

Dieren als assistent-behandelaars?

Marie José Enders-Slegers, Karin Hediger

In Nederland zijn er vele aanbieders van dierondersteunde therapie. Professionals behandelen patiënten, waarbij ze het proces ondersteunen door honden, paarden en andere dieren in te zetten, onder andere door de patiënt in interacties met het dier positieve ervaringen te laten beleven. We geven hier een kort overzicht van het ontstaan van dierondersteunde interventies en van de huidige stand van zaken in de praktijk en het onderzoek naar de effecten van dergelijke interventies. Ook schetsen we een model van de mogelijke werkingsmechanismen van deze behandelingen.

Er zijn vele anekdotische beschrijvingen van gezelschapsdieren die onze kwaliteit van leven beïnvloeden en een therapeutisch proces op gang kunnen brengen. Kinderpsycholoog Boris Levinson ontdekte dat laatste met zijn hond Jingles tijdens therapieessies: een zeer gesloten jongen begon tegen de hond te praten.¹ Blindengeleide-, autismegeleide-, epilepsie- en buddyhonden zijn inmiddels min of meer bekende fenomenen. Ze helpen hun baasjes zelfstandig te functioneren in onze samenleving. Paardrijden voor mensen met een lichamelijke handicap met het doel fysieke functies te verbeteren bestaat al tientallen jaren. Coachen met paarden, bedoeld om bij mensen levensvaardigheden te ontwikkelen, is een snelgroeende aanpak. Therapie met paarden, bijvoorbeeld bij veteranen met een posttraumatische stressstoornis en bij mensen met psychiatrische problematiek, wordt wereldwijd toegepast, ook in Nederland.

De laatste tientallen jaren schoten praktijken van aanbieders van 'dierondersteunde interventies' als paddenstoelen uit de grond.² Uit onderzoek blijkt dat niet iedere aanbieder van *animal assisted interventions* (AAI) beschikt over de juiste opleiding op het gebied van mens en dier.³ Sinds 2 jaar is er in Nederland het AAI-kwaliteitsregister (AKR), waarin vrijwilligers, dierbegeleiders en professionele hulpverleners en coaches die dierondersteund werken, zich kunnen laten toetsen en registreren. Daarbij worden internationale kwaliteitscriteria van de ISAAT (International Society of Animal Assisted Therapy) en de IAHAIO (International Association of Human Animal Interaction Organizations) toegepast. Discipline, specialisatie en doelgroepen van de AAI-aanbieder zijn zo voor huisartsen, cliënten, patiënten en andere instanties goed te vinden.

MENS-DIERRELATIE EN DIERONDERSTEUNDE INTERVENTIES

Er is de laatste decennia veel wetenschappelijk onderzoek gedaan naar wat gezelschapsdieren voor mensen kunnen betekenen. Het blijkt dat huisdiereigenaren na een hartinfarct langer

overleven, gemakkelijker sociaal contact maken, sociale steun van hun huisdieren ervaren, ook in tijden van COVID-19, en fitter blijven. De aanwezigheid van het huisdier kan positieve emoties oproepen en negatieve gevoelens in stressvolle situaties voorkomen.⁵⁻⁸ Momenteel is er op de Open Universiteit onderzoek gaande naar de manier waarop die positieve effecten in stand kunnen worden gehouden bij huisdierbezitters die langdurige thuiszorg nodig hebben.⁹

Daarnaast is er bewijs voor de positieve effecten die dierondersteunde activiteiten, therapieën, onderwijsactiviteiten en ook coachingstrajecten kunnen hebben op kinderen, jongeren, volwassenen en ouderen met verschillende problemen. Zo verminderen AAI angst en pijn bij gehospitaliseerde kinderen, helpen kinderen op school beter te presteren, vergroten de socio-emotionele vaardigheden, motivatie en positieve emoties bij patiënten met hersenbeschadigingen, verminderen PTSS-symptomen bij veteranen en kinderen, en zijn ze effectief bij psychotherapie voor traumagerelateerde stoornissen.¹⁰⁻¹⁵ Bij mensen met dementie hebben AAI een positief effect op het lichamenlijk en psychisch functioneren.¹⁶

Opgemerkt moet worden dat er ook onderzoeken zijn die dergelijke bevindingen tegenspreken, dat de positieve onderzoeken vaak kleine groepen betreffen zonder controlegroep en dat de gebruikte terminologie niet altijd transparant is (is het een dierondersteunde activiteit, therapie of coaching?), de toegepaste methoden niet altijd goed omschreven zijn en de achtergrond van degene die de interventies uitvoert vaak onbesproken blijft. Een systematische review van de positieve effecten en risico's van dierondersteunde interventies concludeert dat de voordelen van dierondersteunde interventies de nadelen overtreffen.¹⁷ Als voordelen worden vooral de afname van stress, pijn en angst, en de toename van vitaliteit en voedselinname genoemd. Risico's vormen allergieën, infecties en zoönosen, die te voorkomen zijn door goede hygiëne, zoals handen wassen.

