

Aan de slag met zijn gedrag

KIJK EENS NAAR JE HOND



Monique Bladder

Voorwoord	5
Kijk eens naar je hond (deel 1)	9
1.1. Doel van dit boek	10
1.2. Emoties van je hond	17
1.3. Communicatie van je hond	19
1.4. De rol van stress	39
1.5. Hoe leert je hond nu eigenlijk?	53
1.6. De zin en onzin van dominantie	65
Hoe ontstaat gedrag dat je niet wilt? (deel 2)	71
2.1. Niet meer te veranderen	73
2.2. Wat kun je wel veranderen?	79
Kenmerken van een scala ongewenst gedrag (deel 3)	99
3.1. Wat doet je hond eigenlijk?	100
3.2. Agressie: normaal maar ongewenst	100
3.3. Ander gedrag voortkomend uit angst	107
3.4. (Na)jagen van wild, vee, verkeer, andere honden of kinderen	118
3.5. Wat lokt emotie en gedrag uit?	120
3.6. Analyse van wat je hond doet	129
3.7. Honden met andere aandachtspunten	143
Aan de slag! (deel 4)	149
4.1. Stap 1: Veiligheid gaat boven alles	150
4.2. Stap 2: Leeg de stress-emmer	151
4.3. Stap 3: Bouwstenen naar verandering	157
4.4. Stap 4: Maak je plan van aanpak	168
4.5. Hoe vind je de juiste hulp?	194
Nawoord	196
Bijlages	197
Literatuurverwijzing	223

Deel 1

KIJK EENS NAAR JE HOND



Als je dit boek opengeslagen hebt, is er een redelijke kans dat je een hond hebt die niet alleen maar leuk is.

Dat je samen met jouw hond tegen dingen aanloopt in het dagelijkse leven. In professionele termen vertoont jouw hond misschien "probleemgedrag". Het is een woord dat veel begeleiders vervelend vinden. Ik ook overigens. Het drukt zo'n stempel op je hond lijkt het wel. Maar ja... het is wel wat het is. Je hond doet dingen die ongewenst zijn, om welke reden dan ook. Ze vormen dus een probleem voor jou. Maar – en dat wordt nog wel eens vergeten – het is waarschijnlijk ook een probleem voor jouw hond. Hoe dat zit, ga ik uitgebreid met je bespreken in dit boek. In dit deel stel ik je eerst een aantal begeleiders en hun honden voor. Ze laten je toe in hun dagelijks leven met hun hond met ongewenst gedrag en je leest wat ze bereikt hebben, wat ze daar voor hebben moeten doen én of ze nu de perfecte hond hebben. Verder vind je in dit deel vooral veel informatie die in mijn visie de basis is voor het samenleven met honden op een manier die niet alleen voor jou als begeleider maar ook voor je hond plezierig is. Lichaamstaal, stress, hoe je hond leert en de zin en onzin van dominantie komen onder meer aanbod.

1.1 Doel van dit boek

Dit boek is geschreven voor jou: begeleider van een hond die om welke reden dan ook soms moeite heeft met de wereld om zich heen, of met zichzelf. Het belangrijkste doel is dat je je hond na het dichtslaan van dit boek beter begrijpt. Dat je snapt waarom hij in sommige situaties iets doet waar je eigenlijk wel een beetje klaar mee bent. Want als je weet waarom hij iets doet, is het ook veel gemakkelijker om hem goed te begeleiden. Zodat jullie samen weer meer plezier gaan beleven. Ik spreek zo vaak mensen die zielsveel van hun hond houden. Maar ook erg veel verdriet hebben van hoe de hond zich in bepaalde situaties en op bepaalde momenten gedraagt. Soms 'alleen maar' omdat het vervelend is. Maar dat verdriet is er ook op geregelde basis omdat de hond een gevaar is voor zijn omgeving. Ik hoop dat dit boek en de tips en adviezen die ik je geef je hierin wat verder op het goede pad kunnen leiden.

Dan is daar nog de hond. En hoe hij zich voelt. Die vertelt me zijn verhaal natuurlijk niet verbaal. Maar uit alles wordt vaak duidelijk dat ook hij óók niet blij is. Hij voelt zich slecht. Op zijn minst alleen in bepaalde situaties, maar sommige honden voelen zich ronduit altijd slecht. Dat is dan niet omdat de begeleider niet goed voor ze zorgt of niet voldoende van ze houdt. Verre van eigenlijk; de meeste begeleiders die ik zie gaan voor hun hond door het vuur.

