

De officiële

# Ahimsa-gids voor honden

Je hond dwangvrij  
opvoeden en begeleiden



Grisha Stewart

auteur van **B.A.T.**

voor angstig, gefrustreerd en agressief gedrag bij honden



Bevat ook informatie over reactiviteit



De *officiële*  
Ahimsa-gids voor honden

Je hond dwangvrij  
opvoeden en begeleiden

Ook verschenen van  
Grisha Stewart

*\*Behavior Adjustment Training: BAT for Aggression,  
Frustration and Fear in Dogs (boek)*

*\*verschijnt binnenkort ook in het Nederlands*

*Intro to BAT (dvd)*

*Organic Socialization: BAT for Aggression & Fear in  
Dogs (dvd)*

*BATting 1000: Two-Day Seminar (dvd)*

*Give Your Puppy a Choice: Modern Socialization and  
Training (dvd)*

Kijk voor de laatste titels op:  
[EmpoweredAnimals.com](http://EmpoweredAnimals.com)



*De officiële Ahimsa-gids voor honden*

# De officiële Ahimsa-gids voor honden

---

Je hond dwangvrij  
opvoeden en begeleiden

Grisha Stewart

Uitgegeven door Empowered Animals, LLC  
Anchorage, Alaska, USA



## **De officiële Ahimsa-gids voor honden**

Je hond dwangvrij opvoeden en begeleiden

Grisha Stewart, MA

Uitgegeven door Empowered Animals, LLC

Alaska, USA

[www.EmpoweredAnimals.com](http://www.EmpoweredAnimals.com) / [info@empoweredanimals.com](mailto:info@empoweredanimals.com)

© 2007, 2012, 2014 Grisha Stewart

Grafisch ontwerp: Grisha Stewart en Lili Chin (de leuke)

Omslagfoto's: Alyssa Rose Photography

Foto's binnenwerk: Rachel Butler, Janet Graham, Merijeane Hollingsworth, Diane Kasperowicz, Aaron Lieberman, Rodrigo Lima, Susan McKeon, Almudena Novo, Anna Nussey, Michal Pregowski, Steven Swanson, Cheryl Viera, Tonya Wilhelm en Kirby Wycoff

Nederlandse uitgave:

©2015 Plasman Vertalingen / Uitgeverij

Vertaling: Nannie de Nijs Bik-Plasman

ISBN: 978-94-91700-02-6


1e druk

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden vermenigvuldigd en/of openbaar gemaakt worden door middel van druk, fotokopie, microfilm of op welke wijze dan ook zonder voorafgaande toestemming van de uitgever of auteur.

De auteur en de uitgever zijn niet aansprakelijk voor eventuele (gevolg)schade voortvloeiend uit het gebruik van de instructies en suggesties in dit boek.



## **Aanbevelingen**


 Of het nu over pups opvoeden of over leertheorieën gaat, Grisha heeft gedaan waar ze het best in is: ingewikkelde onderwerpen op een begrijpelijke manier uitleggen. Dit boek vormt een prima basis voor hondenbezitters om hun hond goede hondenmanieren te leren en vaak voorkomende problemen aan te pakken.

Het bevat instructies om gewenst gedrag aan te leren, maar daarnaast behandelt Grisha ook angstig en reactief gedrag; ze biedt hondenbezitters de mogelijkheid om vaardigheden te leren waarmee ze een goede basis kunnen leggen, met als resultaat een hond die zich gelukkiger en ontspannener voelt.


Ten slotte is dit een prima gids om mee te geven aan mensen die een herplaatshond in huis nemen, en instructeurs kunnen hem aan hun cliënten geven; dit alles met het doel honden en mensen te helpen om vreedzaam en in harmonie met elkaar samen te leven.

De *Ahimsa-gids voor honden* is een must voor iedereen die beroepsmatig of privé met honden omgaat.

**Nan Arthur**, auteur van *Chill Out Fido! How to Calm Your Dog*.


 Tussen de duizenden boeken over hondengedrag en -opvoeding is het lastig er een te vinden waarin daadwerkelijk iets nieuws wordt gemeld of een waarin de wetenschappelijke kennis met betrekking tot positieve training op een goede manier wordt uitgelegd. Grisha doet dat wel in haar boekje, de *Ahimsa-gids voor honden*. Het boekje is duidelijk, beknopt, informatief en zeer gebruiksvriendelijk, en verdient een prominente plaats in de boekenkast van iedere instructeur.

