



DIERENCOLUMN

tekst: ©Janine Keijser – www.animalhealercoach.nl



Hindernissen nemen

Het komt vaker voor dan je zou denken; paarden en honden die in totale paniek raken als ze moeten presteren. Ging tijdens het oefenen alles zo goed en vlekkeloos, op het moment suprême verstijft je hond tijdens het examen van de hondentraining of blokkeert je paard volledig voor die hoge hindernis. Dieren met faalangst; hoe ga je daar mee om?

In mijn vak als dierentolk kan ik nooit in algemene bewoordingen spreken, want ieder dier en elke situatie is weer anders. Het ene dier heeft een ernstig trauma dat rustig aan moet worden verwerkt, het andere dier is gewoon heel gevoelig en pikt heel veel op uit zijn omgeving. In veel van de gevallen van dieren met faalangst die bij mij terechtkomen, is het mens bij het dier in hoge mate perfectionistisch. Het dier krijgt van zijn omgeving mee dat het nooit iets fout mag doen. De angst zit dan eigenlijk bij het baasje. Is het tijdens het trainen meestal nog leuk en gezellig, als er echt gepresteerd moet worden zitten wij mensen vaak vol gedachten. 'Hoe doen de anderen het?' 'Kunnen we dit wel?' en 'Als er maar niets misgaat!'

Laat een dier nu uitermate ontvankelijk zijn voor onze gedachten, zeker als deze razendsnel door ons brein vliegen. Wat een dier opvangt in dit soort situaties is: 'Als ik iets fout doe dan gebeurt er iets heel ergs!' Dieren kunnen op die momenten daadwerkelijk doodsangsten uitstaan. Ze willen niet dat er iets ergs gebeurt



met de mensen waar ze van houden, maar krijgen de indruk dat er levens op het spel staan als wij zo bang zijn dat er iets faliekant verkeerd kan gaan als we niet naar behoren presteren. Als de druk te hoog wordt, blokkeert het dier of rent voor zijn leven.

Als de druk te hoog wordt, blokkeert het dier of rent voor zijn leven

Laat een spel, een spelletje zijn

De remedie die ik vaak toewijs in deze gevallen is: laat een spel, al is er een wedstrijdelement aan verbonden, ook daadwerkelijk een spelletje zijn. Maak je dier duidelijk dat, ook bij het examen, er geen mensen- of dierenlevens mee gemoeid zijn als er iets mis gaat. Dan oefenen we gewoon nog een keer en doen we het volgende keer, hopelijk, beter. Je kunt dit prima zelf tegen je dier zeggen, dieren begrijpen ons mensen vaak heel goed. Maar als jij tegen je hond zegt dat er niets aan de hand is als er iets mis gaat en je ondertussen denkt: O nee, laat het de burens niet zien! Dan zal je hond opvangen wat je denkt en niet horen wat je zegt.

Dus wil je een dier dat relaxt blijft bij het nemen van een hoge hindernis? Zorg dan dat je zelf kalm blijft in je hoofd en bedenk dat, ook al trainen jullie misschien op hoog niveau, het ook maar gewoon een spel is. En gaat het mis? Val je languit op de grond? En stond net die irritante buurvrouw te kijken?

Ach ja, als jij er samen met je dier maar lol aan kan beleven!

Janine Keijser is dierentolk en schrijfster.

Vorig jaar debuteerde zij met de ecothriller RAUW, een milieumisdad roman over een jonge vrouw die na een moeilijke periode in haar leven op gaat komen voor dieren in de vee-industrie (<http://webshop.elikser.nl/rauw>).

Voor verdere informatie over haar werk als dierentolk en coach zie haar website www.animalhealercoach.nl.