Maar de honden voelen zich simpelweg slecht door gebrek aan kennis, inzicht en begrip van de begeleider over waarom de hond doet wat hij doet. Dat is waar dit boek aan moet bijdragen. Ik wil graag dat je in dit boek dingen leest, die je nog niet wist. Maar die ervoor zorgen dat je je hond begrijpt. Zodat je dingen kunt doen. Of dingen kunt laten. Met als resultaat dat je hond blijer wordt. En niet te vergeten; dat jij ook blijer wordt. Als ik de vraag 'waarom doet ie dat?' voor je kan beantwoorden, kun je zelf beter aan de slag met je hond. Maar ik wil je één ding op het hart drukken: heb vooral niet de verwachting dat je alles wat er met je hond aan de hand is, kunt oplossen door alleen dit boek te lezen.

Grote taart

Om iets te kunnen veranderen voor jezelf en voor je hond, zul je ook daadwerkelijk aan de slag moeten. Ik kan je niet op voorhand beloven dat ik je daarvoor alle handreikingen kan doen in dit boek. Een emotie en het daaruit voortvloeiende gedrag veranderen is complex en eigenlijk maatwerk. Geen hond en geen begeleider zijn hetzelfde. Ook leerervaringen, leefomstandigheden en het verleden van de hond zullen altijd verschillen.

Ik raad je daarom ten zeerste aan om professionele hulp in te schakelen als je daadwerkelijk aan de slag wilt om het leven van je hond én dat van jezelf plezieriger te maken. Als je hond agressie vertoont of zijn dagelijks functioneren wordt negatief beïnvloed door het probleem dat hij heeft, vind ik eigenlijk dat je éérs een afspraak moet maken met een professional (hoe je die vindt, kun je lezen in het laatste deel. Ik juich het alleen maar toe als je daar nu eerst naar toe gaat). Daarna kun je verder lezen in dit boek, zodat je zelf ook goed beslagen ten ijs komt en je weet waar de gedragstherapeut over praat en in welke richting je moet denken.

Je gaat veel leren over de achtergronden van het gedrag van je hond, maar daarnaast ga ik je ook tips geven die je in de dagelijkse praktijk kunt toepassen. Dat zijn dan met name tips die ervoor zorgen dat het probleem niet groter wordt én dat de omgeving van je hond veilig is en blijft. Ook heel belangrijk, toch? Dit valt onder de noemer management. Een zeer belangrijk onderdeel van de weg naar een oplossing, onmisbaar eigenlijk. Een tweede belangrijke pijler is ondersteuning. Ondersteuning kan met diverse middelen: complementair, reguliere medicatie of met supplementen. In één van de hoofdstukken ga ik uitgebreid in op al deze mogelijkheden maar laat ik er hier al iets heel belangrijks over zeggen.

Realiseer je dat ondersteuning niet dé oplossing is. Wat je ook gaat doen om je hond te ondersteunen; het is altijd één van de stappen die je kunt (of naar mijn idee eigenlijk moet) zetten om

het probleem op te lossen. Eigenlijk is elk probleemgedrag te vergelijken met een grote taart, opgesneden in diverse punten. Elke punt staat voor één van de factoren die ten grondslag liggen aan het eindresultaat waar jij vandaag de dag mee te maken hebt. Het is maar zelden zo dat probleemgedrag één directe oorzaak heeft. Het is met name het resultaat van de som van diverse factoren.

Wil je iets aan het gedrag van je hond veranderen, dan zul je dus meer moeten doen dan één van die factoren proberen te beïnvloeden. Heel veel begeleiders denken, is dat ze hun hond 'beter moeten trainen'. Inderdaad is training een onderdeel van het plan van aanpak, maar ook niet meer dan dat. Het is één onderdeel. Als je de andere veroorzakende factoren links laat liggen, dan is de kans op slagen gering. In het eerste deel van dit boek bespreek ik met je wat je moet weten om meer van je hond en zijn gedrag te begrijpen.

