





# **De psychologie van de hond**

Wie luistert naar gedrag,  
hoort het hart van de hond.

*Ingrid van Dam*

De psychologie van de hond

ISBN: 9789403687469

Ingrid van Dam

De psychologie van de hond.

Wie luistert naar gedrag, hoort het hart van de hond.

4e druk, oktober 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





# Inhoudsopgave

## Hoofdstuk 1

|                            |    |
|----------------------------|----|
| De psychologie van de hond | 13 |
| Klassieke conditionering   | 19 |
| Operante conditionering    | 21 |
| Prenatale fase (Dracht)    | 29 |

## Hoofdstuk 2

|   |    |
|---|----|
| Vooronderzoek zwangerschap bij erkende Fokkers                    | 31 |
| DNA afstammingscontrole   | 33 |
| Regels basisreglement welzijn & gezondheid                        | 35 |
| Inteeltbeperking  | 37 |
| Broodfokkers  | 39 |
| Praktisch en holistisch stappenplan                               | 42 |
| Broodfokkers die zelf fokken met honden                           | 45 |
| De handelaren die puppy's uit het buitenland halen en verhandelen | 49 |
| Psychologische schade van puppy's tijdens de dracht               | 53 |

## Hoofdstuk 3

|  |    |
|--|----|
| De eerste hechting van een puppy           | 55 |
| Hechtingsproblematiek                      | 59 |
| Veilige hechting van de pup                | 61 |
| Onveilige hechting (hechtingsproblematiek) | 63 |
| Onveilig vermijgend gehecht                | 65 |
| Onveilig afwerend gehecht                  | 66 |
| Gedesorganiseerd gehecht                   | 67 |
| Geremde en ongeremde hechting              | 68 |

|  |    |
|--|----|
| Risicofactoren hechting                                | 69 |
| Signalering hechtingsproblemen van de pup              | 71 |
| Houding van de begeleider bij<br>hechtingsproblematiek | 73 |
| Transitieperiode                                       | 76 |

#### **Hoofdstuk 4**

|  |    |
|--|----|
| De socialisatieperiode                 | 79 |
| Vroege socialisatie (3,5 tot 12 weken) | 81 |

#### **Hoofdstuk 5**

|  |    |
|--|----|
| Juveniele periode                          | 87 |
| Late socialisatie (12 weken tot 6 maanden) | 89 |

#### **Hoofdstuk 6**

|                           |    |
|---------------------------|----|
| Adolescentieperiode       | 93 |
| De begeleiding van de pup | 97 |

#### **Hoofdstuk 7**

|                                       |     |
|---------------------------------------|-----|
| Wat is angst?                         | 99  |
| Kenmerken van een angststoornis       | 101 |
| Verwerking angst-signalen uit balans  | 103 |
| Hoe belangrijk zijn neurotransmitters | 105 |
| Ingrijpende gebeurtenissen            | 107 |
| Het karakter van de hond              | 109 |

#### **Hoofdstuk 8**

|                               |     |
|-------------------------------|-----|
| Psychische stoornissen        | 111 |
| ADHD bij honden               | 113 |
| ADHD-symptomen bij honden     | 115 |
| De stomvervelende hond        | 117 |
| ADD bij de hond               | 119 |
| Kenmerken van ADD bij de hond | 121 |

|   |     |
|---|-----|
| Verschillen tussen ADD en ADHD            | 123 |
| ADD vaak pas laat of niet ontdekt         | 125 |
| Neurotransmitters en dopamine             | 127 |
| De hersenen werken anders                 | 129 |
| Honden met hyperfocus                     | 131 |
| Honden met autisme                        | 133 |
| Honden met reactiviteit                   | 135 |
| Honden met stress                         | 137 |
| Wetenschap over gedrag                    | 141 |
| De hormonale balans                       | 143 |
| Een hond met een burn out                 | 145 |
| Een complex fenomeen                      | 147 |
| Oorzaken van een hoog stressniveau        | 151 |
| Hoe kan je omgaan met angst?              | 153 |
| Hoe bouw je een goede vertrouwensband op? | 155 |
| Een bore-out bij honden                   | 157 |
| Depressie bij honden                      | 159 |
| De eenzame depressieve hond               | 161 |
| Eenzaamheid bij honden                    | 163 |
| Bindingsangst                             | 165 |
| Negatief Zelfbeeld                        | 169 |
| Problematiek rondom gedrags               | 173 |

