

Speel met je kat

Ontdek de kracht van
interactief spelen voor
de gezondheid en
het welzijn van je kat

Het
geheim
voor een
gelukkige
huiskat

Mikel Maria Delgado
kattengedragdeskundige



Speel met je kat

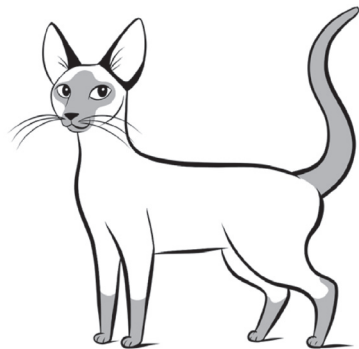
**Ontdek de kracht
van interactief spelen
voor de gezondheid
en het welzijn van je kat**

Mikel Maria Delgado

KOSM • S

Kosmos Uitgevers,
Utrecht/Antwerpen

**SPEEL
MET
JE KAT**



Inhoud

Voorwoord 11

HOOFDSTUK 1

Waarom spelen? 13

HOOFDSTUK 2

Katten spelen omdat ze jagen! 20

HOOFDSTUK 3

Van prooi naar spel 42

HOOFDSTUK 4

De juiste speeltjes 69

HOOFDSTUK 5

Vorbereiding 89

HOOFDSTUK 6

Spelen voor een goede gezondheid 102

HOOFDSTUK 7

Van katten tot volleeerde volwassene 112

HOOFDSTUK 8

Onder vrienden? 124

HOOFDSTUK 9

Ken je kat 148

HOOFDSTUK 10

Vier belangrijke lessen uit de wetenschap
over het spelen met katten 165

HOOFDSTUK 11

Spelen als therapie 182

HOOFDSTUK 12

Spelen met katten als ze niet
aan het perfecte plaatje voldoen 211

HOOFDSTUK 13

Andere manieren om de innerlijke jager
van je kat te inspireren 237

Nawoord 264

Dankwoord 265

Bibliografie 267

Over de auteur 277

Voorwoord

Spelen met een jonge kat is misschien wel een van de leukste dingen die je kunt doen. Zo'n katje is heerlijk enthousiast en ziet in alles een speeltje, of dat nu een pluisje, een propje papier of een dopje van een fles is. Spelen gaat moeiteloos, met als enige kanttekening misschien dat zijn verlangen om te spelen soms groter is dan het jouwe.

Met een volwassen kat kan dat anders verlopen. Sommige katten blijven enthousiast en kunnen niet genoeg krijgen van het spel. In andere gevallen blijkt het juist moeilijker om je kat te motiveren. Jij haalt vol goede moed de hengel tevoorschijn, maar je kat kijkt alleen maar belangstellend toe hoe jij je uitslooft. Hij gaapt een keertje en loopt vervolgens weg. Of vooruit, hij slaat plichtsgetrouw één keer naar de hengel en loopt dan alsnog weg. Blijkbaar is je kat niet zo te porren voor een spelletje, dus waarom zou je dan die moeite blijven doen?

Het antwoord daarop is kort en krachtig: spelen is goed voor de kat. Het is zelfs absoluut essentieel voor zijn welzijn. Als een kat niet (meer) speelt, kan dat een teken zijn dat hij ofwel ziek is, ofwel om een andere reden niet lekker in zijn velletje zit.

Ook ik benadruk altijd het belang van spelen voor je kat. Veel katten, met name binnenkatten, lopen een risico op overgewicht, maar ook op verveling en frustratie. Want we vergeten als eigenaar te gemakkelijk dat katten van nature gemiddeld

vijftien tot dertig keer per dag eropuit moeten om te jagen. Dat is echt wel iets anders dan af en toe eens achter een touwtje aan rennen. Verveling en frustratie kunnen op hun beurt weer leiden tot apathie en depressie.