In het tweede deel van het boek duiken we dieper in de mogelijke oorzaken van ongewenst gedrag. Hoe is het ongewenste gedrag van je hond ontstaan? Daarna gaan we een stap verder en analyseren we welk gedrag je hond nu eigenlijk laat zien en welke emotie daarbij meespeelt (heel belangrijk!). Hoe ziet dat gedrag eruit bijvoorbeeld, zodat je de juiste informatie hebt om te bepalen of jouw hond daadwerkelijk in dit 'hokje' past of dat er toch iets anders aan de hand is. Natuurlijk kun je in dit boek ook lezen wat je zelf kunt doen om de situatie te verbeteren. Doordat je aan het einde van dit boek al veel meer weet over waarom je hond doet wat hij doet en welke factoren daarin een rol spelen, is de kans groot dat je het al makkelijker vindt om ermee om te gaan. Maar het is natuurlijk nog prettiger als je ook daadwerkelijk iets kunt doen. Ik vind het belangrijk om hier duidelijk te maken dat je níet moet verwachten dat je serieuze problemen met je hond kunt oplossen aan de hand van een boek. Als een hond agressie inzet, is het tijd om een professional in te schakelen. Daar moet je niet zelf mee 'prutsen', daarvoor

zijn de risico's te groot. Want hoe lief jouw hond ook is (en dat is hij echt!); elke hond kan bijten. Neem dat risico niet. Ga met dit boek in de hand op zoek naar een professional die jullie kan helpen. Je hebt met deze kennis een goede basis die je ook in staat stelt om te toetsen of de persoon die je benadert daadwerkelijk een professional of een enthousiaste hobbyist is. Gedragstherapeut is een vrij beroep. Waar je een goede professional vindt, wordt overigens ook beschreven in dit boek (deel 4 en bijlagen).

Voorstellen

Ik kan me voorstellen dat je graag wilt weten hoe je in de praktijk ongewenst gedrag verandert. Daarom heb ik een aantal begeleiders gevraagd of zij hun verhaal willen vertellen. Wat deed hun hond wat ze onprettig vonden? Waardoor kwam dat? Wat hebben ze gedaan om het te veranderen? Waar liepen ze tegenaan? Wat doet hun hond nu? Het zijn allemaal aspecten die je door dit boek heen gaat lezen. Ik wil je graag aan deze honden en hun begeleiders voorstellen.

4.1. Stap 1: veiligheid gaat boven alles

Vóórdat je ook maar ergens mee aan de slag gaat, wil ik graag dat je het volgende motto in je oren knoopt: veiligheid gaat boven alles. En dan bedoel ik echt boven alles. Dus óók boven hoe je hond zich op dat moment voelt. Natuurlijk hoop ik dat je in je zoektocht naar meer veiligheid, oplossingen vindt waarbij je hond zich ook prettig voelt. Maar zoals je verderop ook zult lezen, het kan niet altijd en dan is het belangrijk dat je er bij stil staat dat veiligheid altijd prioriteit heeft. Niet alleen vanwege de schade die je hond kan aanrichten aan potentiële slachtoffers, maar juist ook voor de bescherming van je hond. Die is indirect ook slachtoffer en soms direct slachtoffer, als hij in beslag genomen zou worden bijvoorbeeld.

Als er op welke manier dan ook agressie in het spel is, is het goed om eerst stil te staan bij een aantal factoren die beïnvloeden hoe veilig het is en kan blijven.

1. Welk soort hond/kruising heb je?

Is het een grote sterke hond als een Leonberger, een Duitse Herder, een Flatcoated Retriever of een hond van de Hoog Risico-lijst? Of is het een kleinere hond zoals een Chihuahua, een Jack Russell of een Teckel? Het maakt nogal wat uit, omdat het bepaalt hoe groot de schade eventueel is. Als je hond in het verleden al gebeten heeft of dat heeft geprobeerd (snauwen), dan maakt het ook uit of je hond 'alleen maar' een schram veroorzaakt heeft of doorgebeten heeft, inclusief bloed. Het zegt iets over de beheersing die een

hond heeft en de keuzes die hij maakt in het bijten. Het mag duidelijk zijn dat een hond die al echte verwondingen heeft aangericht, een groter risico vormt dan een hond die een schram veroorzaakt heeft. Dat neemt niet weg dat eigenlijk in alle gevallen waarbij een hond een poging gedaan heeft om te bijten, er hulp ingeschakeld moet worden. Ga hier niet zelf mee lopen knoeien, want je neemt een groot risico. Je kunt wel zelf aan de slag met maatregelen om de veiligheid te vergroten (zie verderop in dit deel), maar het is beslist noodzakelijk om hier met een professional naar te kijken.