**Paul Owens**, auteur van de bestsellers *The Dog Whisperer; A Compassionate, Nonviolent Approach to Dog Training* en *The Puppy Whisperer: A Compassionate, Nonviolent Guide to Early Training and Care*.


 Dit boek is een geweldige bron voor iedereen die meer wil weten over dwangvrije trainingsmethodes die minder stress veroorzaken. Het biedt hondenbezitters een mooi startpunt om een goede relatie met hun hond op te bouwen, op basis van wederzijds vertrouwen. Wat je je hond

ook graag wilt leren of afleren, de kans is groot dat het in dit boek wordt behandeld.


**Debbie Jacobs**, auteur van *A Guide to Living With and Training a Fearful Dog*.

 Dit is het: een leesbaar, beknopt handboek dat iedere verstandige hondenbezitter zal willen lezen. Deze gids beschrijft praktische, stap-voor-stap-oplossingen en de lezer krijgt daarnaast ook inzicht in de wetenschap achter de theorie. Grisha is dé autoriteit op het gebied van BAT en ze deelt haar unieke methode met anderen om een verandering in de omgang met honden te bewerkstelligen en een positieve omgeving voor ze te creëren waarin macht en angst geen rol spelen. Ze laat ons aan de hand van duidelijke instructies en tekeningen een nieuwe manier zien om onze honden te leren netjes aan de lijn te lopen; zonder frustraties. De hondenwereld is Grisha dankbaar dat ze ondanks haar drukke werkzaamheden de tijd heeft genomen deze fantastische gids voor ons te schrijven.

**Kyra Sundance**, beroemd om haar werk met stunthonden en auteur van *101 Dog Tricks*.

 ‘Als Fido bij de kruising tussen de weg naar Brave Hond en de weg naar Stoute Hond aankomt, welke richting kiest hij dan?’ vraagt Grisha Stewart in haar boek, *De officiële Ahimsa-gids voor honden*. Grisha’s boek kan je helpen Fido’s omgeving te managen en hem te leren de juiste keuzes te maken. Ze reikt verschillende manieren aan om je hond zonder dwang gewenst gedrag te leren, en dat doet ze net zo innemend en vriendelijk als haar methodes zijn. Als je dit boek als leidraad neemt, zal je hond veel meer plezier aan je trainingssessies beleven.

**Teoti Anderson**, auteur van *Puppy Care and Training* en *Your Outta Control Puppy: How to Turn Your Precocious Pup Into a Perfect Pet* en ex-voorzitter van de APDT (Association of Pet Dog Trainers).

 Geweldig boek voor pupkopers. Het biedt de basis voor alles wat een hond moet leren, in begrijpelijke bewoordingen. Fokkers zouden het in hun puppenpakket moeten stoppen. Kan ik een hele partij bestellen?

**Michel Berner**, Viszlafokker

*Voor Steve en Spoon,*

*door wie ik me ben gaan verdiepen in hondenopvoeding  
en mijn roeping heb gevonden in het helpen  
van honden en mensen om elkaar beter te begrijpen.*

Mijn speciale dank gaat uit naar mijn creatieve team,  
toegewijde vrijwilligers en enthousiaste leerlingen van  
Ahimsa Dog Training in Seattle.

Dank aan allen die foto's hebben geleverd (zie pagina 4  
voor de namen). Aan Ann Allums, Xaviara Augenblick,  
Sara Boyle, Dana Gallagher, Anne Humphreys, Casey  
Lomanaco, La Trenda S. Walker, Liz Wyant en Kirby  
Wycoff voor hun zorgvuldige meelesen.

Als er toch nog fouten in het boek staan,  
ligt dat – natuurlijk – geheel aan mij!