## **Hoofdstuk 9**

|                                    |     |
|------------------------------------|-----|
| De overspannen hond                | 177 |
| Wat is draaglast van de hond?      | 181 |
| Wat is de draagkracht van de hond? | 183 |
| PTSS/Trauma bij de hond            | 187 |
| Vermijdingsgedrag van de hond      | 191 |
| De voortdurende spanning           | 193 |

## **Hoofdstuk 10**

|                                  |     |
|----------------------------------|-----|
| Stressstoornissen bij honden     | 195 |
| Klassieke PTSS en complexe PTSS? | 197 |

|  |     |
|--|-----|
| Factoren in de ontwikkeling van PTSS                         | 199 |
| Verwerking van gebeurtenissen                                | 201 |
| Factoren die de ontwikkeling van PTSS bij honden beïnvloeden | 203 |
| Obsessieve-compulsieve stoornissen bij honden                | 203 |
| Rouw en verlies  | 209 |

## **Hoofdstuk 11**

|   |     |
|---|-----|
| Slaapproblemen bij honden                           | 215 |
| Een hond die slecht slaapt                          | 221 |
| Slaap is voor een hond even essentieel als ademen   | 223 |
| Symptomen van slaapproblemen                        | 225 |
| Kenmerken van slapeloosheid                         | 227 |
| Kenmerken van hypersomnia                           | 229 |
| Kenmerken slaap gerelateerde ademhalingsstoornissen | 231 |
| Kenmerken slaap gerelateerde bewegingsstoornissen   | 233 |
| Circadiaans ritme slaapproblemen                    | 235 |
| Samenhangende slaapproblemen                        | 237 |
| De oorzaak van slaapproblemen                       | 239 |
| Slaapproblemen door stress                          | 241 |
| Slaapproblemen door psychische klachten             | 243 |

## **Hoofdstuk 12**

|  |     |
|--|-----|
| Broedfokker en Hondenhandel                  | 245 |
| Checklist bij het kopen van een pup          | 248 |
| Welzijn en waarborg van de pups              | 251 |
| Handelaren en malafide puppyhandel           | 253 |
| International Fund for Animal Welfare (IFAW) | 255 |
| De wereld van de illegale puppyhandel        | 261 |

|  |     |
|--|-----|
| Broedfokker, tussenhandelaar en handelaar          | 265 |
| Criminele netwerken                                | 267 |
| Verkoop en internet                                | 271 |
| Hondenziektes, volksgezondheid en<br>de dierenarts | 273 |
| Verloop internationale hondenhandel                | 275 |
| Beoordeling van welzijn                            | 277 |
| Slotwoord  | 283 |



# Hoofdstuk 1

## De psychologie van de hond

Honden denken, voelen en ervaren de wereld op manieren die vaak verrassend menselijk lijken. Achter elke beweging en elk geblaf schuilt een wezen dat emoties, sociale signalen en omgevingsprikkels verwerkt, en reageert op manieren die laten zien wat het nodig heeft en hoe het zich voelt. Het begrijpen van de psychologie van een hond gaat verder dan commando's en trucjes; het gaat over luisteren naar een taal die niet in woorden wordt gesproken, maar in gedrag, lichaamshouding en emoties. Door deze taal te leren begrijpen, kunnen we een diepe band opbouwen, gedragsproblemen voorkomen en een leven creëren waarin honden zich veilig, begrepen en gelukkig voelen.

