

# Slow living animals

## 3 MAANDEN TRAJECT – TRANSFORMEER HET SAMENLEVEN MET JE HOND

### WELKOM

Samenleven met een (of meer) hond(en) is een enorme verrijking in je leven. Een hond is altijd blij om je te zien, het is je maatje. Je kunt samen veel plezier beleven, heerlijke wandelingen maken, lekker kroelen op de bank, samen op avontuur of andere leuke activiteiten doen.

Het loopt echter nogal eens mis doordat de hond niet goed begrepen wordt, er te veel (irreële) verwachtingen zijn, er vanuit gegaan wordt dat de hond zich wel aanpast, er onbewust teveel over zijn/haar grenzen wordt gegaan en hij in situaties gebracht wordt die meer stress opleveren dan plezier. Hierdoor ontstaat vaak probleemgedrag. Het aantal honden dat uitvalt naar andere honden bijvoorbeeld is enorm in Nederland en België. Op de meeste hondenscholen wordt de aandacht alleen gelegd op het aanleren van commando's. En wordt er nog uitgegaan van de dominantietheorie.

De omgang met onze honden is vaak nog gebaseerd op deze theorie die al decennia achterhaald is. Er wordt vaak nog van uitgegaan dat honden alleen maar bezig zijn met wie de leider is. En je moet vooral hierop letten om ervoor te zorgen dat jouw hond je niet de baas wordt. Deze opvoedingsstijl gaat ten koste van het welzijn van de hond en jullie vertrouwensband.

Met deze cursus ruil je een opvoedingsstijl gebaseerd op de dominantietheorie en roedeldenken/-regels in voor een verbindende omgang en opvoedingsstijl, waardoor je relatie steunt op vertrouwen en respect en niet op domineren en/of gedragscontrole.

### VOOR WIE IS DEZE CURSUS BEDOELD?

**Je leeft samen met 1 of meerdere honden** – pup, puber, volwassen hond, binnenlandse -of buitenlandse adoptiehond (en straathond), getraumatiseerde hond, hond met een sport of een job – en je wil:

- leren omgaan met je hond vanuit de levenshouding dat een hond een autonoom individu is
- het welzijn van je hond verbeteren
- een relatie met je hond vanuit vertrouwen

**Je werkt samen met honden** – dierenartsen, hondengedragstherapeuten, hondentrimmers, fysiotherapeuten, kynologisch masseurs, osteopaten, asielmedewerkers, adoptiediensten,... – en je wil je kijk en je omgang met honden verruimen door de nieuwe visie eerst zelf toe te passen en te gaan ervaren met je eigen hond(en).

Wil jij je hond beter gaan begrijpen en resoneren bovenstaande waarden met jou? Dan is dit traject voor jou.

Wil je eerst een korte introductie volgen? Dan hebben we de introductielessen uit dit traject als losse cursus gemaakt. [Klik hier](#) om deze cursus te kopen.

**Voor deze cursus is geen voorkennis vereist.**

---

## DOEL VAN DEZE CURSUS

De cursus van 19 lessen is een praktijkgerichte opleiding waarin je stap voor stap leert:

- hoe je je opvoedingsstijl kan afstemmen op de noden en behoeften van je hond met oog voor zijn autonomie.
- hoe je de ideale leefomgeving kan creëren waar je hond zich kan ontplooien tot een individu dat zich goed voelt in zijn sociale groep
- hoe je je communicatie en relatie kan versterken

Door het volgen van dit traject ga je verder dan je hond alleen maar commando's aan te leren om hem te laten luisteren. Je gaat je serieus verdiepen in de belevingswereld van jouw hond(en). Het gevolg is dat je jouw hond beter gaat begrijpen. Zo kan je er voor zorgen dat hij ontspannen door het leven gaat en met plezier samenwerkt. In de praktijk zul je ervaren dat je hond goed of beter met situaties leert omgaan, dat hij luistert als het nodig is en zal je een diepe verbinding gaan ervaren.

