



Vuurwerkangst de baas

# Voorbereid op *vuurwerk*

Angst voor vuurwerk is geen gedragsprobleem, maar het kan wel tot problemen leiden, omdat de angst en ongerustheid probleemgedrag kunnen veroorzaken. Waar het vooral om gaat: vuurwerkangst tast het welzijn van de hond aan.

Bij een hond die bang is voor geluiden, waaronder vuurwerk, vult de stressemmer zich. Dat tast het vertrouwen van de hond aan. Niet zelden resulteert dat in problemen met wandelen, spelen in huis, vluchten, agressie en onzindelijkheid. Wat in mijn praktijk De kleine Franciscus opvalt, is dat honden, die bang zijn voor vuurwerk, ook bang zijn voor allerlei andere geluiden in en om het huis. Tijdens

de nieuwjaarsperiode valt het extra op, omdat de intensiteit en de frequentie van geluiden vele malen hoger ligt. Een hond kan niet herstellen tussen de gebeurtenissen. Aan de hand van het verhaal van Bootje, een Boomertje (teefje) van drie jaar, laat ik zien hoe je een hond voorbereidt op de vuurwerkperiode. In de geschiedenis van Bootje is te zien dat haar angst klein begon en almaar groter



werd. Aan de hand van de vijf pijlers 'het geluid de baas' zullen we zien hoe Bootje na drie maanden klaarstond voor de jaarwisseling en deze weliswaar angstig, maar ook glansrijk doorstond.

### Vrolijk en onderzoekend hondje

Bootje was een vrolijk en onderzoekend hondje, dat altijd in was voor een spelletje en vrij in en om het huis bewoog. Ze ging graag mee wandelen en kon overal mee naar toe. Het eerste jaar (in 2021) dat ze vuurwerk meemaakte, was ze vier maanden oud. Tijdens de jaarwisseling was ze in huis, met familie en vrienden, waar ze zich helemaal prima bij voelde. Ook het vuurwerk was geen enkel probleem. Ze bleef binnen, er speelde muziek en Bootje lag op haar eigen vertrouwde plekje. Als er later tijdens een wandeling een knal of sis klonk, wandelde Bootje gewoon verder. Ook het tweede jaar was er niets aan de hand, tot de middag van 31 december. De buurman had al wat vuurwerk in huis en stak dat af in de tuin. Precies op dat moment liep Bootje de achtertuin in. Toen is ze ernstig geschrokken en had ze lang nodig om bij te komen. Het spel met bevriende honden leidde uiteindelijk tot rust.

### Steeds angstiger

De eigenaren wilde haar steunen en meer vertrouwen geven, dus gingen ze in de loop van maart zelfstandig oefenen met vuurwerkgeluiden. Ze deden dat op laag

*Beschreven therapie is uitgevoerd door een gecertificeerde kynologisch gedragstherapeut (KGT), lid van de NVGH (Nederlandse Vereniging van Gedragstherapeuten voor Honden). De KGT heeft hiervoor een meerjarige opleiding gevolgd en moet - om lid te zijn van deze beroepsvereniging - jaarlijks bijscholingen volgen. Therapieën en trainingen zijn altijd gebaseerd op een uitgebreide anamnese aan de hand van een vragenlijst en gesprek(ken) met de eigenaar. Geen situatie is hetzelfde en geen hond is hetzelfde. De hier beschreven therapie kan dus niet zomaar op andere situaties toegepast worden.*

volume, maar Bootje leek, volgens een van de kinderen uit het gezin, eerder angstiger te worden dan minder bang. Wat opviel, was dat Bootje van steeds meer geluiden schrok: knallende uitlaten, hockeyballen tegen de boarding, geluiden op de tv en het geluid van vallende dingen in en om het huis. Uiteindelijk werd de wandeling steeds korter, wilde Bootje alleen nog maar in de ochtend naar buiten, kon ze niet meer mee naar de stad en lag ze vooral onder de stoffen eetkamerstoel. Van het vrolijke en onderzoekende hondje was niets meer over.

## DE VIJF PIJLERS: HET GELUID DE BAAS

Zomaar oefenen met geluiden helpt niet om angst voor vuurwerk en andere geluiden te overwinnen. Wel moet er gewerkt worden aan de bouwstenen en aan vijf pijlers:

- 1) Welzijn en comfort
- 2) Management
- 3) Gezondheid
- 4) Verandering van emotie
- 5) Medicatie

Elk van deze stappen is nodig om in december goed voorbereid te zijn op de start van de vuurwerkperiode.

### Over de bouwstenen

Het onderzoekende hondje was veranderd in een hond die nog maar weinig vertrouwen had bij nieuwe dingen en die bij allerlei zaken verwachtte dat het niet goed zou aflopen. Ook was duidelijk dat Bootje bijna geen contact meer maakte met haar eigenaren. Als ze geschrokken was, kon ze daar nog maar moeilijk uit komen. Nadenken was al helemaal onmogelijk. Daarom gingen we werken aan optimisme, denken in opwinding en nabijheid. Wat Bootje goed deed, was het opzoeken van haar eigen plek, daar kon ze schuilen en uiteindelijk tot rust komen. We deden allerlei spelletjes met haar om ervoor te zorgen dat ze meer vertrouwen kreeg en meer contact met haar eigenaren ging maken. Ook lieten we haar ervaren dat veel dingen waarvan ze schrok gewoon goed afliepen. Als klap op de vuurpijl hebben we Bootje zelf geluid laten maken: ze leerde om houten blokjes om te gooien op de stenen vloer. Daarnaast heeft Bootje veel snuffelspelletjes gedaan, want snuffelen werkt stressverlagend.



