

016 Mijn hond als (prikkel)afleider

“De hond is een begeleider, die ons eraan herinnert van elk moment te genieten”, Maria Lennard (*)

Nooit gedacht hoe een klein hondje je leven kan veranderen. Zo'n beessie is namelijk onvoorwaardelijk in zijn liefde en trouw. Als hij me aankijkt voel ik een vreemd gevoel in mijn maag. En aankijken kan hij. Ik vraag me soms af wat er in hem omgaat, waarom hij nu juist mij zo adoreert? (zoals mijn vrouw dat benoemd), waarom hij achter me aanloopt, voor me uit dartelt, soms honderden meters ver weg en uit het zicht, maar toch telkens weer naar me terugkeert.

In het verleden heb ik meerdere honden gehad. In mijn jonge kinderjaren was dat Blacky en later Roy, twee kruisingen, maar oh zo lief. We waren thuis met vier kinderen en hadden in het begin afgesproken dat we twee aan twee Blacky zouden uitlaten. En ja, we zouden er alles voor doen. Die afspraken verwaterden al vlug. Mijn zus, met wie de hond zou uitlaten ging naar de HAVO, moest huiswerk maken en kreeg van mijn ouders dispensatie. Ik moest dus alleen en dan is de lol er vlug vanaf. Blacky liep graag weg en op een dag kwam het bericht dat hij onder een auto was gelopen. Met Roy was het eenzelfde verhaal. Ik moest weer alleen lopen en soms liet ik hem door een vriend uitlaten die geen hond mocht. Ook Roy was een wegloper en toen het weer eens zover was bleef hij ook de nacht weg. We kregen bericht dat hij was opgepakt en op de gemeentewerf in een hok zat. Toen we hem gingen ophalen was hij er niet meer. Bleek dat hij reeds naar de afvalverwerking was gestuurd (na eerst een spuitje te hebben gehad). Men had zich vergist in de hond, daar er een vrijwel gelijk hondje was, dat al meerdere weken zat te wachten... op niemand. Mijn zus schreef: “Hoe meer ik de mens leer kennen, hoe meer in van mijn hond hou...” Ik kijk daar nu anders op terug. Wij hadden onze verantwoordelijkheid moeten nemen.

Toen mij kinderen begonnen te zeuren over een hond werd het een Laekense herder, een puppy, die we zelf konden opvoeden. We noemden hem Quintas. We konden volledig op zijn waakzaamheid vertrouwen; dat we ons volledig veilig voelden. Ging ik de deur uit kroop hij tegen de voeten van mijn vrouw en ging daar pas weg als ik weer thuis was. Helaas, Quintas kreeg lymfhekkierkanker en heeft het nog even volgehouden tot een zelfgekozen fatale dag. Wat een verdriet. Hij hebben hem laten cremen en hij heeft nog steeds een apart plekje op de schoorsteen.

De kinderen zijn ondertussen het huis uit en omdat ik mijn reguliere werk op school heb opgegeven was ik veel thuis. Alleen. Met de verhuizing naar een andere woning werd de leegte voelbaar. Dus nagedacht over een nieuwe kameraad. Omdat we allebei een teckel werd leuk vonden, ging ik op zoek naar een nestje. We hadden geluk, er was net een nestje bij een betrouwbare fokker en zo werd ons gezinnetje uitgebreid met een nieuwe kameraad. We noemden hem Paddy, omdat we zo van Ierland houden, maar ook omdat zijn naam 'trouwe vriend' betekent. En een kleine trouwe vriend is het: koppig, een eigen wil, hij wil als een koning behandeld worden, ligt al tussen ons in op de bank en alle clichés over een teckel zijn allemaal waar: wij zijn zijn lakeien. We moeten veel in hem investeren, wat zijn opvoeding betreft en als je denkt dat je er bent, is het morgen weer anders.

Maar wat krijg ik een hoop van hem terug. Ik kan lekker tegen hem aankletsen, hij begrijpt me altijd, hij geeft me warmte (letterlijk en figuurlijk), hij is nooit boos op me, kwispelt als hij me weer ziet, heeft nooit een weerwoord. Samen wandelen, samen spelen, samen vakantie vieren, en soms ook wel eens dingen doen die niet zo leuk zijn.

Maar wat Paddy vooral met me doet is prikkelreductie. Hij is er in goede en in slechte tijden, hij merkt het als het niet zo goed met me gaat. Dan komt hij even “buurten” en stelt me zo in staat te

relativeren. Soms raak ik overprikkeld en dan heeft ook hij het te verduren. Ik begin steeds meer en meer te merken hoe hij op me reageert en hij laat me zien dan ik dan “effe moet dimmen”, adem moet halen, bezinnen, tot rust komen. Daar heeft Paddy geen woorden voor nodig, hij voelt het aan en leert het mij. Zaak voor mij is het op zijn signalen op te vangen en op waarde te schatten. Dat lukt steeds beter. Volgende week gaan we samen op cursus, zodat we elkaar nog beter leren begrijpen en zo nog vijftien jaar plezier kunnen hebben van elkaar. Dat gun ik elke HSP-er!!

(*) uit: “Geluk zit in de kleine dingen” (Groh Verlag GmbH, 2010)