Spelen is bovendien goed voor het kattenbrein. Het zorgt ervoor dat er nieuwe verbindingen in de hersenen worden aangemaakt. Zoals ik in mijn eigen boek *Het handboek voor de gelukkige kat* al schreef: onderzoek toont aan dat een paar minuten per dag spelen, effecten van langdurige stress bij je kat al deels teniet kan doen! Spelen houdt je kat soepel en gezond, ook geestelijk. Maar bovenal is spelen gewoon leuk, voor jou, voor de kat en voor jullie samen.

Ik raad je dit boek van Mikel Delgado van harte aan. Het is het meest complete boek over spelgedrag bij de kat tot nu toe en goed onderbouwd met de nieuwste inzichten op wetenschappelijk gebied. Mikel maakt zonder omhaal duidelijk waarom je met je kat moet spelen. Heb je daar wat hulp bij nodig, dan zal ze je met haar humor en uitstekende praktische tips beslist inspireren. En vergeet de leuke tekeningen van Lili Chin niet!

Wat dit boek bovendien zo bijzonder maakt, zijn de stukken over de katten die wat extra aandacht nodig hebben: de katten die geen zin meer lijken te hebben om te spelen, de oudere katten, de obese katten, de dove of blinde katten, de bangerikjes. Haar liefde voor de kat is voelbaar op iedere pagina.

Veel speelplezier!

Liesbeth Puts

HOOFDSTUK 1

Waarom spelen?



Een ritselend geluid wekt de kat uit zijn dutje op de bank. Hij tilt zijn kop op, nog een beetje wazig van het slapen. Zijn ogen richten zich langzaam op de vogel in de kamer ernaast die zachtjes tussen de bladeren (of is het vloeipapier?) op de vloer huppelt. Opeens is hij alert, staat op en kruipt naar een plek net achter de leuning van de bank, zodat de vogel hem niet kan zien terwijl hij de vogel wel in het vizier heeft. De vogel begint te huppelen en een beetje rond te fladderen en de kat glipt stilletjes van de bank af. Hij loopt snel naar een grote kamerplant in een pot, die hij ziet als een struik, om zich erachter te verschuilen. Hij zakt tot vlak boven de grond, die vreemd genoeg bedekt is met tapijt. Zijn pupillen verwijden zich en zijn oren wijzen naar voren, terwijl hij zo veel mogelijk zintuiglijke informatie in zich opneemt om er zeker van te zijn dat hij optimaal is voorbereid op het vangen van zijn prooi. Terwijl hij zich klaarmaakt voor de aanval, trappelt hij met zijn achterpoten en zijn staart beweegt snel heen en weer. Hij maakt een sprong, landt vlak voor de vogel en slaat tegelijkertijd met zijn voorpoten op het gevederde wezentje.

De vogel spartelt tegen en de kat ploft op zijn zij, grijpt de vogel met zijn voorpoten en bijt hem, terwijl hij met zijn ach-

terpoten schoppende bewegingen maakt tegen de veren. De kat kijkt op en ziet dat zijn mens vlak bij hem staat met een stokje met een touwtje eraan. Het touwtje zit vast aan... de vogel? Hoe kan dat nou? Doordat hij even is afgeleid, ontsnapt de vogel uit zijn greep en vliegt weg. De kat gaat in de achtervolging, springt door de lucht, maakt een perfecte achterwaartse salto en vangt de vogel even vakkundig als altijd.

De kat bedenkt dat dit toch best een beetje vreemd is allemaal. Hij is tenslotte niet buiten, maar gewoon in de woonkamer van het huis waar hij woont. Waarom is er een vogel in de woonkamer? En waarom zit die vogel vast aan zijn mens? En het speeltje ziet eruit als een vogel, voelt als een vogel en het gedraagt zich als een vogel. Kan het kwaad om te doen alsof het een echte vogel is? De kat beseft misschien wel dat hij aan het spelen is, maar hij weet ook dat het bijna net zo goed voelt als jagen.



Mensen spelen hun hele leven. Als kind maken we speelgoed van stenen en stokken, maar we zijn ook eindeloos geboeid door glanzend speelgoed dat verpakt zit. We doen alsof we bouwen, koken of opereren. We gaan met onze knuffeldieren om alsof ze kinderen zijn, we verzorgen ze of leggen ze in bed. We leren spelletjes en doen mee aan teamsporten of kijken ernaar. Spelen wordt heel belangrijk gevonden voor de ontwikkeling, creativiteit, relaties en het welzijn van kinderen.

