourne régulièrement entre ses jouets pour maintenir son intérêt et éviter qu'il ne se lasse.
- Joue chaque jour avec ton chat : quelques minutes d'interaction renforcent votre lien et lui permettent d'exprimer son instinct de chasseur (poursuivre, bondir, attraper).

### ☞ La verticalité et les cachettes

- Installe un arbre à chat ou des étagères murales pour qu'il puisse observer en hauteur.
- Aménage des cachettes douillettes (plaid, cartons, tunnels) où il peut se sentir invisible et en sécurité.

💡 **Astuce : enrichir l'environnement n'a pas besoin de coûter cher : un simple carton, des jeux fabriqués toi-même ou une étagère fixée au mur peuvent suffire à transformer le bien-être de ton chat !**

### Pourquoi c'est un problème ?

Le chat est un animal attaché à son territoire : son environnement est son repère, son cocon de sécurité. Et quand on lui impose soudainement un autre chat ou un chien, il vit ça comme une intrusion.

Conséquences fréquentes :

- **Stress** intense → il se cache, mange moins, fait pipi hors bac.
- **Tensions** et bagarres → morsures, griffades, poursuites.
- **Marquage urinaire** → pour réaffirmer son territoire.
- **Relation abîmée** → il peut devenir distant ou agressif, même envers toi.

### Les signes d'une cohabitation ratée

- Feulements, grognements, postures d'intimidation.
- Pourchasses ou bagarres réelles.
- Chat qui reste caché en permanence.
- Pipi ou griffades inhabituelles pour marquer son territoire.

## ✓ Comment éviter cette erreur ?

### 👉 Introduction progressive

- Commence par isoler le nouvel arrivant dans une pièce séparée, avec tout son nécessaire (litière, gamelles, couchage).
- Laisse-les sentir l'odeur de l'autre (par des tissus, échanges de couvertures) avant tout contact visuel.
- Contacts visuels : laisse-les s'observer par une porte entrebâillée, une barrière ou une vitre, seulement quelques fois par jour, pendant de courtes périodes.
- Rencontres encadrées : brèves, calmes et sous surveillance, toujours associées à du positif (friandises, jeu, attention).

Très important : ne passe à l'étape suivante que lorsque les deux animaux sont détendus (pas de feulements ni de grognements, postures relâchées).

### 👉 Renforcement positif

Associe la présence de l'autre à des choses agréables : friandises, jeu, moments d'attention.

### 👉 Respecte le rythme de chacun

Certains chats s'adaptent en quelques jours, d'autres mettent des semaines ou des mois. Ne brusque pas la cohabitation : c'est le meilleur moyen de la rater.

💡 **Astuce : une cohabitation bien menée ne crée pas forcément une amitié fusionnelle, mais au minimum une cohabitation apaisée. Et si les tensions persistent malgré une bonne introduction, n'hésite pas à consulter !**

## 🤔 Pourquoi c'est un problème ?

Le chat communique en permanence avec nous, mais souvent de manière subtile. Oreilles, queue, posture, regards : tout son langage corporel est là pour dire s'il est à l'aise ou non.

Quand ses signaux sont ignorés, il se sent :

- **Incompris** → il perd confiance dans sa capacité à se faire entendre.
- **Frustré et stressé** → son malaise augmente, car son message n'est pas respecté.

👉 En résumé : ignorer ses signaux, c'est nier son langage, donc fragiliser votre relation.

## 🔍 Les signaux d'inconfort les plus fréquents

- Oreilles en arrière ou couchées.
- Queue qui fouette de gauche à droite.
- "Frissons" le long de son dos.
- Feulement, grognement, coup de patte, morsure.
- Fuite ou cachette après une interaction.
- Déglutition répétée : signe discret de stress ou d'irritation.

Ces signaux ne sont pas des "caprices" : ce sont de véritables avertissements qu'il faut apprendre à décoder !

## ✓ Comment éviter cette erreur ?

### 👉 Apprends à lire son langage

Prête attention à sa posture et à ses mimiques. Un chat parle avant d'agir : ses signaux précèdent toujours une morsure ou une griffade.

### 👉 Respecte son "non"

Si ton chat se détourne, fouette de la queue ou s'éloigne, arrête immédiatement l'interaction. En respectant ses limites, tu renforces sa confiance.

### 👉 Valorise ses signaux positifs

Ronronnements, frottements, queue en point d'interrogation → ce sont ses invitations. Réponds-y, mais toujours à son rythme.

### 👉 Offre-lui des alternatives

Si un comportement revient souvent (ex. : mordre les mains pendant le jeu), propose un jouet adapté comme l'utilisation d'une canne à pêche au lieu de punir.

💡 **Astuce : Un chat qui mord ou griffe lors d'une interaction n'est pas "méchant". C'est juste qu'il a été ignoré trop longtemps et qu'il n'a plus d'autre moyen de se faire comprendre.**

**Dans mon livre, je t'aide à décoder ce langage félin pas à pas, pour que tu ne rates plus jamais ses signaux.**

VOIR LE LIVRE



## 🤔 Pourquoi c'est un problème ?

Le chat est un animal de routine : il aime la stabilité et les repères fixes (les changements, très peu pour lui !). Quand son quotidien est bouleversé sans préparation (déménagement, nouvel emploi du temps, arrivée d'un bébé ou d'un animal...), cela peut créer un stress intense.

Conséquences possibles :

- **Perte d'appétit ou boulimie.**
- **Pipi hors bac, toilettage excessif**, etc... pour exprimer son mal-être ou réaffirmer son territoire.
- **Hypervigilance** (chat qui sursaute au moindre bruit, se cache souvent).
- **Agressivité** ou **repli** : un chat insécurisé peut griffer/mordre, ou au contraire se couper de l'interaction.