2. Hoe voorspelbaar is je hond voor jou?

Deze vraag bestaat eigenlijk uit twee delen. De eerste is: is je hond voorspelbaar, of reageert hij zodanig impulsief dat het moeilijk is om te voorspellen wanneer hij agressie inzet? De ervaring leert dat er zeker honden zijn die onvoorspelbaar zijn, maar het zijn er niet heel erg veel. Meestal geeft je hond wel subtiele signalen die aangeven dat agressie een volgende stap zou kunnen zijn.

De andere vraag is of jij in staat bent om het te voorspellen. Ik kom veel begeleiders tegen die zeggen dat hun hond onvoorspelbaar is in het inzetten van agressie. Maar dat blijkt dan niet zo te zijn. Het is wel voorspelbaar, maar omdat de begeleider onvoldoende kennis en inzicht heeft kan die persoon het niet voorspellen. Als je al een probleem hebt met de agressie van je hond, maakt het eigenlijk niet uit of het onvoorspelbaar



Als je hond agressie inzet, is zijn grootte en kracht van belang.



Fixeren is een subtiel signaal, dat een voorbode kan zijn van agressie.

is of dat jij het onvoorspelbaar vindt. Als je hond onvoorspelbaar is (voor jou), is dat een risicovolle situatie en dus is het belangrijk om zo spoedig mogelijk professionele hulp in te schakelen. Als je wilt voorkomen dat je een probleem krijgt met agressie die je hond inzet, dan is het verstandig zoveel mogelijk kennis en inzichten te vergaren en je hond te observeren. Zodat het stukje onvoorspelbaarheid voor jou als begeleider, in elk geval niet (meer) kan optreden.

3. Met welke mensen en/of dieren komt je hond in aanraking?

Een aantal groepen mensen zijn kwetsbaarder. Bijvoorbeeld ouderen, kinderen en mensen met een verstandelijke beperking. Zij lopen een groter risico om gebeten te worden. De fysieke én mentale schade die een beet veroorzaakt, is potentieel ook groter. Stel je hond heeft moeite met onbekende kinderen. Je hebt een zoon of dochter van een jaar of tien. De kans is groot dat die vrienden meeneemt naar huis. Dat is een groter risico dan wanneer je geen kinderen hebt en je hond vindt onbekende kinderen een bedreiging.

Hetzelfde geldt voor honden die agressie inzetten ten opzichte van andere dieren.

Op welke honden reageert jouw hond? Zijn dat grote honden, die wel tegen een stootje kunnen? Of reageert jouw hond met name op kleine honden, die kwetsbaarder zijn? Of reageert je hond bijvoorbeeld op katten en heb je zelf een kat in huis?

4. Hoeveel controle heb je en/of wil je hebben over je hond?

Het is erg belangrijk om controle te hebben over een hond die op bepaalde prikkels reageert met agressie. Je wilt namelijk in staat zijn om je hond direct terug te roepen als je op straat iets tegenkomt waar hij op kan reageren. Of je wilt dat je hond op zijn plek blijft liggen als je de voordeur open doet, zodat hij niet gelijk de postbode in zijn benen bijt. Niet iedereen wil die controle. Daarmee bedoel ik; ze voelen er weinig voor om hun hond 'trucjes' aan te leren. Ik ben ook niet zozeer van de 'trucjes', maar vind wel dat alle honden een aantal basissignalen moeten kennen, zoals het hier komen en op een bepaal-

de plek blijven. Daarmee kun je namelijk controle uitoefenen op je hond in situaties waarin dat noodzakelijk is. Dit is een aanvulling op andere maatregelen die je kunt nemen om de veiligheid te vergroten, daarover verderop meer.