Als volwassenen genieten veel mensen nog steeds van bordspellen, videogames of sport. We vertellen verhalen en maken grapjes en kunst. We gaan een interactie aan met de wereld om ons heen waarbij we onze verbeelding gebruiken, we gaan

relaties aan en testen onze vaardigheden uit, en meestal beleven we er ook nog een heleboel plezier aan. Maar als we ouder worden, geven we vaak minder prioriteit aan spelen omdat we zoveel verantwoordelijkheden hebben. De rekeningen moeten tenslotte ook worden betaald.

Als kinderen niet de kans krijgen om vrij te spelen (zonder dat volwassenen zich ermee bemoeien), is de kans groter dat ze angstig en depressief worden. En voor volwassenen zijn zegswijzen als 'het is een slecht dorp waar het nooit kermis is' en 'de boog kan niet altijd gespannen zijn' er niet voor niets: zonder spel worden we saai en raken we verveeld.

VOOR ALTIJD JONG

Als spelen niet hoog op ons prioriteitenlijstje staat, hebben we de neiging om het ook niet zo belangrijk te vinden voor onze huisdieren. Maar onze katten en honden (en andere huisdieren) worden niet 'volwassen'. Ze gaan nooit voor zichzelf zorgen, het huis uit en op zoek naar een baan! Door middel van het domesticatieproces hebben we katten geselecteerd op neotenie, oftewel kinderlijke kenmerken, zoals grote ogen, een rond gezicht, een kortere neus, en waarschijnlijk zelfs op vriendelijk gedrag zoals knuffelen en miauwen.

Als we onze huisdieren steriliseren en castreren, blokkeren we ook de circulatie van volwassen geslachtshormonen in hun bloedbaan. Daardoor is de kans groter dat ze hun jeugdige gedrag behouden, waardoor ze minder snel 'volwassen' gedrag vertonen (zoals rondzwerven en hun territorium afbakenen). In het Engels worden ze niet voor niets *fur babies* (bontbaby's) genoemd. Als gevolg hiervan blijven onze huisdieren tot op ze-

kere hoogte altijd jong van hart, en daar hoort ook een levenslang verlangen bij om te spelen!

SPELEN OM TE LEVEN

Als we aan gedrag denken dat belangrijk is om te overleven (vooral bij andere diersoorten), denken we vaak aan paringsgedrag, voedsel zoeken, het verdedigen van het territorium en voorkomen dat je wordt opgegeten door andere dieren. Spelen staat niet hoog op dat lijstje.

Misschien komt dat doordat we spel associëren met frivoliteit: verspilde tijd, iets wat alleen kinderen doen, iets wat we doen als de serieuze dingen in het leven (werk, school, hygiëne, slaap) op orde zijn. Maar wat als we spelen zouden beschouwen als creatief en fantasievol, als training voor de ‘echte wereld’, en een veilige manier om te oefenen met situaties die in het echte leven riskant zouden kunnen zijn?

Spelen kan dieren helpen uit te groeien tot competente volwassen dieren. Ze kunnen hun motorische vaardigheden verbeteren door te klimmen, te springen en driedimensionale ruimten te verkennen (bewegingsspel). Dieren kunnen voedsel leren vergaren of leren jagen door hun interactie met voorwerpen (spel met voorwerpen). Jonge dieren leren vaak hoe ze met soortgenoten of andere dieren moeten omgaan door met ze te stoeien (sociaal spel).

Als we door deze ‘functionele bril’ naar spelen kijken, begrijpen we waarom spelen voor dieren zo belangrijk is. Maar spel dient niet altijd een groter doel. Ik ben er vast van overtuigd dat spelen soms als enige functie heeft dat ‘het leuk is’ of dat ‘het goed voelt’.