<b>INLEIDING</b> .....	11
<b>COMMUNICATIE &amp; LEREN IS TWEERICHTINGSVERKEER</b> .....	14
DE COMMUNICATIE VAN JE HOND BEGRIJPEN .....	14
LEERTHEORIE .....	22
- <i>Vier types gevolgen van gedrag</i> .....	22
- <i>Richt je op leuke dingen</i> .....	25
- <i>Smoren met liefde; over beloningen</i> .....	27
HONDEN LEREN VAN HUN ERVARINGEN: SOCIALISATIE VAN PUPS .....	30
<b>CLICKERTRAINING WERKT</b> .....	34
WAT IS EEN CLICKER? .....	34
WAAROM WERKT EEN CLICKER?.....	35
<b>PROBLEEMGEDRAG OPLOSSEN</b> .....	37
OPSPRINGEN EN ANDER ONBEWUST AANGELEERD GEDRAG.....	37
FUNCTIONELE BELONINGEN.....	40
ZINDELIJK MAKEN.....	43
BIJTEN & KAUWEN.....	45
VIJFTIEN TIPS OM BLAFFEN TIJDENS DE LES TE LATEN STOPPEN .....	46
ANGST, FRUSTRATIE EN AGRESSIE.....	49
- <i>Contraconditionering en systematische desensibilisatie</i> .....	50
- <i>BAT</i> .....	54
BAT-LIJNTECHNIEK VOOR ALLE HONDEN .....	67
LAAT ME NIET ALLEEN! HOE VOORKOM JE VERLATINGSANGST .....	76
DIE IS VAN MIJ! HOE VOORKOM EN BEHANDEL JE BEZITSAGRESSIE .....	77
<b>GOEDE GEWOONTES ZIJN MOEILIJK AF TE LEREN</b> .....	83



BETROUWBAAR GEDRAG AANLEREN, HET TRAININGSPROCES .....	84
KEUZEPUNTEN; ZORG DAT JE HOND SUCCES HEEFT .....	87
EEN CUE AAN GEDRAG KOPPELEN .....	89
NAAMSPEL .....	90
KIJK .....	92
ROEPEN; KOMEN OP VERZOEK .....	94
- <i>Wat moet je vermijden als je Hier oefent</i> .....	94
- <i>Algemene tips voor Hier</i> .....	96
- <i>Feestje; de noodroep</i> .....	97
- <i>Oefenen, oefenen, oefenen</i> .....	98
- <i>Geleidelijk moeilijker maken</i> .....	98
- <i>Snoep zoeken; een leuke manier om spelenderwijs te oefenen</i> .....	98
- <i>Meer spelletjes</i> .....	99
EEN CUE OM TE ONTSPANNEN .....	101
ZIT .....	103
AF .....	104
VRIJ GEVEN; ZIJN WE AL KLAAR? .....	106
- <i>Vrij</i> .....	106
- <i>Klaar</i> .....	107
BLIJF .....	108
WACHT .....	110
TOUCH; NEUS- HANDTARGET .....	112
NETJES AAN DE LIJN LOPEN .....	113
- <i>Klikken voor aandacht – klikken voor positie</i> .....	115

- <i>Wenden en volgen</i> .....	117
- <i>Lopen met aandacht (met Touch erbij is het volgen)</i> .....	119
- <i>Boom spelen of Achteruitlopen</i> .....	120
- <i>Snelheidstraining</i> .....	121
- <i>Strafmeters</i> .....	122
- <i>Silky leash-techniek</i> .....	123
LAAT .....	130
GEEF OF LOS .....	132
REGELS VOOR TREKSELLETJES.....	135
101 DINGEN OM MET EEN DOOS TE DOEN .....	136
OP JE PLAATS – IN JE MAND.....	137
BENCHTRAINING .....	141
VEEL SUCCES EN GA ZO DOOR.....	145
<b>BRONNEN VOOR NOG MEER HULP</b> .....	146
<b>OVER DE AUTEUR</b> .....	151



## Inleiding

*Ik ben tegen geweld omdat het goede dat het schijnbaar uitricht slechts van tijdelijke aard is; het kwaad dat het doet is blijvend.*

—Mahatma Ghandi

Dit boek is de opleidingsgids van Ahimsa Dog Training in Seattle. ‘Ahimsa’ is een boeddhistisch principe van geweldloosheid jegens al wat leeft, en geeft onze visie op het omgaan met honden weer: we richten ons op het dwangvrij trainen en bijsturen van gedrag. Bij Ahimsa hantieren we een progressieve, op de wetenschap gebaseerde methode om wederzijdse communicatie tussen mensen en hun honden te ontwikkelen.