Dit traject is dus gericht op het opbouwen van een vertrouwensrelatie met je huisdier en leert je hoe je hem een liefdevolle begeleiding kunt geven. Het resultaat is een hechte band met je hond waarin je elkaar helemaal vertrouwt en onvoorwaardelijk kan rekenen op elkaar.

---

## PRIJS VOOR DEZE CURSUS

€247,-

De cursus is inclusief:

- De 7 daagse introductiecursus – Anders kijken naar de omgang met je hond
- 12 lessen ondersteund met foto's en video's
- 12 video's met inleiding op de les
- 12 video's met opdrachtbesprekingen
- Uren aan Q&A's waarin vele vragen beantwoord zijn
- Praktische opdrachten om zelf aan de slag te gaan
- Werkboek (PDF)

De cursus blijft levenslang beschikbaar m.a.w. zolang deze website en cursus bestaat. Je geniet gratis van nieuwe updates.

**Je werkt op je eigen leertempo en dat van de hond in zijn vertrouwde omgeving.**

---

## CURSUSOPBOUW

In de eerste week kijken we naar de verouderde inzichten en leg ik uit waarom deze niet meer relevant zijn. Je leert te kijken naar het gedrag van je hond en de omgang met je hond vanuit ruimere en nieuwere inzichten.

De eerste 7 lessen zijn een introductie op het traject, waarin je een basis leert van deze visie, zodat je, wat je in de volgende modules gaat leren, beter kunt plaatsen.

Deze 7 dagen kun je ook eerst los doen als [introductiecursus](#), wanneer je eerst wilt snuffelen aan het omgaan met je hond vanuit deze visie.

Het traject bevat in totaal 19 lessen. De eerste 7 lessen kun je dagelijks doornemen. Alle andere lessen kan je best in een frequentie van 1 les per week volgen. Dit maakt dat je in totaal minimaal 3 maanden bezig bent. Uiteraard ben je vrij om dit op geheel je eigen tempo doen.

Alle online lessen worden ondersteund met foto- en videomateriaal. Je kunt de lessen op je eigen tijd en tempo volgen. En je kunt zelfs na deze drie maanden alles nog eens doornemen, omdat alles beschikbaar blijft.

**Je kan dus altijd kosteloos de updates bekijken, zolang deze cursus online staat!**

Je krijgt tevens beschikking over alle eerdere Q&A webinars (in totaal 33 uur), waarin jouw vraag vast ook behandeld wordt.

Bij elke les krijg je een praktijkopdracht waardoor je het geleerde kunt integreren in je dagelijkse leven. Je ontvangt ook een werkboek die je kunt uitprinten, zodat je voor jezelf aantekeningen kunt maken. Bij elke les zit ook een video waarin ik de opdracht bespreek, zodat je je ervaring hiermee zelf kunt evalueren.

---

## WAT JE ZAL LEREN

In dit traject leer je in 19 online lessen, ondersteund met videomateriaal en praktijkopdrachten, hoe je zo met je hond kan samenleven dat je:

- problemen voorkomt
- problemen oplost
- samen ECHT contact en plezier kunt hebben

Je leert ook andere wegen te bewandelen wanneer blijkt dat je hond een aantal beperkingen heeft, zodat je toch plezier kunt hebben in plaats van dat het je frustrereert.

---

## CURSUSINHOUD

### 7 INTRODUCTIELESSEN

Les 1: De basis voor ontspannen samenleven met je hond

Les 2: Verder kijken dan (dominant of onderdanig) gedrag

Les 3: Verouderde inzichten en geijkte zienswijzen

Les 4: Gedrag verklaard vanuit ruimere en nieuwere inzichten

Les 5: Wat er nog meer nodig is om je hond te begrijpen

Les 6: Cognitief omgaan met dagelijkse situaties

Les 7: Wat is er nodig voor transformatie

### MODULE 1 – WELKE BEHOEFTE HEEFT MIJN HOND?

De basis om een hond zich veilig en dus ontspannen te laten voelen, is dat er voldaan wordt aan zijn behoeften. Er wordt niet vaak bij stilgestaan, omdat de focus meestal ligt op de vraag 'hoe zorg ik ervoor dat mijn hond naar mij luistert?' Wanneer je ook naar jouw hond leert luisteren ontstaat er een hele andere band. De vraag 'hoe verander ik zijn gedrag' zal vervangen worden door de vraag 'wat heeft hij nodig'.