HOOFDSTUK 4

De juiste speeltjes



Laten we het eens over speeltjes hebben.

Ja, er zijn een heleboel speeltjes die prima werken, maar die je kunt vergelijken met gezellig jokers voor de lol in plaats van spannend pokeren met een hoge inzet. Wij willen natuurlijk dat je kat de pokerversie speelt met een hoge inzet door speeltjes te gebruiken die hij helemaal fantastisch vindt en waar hij heel gelukkig van wordt. En vergeet niet dat de beste spelletjes het jachtinstinct van je kat activeren.

Om goed met je kat te kunnen spelen moet je de juiste hulpmiddelen hebben. Er is een enorm aanbod aan kattenspeeltjes. Sommige zijn fantastisch, andere zijn verschrikkelijk, en soms is het moeilijk om het verschil te zien totdat je ze samen met je kat hebt uitgeprobeerd.

Wij kijken naar *interactief* speelgoed. Ze worden ook wel speelhengels genoemd. Het basisconcept is steeds hetzelfde: een stokje met iets eraan vast. Het 'stokje' kan bestaan uit een metaaldraadje, een touwtje of stof met een klein voorwerp aan het uiteinde. Dat is de 'nepprooi', bijvoorbeeld vogelveren, een stoffen muis of sliertjes kunststof. De stokjes en touwtjes kunnen lang of kort zijn en de nepprooi kan groot of klein zijn. Ik raad je aan om meerdere van dit soort

speeltjes aan te schaffen zodat je verschillende opties hebt. Je zou minimaal vijf tot tien verschillende soorten kunnen kopen, en je kunt er zelf ook een heleboel maken.

Laten we eens kijken naar de onderdelen van dit speeltje, te beginnen met de stok. Kies een handvat dat comfortabel voelt als je het vasthoudt. Mijn persoonlijke favoriet heeft een gewatteerd handvat en een stok die 60 tot 90 cm lang is. Het gevoerde handvat is comfortabeler voor lange speelsessies en met het langere stokje kun je tijdens het spelen staan en rondlopen. Je kunt er ook hogere plekken mee bereiken, mocht je kat het leuk vinden om vanaf een krabpaal te spelen. Het is natuurlijk mogelijk dat een kort stokje bij jouw kat beter werkt. Het stokje zelf kan heel stijf zijn (bijvoorbeeld van hout) of flexibeler (van plastic). Het stokje kan een nepprooi hebben die direct aan het uiteinde is bevestigd. Veel hengel-tjes zijn gewoon een plastic stokje met wat veren, glanzende sliertjes of andere kleine voorwerpen eraan. Eenvoudig, elegant, effectief. Aan sommige speeltjes kan ook een belletje zitten. Houd er rekening mee dat sommige katten het gerinkel van het belletje een beetje eng vinden. Als dat voor jouw kat geldt, kun je het belletje verwijderen en de veren eraan laten zitten.

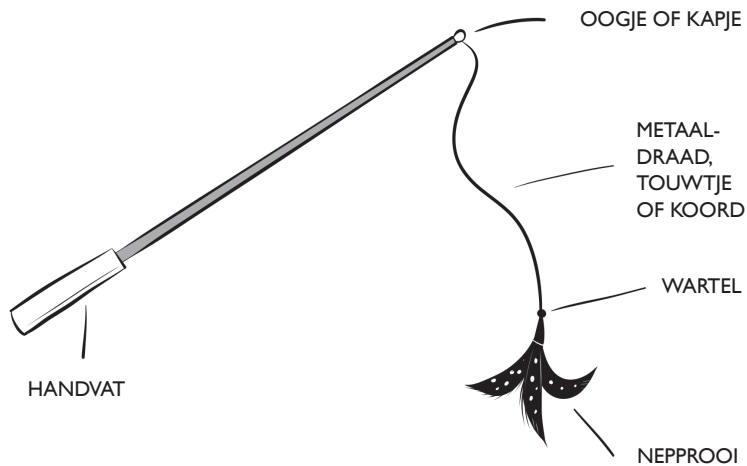
Bij de meeste speeltjes zit een koord, metaaldraad of touw tussen het stokje en de nepprooi. Die leveren alle drie een iets andere speelervaring op. Met een metaaldraad maak je ‘stijve’ bewegingen die je beter kunt controleren. Een touwtje of koord is geschikt voor grote bewegingen. Ik hou erg van speeltjes die gemaakt zijn met visdraad dat bestaat uit één vezel (monofilament), omdat het enkele voordelen van

