

Baas zoekt hond om te leren ontspannen



ROBERT WELZ/METRO

HONDEN SPELEN geen toneel, ze zijn goudeerlijk en ze reageren heel direct op gedrag, stem en lichaamstaal.

Een Jack Russell, een Golden Retriever, een Bordercollie of toch maar een teckeltje? Ze zijn allemaal leuk. Maar hoe weet je nu welke trouwe viervoeter het best bij je doel past en aan welke hond je het meeste plezier zult beleven? Hondenspiegel helpt niet alleen bij het maken van de juiste keuze maar zorgt ook voor 'een stuk' zelfinzicht.

"Eigenlijk gaat Hondenspiegel niet over de hond maar over de baas", vertelt Bets Engel, die samen met loopbaancoach en echtgenoot Boudewijn Hondenspiegel runt. "Honden spelen geen toneel, ze zijn goudeerlijk en ze reageren heel direct op gedrag, stem en lichaamstaal. Daarom houden ze ons een spiegel voor. Dat kan heel confronterend zijn maar ook heel leerzaam. Het inzicht dat je verwerft, is direct toepasbaar; zowel privé als op het werk." Na een kennismakingsronde vertellen de deelnemers over hun persoonlijke doelstelling van vandaag, die voor de meesten werkgerelateerd is; strakker leiding geven, minder onzeker zijn tegenover collega's of beter communiceren met groepen. Mijn doelstelling heeft zijdelings ook met werk te maken, maar eigenlijk meer met de periode erna, namelijk het ontspannen. Ik werk best hard, al zeg ik het zelf. Als ik dan even mag uitrusten en me met een krantje en een kop koffie op de bank installeer, komen er 1001 dingen op me af die eerst moeten voordat ik echt kan genieten. Kortom, ik

wil leren ontspannen en ik zoek een hond die daarbij past.

Vanuit die doelstelling mag ik een hond uitkiezen om mee te werken. Op de grond liggen allemaal foto's van verschillende honden: stoere jagers, aabare schoothondjes, opgeruimde kortharige types en warrige pluizebollen. In een flits van een seconde kies ik voor een grijze langharige hond met vrolijke kraaloogjes. Hij lijkt me erg gezellig voor op de bank. De Jack Russell vind ik ook leuk, maar die is vast heel druk en veel-eisend en gezien mijn doelstelling dus niet zo'n goed idee. Dan mogen we de foto's omdraaien en het CV aan de achterkant bekijken. De pluizebol is een Ierse Wolfshond en heet Clannad. Ze is makkelijk te motiveren, sociaal met mens en dier en wordt graag aangehaald. Ze ruikt de tafel af en haalt de was van de waslijn; het staat er echt! En last but not least, ze voelt met je mee en brengt je bij je gevoel. "That's my dog". De Jack Russell heet Joya; een levenslustig hondje met eigen ideeën, die graag jaagt op insectjes, altijd in beweging is en een korte aandachtsspanne heeft. Dit hondje lijkt, op de voorliefde voor insecten jagen na, iets te veel op mij. We kunnen het vast prima vinden, maar de Ierse Wolfshond biedt waarschijnlijk meer ontspanning.

Op één golfengte

Dan gaan we naar buiten waar we onze honden in levende lijve zien. Tot mijn schrik is Clannad de aller-grootste. Daar past Joya zeker drie keer in. Gelukkig blijkt ze na een eerste oefenronde zeer aabaar.

"Net als in de communicatie met mensen, is het ook erg belangrijk om met je hond op één golfengte komen", legt Bets uit. "Daarvoor moet je weten of het een kijker, een hoorder of een voeler is. Kijkers willen jou zien, hoorders reageren goed op beloningen in woorden en voelers zijn vooral te paaien met een aai of een klopje." In de volgende oefening moeten we erachter komen wat voor waarnemingstype onze hond is. In een ton liggen allemaal balletjes, boten en speeltouwjes. Ik pak een bal en houd die onder Clannad's neus. Ze snuffelt er even aan en kijkt vervolgens zeer ongeïnteresseerd de andere kant op. Ook het grote bot is geen succes. Dan zie ik op de bodem van de ton een kammetje en ineens weet ik het. Clannad is een voeler; ze houdt van aanhalen en knuffelen en de kam blijkt een zeer geslaagd idee.

Samen lol hebben

Na een heerlijke lunch met zelfgebakken brood, is het tijd voor de middagopdrachten. Nu moet ik met vier verschillende honden ervaren wat voor mij ontspannen is. De eerste die uit de kast wordt gehaald is Futura, een Rottweiler die volgens haar CV zelf initiatief neemt, anderen gerust stelt en graag autorijdt. "Ben je nu ontspannen?", vraagt Bets als ik Futura met man en macht aan het rennen probeer te krijgen. "Eigenlijk niet. Ik ben veel te veel bezig met wat Futura leuk zou vinden", antwoord ik. "Waarom ga je niet lekker ontspannen op een bankje zitten?", stelt Bets voor. "Maar het gaat er toch om dat ik samen met de hond iets

Ook meedoen?

- Voor meer informatie: Bets en Boudewijn Engel (0343 414301) www.hondenspiegel.nl en www.hondenschool-braaf.nl.

doe?", werp ik tegen. Als ik een paar minuten zit, wordt duidelijk waar Bets heen wil. "Zie je wel", zegt ze. "Ontspannen moet je niet forceren. Door te doen wat jij leuk vindt, ontspan je veel beter en komt Futura vanzelf bij je zitten. Zij vindt het ook heerlijk om niets te doen; ze wachtte alleen op jouw te

ken." Dat ontspannen veel meer is dan alleen op bankjes hangen, leer ik tijdens het balletje gooien met Joya, de superenthousiaste Jack Russell Terrier en tijdens het serieuze stokkenwerk met Duitse Herder Antis. Samen lol hebben, lekker actief zijn en mijn longen uit mijn lijf rennen, werkt ook heel relaxend. Mijn ideale hond zou dus een kruising moeten zijn tussen een gezellige bankgezel met een hoge aabaarheidsfactor en een vrolijke actieveling met wie ik door het bos kan rennen. Zou zo'n hond bestaan? Vast wel.

SANNE VAN DER MOST

T-Mobile PrePaid

400x super zomervoordeel bij T-Mobile.

Nu 400 gratis sms'jes en tot € 25,- retour voor je oude mobiel.



Samsung X150

€ 59,95*



Sagem My501c

€ 119,95*

O.a. verkrijgbaar bij Kijkshop, MediaMarkt, Ritel, Bol.com en overige T-Mobile verkooppunten.

T-Mobile

*incl. € 15,- beltegoed, waarvan € 10,- via de antwoordekaart. Vraag naar de voorwaarden.