👉 Un changement brutal est vécu comme une menace pour un chat, pas comme une évolution normale.

## 🔍 Les signes que ton chat subit mal un changement

- Il se cache plus que d'habitude ou dort plus que d'habitude.
- Il devient plus irritable ou distant.
- Il marque davantage (urine, griffades).
- Il mange moins ou plus vite qu'avant.
- Il toilette excessivement certaines zones de son corps (léchage compulsif).

## ✓ Comment éviter cette erreur ?

### 👉 Prépare les transitions

- Avant un déménagement : installe ses affaires (arbre à chat, litière, gamelles, jouets) en premier dans le nouveau logement pour lui donner des repères familiers.
- Avant l'arrivée d'un bébé ou d'un autre animal, fais découvrir ces nouveautés à ton chat en douceur : laisse-le sentir les objets (vêtements du bébé, jouets, couverture, panier du nouvel animal). Habitue-le petit à petit aux sons : pleurs de bébé enregistrés, bruits d'aboiement, etc., à faible volume au départ. Ainsi, le jour J, ce ne sera pas une "surprise totale" pour lui.

### 👉 Maintiens ses repères clés

Garde les mêmes horaires pour les repas, les moments de jeu et d'interaction. La régularité est sécurisante pour lui.

### 👉 Offre des refuges sécurisants

Installe des cachettes calmes et en hauteur pour qu'il puisse observer ou s'isoler à sa guise.

### 👉 Introduis les nouveautés progressivement

Tout changement (nouvel espace, nouvel emploi du temps, nouveaux meubles) doit être fait par petites étapes, pas du jour au lendemain.

💡 **Astuce : Certains chats sont de véritables éponges émotionnelles et vivent très mal les changements. Dans ce cas, tu peux les aider avec :**

- **Des phéromones apaisantes (diffuseur ou spray).**
- **Un environnement enrichi (plus de cachettes, de jeux, d'endroits en hauteur).**
- **Des routines renforcées (manger, jouer, dormir toujours aux mêmes horaires).**


## Pourquoi c'est un problème ?

Le chat dort en moyenne 12 à 16 heures par jour, parfois plus chez le chaton et le chat âgé. Mais ce n'est pas juste une "passion" : son sommeil est essentiel à son équilibre physique, cognitif et émotionnel. Si on le réveille ou le dérange régulièrement :

- Il accumule de la fatigue et peut devenir **irritable**.
- Son niveau de **stress** augmente, car il n'a pas de phases de repos profond.
- À long terme, un sommeil perturbé peut **affecter sa santé** (baisse d'immunité, troubles du comportement).

## Les signaux qu'un chat n'a pas un sommeil respecté

- Il se réveille en sursaut ou change souvent de position après une sollicitation extérieure.
- Il semble plus irritable ou moins tolérant aux interactions.
- Il semble sur le qui-vive lors de son repos.

 Attention : le fait qu'un chat change souvent de lieu de repos n'est pas un signe de malaise en soi. C'est un comportement normal : beaucoup de chats aiment alterner leurs spots de sieste selon la température, la luminosité ou simplement par préférence. Le problème, c'est quand ce changement est lié à un manque de tranquillité et que cela arrive en pleine sieste (ex. : bruit constant, sollicitations répétées etc) !

## ✓ Comment éviter cette erreur ?

### ☞ **Respecte ses phases de repos**

Ne le dérange pas volontairement, même s'il est (trop) mignon ou semble disponible.

### ☞ **Propose plusieurs couchages adaptés**

- Certains au calme, isolés du bruit et du passage.
- D'autres intégrés à la vie de famille (ex. : canapé, hamac près de toi), car certains chats aiment dormir près de leurs humains.

Ainsi, il pourra choisir selon ses besoins du moment (sécurité, proximité, observation).

### ☞ **Assure la sécurité de ses zones de repos**

Place les couchages dans des endroits où il ne risque pas d'être surpris ou manipulé sans prévenir (éviter par exemple de le soulever quand il dort profondément).

**💡 Astuce : Le sommeil du chat alterne entre sommeil léger (phase où il reste alerte) et sommeil profond/paradoxal (récupération physique et rêves). C'est dans ces phases profondes qu'il recharge vraiment ses batteries. En respectant son repos, tu contribues directement à son bien-être global et à une relation plus harmonieuse au quotidien.**

### **Bravo d'être allé(e) jusqu'au bout !**

En découvrant ces 8 erreurs, tu as déjà fait un pas énorme vers une relation plus sereine et plus complice avec ton chat 🥰

Souviens-toi : ton chat n'agit jamais par "caprice" ou par volonté de te contrarier. Il exprime simplement ses besoins, parfois de façon qui nous échappe. En comprenant mieux ses codes et en ajustant son quotidien, tu l'aides à se sentir apaisé, en confiance, et pleinement heureux à tes côtés.

Et maintenant ?

Tu as entre les mains des clés précieuses, mais ce n'est que le début !

### **Si tu veux aller plus loin :**

- Découvre **mes guides et formations** pour résoudre en profondeur les comportements gênants (pipi hors bac, anxiété, griffades...).
- Plonge dans **mon livre "Les secrets pour comprendre son chat et avoir une relation fusionnelle avec lui"**, qui regroupe des années d'expérience et de terrain.

**JE VEUX ALLER PLUS LOIN**





J'espère que cela t'a aidé à mieux comprendre ton chat, à éviter certaines erreurs courantes et à trouver des pistes concrètes pour améliorer son quotidien. Et rappelle-toi : avec un peu de patience, de respect et quelques ajustements simples, tu peux vraiment faire une grande différence dans son bien-être. Je te souhaite de merveilleux moments avec ton félin adoré !



Copyright 2025 par Maëlys Chavet  
Tous droits réservés