zowel metaaldraad als touw heeft, en als extra voordeel ook nog doorschijnend is. Dan lijkt de nepprooi wellicht meer op een prooi en minder op 'het ding dat aan de arm van mijn baasje vastzit'.

Kijk goed naar hoe het speeltje is gemaakt. Wat vaak het verschil maakt tussen goedkope speeltjes en speeltjes die ik de moeite waard vind, is de manier waarop het touwtje aan de hengel is bevestigd en hoe de nepprooi aan het touwtje is bevestigd. Katten kunnen best ruw worden tijdens het spelen en kunnen een touwtje zo uit de hengel trekken als het niet goed vastzit.

Een oogje dat in het stokje is geboord of een plastic kapje over de plek waar het touwtje aan het stokje vastzit, maakt het speeltje duurzamer. Als het touwtje alleen maar met lijm is vastgemaakt of als je ziet dat het stokje uit goedkope onderdelen bestaat, zal het speeltje waarschijnlijk niet zo lang meegaan. Zo'n speeltje geeft je kat misschien wel een poosje plezier, maar je portemonnee zal het waarschijnlijk minder waarderen.

En dan nu misschien wel het belangrijkste onderdeel van het speeltje: de nepprooi. Dat is immers het onderdeel dat (in de meeste gevallen) de jager in je kat wakker maakt. De nepprooi kan direct aan het bevestigingskoord zijn vastgebonden of vastgelijmd, maar de meeste kwaliteitsspeeltjes hebben een wartel (wordt ook gebruikt voor visaas) waarmee je de nepprooi kunt verwisselen. Je hebt dan meer waar voor je geld. Je kunt nepprooien apart kopen, waardoor je geld kunt besparen terwijl je kat er alleen maar blijer van wordt.



VERSCHILLENDE SOORTEN NEPPROOIEN



MUIS



VOGEL



WORM



INSECT

ZELFGEMAAKTE NEPPROOI



HOUTEN STOKJE
MET OOGJE

OPTIE: BEVESTIG
DE NEPPROOI DIRECT
AAN HET STOKJE



KLEIN STUKJE
STOF



EEN SPERZIEBOON



STROOKJES
KRAFTPAPIER

Speel je kat gelukkig

Lijdt jouw kat aan overgewicht of ziet hij er vaak wat futloos uit? Grote kans dat hij zijn jachtinstinct niet kan ontwikkelen en daardoor niet lekker in zijn velletje zit. De oplossing is simpel: meer spelen!

In dit boek onthult toonaangevend kattengedragsdeskundige Mikel Delgado alle geheimen voor een gelukkige huiskat. Door de talloze speltechnieken, wetenschappelijk onderbouwde adviezen en charmante illustraties krijgen je kat én jij gegarandeerd zin om te gaan spelen. Dat is niet alleen goed voor de gezondheid van je kat, het verbetert ook de relatie tussen jullie twee.

Dr. Mikel Maria Delgado voltooide in 2017 een PhD in de psychologie waarbij zij zich specialiseerde in het gedrag van dieren. Ze is samen met Jackson Galaxy medeauteur van het succesvolle boek *Total Cat Mojo*.



‘Mikel Delgado combineert wetenschap en praktische tips in dit aantrekkelijke boek: van speltechnieken tot de allerleukste speeltjes. *Speel met je kat* zal zelfs de ervaren katteneigenaar verrassen én motiveren.’

– Liesbeth Puts, kattengedragsdeskundige



9 789043 934206

www.kosmosuitgevers.nl

**KOS
M•S**

NUR 431
Kosmos Uitgever
Utrecht/Antwerp