### Welzijn en comfort

Om tijdens het vuurwerk het geluid de baas te kunnen, is het nodig om voldoende welzijn en comfort te voorzien. Bij dit alles is het belangrijk dat we werken vóór de situatie en niet ín de situatie. Vuurwerk veroorzaakt licht en geluid. Beide kunnen een oorzaak zijn voor angst en ongerustheid. Een veilige plek kan verlichting bieden. Deze plek moet zoveel mogelijk licht en geluid dempen en vrij toegankelijk zijn. Ook kun je achtergrondgeluid toevoegen, zodat de knallen minder dominant zijn. Voor Bootje bestond die veilige plek uit haar bench met een deken eroverheen. De stoffen stoel zorgde daar voorheen ook voor. Het samen oefenen om echt kalm te zijn op die plek zorgde voor een goede basis. Vaak adviseer ik ook gehoorbescherming. Het is opmerkelijk dat veel honden dat niet willen als er geen geluid is, maar het wel willen als er wel geluid is.

### Management

Wat konden de eigenaren doen? De veilige plek organiseren en zorgen voor geen onnodig geluid in huis. Ze hebben bijvoorbeeld met een koptelefoon naar films gekeken. Ook hebben ze spelletjes gedaan die Bootje helpen om vertrouwen te krijgen. Zijn spelletjes management? Ja, wel als de eigenaren met Bootje spelen als zij het moeilijk heeft. Bootje heeft een paar kunstjes geleerd – het wordt toch geen circushondje?! – die ze zo leuk vindt dat ze het ook kan in moeilijke omstandigheden. Dit geeft vertrouwen en zo kan Bootje de situatie beter aan.

### Lichamelijk gezond

Bij angst voor geluiden speelt altijd de vraag of de hond gezond is, of hij geen pijn heeft. Dan heb ik het niet over de pijn in de oren – die volgens mij echt bestaat –, maar wel over pijn elders in het lichaam. Medisch onderzoek bracht bij Bootje niets bijzonders aan het licht. Pijn kan een rol spelen bij angst voor geluiden, omdat bij schrik het lijf spieren aanspant. Bij pijn in bijvoorbeeld het bewegingsapparaat leidt de schrikreactie ook tot een pijnreactie. De schrik werkt dan dubbelop: schrik, angst en pijn!

### Verandering van emotie

Je kunt ook niet bang zijn van geluid. Bedenk maar hoe je zelf kunt schrikken van een plotse knal, vervolgens denkt 'oh dat was vuurwerk' en dat de schrik dan weg is. En ook: mensen die vuurwerk afsteken, vinden vuurwerk en het geluid ervan leuk. Nu blijkt dat als je iets leuk vindt, je minder gevoelig bent voor het geluid. En omgekeerd: als je ergens een hekel aan hebt dat je het geluid dan steeds vervelender gaat vinden. Dat heet sensibilisatie. Bij mensen gebeurt dat en bij honden ook. Angst voor geluiden gaat dus niet vanzelf over, het wordt wél vanzelf erger. Het betekent ook dat we onplezierige ervaringen kunnen veranderen door ze op de juiste manier aan neutrale ervaringen te koppelen. We kunnen geluid desensibiliseren. Bij Bootje pakten we het als volgt aan. Via 'afleiding,



markeren en lekkers' heeft Bootje geleerd dat ze kan schrikken én dat het goed afloopt. Het 'oh-dat-was-...-fenomeen'. Het desensibiliseren voor geluiden kan met de welbekende cd met geluiden. Dit vraagt om een zorgvuldige aanpak: rustig aan, zachtjes beginnen en in combinatie met spelletjes. Nu eens met actieve spelletjes, dan weer met snuffelspelletjes en soms met gewoon kalm zijn. Steeds mocht er een klein beetje stress zijn, maar dat moest ook weer snel afvlakken. En dat alles rustig aan.

### Medicatie

De vijfde pijler, medicatie, kan op twee momenten worden ingezet. Soms is het nodig tijdens het oefenen met de geluiden, als de stress te hoog is waardoor de hond niet kan leren. Het andere moment is de daadwerkelijke vuurwerkperiode. Het is onwenselijk dat een hond dan zoveel stress ervaart dat we weer terug naar af gaan. Medicatie kan de terugval niet volledig voorkomen, maar kan wel de schade beperken, doordat de hond niet in de paniek blijft hangen. Gebruik van medicatie gebeurt altijd in overleg met de dierenarts. Omdat het helaas niet te voorkomen is dat de jaarwisseling tot een terugval leidt, is het belangrijk om op tijd te beginnen. Hoe beter de hond ervoor staat, hoe sneller het herstel. Onderzoek en ervaring leert dat veel honden nog een paar jaar medicatie nodig hebben tijdens de

jaarwisseling en dat blijven oefenen nodig is om de goede ervaringen levend te houden. In overleg met de dierenarts kreeg Bootje in de weken rond de jaarwisseling gedragsmedicatie. Rond middernacht was ze echt van slag door het vele vuurwerk. Al het eerdere werk zorgde ervoor dat ze niet doorschoot in blinde paniek. Wat vooral mooi was om te zien, en daarvoor moesten de eigenaren wel wat geduld hebben, was dat Bootje volledig herstelde in de dagen erna. ■

### OVER DE NVGH

*De Nederlandse Vereniging van Gedragstherapeuten voor Honden (NVGH) is sinds 1997 de beroepsvereniging die belangen behartigt van haar (op hbo-niveau) afgestudeerde leden. Kijk voor meer informatie op [www.nvgh.nl](http://www.nvgh.nl)*