In deze module leer je welke behoeften je hond heeft. Je gaat kijken naar je eigen verwachtingen: in hoeverre stroken die met wat mogelijk is? Hierdoor zul je merken dat jouw verwachtingen en wat je hond nodig heeft veel meer met elkaar in balans gaan komen.

#### Les 1 – Verwachtingen en basisbehoeften

- Waarom is het belangrijk om rekening te houden met de behoeften van je hond?
- Hoe zie jij je hond?
- Wat zijn behoeften?
- Welke behoeften hebben honden?
- Het belang van een lange lijn.

#### Les 2 – Andere belangrijke behoeften

- Het belang van een persoonlijke zone.
- Mag je hond expressie geven aan zijn gevoelens?
- Negatieve effecten van straffen en belonen.
- Liefdevol grenzen stellen.
- Ontdekken innerlijke motivatie.
- Bouwen aan zelfvertrouwen.

#### Les 3 – Inleven in de belevingswereld van je hond

- Voorbij gaan aan focus op gedrag.
- Leren kijken naar de innerlijke belevingswereld van je hond.
- Hoe kun je tegemoet komen aan de intrinsieke motivatie van je hond.

## MODULE 2 - IN COMMUNICATIE MET JE HOND

Communicatie is misschien wel het meest bekende en besproken onderwerp als het gaat over hondengedrag. Gelukkig zijn er steeds meer hondenscholen die hier aandacht aan besteden. Het gaat dan met name over de kalmerende signalen. Toch wordt er nog heel vaak objectief gekeken naar deze communicatie en dat is jammer, want communicatie is zoveel meer! En als je dat gaat ervaren, ontstaat er een veel diepere connectie met je hond.

In deze module leer je wat communicatie allemaal inhoudt. Je leert het belang van communicatie en hoe je met je hond kan communiceren dat jullie elkaar zonder commando's gaan begrijpen.

#### Les 4 – Communiceren met je hond

- Wat is communicatie?
- Hoe interpreteer je de communicatie van je hond.?
- Bewuste en onbewuste communicatie.
- Het belang van congruent zijn.
- Luisteren naar je hond.

#### Les 5 – Communicatie signalen

- Natuurlijke communicatie signalen die iedere hond eigen is.
- Affiliatief gedrag.
- Communicatie tussen soortgenoten en met mensen.
- Wanneer is het beter afstand te houden?
- De expressie van je hond respecteren en zorgen voor veiligheid.
- De rol van geur in communicatie.

#### Les 6 – Communicatie in het dagelijks leven

- Communicatie tussen mens en hond.
- Werken met lichaamstaal.
- Energetische communicatie.
- Omgaan met tegenkomen van onbekende honden.
- Belang van spel.
- Het verschil leren kennen tussen spel en reactief gedrag.

### MODULE 3 - STRESS BIJ HONDEN VOORKOMEN

Honden worden geboren als sociaalvaardige dieren. Van nature weten ze precies hoe ze moeten communiceren en leren ze van nature omgaan met dagelijkse situaties, ze kunnen zagezegd overleven. Door onze omgang met hen wordt deze potentie helaas ondermijnd en kan een hond steeds minder zelf. In onze drukke maatschappij met allerlei regels, eisen en verwachtingen gebeurt het vaak dat we zo met onze honden omgaan dat het stress geeft voor de hond. Stress is dé grootste oorzaak van gedragsproblemen. In deze module leer je wat stress is, hoe je het herkent en hoe je het kunt voorkomen of indien nodig kunt reduceren.

#### Les 7 – Wat is stress en hoe herken je het?

- Je leert wat stress eigenlijk is.
- Het verschil tussen negatieve en positieve stress.
- Het verschil tussen acute en chronische stress.
- Hoe herken je stress bij je hond?
- Het verschil tussen stress en communicatiesignalen.
- Hoe ga je om met stress bij je hond?

