

Dier als therapeut



Zelfs gerenommeerde ziekenhuizen experimenteren met honden, paarden en dolfijnen om therapie efficiënter te maken. Waarom? En werkt het? Enkele vragen en antwoorden.

Gitte Wolput

Voel je je opgebrand? Paarden-coaching help je er weer bovenop, belooft therapeute T. op haar website. Volgens haar kunnen paarden jouw "onbewuste motieven scannen". Een onmisbare eigenschap die de dieren uitermate geschikt maken als "hulpcoach". Mevrouw T. is niet de enige in België die therapie of coaching met dieren aanbiedt. Online vind je tal van adressen waar wordt gewerkt met paarden, honden, ezels, kippen, geiten ... Je kunt er terecht

met allerlei klachten, gaande van stemmings- en eetstoornissen tot hoogsensitiviteit. Ook mensen die "op zoek zijn naar zichzelf" of belangrijke levensvragen hebben, worden als doelgroep beschouwd. Het zal je misschien verbazen, maar bepaalde universitaire ziekenhuizen hebben eveneens een aanbod diertherapie. Zo werkt het kinderrevalidatiecentrum van het UZ Gent al jaren samen met dolfijnen en

>

> paarden. En het UZ Brussel pakt in november uit met het hartverwarmende “Villa Samson”. Dit gebouw naast het ziekenhuis biedt een plek waar patiënten samen kunnen zijn met hun geliefde huisdier (in het ziekenhuis zelf hebben dieren geen bezoekrecht). Daar zal ook therapie met dieren worden aangeboden. Neen, zweverige praktijken moet je in deze ziekenhuizen niet verwachten, benadrukken de voortrekkers van deze programma’s. Wat dan wel?

Is therapie met dieren een nieuwe hype?

Therapie met dieren is niet nieuw. Sigmund Freud, de grondlegger van de psychoanalyse, nam geregeld zijn hond Jofi mee in de spreekkamer om hem te helpen bij de therapie. In de jaren zestig deed de Amerikaanse kinderpsycholoog Boris Levinson dat ook. Tijdens de therapie liet hij kinderen met autisme met zijn hond Jingles spelen. Hij ondervond dat dat de therapie vooruithielp. De jaren daarna won therapie met dieren aan populariteit. Naast psychologen en psychotherapeuten kregen ook kinesisten, ergotherapeuten en logopedisten de smaak te pakken. “Er zijn nu tal van professionele zorgverleners die met dieren werken en ondertussen spreken we officieel over Therapie met Assistentie van Dieren (TAD)”, vertelt psychologe Lieve Meers van het Belgisch Instituut voor Animal Assisted Therapy (BIAAT). In de Verenigde Staten is TAD ondertussen razend populair. En in België? Een nieuwe hype is het nog niet, maar we horen er toch meer en meer over.

Wat kunnen we ons voorstellen bij therapie met dieren?

Het heet dan wel “therapie”, maar in werkelijkheid is TAD veeleer een methodiek die in verschillende soorten therapie kan worden toegepast (psychotherapie, counseling, kinesithérapie ...). “Dé therapie met dieren bestaat dus niet”, aldus psychologe Meers. De ene therapeut gaat ervan uit

In jouw ziel kijken en zeggen wat er mankeert? Dat kunnen dieren niet

Methodologische mankementen

Kunnen dieren een therapie efficiënter maken? Om dat te weten te komen zijn meer **degelijk opgezette studies** nodig. Die zijn zeldzaam.

Is er geen **controlegroep**? Dan kunnen verbeteringen het gevolg zijn van factoren die niets met de diertherapie te maken hebben, zoals het verloop van tijd.

Wordt louter vergeleken met mensen op een **wachtlijst** die geen therapie krijgen? Dat kan ons hoogstens leren dat “iets” doen beter is dan niets doen ...

Mogen de deelnemers zelf kiezen of ze diertherapie of een andere therapie volgen? Dat kan leiden tot verschillen tussen groepen die de resultaten kunnen beïnvloeden. Die toewijzing zou **ad random** (op basis van toeval) moeten gebeuren.

dat louter de aanwezigheid van een hond de therapie vooruithelpt. Een andere werkt dan weer met gerichte oefeningen om op lichamelijk en psychologisch vlak vooruitgang te boeken.

In het kinderrevalidatiecentrum van het UZ Gent oefent een kind met een zwakke arm bijvoorbeeld om een vis in de bek van de dolfijn te gooien. Een ander kind krijgt oefeningen om samen met de dolfijnen rustig te worden. Nog een ander kind wordt op een paard gezet en krijgt coördinatie- en evenwichtsoefeningen. Meers geeft nog een voorbeeld: “Onlangs nam ik een cliënt mee naar het kippenhok op de boerderij om het gedrag van kippen te bestuderen. De opdracht was: kijk hoe die kip reageert wanneer ze zich in die of die situatie bevindt. Deze oefening bood een goed aanknopingspunt om het gedrag van mijn cliënt zelf aan te kaarten.” Gemeenschappelijk aan al deze interventies is dat er steeds duidelijke therapeutische doelstellingen worden afgesproken. “Anders is het geen therapie”, benadrukt Meers.

Kan een dier uw onbewuste ontrafelen?