Je wordt een consequente, rustige coach die geen dwang hoeft te gebruiken. De technieken zijn te gebruiken bij je pup, je net in huis genomen herplaatshond en ook bij de hond die je al jaren hebt. Maar ook bij katten, paarden, fretten, muizen en alle andere dieren, hoewel je bij katten en bijtschildpadden de trainingssessies korter moet houden omdat ze minder geduld hebben dan honden. Dus als ik het in dit boek over je hond heb, kun je hiervoor ieder ander dier invullen. Ik maak geen gebruik van het woord commando omdat ik liever denk in termen van ‘verzoeken’ dan ‘bevelen’. Daarom gebruik ik de term ‘cue’, wat zowel een woord als een (hand)gebaar kan zijn.

Ik hoop dat je niet alleen leert om je hond nieuw gedrag aan te leren en problemen op te lossen, maar ook dat je merkt dat je op een andere manier met je hond kunt omgaan – en dat je deze nieuwe visie misschien zelfs gaat toepassen op de mensen om je heen. Als je eenmaal op de positieve kanten van het gedrag van je hond gaat letten, zul je merken dat je hetzelfde gaat doen met je kinderen, partner en collega’s. Als je meer aandacht besteedt aan gedrag en gevolg en minder aan ieders tekortkomingen ga je anderen beter begrijpen. Je ziet je hond niet langer als ongehoorzaam of dominant; je ziet alleen gedrag dat moet worden bijgestuurd om prettig te kunnen samenleven.

Als je problemen hebt met agressief gedrag van je hond of als jij of je hond op welke manier dan ook enig risico lopen, neem dan contact op met een professionele instructeur of hondengedragstherapeut die dwangvrij werkt en lees mijn BAT-boek. De tips in dit boek blijven van toepassing en er is een hoofdstuk aan BAT gewijd, maar waarschijnlijk heb je meer en specifiek advies nodig.

Deze gids is handig om te gebruiken bij groepslessen, ook als je die niet bij ons krijgt. Als je een pup hebt, ga dan naar een dwangvrije puppycursus en laat je pup op een leuke manier kennismaken met nieuwe mensen, honden, vreemde oppervlakken, etc. In dit boek behandel ik veel trainingsaspecten, maar niets is zo nuttig als het ontmoeten van andere honden en mensen tijdens de belangrijke socialisatieperiode tussen 8 en 16 weken. Gedurende die hele periode moet je je pup socialiseren; een béétje socialiseren voor de ‘deadline’ van 16 weken is niet voldoende.



**Opmerking:** cues heb ik steeds met een Hoofdletter geschreven, zoals Zit, Af en Op je plaats. Boektitels en belangrijke punten heb ik *gecursiveerd* en veel belangrijke termen heb ik de eerste keer dat ik ze heb gebruikt **vet** geschreven. Om het onhandige hij/zij te vermijden, heb ik hij en zij willekeurig door elkaar gebruikt.

Nog een opmerking: ik adviseer je minstens de eerste twee hoofdstukken van dit boek te lezen voor je in de rest van het boek duikt. Als je die hoofdstukken hebt gelezen, is de rest van het boek makkelijker te begrijpen. De uitleg over het koppelen van een cue aan gedrag komt pas aan het eind van dit boek aan bod omdat het belangrijk is dat het gedrag eerst is aangeleerd voordat je er een cue aan koppelt. Ook als je dit boek alleen leest om je hond te leren zitten op verzoek, lees dan ook het hoofdstuk Een cue aan gedrag koppelen voor je het boek voorgoed weglegt. Bedankt en veel leesplezier. ☺

---

## Communicatie & Leren is tweerichtingsverkeer

*Wetenschap is niets meer dan gezond verstand op zijn best.*  
—Thomas Huxley

Als je gaat beginnen aan de opvoeding van je hond probeer je haar misschien te leren om naar je te luisteren, maar goed onderricht is meer dan je hond leren aandacht voor je te hebben. Je moet zelf ook aandacht hebben voor wat zij nodig heeft, je moet weten wat haar stress bezorgt en zien wanneer ze niet begrijpt wat je van haar wilt. Je hond let al op alles wat er om haar heen gebeurt, ook op jou. Kennis van lichaamstaal helpt je haar te begrijpen en stelt je in staat via je eigen lichaamstaal duidelijker te communiceren. Nadat ik de natuurlijke communicatie tussen jou en je hond heb besproken, leg ik – op grond van wetenschappelijke kennis over leerprocessen – uit hoe je hond leert te doen wat je van haar wilt.