Elke pup komt ter wereld met een open geest, een onbeschreven blad vol mogelijkheden. In zijn eerste weken vormt hij niet alleen zijn lichaam, maar ook zijn binnenwereld:

- Hun emoties
- Hun vermogen tot vertrouwen
- Hun reactie op stress en hun gevoel van veiligheid

Deze innerlijke bouwstenen bepalen later zijn gedrag. Wie naar een hond kijkt door de lens van zijn psychologie, ziet méér dan gedrag;

➤ Die ziet het verhaal áchter het gedrag.

En precies daar begint echt begrip.

We zijn gewend om bij honden vooral te kijken naar wat ze doen: blaffen, trekken, ontwijken of juist toenadering zoeken. Maar gedrag is slechts het topje van een veel diepere structuur. Daaronder ligt een rijke emotionele wereld, gevormd door karakter, ervaring en erfelijke aanleg.

Neurowetenschappers zoals Jaak Panksepp ontdekten dat honden, net als mensen, beschikken over een goed ontwikkeld limbisch systeem, het deel van de hersenen waar emoties ontstaan. Daar worden gevoelens van vreugde, angst, frustratie en verbondenheid aangestuurd.

MRI-onderzoek van Gregory Berns aan Emory University liet zien dat honden hersenactiviteit vertonen in dezelfde gebieden als mensen wanneer ze genegenheid ervaren. Ze voelen dus niet alleen “iets”, ze beleven het “bewust”.

Ook hun spiegelneuronen zorgen ervoor dat honden onze stemming aanvoelen. Ze reageren op spanning in onze stem, een zucht van opluchting of een glimlach. Hun gedrag is dus geen toeval; Het is

afgestemd op de emotionele golfslag van hun omgeving.

- Angst, bijvoorbeeld, is geen “slecht gedrag”.
- Het is een emotie die gedrag aanstuurt.

Een hond die vlucht, blaft of bevriest, probeert niet te dwarsen, hij probeert te overleven.

- Wanneer we dat begrijpen, verschuift onze rol van trainer naar begeleider.

De psychologische ontwikkeling van een hond begint al vóór zijn geboorte.

Onderzoek van de Universiteit van Helsinki toont aan dat stress bij de drachtige teef (via hormonen als cortisol) invloed heeft op de stressgevoeligheid van haar pups. Een moeder die zich veilig voelt, draagt die rust onbewust door aan haar nakomelingen. De eerste weken na de geboorte zijn daarna van levensbelang.

Studies van Scott & Fuller lieten al in de jaren zestig zien dat de socialisatieperiode tussen drie en twaalf weken cruciaal is voor de manier waarop een hond de wereld ervaart. Pups die in een rustige, liefdevolle omgeving opgroeien, ontwikkelen een stabiel zenuwstelsel. Ze leren dat de wereld voorspelbaar en veilig is. Pups uit onrustige omstandigheden (zoals bij broedfok, te vroege scheiding of prikkelrijke omgevingen) ontwikkelen

vaak een overactieve stressas (de HPA-as). Hun lichaam leert al vroeg dat de wereld onveilig is.

- Dat patroon kan zich later tonen als angst, hyperalertheid of overmatige waakzaamheid.
- Niet uit koppigheid, maar uit zelfbescherming.

In de hondenwereld spreken we vaak over “gedragsproblemen”, maar zelden over “psychische problemen”. Toch zijn die er. Langdurige stress verandert de werking van de hersenen.

Onderzoek van Beerda (Wageningen University) toont aan dat chronische stress bij honden leidt tot een verlaagde aanmaak van serotonine en dopamine, stoffen die rust en tevredenheid bevorderen. Het resultaat is onrust, prikkelbaarheid en verminderde leerbaarheid. De toename van gedragsproblemen de laatste decennia is geen toeval.

Snelle fok, te vroege nestverlating, gebrek aan rust, voortdurende prikkels en trainingsmethoden gericht op gehoorzaamheid in plaats van begrip, hebben de balans verstoord.

