Deel 2

In Verbinding met je Pup

Een holistische reis in opvoeden met Intuïtie, Liefde en Respect

Ingrid van Dam

Deel 2:
In Verbinding met je Pup

ISBN: 9789403836751

Ingrid van Dam

In Verbinding met je Pup
Een holistische reis in opvoeden met Intuïtie, Liefde en Respect

1e druk, november 2025

Dogsview.nl

Niets uit deze uitgave mag worden gekopieerd, gefotografeerd, op microfilm gezet, vermenigvuldigd in welke vorm dan ook, inclusief gebruik op internet, cd, dvd, cd-rom, enzovoort, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

© Ingrid van Dam

Dit tweede deel bouwt voort op de basis die in deel 1; “**Jouw puppy’s eerste levensfase**” wordt gelegd. In dat eerste boek leer je de taal van je pup écht begrijpen, van hechting en hersenontwikkeling tot de energetische verbinding tussen jullie.
Wie dat fundament kent, zal in dit deel merken hoe alles samenvalt: gedrag wordt inzicht, communicatie wordt gevoel, en opvoeding verandert in samenwerking. Lees dus eerst deel 1 om deze reis met je hond vanuit diepe verbinding te beleven.

Inhoudsopgave

Hoofdstuk 1
Welkom in de betoverende wereld van puppy's 13
Moeder-pup resonantie 17
Het nest als energetisch veld 21
Leren door voelen 25
Energie en langetermijnwelzijn 29
Praktische oefeningen 33

Hoofdstuk 2
En dan mag je puppy eindelijk mee naar huis 35
Groei en nieuwsgierigheid 41
Mentale prikkels en leerervaringen 45
Energie, beweging en lichaam 49
Sociale verbinding en emotionele ontwikkeling 53

Hoofdstuk 3
Slapen en herstel 57
Bijt- en kauwgedrag 61
Observeer en volg het tempo van je pup 65
Zindelijkheid vanuit vertrouwen 69
Prikkelverwerking & zelfregulatie 73
Voorkomen van probleemgedrag 77
De rol van aanraking en lichaamstaal 81
Introductie tot de buitenwereld 85
Zelfstandig worden zonder angst 89
Mentale stimulatie 93
De rol van de eigenaar als spiegel 95
Praktische voorbeelden van hoe je pup
jouw energie spiegelt 97

Hoofdstuk 4
Cognitieve ontwikkeling en Sociale behoeften 99
Puppyklassen vanuit holistisch oogpunt gezien 103
Prikkels, Stress en Veilige Ontwikkeling voor Puppy's 108
Leren door verbinding, niet door commando's 109

De echte betekenis van gehoorzaamheid 113
Van Kunstjes naar Verbinding 117
Individuele verschillen worden minder meegenomen 119
Risico op negatieve associaties 123
Focus op natuurlijke leerervaringen 127
De spiegel van wetenschap en gevoel 131
Dankwoord 135

Praktisch stappenplan
Natuurlijke leerervaringen voor je pup 137
Do's & Don'ts; Jouw energie als spiegel voor je pup 141
Bronnen 145

Introductie

Het avontuur van samen groeien

Een pup in huis nemen is veel meer dan het aanschaffen van een huisdier; het is het begin van een diepgaande relatie, een gedeelde reis van leren, voelen en ontdekken. Een holistisch perspectief gaat het niet alleen om trainen of gehoorzaamheid, maar om het begrijpen van de pup als compleet wezen: fysiek, mentaal, emotioneel en energetisch.
Je pup arriveert met een bagage van ervaringen uit het nest: signalen van veiligheid, eerste indrukken van aanraking, geur en ritme. Alles wat hij tot nu toe heeft ervaren, vormt een blauwdruk van hoe hij de wereld ziet en beleeft.
Als eigenaar ben jij vanaf het eerste moment een deel van die blauwdruk. Jouw energie, aanwezigheid en empathie beïnvloeden hoe hij leert vertrouwen, grenzen ontdekt en sociale vaardigheden ontwikkelt. Honden spiegelen ons: ze voelen spanning, rust, enthousiasme en onzekerheid voordat wij iets uitspreken. Hoe jij in het leven staat, hoe jij reageert op prikkels en uitdagingen, legt de basis voor hoe je pup zijn omgeving ervaart. Een holistische benadering gaat uit van verbinding boven commando's, van waarnemen boven sturen, en van vertrouwen boven dwang. Het betekent dat je jouw pup observeert, zijn lichaamstaal leest, zijn natuurlijke nieuwsgierigheid respecteert en hem ruimte biedt om op eigen tempo te ontdekken. Zo ontwikkelt hij niet alleen fysiek, maar ook emotioneel en cognitief. Mentale stimulatie, spel, geurwerk, aanraking en rustige herstelmomenten zijn allemaal instrumenten die samen een veerkrachtige, nieuwsgierige en zelfverzekerde hond vormen. Deze aanpak erkent ook dat pups individueel verschillen: temperament, gevoeligheid en leerstijl variëren sterk, en een strategie die voor de ene pup werkt, kan bij een andere juist spanning veroorzaken. Het is aan jou om je aanpak aan te passen, te observeren en bewust aanwezig te zijn. Je leert je pup kennen als uniek wezen en groeit zelf mee in geduld, bewustzijn en empathie. Een holistische introductie betekent dus niet alleen: leren zitten, blijven of volgen. Het betekent: zien, voelen en meebewegen. Het is

een uitnodiging om een partnerschap te creëren dat verder gaat dan woorden, waarin vertrouwen, veiligheid en verbinding centraal staan. Het is de basis van een leven lang leren, samen.