De toenemende bekendheid van dit wetenschapsgebied stimuleert (inter)nationaal onderzoek. In Nederland zijn wetenschappers op dit gebied aan het werk op diverse universiteiten en hogescholen (de leerstoel Antrozoölogie op de Open Universiteit; daarnaast onder andere de Universiteit Maastricht, de Universiteit Groningen en de Universiteiten Utrecht en Nijmegen, en diverse hogescholen, waaronder AERES in Dronten (2 lectoraten)).

EEN DIER OP RECEPT?

Behandeling ondersteund door dieren is geen panacee. Het

DE KERN

- Dieren zijn geen therapeuten. Ze kunnen (BIG-geregistreerde) therapeuten wel assisteren bij het behandelproces.
- De theoretische onderbouwing en het bewijs voor de positieve effecten van dierondersteunde interventies nemen toe door goed uitgevoerde onderzoeken.
- Wanneer woorden niet goed werken, kunnen ervaringsgerichte dierondersteunde interventies wel succesvol zijn.
- Het is belangrijk om te verwijzen naar gekwalificeerde behandelaars [te vinden op het AAI-kwaliteitsregister voor dierondersteunde interventies].

is niet de eerste greep uit de gereedschapskist van een huisarts, maar wel een methodiek die prima kan worden ingezet wanneer een traditionele 'verbale' behandeling van psychische klachten niet goed werkt. Bijvoorbeeld bij jonge kinderen en bij patiënten die hun spraakvermogen hebben verloren, zoals bij hersenletsel, of wanneer er weerstand is tegen een psychologische behandeling bij bijvoorbeeld jongeren of gevangenen.^{12,18} Of bij cliënten met wie het moeilijk is een behandelrelatie te vestigen vanwege bijvoorbeeld hechtingsproblematiek of trauma's.¹⁹

Ze recentere onderzoeken laten zien dat er goede resultaten worden behaald bij volwassenen met autisme, van wie het gedrag socialer wordt, en bij kinderen met het syndroom van Down en autisme, waarbij synchronie tussen kind en dier toeneemt en de sociale vaardigheden en de spraak verbeteren.^{20,21} Psychiatrische klachten van adolescenten verbeteren met paardondersteunde psychotherapie, en bij ouderen met dementie wordt tijdens de bezoeken van de honden met hun begeleiders geen agitatie en agressie, maar wel een toename van positief affect en interacties gezien.^{22,23} Ook werken dierondersteunde interventies positief bij kinderen met leer- en gedragsproblemen.²⁴

Het bijzondere van dierondersteunde interventies is dat patiënten op een veilige manier nieuwe (positieve) succeservaringen opdoen en dat negatieve of traumatische herinneringen kunnen worden 'overschreven' (correctieve emotionele ervaringen). Zo vreemd is het dus niet, een dier op recept. Niet voor niks kunnen in Italië (geïnitieerd door het National Reference Centre for Animal Assisted Interventions (Pet Therapy) van het Ministerie van Gezondheid) artsen sinds 2009 patiënten doorverwijzen naar hulpverleners die gekwalificeerd zijn om ook dierondersteund te werken. Ook in Nederland kunt u rechtstreeks naar (BIG-geregistreerde) hulpverleners verwijzen die vanuit hun discipline methodisch en dierondersteund werken. U verwijst dan naar reguliere orthopedagogen, psychologen, jeugdhulpverleners,



Ervaringsgerichte, dierondersteunde interventies kunnen helpen in het behandelproces.

Foto: Shutterstock

psychotherapeuten, die te vinden zijn in het AAI-kwaliteitsregister en die geleerd hebben ook dierondersteund te werken.

