



# Hond & Balans



Vanuit rust en plezier, actief met een hond werken aan balans, zelfvertrouwen, zelfbeheersing en weerbaarheid. Hond & Balans werkt volgens de Topdog HondenSOVAtraining.





# Hond & Balans

Honden brengen veel plezier en kunnen ingezet worden om je inzicht te geven in je houding en gedrag in het dagelijks leven.

Tijdens de training en begeleiding van Hond & Balans werk je bewust en onbewust aan je timing, expressiviteit, non-verbale communicatie, observatievermogen, zelfinzicht en motivatie. Door middel van dit inzicht en de begeleiding met de psychosociaal hulphond, ga je het verband zien tussen je eigen gedrag en het gedrag van deze hulphond. Dit inzicht vertaal je naar de omgang met mensen in het dagelijks leven.

**Hou je van honden en actief bezig zijn? Dan is de Topdog HondenSOVAtraining iets voor jou!**

## **Wat is Topdog HondenSOVAtraining?**

Het is een socialevaardigheids- en weerbaarheids-training voor kinderen, jongeren en jongvolwassenen met een gecertificeerde psychosociaal hulp-hond als co-trainer. De training is ontwikkeld naar voorbeelden uit het Animal Assisted Therapy model. Topdog beschikt over een methodische beschrijving en een wetenschappelijke onderbouwing. De training is Europees erkend als valide diergeleide interventie.

## **Hoe gaat de training in zijn werk?**

Tijdens de training leer je een hond te begeleiden, door 'hondentaal' en 'hondengedragregels' te leren, zoals een 'hondenfluisteraar' doet.

Je wordt tijdens de training gecoacht om invloed uit te kunnen oefenen op de hond. Honden reageren op commando's die een zelfverzekerde toon hebben en die op het juiste moment gegeven worden. Ze zijn ongehoorzaam en gaan klieren als je niet consequent bent, twijfelt, bluft en bij een gebrek aan sensitiviteit en contact. Bij voldoende overwicht gaat de hond zelfstandig handelen om jouw rust en welbevinden te vergroten. De inzichten en vaardigheden die je hebt geleerd tijdens het werken met de hond ga je inzetten in je dagelijks leven. De training kent twaalf bijeenkomsten van ongeveer één uur waarbij je veel actief bezig bent.





## Heldere structuur

De training heeft een logische opbouw en kent heldere doelen.

Elke sessie heeft een vaststaande structuur:

- Terugblik op de vorige sessie.
- Wat gaan we deze sessie oefenen?
- Instructie van de sessie. Daarbij wordt veel gebruikt gemaakt van beeldend materiaal.
- Oefenen van de te leren gedragscomponenten zonder hond (droog oefeningen).
- Korte pauze.
- Oefenen met de hond.
- Bespreken van ervaringen.

## De algemene doelstellingen zijn:

- De deelnemer vertoont vanuit rust, zelfverzekerd en expressief gedrag. Het zelfvertrouwen van de deelnemer is vergroot;
- De deelnemer vertoont sociaal acceptabel en beheerst gedrag;
- De deelnemer vertoont weerbaar gedrag;

- De deelnemer maakt de transfer van de training met hond naar zijn of haar sociale leefomgeving;
- In de omgang met mensen toont de deelnemer zelfvertrouwen, zelfbeheersing en expressiviteit in lichaamstaal, waardoor communicatie effectief verloopt;
- Het concentratievermogen van de deelnemer is sterk vergroot.

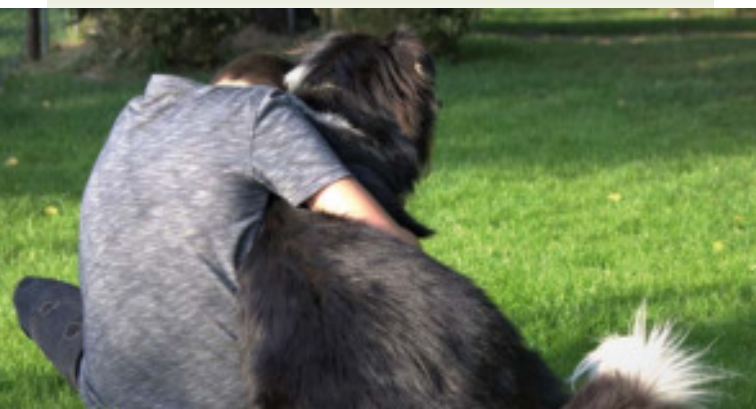
## Resultaatgericht

De Topdog HondenSOVAtraining is uitermate resultaatgericht. De training kan worden ingezet bij o.a. verlegenheid, faalangst, ADHD, ASS (autisme), angst, agressie, hechtingsproblematiek en somberheid. Er worden resultaten bereikt die met andere vormen van hulp nauwelijks te bereiken zijn:

- Voor een brede doelgroep inzetbaar, inclusief extreme zorgmijders. Iedereen die niet bang, of allergisch voor honden is, volgt de Topdog HondenSOVAtraining graag.
- De training gaat relatief snel, is op korte termijn effectief (binnen 4 à 5 weken) en werkt door op langere termijn.
- Heeft een slagingspercentage van 95%.

## Hond&Balans is ook inzetbaar voor:

- Ondersteuning binnen het onderwijs.
- Leren omgaan met je angst voor honden.





De Topdog HondenSOVAtraining is geschikt voor kinderen, jongeren en (jong)volwassenen die het o.a. lastig vinden om voor zichzelf op te komen of juist snel met anderen in conflictsituaties terecht komen. De training kan ingezet worden als:

- sociale vaardigheidstraining;
- weerbaarheidstraining;
- agressie-regulatietraining;
- motivatietraining;
- zelfinzicht-training.



**Hond  
&  
Balans**

Voor meer informatie:

Nicole Gervink

[info@hondenbalans.nl](mailto:info@hondenbalans.nl)

[www.hondenbalans.nl](http://www.hondenbalans.nl)

06-16040212