Liefs,

Ingrid van Dam
Holistisch Hondencoach, Dogsview.nl

Hoofdstuk 1

Welkom in de betoverende wereld van puppy's

Een plek waar leven, energie en verbondenheid zich in hun puurste vorm ontvouwen. Stel je voor: een pasgeboren pup trekt zijn eerste adem. Het zachte, trillende piepje dat ontsnapt, is niet zomaar een geluid; het is een roep vanuit de kern van een nieuw bestaan. Zijn kleine lijfje, nog kwetsbaar en vol verwondering, zoekt instinctief de warmte van zijn moeder en de nabijheid van zijn nestgenoten. Zonder het zelf te weten, voelt hij dat veiligheid, geborgenheid en verbinding de fundamenten van zijn wereld zijn. De lucht is zwaar van geuren: vruchtwater, moedermelk, de subtiele signalen van feromonen die zowel biologisch als emotioneel betekenisvol zijn. Voor deze pup vormen ze zijn eerste blauwdruk van de werkelijkheid. Zijn ogen zijn nog gesloten, zijn oren slechts gevoelig voor de zachtste trillingen, en toch neemt hij al intens alles om zich heen waar. Het is alsof zijn hele wezen een antenne is, afgestemd op resonantie:

- Het ritme van de ademhaling van zijn moeder,
- Het kloppen van haar hart,
- De warmte van haar lichaam,
- De aanraking van broertjes en zusjes die zich tegen hem aandrukken.

Elk contact, hoe klein ook, wordt in het diepste van zijn hersenen verwerkt, vormt nieuwe verbindingen en legt het fundament voor een complex netwerk dat zijn hele leven zal beïnvloeden.

Onderzoek toont aan dat deze eerste ervaringen allesbehalve vluchtig zijn. Ze vormen letterlijk de bouwstenen van zijn zenuwstelsel, van zijn limbisch systeem en van zijn vermogen om emoties te reguleren. Wat wij als buitenstaanders zien als slapende, piepende lichaampjes, is in werkelijkheid een levend veld van interactie, een eerste oefening in sociaal bewustzijn. Wanneer pups elkaar zachtjes duwen, piepen bij ongemak of zoeken naar een tepel, leren ze niet alleen

over overleven; ze leren empathie, afstemming en sociale subtiliteit. Het zijn deze prille momenten van wederkerigheid die later het vermogen tot vertrouwen, hechting en sociale interactie bepalen. De moederhond speelt hierin een rol die veel verder gaat dan voeden of verzorgen alleen.

- Haar aanwezigheid is een levend kompas dat het nest leidt.
- Haar kalmte, haar ritme, haar houding; ze zenden een energetische frequentie uit waarop de pups zich afstemmen.
- Een moeder die rustig en vol vertrouwen is, biedt een blauwdruk van veiligheid.
- Een moeder die gespannen of nerveus is, laat dit ook voelen, en dat beïnvloedt hoe de pups stress en prikkels in de toekomst zullen ervaren.

Wetenschappers hebben aangetoond dat pups uit stabiele, evenwichtige nesten later veerkrachtiger, socialer en stressbestendiger zijn dan pups uit minder harmonieuze omgevingen. Via haar leert de pup de wereld niet zien, maar voelen; nog voordat hij er echt deel van kan uitmaken. Holistisch gezien is het nest meer dan een fysieke ruimte; het is een energetisch veld waarin alles met elkaar verbonden is.

- Het ritme van ademhaling, drinken en rusten
- De warmte van de groep
- De geuren die door de lucht zweven
- Zelfs de kleinste trillingen wanneer een pup piept of de moeder reageert

Al deze aspecten vormen een onzichtbaar web dat alles draagt. Dit veld is de eerste leerschool van de pup:

- De pup leert dat hij onderdeel is van een groter geheel
- Dat er ritmes zijn om in mee te bewegen
- Dat hij gedragen en gesteund wordt nog voordat hij zelfstandig kan staan

Op neurologisch niveau gebeurt er in die eerste dagen iets ongelooflijks. Synapsen schieten als een snelgroeiend netwerk door het brein, geleid door iedere aanraking, iedere geur, ieder trillinkje van energie. Waar wij enkel een pup zien die slaapt, vindt in hun hoofd een explosie van activiteit plaats die de rest van zijn leven beïnvloedt.

- Vroege ervaringen worden letterlijk ingebouwd in het fundament van zijn hersenen, en vormen zijn innerlijk kompas voor hoe hij later stress reguleert, de wereld verkent en relaties aangaat.

Als mens hebben wij hier een rol in, nog voordat de pup ons huis betreedt. De energie die wij meebrengen (rustig, bewust, aanwezig of juist onrustig en gehaast) beïnvloedt de resonantie waarin de pup terechtkomt. De plek die wij creëren, vol warmte, veiligheid en harmonie, is niet slechts achtergrond: het is een actief veld dat de ontwikkeling van de pup ondersteunt. Hij groeit niet alleen door;

- Voeding en aanraking, maar door de energie die wij neerzetten
- De bewuste aanwezigheid die we bieden en de liefdevolle toon waarmee we zijn wereld inkleuren
- Die eerste ademhaling
- Die eerste aanrakingen
- Die eerste geuren en trillingen

Dit zijn geen toevalligheden, maar het fundament waarop een heel leven wordt gebouwd. Wetenschappelijk gezien activeren ze hersengebieden die later sociaal gedrag, leervermogen en stressregulatie sturen. Holistisch gezien zijn het momenten van diepe resonantie waarin de pup leert wat veiligheid, liefde en verbondenheid betekenen.

- De eerste weken zijn heilig
- Een periode van transformatie
- Diepe indruk die het hele verdere leven kleurt