5. Hoe goed kun je risicovolle situaties voorkomen?

Dit heeft een deel te maken met je eigen vaardigheden en inzicht. Zie je van tevoren of je hond zich in een risicovolle situatie bevindt of kan gaan bevinden? Ben je alert genoeg om hierop in te spelen? Wil je je hierin verdiepen of denk je: 'ach, het valt wel mee?'. Je eigen houding ten opzichte van de agressie speelt hierin een grote rol. Als je de neiging hebt om het weg te wuiven en het niet serieus te nemen, dan is het risico veel groter dan wanneer je goed oplet en het goed in kunt schatten. Of misschien is het niet jouw houding, maar zijn er huisgenoten die het gedrag van je hond niet zo serieus nemen als jij? Behalve kennis, inzicht en houding is het ook goed om naar je praktische mogelijkheden te kijken. Kun je je hond scheiden van onbekende personen als die in huis zijn, heb je daarvoor de benodigheden of kun je op een andere manier zo'n situatie creëren? Als je op basis van deze inventarisatie inschat dat er toch een risico is dat je hond schade (fysiek óf mentaal) kan toebrengen aan zijn omgeving, ga dan niet zelf prutsen. Schakel hulp in.

4.2 Stap 2: Leeg de stress-emmer

Het gedrag van je hond veranderen, vereist een aanpak op verschillende gebieden. Het is in de regel onvoldoende om alleen moeilijke situaties te voorkomen. Zoals het in de regel ook onvoldoende is om alleen met je hond te trainen op zijn emotie of reactie op een prikkel. Ongewenst gedrag ontstaat maar heel zelden als gevolg van één specifieke oorzaak, er spelen altijd meerdere factoren een rol. Wil je iets veranderen aan wat je hond doet, zul je dus ook al die verschillende aspecten mee moeten nemen in je plan van aanpak. Doe je dat niet, dan is je kans van slagen niet zo heel erg groot. Na de veiligheid zul je de

stress en het stress-emmertje van je hond onder de loep moeten nemen. Er is een hele grote kans dat die vol of bijna vol zit, als je hond en jij last hebben van ongewenste emoties en gedrag. Alle andere maatregelen en trainingen die je inzet, hebben weinig tot geen zin als de emmer van je hond tjokvol blijft. Die zal dan bij de minst of geringste prikkel of situatie gelijk weer leiden tot explosief gedrag en dan is de weg naar een verandering dus heel erg lang.

Het is erg zinvol om – voordat je ook maar iets gaat veranderen – eerst eens twee weken lang een dagboekje bij te houden (zie bijlagen). In dat dagboekje hou je allerlei aspecten bij die van invloed kunnen zijn op hoe gevuld zijn stress-emmer is (zie kader).

Wat schrijf je op in het stress dagboekje?

- Eten: wanneer, wat, hoe aangeboden (voerbak of puzzel) en ging het in één keer op?
- Spelen: wanneer, met wie en wat?
- Wandelen: wanneer, hoe lang, met wie, waar (prikkelarm of -rijk)?
- Moeilijke momenten/prikkels en de reactie van je hond
- Momenten waarop ongewenst gedrag zich voordeed

Zo'n dagboekje kan je inzicht geven in hoeverre bepaalde prikkels voor je hond stress veroorzaken. Je kunt dan bijvoorbeeld zien dat het niet zo gek is dat je hond tijdens een wandeling

Een drukkere leefomgeving dan hartje Amsterdam is niet snel te vinden in Nederland denk ik. Toch moesten Eric en Millie proberen om in deze omgeving de hoeveelheid prikkels te verminderen. "Het allerbelangrijkste is dat we haar 's morgens vroeg zijn gaan uitlaten langs het IJsselmeer. Daar zijn we binnen een klein kwartiertje. Rida heeft er een dagelijkse gewoonte van gemaakt om hier een lange wandeling met haar te maken.



Zelfs in hartje Amsterdam zijn nog wel rustige plekken te vinden.