In sommige gevallen waarbij u als huisarts wordt geraadpleegd, bijvoorbeeld bij pestproblematiek, gebrek aan zelfcontrole of zelfwaardering bij kinderen, adolescenten en volwassenen, kunnen sociale vaardigheids- of communicatievaardigheidstrainingen met een hond (of paard) goed werken. De kinderen/adolescenten/volwassenen trainen hierbij een hond of paard en leren te communiceren met lichaamstaal. Een voorbeeld hiervan zijn Topdog-trainingen of coachingssessies met paarden. Het gaat hier niet om therapie, er zijn voor deze trainingen vaak geen wachtlijsten en ze worden door het hele land heen gegeven. Deze aanbieders staan ook in het AAI-register en zijn niet altijd BIG-geregistreerd. Het gaat hier om coaches, jeugdzorgmedewerkers en socialevaardigheidstrainers die opgeleid zijn om dierondersteund te werken.

HOE WERKT EEN DIERONDERSTEUNDE INTERVENTIE?

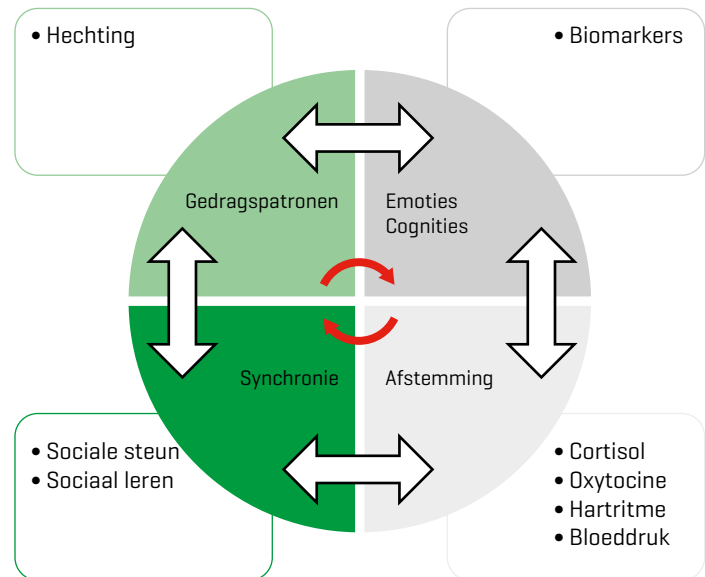
Er zijn verschillende theorieën over de werking van AAI. We hebben ze bijeengezet in een theoretisch model dat inzichtelijk maakt hoe de dierondersteunde interventie ‘werkt’ [figuur]. Ons model gaat uit van relaties. Hoe ontstaat een relatie? Wat gebeurt er tijdens het vormen van een relatie? Wat levert dit op? We gaan ervan uit dat alle levende organismen verbinding met elkaar zoeken (enactivisme) en dat de zintuiglijke wederzijdse gewaarwordingen (zien, horen, voelen, ruiken, proeven) tot cognities en emoties over het zelf en de ander leiden.²⁵ Dit geldt voor alle organismen: tussen mensen onderling, tussen dieren onderling en tussen mens en dier. De biofiliahypothese stelt dat mensen een aangeboren tendens hebben zich te verbinden met de natuur en dat dieren en de natuur ons kunnen doen ontspannen.²⁶ Onderzoek toont aan dat dieren voor veel mensen emotioneel relevant zijn.

Mensen en dieren zijn dus geneigd en in staat een relatie met elkaar aan te gaan. Net als bijvoorbeeld in een moeder-kindrelatie is er sprake van zintuiglijke uitwisseling: ze zien, horen, voelen en ruiken elkaar, waardoor ze zich een beeld kunnen vormen van de ander en zichzelf. Mensen en dieren stemmen daarbij hun gedragingen en emoties op elkaar af. Dat gebeurt door synchronie (ritme, snelheid, spraak, beweging) en via gedragspatronen, die weer de basis voor een (hechtings)relatie vormen.²⁷ Wanneer dit proces gunstig verloopt ontstaat er veilige gehechtheid. Tegelijkertijd spelen zich in het lichaam van mens en dier via sensorische prikkels en door de interactie allerlei fysiologische processen af. De bloeddruk neemt af en de hartslag wordt lager. Het oxytocinegehalte neemt toe en het stresshormoon cortisol neemt af. Onderzoeken naar fysiologische veranderingen tijdens AAI bevestigen dit.²⁸

Relaties hebben bepaalde eigenschappen en kunnen in de basisbehoeften van mensen voorzien, zoals emotionele steun, veiligheid en betrouwbaarheid, het kunnen zorgen voor een ander en gewaardeerd worden. Onderzoek toont aan dat mensen van dieren ook sociale steun kunnen ervaren.²⁹

Figuur

Geïntegreerd model van dierondersteunde interventies



Dieren kunnen dus via sociale steun ook stress bufferen, in het dagelijks leven en in crisissituaties. In relaties leer je van elkaar (denk aan imitatie), wat ook in een relatie tussen mens en dier kan gebeuren.