### **De communicatie van je hond begrijpen**

Je leest dit boek hoogstwaarschijnlijk vooral omdat je wilt weten hoe je je hond kunt leren aandacht voor je te hebben en te doen wat je van hem wilt. Ik zou daarmee kunnen beginnen, maar voordat je gaat proberen zijn gedrag te beïnvloeden, wil ik een basis leggen. Ik wil dat je eerst eens kijkt naar wat zijn oren, ogen, staart en andere lichaamsdelen doen en dat je leert om die bewegingen te interpreteren als lichaamstaal met een betekenis. Je lessen gaan veel soepeler als je beter begrijpt wat hij je vertelt.

Laten we beginnen bij de staart. In tegenstelling tot wat in het algemeen wordt aangenomen, *betekent een kwispelende staart niet per se dat je hond blij is*. Een kwispelende staart betekent dat een hond opgewonden is, dat er adrenaline door zijn aderen stroomt. Een kwispelende staart kan op zowel blij als niet-blij emoties duiden. Het goede nieuws is dat je meestal aan de manier waarop hij kwispelt, de houding van zijn staart

en aan de rest van zijn lichaamstaal kunt zien hoe je het kwispelen moet interpreteren. Als hij heel breed kwispelt zodat zijn hele achterste heen en weer beweegt, is dat een goed teken. Als zijn lichaam verstard is en zijn staart kwispelt, is dat meestal een slecht teken, de hond zegt dan eigenlijk ‘wegwezen’. De staart van de hond is onderdeel van zijn ruggengraat en hoe gespannener de spieren rondom de ruggengraat zijn, hoe hoger de houding van de staart is. Gespannen spieren duiden op stress of innerlijke strijd.

Hier volgt een oefening. Ga staan met je voeten stevig op de vloer geplaat. Denk je in dat iemand je kinderen bedreigt. Adem diep in zodat je borst uitzet. Wat gebeurt er met je staartbeen? Je ruggengraat kromt zich een beetje en je staartbeen beweegt naar buiten. Als je een staart had, zou hij nu hoger staan. Stel je nu voor dat je angstig bent en dat iemand je wil slaan. Draai je hoofd en duik weg om de slag te ontwijken. Buig je je staartbeen in? Dat gebeurt bij honden ook. Een staart die als een vlag wordt opgehouden is een teken dat de hond op het punt staat om te gaan vechten. Een omlaag gebogen staart is een teken van angst en de hond kan ook gaan vechten als ze zich in het nauw gedreven voelt. Stel je nu eens voor dat je de loterij hebt gewonnen en doe een vreugdedansje. Wat gebeurt er met je ruggengraat? Die is los en je hele lichaam gaat heen en weer. Dat is vreugde.

**Rustige, blije hond:**

Losse gewrichten en soepele bewegingen, oren in een neutrale positie, de hond beweegt zich in een ‘normale’ gang, kijkt je met ‘zachte’ ogen aan (niet starend), de staart kwispelt met een middelmatig tempo in een cirkel. Hij ligt ontspannen, slaapt, leunt tegen je aan om geaaid te worden, neemt





rustig een snoepje van je aan zonder het weg te grissen, mond zacht en open, ademhaling of hijgen komt overeen met de temperatuur of lichamelijke inspanning van de hond, de hond loopt in bochtige lijnen en zijn lichaam is licht gebogen als hij andere honden of mensen nadert. Deze zwarte hond, Peanut, zat rustig op me te letten terwijl ik zijn foto nam tijdens een kampeertocht. Zijn mond is geopend, hij kijkt me aan, zijn oren staan neutraal, de pupillen zijn niet overdreven verwijd (bedachtzaam), hij zit op verzoek. De gezichtsspieren zijn enigszins aangespannen, maar dat past bij het niveau van de oefening.