- Een hond die voortdurend moet voldoen aan menselijke verwachtingen, verliest het contact met zijn natuurlijke ritme.
- Een geestelijk gezonde hond is niet de hond die altijd “braaf” is, maar de hond die zich veilig voelt, die zichzelf mag zijn, en die kan herstellen van spanning zonder angst voor afwijzing.

De psychologie van de hond vraagt om écht kijken.  
Niet alleen:

- Wat doet hij?

Maar vooral:

- Wat voelt hij?
- Wat heeft hij meegemaakt?
- Wat vertelt zijn lichaamstaal?
- Waar komt hij vandaan?
- Hoe was zijn nesttijd?
- Welke ras-eigenschappen spelen mee in zijn instinctieve gedrag?
- Hoe is hij opgevoed, via beloning en vertrouwen, of via druk en controle?

Elk antwoord is een stukje van zijn verhaal. Wanneer we de hond zien als een uniek individu, met zijn eigen leerstijl, emoties en grenzen, ontstaat een veilige ruimte waarin groei mogelijk is. Een hond die zich begrepen voelt, heeft geen dwang nodig, alleen richting, rust en erkenning.

De psychologie van de hond is geen zweverig concept, maar een noodzakelijke evolutie in onze omgang met dieren.

Marc Bekoff, expert in cognitieve ethologie, beschreef dat honden beschikken over empathie, zelfbewustzijn en sociale intelligentie. Wie dat erkent, ziet de hond niet langer als een wezen dat “gecorrigeerd” moet worden, maar als een levend

individu dat voelt, leert en zoekt naar verbinding.  
We verschuiven

- Van controle naar begrip
- Van gehoorzaamheid naar samenwerking
- Van gedragstraining naar emotionele begeleiding

Een geestelijk gezonde hond is niet de hond die altijd “braaf” is, maar de hond die zich “veilig” voelt, “gehoord” wordt en “ruimte” krijgt om te herstellen van spanning. Misschien is dát de toekomst van onze relatie met honden: niet langer gebaseerd op macht, maar op wederzijds vertrouwen, veiligheid en respect.

## **Klassieke conditionering**

De opvoeding van een pup gaat veel verder dan het leren van commando's of het aanleren van trucjes. Klassieke conditionering, waarbij een bepaald gedrag wordt gekoppeld aan een prikkel, kan nuttig zijn voor training, maar het vormt slechts een klein deel van wat een pup nodig heeft om zich emotioneel en sociaal gezond te ontwikkelen. Het echte fundament van een stabiele hond ligt in hoe zijn angsten, emoties en ervaringen worden herkend en begeleid. Wanneer deze gevoelens niet gezien of erkend worden, stapelen zich subtiele spanningen op die zich later, vaak tijdens de puberteit, uiten. Dit is een periode waarin het hormonale systeem volop in beweging is en emoties sterker tot uiting komen.

Onverwerkte angst en stress kunnen zich ontwikkelen tot ernstigere psychische problemen, die zich pas duidelijk manifesteren als de pup volwassen is.

Onderzoek in de gedragsneurowetenschap laat zien dat langdurige stress de hormoonhuishouding beïnvloedt, waaronder cortisol- en serotonineniveaus, wat op zijn beurt de leerbaarheid, sociale interacties en emotionele stabiliteit kan beïnvloeden. Het gedrag dat we dan zien, zoals terugtrekken, overmatige waakzaamheid of agressie, is een uiting van deze innerlijke disbalans en niet de oorzaak zelf.

Als begeleider is het daarom essentieel om de pup te observeren en zijn gevoelens te erkennen. Wanneer een pup zich veilig voelt om zijn angst te uiten en steun krijgt bij het verwerken van spanningen, leert hij vertrouwen te ontwikkelen en wordt hij veerkrachtiger. Praktisch kan dit bijvoorbeeld betekenen dat je de pup stap voor stap laat wennen aan nieuwe prikkels, dat je lichaamstaal en emoties van de pup serieus neemt en dat je positieve ervaringen koppelt aan uitdagende situaties, zonder dwang of overmatige correctie.