In therapievormen waarbij de hulpverlener samenwerkt met een dier profiteren cliënten/patiënten van de andere setting (vaak de natuur) en het gegeven dat het dier hen accepteert zoals ze zijn, niet oordeelt en ondubbelzinnig is. Het gaat in dierondersteunde therapie niet om woorden, maar om ervaren. De activiteit is leuk (motiverend), voelt niet als therapie en ‘ontspannt’ door de fysieke interacties met het dier (dankzij het vrijkomen van oxytocine en afnemen van het stresshormoon), wat het kan vergemakkelijken om contact te maken met de therapeut.

CONCLUSIE

Voor sommige patiënten kan de verwijzing naar een reguliere therapeut die dierondersteund werkt uitkomst bieden. Bijvoorbeeld voor patiënten die moeite hebben een relatie met hun hulpverlener aan te gaan, wantrouwig zijn of geen ‘praattherapie’ willen. Kinderen brengt het in een speelse, niet bedreigende situatie, waarin ze de gelegenheid krijgen gedrag te oefenen zonder dat er geoordeeld wordt en ze op een ontspannen manier ‘ervaren’.

Natuurlijk moet goed worden overlegd met de patiënten: niet iedereen houdt van dieren en sommige mensen zijn er allergisch voor.

Er blijven nog veel onderzoeksvragen over, zoals dat hoort bij een jong wetenschapsgebied. Nieuwe onderzoeken met grote aantallen deelnemers, controlegroepen, gestandaardiseerde behandelings- en rapporteringsprocedures, een goede methodologie en heldere definities zijn hard nodig. ■