Sommige (veelal zelfverklaarde) therapeuten gaan nog verder en zetten dieren, zoals paarden, in om je “emoties te spiegelen”. Kijk het dier diep in de ogen en het weet precies wat er in jou omgaat, zelfs als jij dat zélf niet weet, zo klinkt het bij sommigen. Afhankelijk van hoe het dier reageert, voel je je zus of zo en moet je aan dit of dat werken ...

Onzin? Ja. “Van dat soort abracadabra proberen wij ver weg te blijven”, zegt hoofddocent antrozoölogie Dr. Theo Verheggen van de Open Universiteit in Nederland die wetenschappelijk onderzoek doet naar de interacties tussen mens en dier. “Al is het mogelijk dat dieren zoals paarden je emotionele toestand kunnen aanvoelen, daadwerkelijk in je ziel kijken en aangeven wat er mankeert, dat kunnen ze volgens mij niet. Daar bestaat geen enkele empirische evidentie voor.”



Het is nog niet bewezen dat dieren een therapie efficiënter kunnen maken.

Je ziel en onbewuste door een dier laten ontrafelen, dat is alleszins niet waar TAD, zoals ze wordt toegepast door degelijk opgeleide zorgprofessionals (psychologen, orthopedagogen, kinesisten enz. die een bijkomende opleiding TAD volgden), echt om draait. Beweert een therapeut van wel, dan heb je met een charlatan te maken ...

Wat is dan de meerwaarde van een dier in therapie?

“Het aaien van of omgaan met een vriendelijk dier heeft op bepaalde mensen een ontspannende invloed”, licht Dr. Verheggen toe. “Het kan onze oxytocine-spiegel (liefdeshormoon) doen stijgen en onze cortisolspiegel (stresshormoon) doen afnemen. Die veranderingen kunnen misschien helpen om mensen op hun gemak te stellen en betere resultaten te boeken met de therapie.”

“Een dier erbij heeft mogelijk ook een positieve impact op de relatie tussen patiënt en therapeut”, aldus de onderzoeker. Ook van dat effect wordt verondersteld dat het de therapie vooruithelpt. “Sommige therapeuten zetten een dier in als “sociaal glijmiddel” of als ijsbreker om het gesprek op gang te brengen.”

Verder kunnen dieren misschien ook

helpen om mensen te motiveren. “Ze kunnen een therapie aantrekkelijker maken”, legt Dr. Verheggen uit. “Dat heeft mogelijk een effect op de therapietrouw. En van therapietrouw weten we dat het een goede voorspeller is van succes van een therapie.”

“We kunnen dat natuurlijk niet veralgemenen”, benadrukt psychologe Meers. “De ene persoon is de andere niet. Een therapeut moet telkens opnieuw inschatten of het wel een goed idee is om een dier te betrekken. In sommige gevallen is dat niet het geval. Diertherapie is niet voor iedereen.”

Is het bewezen dat dieren een verschil maken?

Misschien, mogelijk ... Je hoort het wellicht al aankomen. Al kan contact met dieren deugd doen, harde bewijzen dat het een therapie efficiënter kan maken zijn er niet.

Een heleboel studies suggereren positieve effecten, maar die vertonen methodologische mankementen, geeft Dr. Verheggen toe. “Op basis daarvan kunnen we geen eenduidige conclusies trekken over de doeltreffendheid van TAD.”

Het gaat bijvoorbeeld om studies met een zeer klein aantal proefpersonen of zonder degelijke controlegroep. “Zo weet je nog

steeds niet of verandering bij de cliënt nu écht kwam door de therapie, laat staan of het dier de hoofdverantwoordelijke was.” In andere studies voelen proefpersonen zich kort na een interventie met een dier misschien wel beter gezind en minder depressief, maar de vraag blijft of dit op langere termijn duurzame effecten oplevert. Dat weten we ook niet en dat is waar therapie toch om draait ... Kortom, therapie met dieren zit nog steeds in een experimentele fase. Ook de therapie die in universitaire ziekenhuizen wordt aangeboden.

Wat vinden de dieren ervan om als “co-therapeut” te werken?

Zich uren aan een stuk laten aaien of heelder dagen oefenen met kinderen. “Dieren worden daar doodmoe van”, waarschuwt psychologe Meers. Niet ieder dier is overigens geschikt om als therapiedier te werken. Daarvoor moeten ze aan een aantal voorwaarden voldoen. Een hond moet bijvoorbeeld goed getraind zijn en vlot om kunnen met mensen die hij niet kent. Niet elke hond kan dat.

Meers: “Houdt men daar allemaal geen rekening mee, dan gebeuren er vroeg of laat accidenten.” Zo kan een vermoeide hond kregelig worden en bijten. Een paard dat zich niet goed voelt in een situatie, kan beginnen te stampen.

Een therapeut hoort te weten hoe hij op een veilige en ethisch verantwoorde manier met dieren moet omgaan. “Een degelijke opleiding is dan ook cruciaal”, benadrukt Meers. “Met de nadruk op degelijk ... Geen cursus van drie dagen!” Toch zijn er in België geen opleidingsvereisten om in deze sector met dieren te mogen werken. Iedereen mag dat zomaar. “In de vleessector zijn er méér regels om de dieren te beschermen dan in de hulpverlening”, merkt Meers ironisch op. Hoog tijd dat de overheid stappen onderneemt om hier verandering in te brengen. Want het laatste wat we willen, is dat een paard of een ander dier in een hondenjob terecht komt ... ♥