Een pup die op deze manier wordt begeleid, ontwikkelt een gezond stresssysteem, kan beter omgaan met veranderingen en groeit uit tot een volwassen hond die emotioneel stabiel is, sociaal vaardig en zelfverzekerd. Het is deze holistische benadering, waarbij gedrag, emoties, hormonale balans en vroege ervaringen samen worden gezien, die het verschil maakt tussen een hond die slechts gehoorzaamt en een hond die werkelijk in balans is en zijn omgeving met vertrouwen en plezier beleeft.

## **Operante conditionering**

Honden leren voortdurend door de gevolgen van hun eigen gedrag. Operante conditionering beschrijft precies hoe dit werkt. Wanneer een hond iets doet dat gewenst is, kan dat gedrag versterkt worden door een positieve ervaring. Dit kan een lekkernij zijn, een speels moment of een warme aanraking. Doordat de hond dit als prettig ervaart, verbindt hij het gedrag met een positieve uitkomst. Hij herhaalt het gedrag omdat hij verwacht dat er opnieuw iets aangenaams volgt. In de praktijk kan dit bijvoorbeeld betekenen dat een pup die rustig blijft zitten terwijl hij op eten wacht, een beloning krijgt. Door deze associatie leert hij dat geduld en aandacht iets oplevert wat hij prettig vindt.

Negatieve bekrachtiging werkt op een ander principe. Hierbij wordt een onaangename situatie of prikkel opgeheven op het moment dat de hond gewenst gedrag vertoont. Stel je een pup voor die angstig is voor een vreemd geluid of een onprettige houding. Zodra hij het juiste gedrag laat zien, verdwijnt de spanning of het ongemak, en dit voelt als opluchting. Het verdwijnen van iets vervelends wordt voor de hond een beloning, waardoor hij geneigd is dit gedrag te herhalen in vergelijkbare situaties. Dit laat zien hoe belangrijk het is dat we leren observeren wat een pup als stressvol of beangstigend ervaart.

Positieve straf daarentegen betekent dat er een onaangename ervaring wordt toegevoegd op het

moment dat de hond ongewenst gedrag vertoont. Dit kan een lichte correctie zijn, maar ook een geluid of aanraking die de hond schrikt of afleidt. Het effect kan zijn dat het specifieke gedrag tijdelijk afneemt, maar onderzoek laat zien dat dit ook angst of stress kan veroorzaken en de band tussen hond en begeleider kan verzwakken. In een holistische benadering ligt de focus daarom niet op het bestraffen van gedrag, maar op het begrijpen van de oorzaak ervan en het begeleiden van de emotionele reactie van de hond.

Negatieve straf betekent dat iets plezierigs wordt weggenomen op het moment dat de hond ongewenst gedrag vertoont. Dit kan een beloning zijn die wordt ingetrokken, het spel dat wordt stopgezet of aandacht die tijdelijk wordt beëindigd. Op deze manier leert de hond dat bepaald gedrag niet de gewenste uitkomst oplevert. In de praktijk kan dit bijvoorbeeld zijn dat een pup die springt tijdens het spelen, tijdelijk wordt neergezet of dat het spel even stopt tot hij kalmeert. Door dit consequent en met begrip toe te passen, kan de hond leren zonder dat er angst of spanning ontstaat.

Wat operante conditionering echt krachtig maakt, is het combineren van gedragstraining met een diep begrip van de emoties en het temperament van de pup. Honden leren het meest effectief in een omgeving waarin hun gevoelens worden erkend en waarin ze zich veilig voelen. Een pup die zich begrepen en gesteund voelt, ontwikkelt vertrouwen, veerkracht en een gezonde relatie met zijn

begeleider. In de praktijk betekent dit dat een hond niet alleen leert wat wel en niet mag, maar dat hij ook leert omgaan met zijn eigen gevoelens, spanning en prikkels. Zo wordt gedrag niet enkel gestuurd, maar groeit de hond op tot een emotioneel stabiel en sociaal vaardig volwassen dier.

