

# Slow living animals

## STANDAARD EAR SLIDE EN DE 12 ELEMENTEN

Dit schema geeft je een beknopt overzicht van de volledige uitvoering van de standaard Ear Slide op basis van de 12 elementen van Bewust aanraken.

Standaard Ttouches bestaan in theorie. In de praktijk gaat het er anders aan toe!

Vandaar dat het onderstaande steeds van toepassing blijft in de praktijk:

- de raadgevingen in de video's van module 2
- de algemene richtlijnen van de 12 elementen zoals beschreven in de lessen van module 3

### Element 1 – Lichaamsbewustzijn

- Niet grijpen naar het oor
- Vlakke pols
- Vingers -> let op de ogen!

### Element 2 – Ademhaling

- Doorademen
- Gericht ademen:
  - o Adem IN bij het verpakken van het oor
  - o Adem UIT op strijken

### Element 3 – Intentie en visualisatie

- Volg de lijnen in gedachten mee tot over de oorpunt

### Element 4 – Feedback en lichaamstaal

Er zijn standaard Ttouches maar geen standaard honden. Pas steeds je Ttouch aan a.d.h.v. de feedback van je hond om te komen tot een Trust Ear Slide.

- Reacties bij aanraken binnenkant oor?

### Element 5 – De Ttouch

- Aard van de Ttouch: Strijkende Ttouch
- Handpositie: Oor tussen duim en andere vingers. Duim op het oor, andere vingers onder het oor of omgekeerd of oor 'samen' nemen
- Handbeweging: vloeiende, strijkende bewegingen over denkbeeldige, parallel strepen op het oor. Strepen lopen van ooraanzet tot voorbij de oorpunt.
- Duim 'op' het oor, andere vingers 'onder' het oor of omgekeerd of oor 'samen' nemen
- Steunhand: kin of borst of oor (bij lange oren)

### Element 6 – Contactplaats

- Van schedel over ooraanzet tot voorbij de punt van het oor

### Element 7 – Pauze

- Nadat oor volledig is afgestreken

### Element 8 – Slide

- Om je te begeven van schouder naar oor
- Om oor in zijn geheel af te strijken na volledige Ear Slide

### Element 9 – De cirkel

- Niet van toepassing

### Element 10 – Drukkracht

Niettegenstaande Ttouch de drukkracht van de Ear Slide niet expliciet uitdrukt in cijfers zoals dat wel het geval is bij de Circulaire Ttouch, vind ik het best handig dit wel te doen:

- Ontspannende werking: Druk 1-2 (zoals je een rozenblaadje zou afstrijken, zonder het te scheuren)
- Activerende werking: Druk 3-4

## Element 11 – Snelheid en tempo

De snelheid is moeilijk te bepalen en hangt af van de grootte van de oren. Ttouch drukt daarom de snelheid niet in cijfers uit. Grofweg komt het hierop neer:

Ontspannen:

- Kleine oren – 2 sec.
- Middelgrote oren – 3 tot 4 sec.
- Grote oren – 4 tot 6 sec.

Activeren: sneller, ritmischer en up tempo strijken! En 1 en 1 en 1 en ... => Op 1 strijken, op 'en' verpakken

## Element 12 – Timing en setting

Naast de algemene werking van de Strijkende Ttouch leent de Ear Slide zich goed bij:

- Misselijkheid bij autorijden
- Verteringsproblemen -> misselijkheid, braken, diarree
- Artritis
- Boosten van immuunsysteem
- Vermoeidheid
- Noodgevallen bv. bij shock -> de activerende Ear Slide!
- Koorts, hartproblemen, ademnood
- Doorbloeding bevorderen bij oudere dieren
- Geboortestress
- Ontspanning en focus
- Anesthesie -> sneller in slaap en sneller wakker
- Voor en na geluidsstress/angst -> Niet 'tijdens' wanneer je hond 'gevaar' in het oog wil houden!