#### Les 8 – Factoren voor stress en stress-gerelateerd gedrag

- Welke factoren kunnen een rol spelen bij het ontstaan van stress?
- Wat is de invloed van stress op het welzijn van je hond?
- Welk gedrag is typerend stress-gerelateerd?
- In kaart brengen van je eigen situatie.
- Is dit spel of stress? Je leert het herkennen.

#### Les 9 – Chronische stress, symptomen en stressreductie

- Wanneer ontstaat er chronische stress?
- Symptomen van stress herkennen.
- Je hond helpen om stress te reduceren.
- Wanneer kan je hond zelf de stress reduceren?

Leiderschap is misschien wel de meest besproken term als we het hebben over de omgang met onze honden. Er zijn vele vormen van leiderschap. Vanuit de dominantietheorie brengt leiderschap helaas veel stress met zich mee. Stress voor mens én dier. Dit geldt ook voor training. Veel gedrag dat aangeleerd wordt gaat tegen de natuur van de hond in. Wanneer een hond niet goed begrepen wordt en er worden louter commando's aangeleerd, is dit ook een oorzaak van stress. In deze module leer je hoe je je hond kunt begeleiden vanuit gelijkwaardigheid om hem om te leren gaan met de dagelijkse situatie vanuit zijn perspectief. Dit alles op een vriendelijke en rustige manier.

### Les 10 – Anders kijken naar leiderschap

- Van dominant leiderschap naar begeleiding vanuit gelijkwaardigheid.
- Een hond die graag luistert is blijer dan een hond die móet luisteren.
- Waarom de dominantietheorie veel stress veroorzaakt?
- Veel voorkomende situaties die misplaatst bestempeld worden als rangordeprobleem.
- Wat is er wél belangrijk voor de harmonie in de groep.
- Opvoeden of helpen opgroeien tot een stabiele (volwassen) hond.

### Les 11 – Een hechte band opbouwen

- Het belang van vertrouwen.
- Je krijgt voorbeelden en handvatten hoe je een hechte band op kunt bouwen.
- Kijken naar je eigen situatie, waar kun je verandering aanbrengen.

### Les 12 – Natuurlijk samenleven zonder training

- Commando's aanleren is vanzelfsprekend, maar welke negatieve effecten heeft het.
- Moeten we gedrag wel aanleren? Ontdek hoe honden zelf met situaties om kunnen gaan.
- Verder kijken dan gewenst of ongewenst gedrag.
- De cognitieve mogelijkheden van je hond.
- Wat doet voerbeloning met je hond?
- Begeleid je hond om ervaringsgericht te leren.
- Laat conditionering weer plaats maken voor beleving.

Wil je meer weten over de visie en ervaringen van eerdere deelnemers lezen? [Klik dan hier](#) voor meer informatie.

---

### CURSUSMATERIAAL

- 19 lessen ondersteund met foto's en video's
- 12 video's met inleiding op de les
- 12 video's met opdrachtbesprekingen
- 33 uren aan Q&A's waarin vele vragen beantwoord zijn
- Praktische opdrachten om zelf aan de slag te gaan
- Werkboek (PDF)

---

## INDIVIDUELE BEGELEIDING

Wanneer je dit traject volgt en begeleiding in de praktijk nodig hebt, dan kun je contact opnemen met één van de begeleiders in België of Nederland. De individuele begeleiding is niet opgenomen in de prijs van de cursus. Deze begeleiders zijn allemaal professioneel opgeleid en werken volgens dezelfde visie als Angelique van Kuijk, die dit traject heeft ontwikkeld.

### **BELGIE**

Audrey Lauwers – [leer haar beter kennen](#)

audrey@slowlivinganimals.be

+32 488 47 06 27

[www.slowlivinganimals.be](http://www.slowlivinganimals.be)

### **NEDERLAND**

Jolanda Verbeek

info@dogwellbeing.nl

+31 652 84 19 92

---

## OVER DE INSTRUCTRICE

Angelique van Kuijk is opgeleid tot hondengedragstherapeut en heeft zich daarna gespecialiseerd in een omgang met de hond voorbij de traditionele denkwijze. [Leer haar beter kennen](#).