Het negeren van de angsten en emoties van een pup kan diepe psychische gevolgen hebben, vooral bij honden die afkomstig zijn uit de broedfok of uit onveilige omgevingen. Deze pups lopen een groter risico op het ontwikkelen van angsten, fobieën en uiteenlopende psychische stoornissen zoals

- Angststoornissen
- Gedragsproblemen
- Hechtingsproblemen
- Depressie
- Stressgerelateerde klachten

Omdat er nog steeds relatief weinig wetenschappelijk onderzoek is naar de psychologie van honden, worden deze signalen vaak niet herkend, waardoor problemen zich onopgemerkt kunnen ontwikkelen.

Honden leren niet alleen via gedrag, maar via emotionele ervaringen. Wanneer hun emoties genegeerd worden, kunnen stress en angst zich opstapelen en zich later in hun leven manifesteren, vaak tijdens de puberteit wanneer hormonale

veranderingen de effecten van vroegere ervaringen versterken.

- De oorzaak van gedragsproblemen ligt in deze hormonale en emotionele disbalans, niet in het gedrag zelf.

Bij de aanschaf van een pup wordt zelden stilgestaan bij de factoren die bepalend zijn voor zijn psychische gezondheid. Raskeuze, ras-eigenschappen, de achtergrond van de pup en de omstandigheden waarin hij is opgegroeid, worden vaak onvoldoende onderzocht. Eigenaren volgen meestal de standaard aanbevolen puppycursussen die gericht zijn op klassieke conditionering, waarbij commando's aan trucjes worden gekoppeld. Hoewel dit leuk is voor de eigenaar en een bepaalde vorm van gedragsbeheersing oplevert, leert het nauwelijks hoe emoties en angsten van de pup te herkennen of hoe het veiligheidsgevoel van de pup te versterken.

Het bouwen aan een gevoel van veiligheid en vertrouwen is cruciaal. Als een pup overprikkeld wordt door te veel prikkels of te vroeg wordt geconfronteerd met socialisatie, kan dit zijn stressniveau verhogen en de basis leggen voor psychische problemen op latere leeftijd. Het is daarom belangrijk om al in de vroege opvoedingsfase aandacht te besteden aan het managen van de emoties en stress van de pup.

Hierdoor kunnen veel gedragsproblemen die zich in de puberteit manifesteren, worden voorkomen.

Pups uit de broedfok hebben vaak een nog grotere achterstand. De omstandigheden waarin de moederhond wordt gehouden beïnvloeden de ontwikkeling van haar pups direct. Stresshormonen zoals cortisol, adrenaline en noradrenaline worden tijdens de zwangerschap via de placenta aan de pups doorgegeven. Pups die onder deze omstandigheden geboren worden, hebben vaak al een verstoorde hormoonhuishouding en een verhoogd risico op angststoornissen en gedragsproblemen. Het ontbreken van vroege socialisatie en aandacht voor hun emotionele welzijn versterkt dit effect.

Ook de socialisatie in de eerste weken van het leven is cruciaal. Een pup moet voor de twaalfde week van zijn leven worden blootgesteld aan een verscheidenheid aan ervaringen, maar het tempo en de intensiteit moeten afgestemd zijn op zijn mogelijkheden. Te veel prikkels of te snelle socialisatie kan leiden tot overprikkeling, waardoor angst en stress toenemen. Aangeleerde angsten ontstaan wanneer een pup ervaringen opdoet zonder dat deze veilig worden begeleid, terwijl aangeboren angsten versterkt kunnen worden door hormonale disbalans.

Het resultaat is dat veel pups, vooral uit de broedfok, al vanaf jonge leeftijd een verhoogd risico lopen op

ernstige psychische stoornissen. Angsten die niet worden erkend en begeleid, kunnen uitgroeien tot verlatingsangst, bindingsangst, hechtingsproblemen, fobieën of reactief gedrag. Deze emotionele problemen hebben directe invloed op gedrag en welzijn en kunnen op de lange termijn zelfs leiden tot systemische ziekten zoals kanker, veroorzaakt door chronische stress.

