



Honden en werp Speeltjes: Is dat wel een goed idee?

Veel hondeneigenaren streven naar een rustige en tevreden hond. Het lijkt voor de hand te liggen om te denken dat een drukke hond vooral veel moet bewegen en rennen om zijn energie kwijt te raken. Een van de gemakkelijkste manieren om dit te doen is door de hond achter ballen, stokken of andere speeltjes aan te laten rennen. Echter, dit idee blijkt vaak verkeerd te zijn. Drukke honden hebben namelijk meer behoefte aan rust en mentale uitdaging in plaats van fysieke inspanning. Spelletjes zoals balspellen, het gooien van stokken of andere speeltjes kunnen namelijk leiden tot gedragsproblemen en fysieke belasting.

Gooien van Speeltjes: Zorgt dit voor rust?

Als je je hond wel eens laat rennen, maar hij blijft overmatig opgewonden, nerveus, rusteloos, vernielzuchtig of verveeld, dan is het tijd om eens na te denken over de impact die dergelijke spelletjes hebben op zijn levenskwaliteit. Het naar het park gaan om de hond achter een bal, stok of ander speeltje aan te laten jagen lijkt misschien een goede manier om de energie van je hond te verbruiken. Echter, overbelasting van je hond in welke vorm dan ook is zowel psychisch als fysiek schadelijk en draagt niet bij aan een rustige hond.

Waarom we Speeltjes Gooien

Veel hondenbezitters veronderstellen gemakkelijk dat een fysiek uitgeputte hond een gelukkige hond is. De snelste en meest eenvoudige manier om dit doel te bereiken, is door bal-, stok- of speeltjes gooien te doen. Honden bezitten een instinctieve drang om te achtervolgen, wat hen helpt om beweging te detecteren en te grijpen voor overleving. Echter, in de natuur zouden honden kiezen voor een balans tussen rennen, rusten en verkennen. Straathonden bijvoorbeeld, rennen en jagen zelden in vergelijking met hoe vaak ze lopen en rusten.

Psychische Schade door Speeltjes Gooien

Het achtervolgen van een bal, stok of ander speeltje leidt tot de vrijgave van vecht- of vluchthormonen (adrenaline en cortisol) in het lichaam van de hond. Het lichaam maakt geen onderscheid tussen een gesimuleerde jacht (zoals het najagen van een speeltje) en een natuurlijke jacht. Wanneer de prooi gevangen en opgegeten is, zou een hond normaal gesproken een aantal uren slapen om de verhoogde hormoonniveaus te laten afnemen. Echter, door herhaaldelijk bal-, stok- of speeltjes gooien te spelen zonder voldoende rust, kan het

dagen duren voordat deze hormonen afgebroken zijn. Dit creëert een situatie van chronische stress, wat leidt tot verlies van hersencellen en een verminderd vermogen om met de wereld om hen heen om te gaan. Het idee dat een hond met een uit zijn bek hangende tong en een dag van slapen op zich een gelukkige hond is, is fundamenteel onjuist. Deze hormonen belemmeren goede slaap en verhogen stress, vooral als de hond ook angstig is om alleen gelaten te worden.

Lichamelijke Schade door Gooien van Speeltjes

Jonge honden zijn bijzonder kwetsbaar voor onomkeerbare schade door het vroeg in hun leven overbelasten van hun onderontwikkelde spieren en skeletstelsel, met name de voorbenen en poten, maar ook de heupen. Spiersterkte wordt opgebouwd door te lopen: een wandelpas is een vier-stappen gang waarbij elke poot afzonderlijk de grond raakt. Sterkte wordt geleidelijk opgebouwd door de duur van de wandeling te verlengen naarmate ze door hun jonge levensfasen vorderen. Oudere honden zijn veel meer vatbaar voor gescheurde kniebanden en nekbeschadigingen door herhaalde belasting. Het herstel hiervan is meestal kostbaar en pijnlijk.

Alternatieven voor Gooien van Speeltjes

In plaats van het gooien van ballen, stokken of andere speeltjes, kunnen hondeneigenaren kiezen voor alternatieven die zowel fysiek als mentaal minder belastend zijn om een rustige hond te bevorderen:

- **Zoekspelletjes:** Verstop de bal of andere voorwerpen en laat de hond ze zoeken. Dit prikkelt hun op een natuurlijke manier tot neuswerk en zorgt voor mentale uitdaging.
- **Langzame wandelingen:** Laat de hond snuffelen en de omgeving verkennen. Dit vermindert stress en bevordert gezond gedrag.
- **Voerspelletjes:** Verstop brokjes in huis of tuin. Dit houdt de hond bezig en stimuleert hun zintuigen zonder fysieke overbelasting.

Natuurlijk mag een Hond ook wel rennen.

Denk dan aan wandelingen waar je hond los kan mits hij luistert. En aan oefeningen die je tijdens de lessen hebt gehad, waar je hond lekker bij kan rennen. Zo kan je ook nog je band versterken met je hond en ben je ook gelijk aan het trainen. Denk aan de oefening Hiieer! Zoals we die in de lessen hebben gedaan. Maar ook de OM oefening kan je de hond in de tuin in samenwerking mooi laten doen en uitbreiden.

Op een gezonde manier Aport aanleren is ook niets mis mee, ook hier voor kan je terecht bij Dog Choice.

Een Uitdaging voor de Verslaafden aan Speeltjes

Berg de werpspeeltjes op. Vervang ze door langzame wandelingen waarbij je hond de gelegenheid krijgt om te snuffelen. Doe thuis zoekspelletjes met voer, zowel binnen als in de tuin. Maak het in het begin heel makkelijk. Je hond zal kalmer, gelukkiger en minder gestrest worden, gemakkelijker te trainen zijn en meer berustend reageren. Uit ervaring blijkt dat zelfs bij niet-dagelijks gebruik het weglaten van balspellen al een positief verschil kan maken in gedragsproblemen.

Conclusie

Ballen gooien, evenals het gooien van stokken of andere speeltjes, kunnen leiden tot fysieke en mentale overbelasting bij honden. Door alternatieve activiteiten te introduceren die mentaal uitdagend en fysiek minder belastend zijn, kunnen hondeneigenaren bijdragen aan een gezonder en gelukkiger leven voor hun hond. Het is belangrijk om te begrijpen dat rust en mentale stimulatie vaak effectiever zijn dan fysieke uitputting om een hond tevreden en rustig te stellen.