## KWISPELEN



### ONTSPANNEN/VRIENDELIJK

Staart halfhoog,  
heen en weer kwispelend in een rondje  
Lichaam is ontspannen,  
achterlichaam kwispelt mee



### GESPANNEN

Staart staat hoog en kwispelt snel  
Lichaam is gespannen

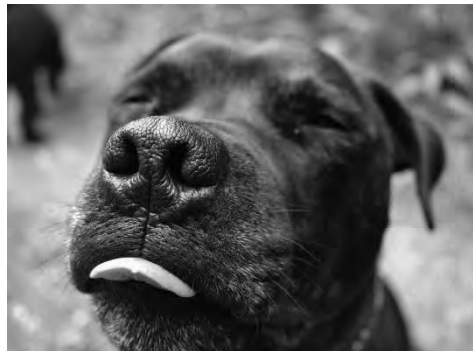


### ANGSTIG

Staart laag en kwispelt snel  
Lichaam in elkaar gedoken

**Tekenen van stress of innerlijke strijd:** tijdens je trainingssessies moet je kunnen zien dat je hond plezier heeft en moet hij geen van onderstaande stresssignalen vertonen. Als je tekenen van stress ziet, las dan een pauze in en probeer te achterhalen welk onderdeel van de sessie stress veroorzaakt. Misschien straf je hem onbewust terwijl je zijn gedrag zou moeten bekrachtigen, misschien veroorzaakt je lichaamstaal stress, of misschien vraag je te veel van hem.

- Gespannen spieren
- Gapen
- Oren achterover zoals de boxer hieronder, ('ik wil hier weg')
- Oren naar voren gespitst ('ik wil die bal' of 'ik bijt die vent voordat hij mij te grazen neemt')
- Intensief snuffelen ('deze les is verwarrend en te spannend')
- Hond loopt in slow motion
- Hijgen zonder dat de temperatuur daar aanleiding voor geeft
- De omgeving afspeuren naar gevaar; snel draaien van het hoofd om in alle richtingen tegelijk te kunnen kijken
- Plotseling sneller bewegen tijdens het stoeien (stijgend opwindingsniveau)
- Wegdraaien om aanraking te vermijden ('ik wil weg')
- Tongelen zoals de boxer op de foto ('ik voel me niet op mijn gemak')
- Snoep weggrissen ('ik ben alleen hier omdat ik van lekkere hapjes houd')



- Geen trek in snoep ('ik ben te gestrest om te eten')
- Staart als een vlag omhoog ('ga weg')
- Staart omlaag gebogen ('ik wil weg')
- Lichaam in elkaar gedoken ('ik wil weg')
- Lichaam langgerekt en in vierkante houding naar iets of iemand toegekeerd ('ga weg')
- Hond ontwijkt je of rolt meteen op zijn rug als je hem benadert of naar hem reikt ('doe me alsjeblieft niets')
- Plassen tijdens het begroeten ('doe me alsjeblieft niets')
- Vuile blik; hoofd weggedraaid maar ogen staren naar je of naar een ander dier ('dit is van mij')
- Verstarren/bevriezen (vooral met een harde, starende blik)
- Blaffen
- Tanden laten zien
- Grommen
- Bijten



Hoe kun je deze kennis gebruiken? Kijk naar je hond als hij met andere mensen of honden bezig is om te zien wat voor hem 'normaal' is en welke lichaamshoudingen op stress duiden. Een naar beneden gebogen staart ziet er bij een hond met een gekrulde staart (Shiba Inu, Mopshond, Husky, etc.) uit als de neutrale staart van een Golden Retriever. De vro-

lijk opgeheven staart van een Italiaanse windhond kan er hetzelfde uitzien als de naar beneden gebogen staart van een Duitse herder. Kijken naar het lichaam van je hond terwijl hij anderen ontmoet kan een geweldige leerervaring zijn. Hoe verandert zijn lichaam als hij konijnen ziet? Als hij de hond van de burens tegenkomt? Als je nictje binnenkomt? Als je partner hem op het hoofd aait? Als je hem over zijn zij of borst aait? Gebruik deze informatie over het stressniveau van je hond om te bepalen hoe je met hem omgaat.