Een holistische aanpak van pup-opvoeding vraagt dat de begeleider zich verdiept in hondentaal en emotionele signalen leert lezen. Door angsten en emoties te herkennen en te erkennen, kan de pup leren omgaan met stress en zich veilig voelen in zijn omgeving. De nadruk ligt op het opbouwen van verbinding, vertrouwen en een stevig veiligheidsgevoel, waardoor de pup emotioneel stabiel kan opgroeien. Pas wanneer deze basis goed is gelegd, volgen commando's en gedragstraining bijna vanzelf en op een gezonde manier. Het negeren van emoties en angsten ondermijnt daarentegen het welzijn van de hond en kan ernstige psychische en lichamelijke problemen veroorzaken.

Psychische problemen bij puppy's uit de broedfok kunnen vaak worden voorkomen door bewuste keuzes bij de aanschaf van een pup. In Nederland komt naar schatting tachtig procent van alle verkochte puppy's uit broedfok, vaak afkomstig uit slechte omstandigheden in binnen- en buitenland. Deze pups hebben door hun vroege ervaringen een

verhoogd risico op zowel lichamelijke als geestelijke problemen. Door een pup uit de broedfok niet aan te schaffen, kan een groot deel van deze problemen worden voorkomen.

Zelfs bij een pup van een erkende fokker kan er sprake zijn van een gevoelige of angstige pup. In dat geval is het essentieel om direct te werken aan een sterke band en wederzijds vertrouwen, zodat de pup een stabiel veiligheidsgevoel ontwikkelt. Dit betekent intensieve begeleiding, constante aandacht voor zijn emoties en het creëren van een veilige omgeving waarin hij kan groeien en ontdekken zonder angst. Bij pups uit een erkende fokker zijn de stresshormonen zoals cortisol, adrenaline en noradrenaline doorgaans niet in overdreven mate opgeslagen in het bijniermerg of de bijnierschors, zoals vaak het geval is bij pups uit de broedfok. Hierdoor heeft de pup een veel grotere kans om zich emotioneel gezond te ontwikkelen.

Het veiligheidsgevoel van de pup staat altijd op de eerste plaats. Training die zich uitsluitend richt op het koppelen van commando's aan trucjes draagt nauwelijks bij aan de emotionele band tussen hond en eigenaar en is onvoldoende om een stabiele, zelfverzekerde hond te vormen. Een pup die zich veilig voelt, leert veel sneller, ontwikkelt veerkracht en groeit uit tot een emotioneel evenwichtige volwassen hond. De kern van een gezonde opvoeding ligt daarom in het begrijpen en

begeleiden van de emoties van de pup, in plaats van het prioriteren van gehoorzaamheidstraining boven verbinding en vertrouwen.

# Hoofdstuk 2

## Prenatale fase (Dracht)

Bij erkende fokkers staat niet alleen de lichamelijke gezondheid van de moederhond centraal, maar ook haar geestelijke welzijn. Er is uitgebreid wetenschappelijk bewijs dat stress en angst tijdens de dracht directe effecten hebben op de nog ongeboren pups. Een teveel aan stresshormonen zoals cortisol, adrenaline en noradrenaline kan blijvende veranderingen in de hormonale en neurologische ontwikkeling van de pups veroorzaken, die ze later niet meer kunnen inhalen. Dit benadrukt het belang van een rustige, veilige en emotioneel stabiele omgeving voor de moederhond tijdens de dracht.

Erkende fokkers volgen daarom strikte richtlijnen en fokreglementen van hun rasvereniging. Zo mogen moederhonden niet meer dan drie nesten werpen in hun leven en krijgen ze optimale begeleiding en ondersteuning om een gezonde hormonale balans te behouden. Dit is essentieel om zowel lichamelijke als psychische schade bij de pups te voorkomen. Het welzijn van de moederhond beïnvloedt direct de ontwikkeling van de pups, van hun stressreacties tot hun vermogen tot sociale binding en leervermogen later in het leven.