Ze kan dan aan de vijf meter lijn, waardoor ze volop kan snuffelen en de omgeving kan afspeuren. Dat had gelijk een positief effect op haar. Verder zijn we de uitlaatrondes bewuster gaan plannen. Andere tijden, zo rustig mogelijke routes, zorgen dat er zoveel mogelijk afstand is tussen een de prikkel zodat ze kan zien of, wat en hoe iets er aan komt. Het lijkt onmogelijk in een randstedelijk gebied, maar toch zijn er mogelijkheden genoeg. Je omgevingsbewustzijn gaat met de training omhoog. Je gaat duidelijker zien dat er genoeg mogelijkheden zijn om je gewoontes los te laten, zoals kiezen voor andere tijden en routes. Zorg dat je bijvoorbeeld de rustige, saaie wijk neemt waar iedereen alleen in de ochtend en de avond uit de deur komt. Zelfs in hartje centrum Amsterdam heb je nog wel straten of tijden dat het over het algemeen rustiger is dan normaal. En als je een auto hebt, neem de auto. Amsterdam is een dorp, je bent er zo uit. Als je écht wilt, kun je behoorlijk ver komen. En ja, daar moet je iets meer moeite voor doen. Maar het levert je zeker ook iets op. Uiteindelijk loont het."

uitvalt, omdat je terugkijkend in het dagboek, ziet dat hij de dag daarvoor twee moeilijke situaties heeft meegemaakt. Die tegemoetkomende hond op de wandeling was dan net de druppel die de emmer deed overlopen. Je kunt ook merken dat bepaalde wandelgebieden drukker zijn, waardoor je hond meer stress krijgt. Of dat bepaalde vriendjes van je kinderen lastiger zijn voor je hond dan anderen.

Ik weet het. Het is best even een gedoe. Het kan lastig zijn om twee weken lang van alles bij te houden, maar het is meestal de moeite waard. Als begeleider heb je vaak het gevoel dat er geen aanleiding is, of misschien dat elke wandeling verkeerd gaat. Een dagboekje laat je beter een objectief beeld zien of jouw gevoel over het gedrag van je hond wel klopt bij wat hij daadwerkelijk doet.

4.2.1. Controle en voorspelbaarheid

Gebrek aan controle, voorspelbaarheid en informatie leidt tot stress. Hoe meer je dat terug kunt brengen in het leven van je hond, hoe prettiger hij zich zal voelen. Het stress-emmertje is minder gevuld en daardoor wordt het ongewenste gedrag van je hond minder explosief. Je kunt dit aspect heel gemakkelijk inzetten op een aantal vaste momenten in het dagelijks leven van je hond (zie kader).

Niet elke hond heeft in vergaande mate die controle en voorspelbaarheid nodig. Sommige honden kunnen prima zonder. Maar als je dit boek leest omdat je hond dingen doet die je niet wilt, dan is de kans groot dat je hond baat heeft bij de toegenomen controle en voorspelbaarheid.



Geef controle en voorspelbaarheid aan je hond

- Structureer de dag van je hond. Hou dezelfde volgorde aan van wanneer eten, slapen, spelen en wandelen. Dat betekent niet dat je vaste tijdstippen moet hebben (want het kan zijn dat je hond nog ligt te slapen als jij wilt wandelen), maar wel dat je hond weet wat er na een bepaalde activiteit gaat gebeuren.
- Laat hem tijdens de wandelingen snuffelen en zelf de richting bepalen. Hou hierin wél de veiligheid van je omgeving, je hond en jezelf in de gaten. Als je hond ergens de bosjes in wil, hoef je daar natuurlijk niet achteraan. Als je hond ergens naar toe wil waarvan jij weet dat het een ongeschikt gebied is voor hem (om welke reden dan ook), vraag je hem mee te gaan de andere kant op.
- Geef hem keuze in alledaagse dingen. Welke snack wil hij, welk spelletje wil hij spelen? Bied keuzes aan en laat hem zelf beslissen.
- Geef je hond controle in de training. Lok hem niet, maar laat hem zelf de consequenties van zijn gedrag ervaren. Als hij iets doet wat jij wilt, krijgt hij iets leuks of lekkers. Als hij niet wil, is dat ook goed. De consequentie is dat hij niet krijgt wat hij graag wil.
- Benoem wat er in zijn omgeving gebeurt. Op den duur gaat je hond associaties maken tussen wat hij waarneemt en wat jij zegt. Dit maakt met name moeilijke situaties meer voorspelbaar voor hem.



Een vaste structuur van wandelen, eten, slapen en spelen leidt tot minder stress.