LITERATUUR

1. Levinson BM. The dog as a 'co-therapist'. *Ment Hyg* 1962;46:59-65.
2. Rietveld-Piepers, B, Enders-Slegers MJ. De inzet van dieren in zorg en onderwijs. Rapport Open Universiteit. Heerlen: Open Universiteit, 2018.
3. Muller-ter Veen A. Resultaten onderzoek dierondersteunde interventies. Sprundel: Stichting AAIZOO, 2013.
4. Friedmann E, Thomas SA. Pet ownership, social support, and one-year survival after acute myocardial infarction in the Cardiac Arrhythmia Suppression Trial (CAST). *Am J Cardiol* 1995;76:1213-7.
5. Wells DL. The facilitation of social interactions by domestic dogs. *Anthrozoös* 2004;17:340-52.
6. Martos Martinez-Caja A, De Herdt V, Enders-Slegers M-J, Gerritsen DL, Leontjevas R. Pet ownership, feelings of loneliness, and mood in people affected by the first COVID-19 lockdown. *J Vet Behav* 2022;57:52-63.
7. Enders-Slegers M-J, Verheggen T. Langer actief en gezond met een hond. *Geron* 2016;18:4-7.
8. Janssens M, Janssens E, Eshuis J, Lataster J, Simons M, Reijnders J, et al. Companion animals as buffer against the impact of stress on affect: an experience sampling study. *Animals (Basel)* 2021;11:2171.
9. Reniers PWA, Declercq IJN, Hediger K, Enders-Slegers MJ, Gerritsen DL, Leontjevas R. The role of pets in the support systems of community-dwelling older adults: a qualitative systematic review. *Aging Ment Health* 2022;1-10.
10. Waite TC, Hamilton L, O'Brien W. A meta-analysis of Animal Assisted Interventions targeting pain, anxiety and distress in medical settings. *Complement Ther Clin Pract* 2018;33:49-55.
11. O'Haire ME, McKenzie SJ, McCune S, Slaughter V. Effects of classroom animal-assisted activities on social functioning in children with autism spectrum disorder. *J Altern Complement Med* 2014;20:162-8.
12. Hediger K, Thommen S, Wagner C, Gaab J, Hund-Georgiadis M. Effects of animal-assisted therapy on social behaviour in patients with acquired brain injury: a randomised controlled trial. *Sci Rep* 2019;9:5831.
13. Johnson RA, Albright DL, Marzolf JR, Bibbo JL, Yaglom HD, Crowder SM, et al. Effects of therapeutic horseback riding on post-traumatic stress disorder in military veterans. *Mil Med Res* 2018;5:3.
14. Mueller MK, McCullough L. Effects of equine-facilitated psychotherapy on post-traumatic stress symptoms in youth. *J Child Fam Stud* 2017;26:1164-72.
15. Hediger K, Wagner J, Kunzi P, Haefeli A, Theis F, Grob C, et al. Effectiveness of animal-assisted interventions for children and adults with post-traumatic stress disorder symptoms: a systematic review and meta-analysis. *Eur J Psychotraumatol* 2021;12:1879713.
16. Klimova B, Toman J, Kuca K. Effectiveness of the dog therapy for patients with dementia – a systematic review. *BMC Psychiatry* 2019;19:276.
17. Bert F, Gualano M, Camussi E, Pieve G, Voglino G, Siliquini R. Animal assisted intervention: a systemic review of benefits and risks. *Eur J Integr Med* 2016;8:695-706.
18. Enders-Slegers M-J. Dieren en kwetsbare jeugd: innovatieve interventies wanneer woorden niet werken. *Jeugd beleid* 2018;12:91-8.
19. Kovács G, Van Dijke A, Enders-Slegers M-J. Psychodynamic based equine-assisted psychotherapy in adults with intertwined personality problems and traumatization: a systematic review. *Int J Environ Res Public Health* 2020;17:5661.
20. Wijker C, Van der Steen S, Spek A, Leontjevas R, Enders-Slegers M-J. Social development of adults with autism spectrum disorder during dog-assisted therapy: a detailed observational analysis. *Int J Environ Res Public Health* 2020;17:5922.
21. Griffioen RE, Van der Steen S, Verheggen T, Enders-Slegers MJ, Cox R. Changes in behavioural synchrony during dog-assisted therapy for children with autism spectrum disorder and children with Down syndrome. *J Appl Res Intellect Disabil* 2020;33:398-408.
22. Wilson K, Buultjens M, Monfries M, Karimi L. Equine-assisted psychotherapy for adolescents experiencing depression and/or anxiety: a therapist's perspective. *Clin Child Psychol Psychiatry* 2015;22:16-33.
23. Schuurmans LG, Noback I, Schols JM, Enders-Slegers M-J. Social interaction during dog and robot group sessions for nursing home residents with dementia: the handler effect. *Human-Animal Interaction Bulletin* 2021;9:128-46.
24. Verhoeven R, Enders-Slegers MJ. Honden in het onderwijs: een innovatieve interventie. *Orthopedagogiek: Onderzoek en Praktijk* 2020;59:111-20.
25. Varela FJ, Rosch E, Thompson E. *The embodied mind: cognitive science and human experience*. Cambridge: MIT Press, 1991.
26. Wilson EO. *Biophilia*. Cambridge: Harvard University Press, 1984.
27. Verheggen T, Enders-Slegers M-J, Eshuis J. Enactive anthrozoology: toward an integrative theoretical model for understanding the therapeutic relationships between humans and animals. *Human-Animal Interaction Bulletin* 2017;5:13-35.
28. Nagasawa M, Mitsui S, En S, Ohtani N, Ohta M, Sakuma Y, et al. Social evolution. Oxytocin-gaze positive loop and the coevolution of human-dog bonds. *Science* 2015;348:333-6.
29. McNicholas J, Collis G. Animals as social supports: insights for understanding animal-assisted therapy. In: Fine AH, editor. *Handbook on animal-assisted therapy. Foundations and guidelines for animal-assisted interventions*. Amsterdam: Elsevier, 2006:49-71.

Enders-Slegers M-J, Hediger K. Dieren als assistent-behandelaars? Huisarts Wet 2023;66:DOI: 10.1007/s12445-023-2256-1. Open Universiteit, faculteit Psychologie, vakgroep Klinische psychologie, afdeling Antrozoölogie, Heerlen: prof. em. dr. M-J. Enders-Slegers, hoogleraar Antrozoölogie, marie-jose.enders@ou.nl; prof. dr. K. Hediger, hoogleraar Antrozoölogie. Mogelijke belangenverstrengeling: niets aangegeven.