

Een dier oordeelt niet

Dieren kunnen positieve effecten hebben op het welzijn van mensen. Het relatief nieuwe vakgebied antrozoölogie onderzoekt de relatie tussen mens en dier. „Dieren kunnen basale behoeften vervullen.”

door Anne Salomons

Toen psycholoog Marie-José Enders-Slegers onlangs werd benoemd tot hoogleraar antrozoölogie aan de Open Universiteit bleek zij vanuit de gedragswetenschappen de allereerste Europese hoogleraar te zijn in dit vakgebied. „Er is werk aan de winkel”, aldus een enthousiaste Enders-Slegers. „Over de hele wereld zijn veel psychologen werkzaam op dit gebied. Er zijn al wat nieuwe inzichten maar er moet nog veel aan theorievorming gedaan worden.” Enders-Slegers promoveerde in 2000 aan de Universiteit Utrecht op ‘de invloed van het huisdier op de kwaliteit van leven van ouderen’. Vanzelfsprekend werd haar proefschrift vooral door de zorgsector veel gelezen. Enders-Slegers: „Het stond zelfs in de top 10 van de meest gelezen proefschriften van de Universiteit Utrecht. Ik heb daarna ook heel veel lezingen over dat onderwerp gegeven in het veld.”

Dat dieren een positief effect hebben op kwetsbare mensen staat buiten kijf. Dat er ook gezondheidseffecten zijn op ‘gezonde’ mensen wordt pas sinds een paar decennia onderzocht. Inmiddels komen er steeds meer dieren in zorginstellingen, ziekenhuizen en verpleeghuizen.

Wetenschappers weten steeds beter waarom dieren een positieve invloed hebben op de lichamelijke en psychologische gezondheid van de mens. Wanneer mensen een huisdier aaien, komt er bij het aanraken van het dier oxytocine vrij, een stofje met een ontspannende werking. Daarnaast daalt je bloeddruk en wordt je hartslag rustig. Huisdierbezitters blijken na een hartinfarct dan ook langer te overleven, hebben minder gezondheidsklachten en bezoeken minder vaak de huisarts.

Psychologisch gezien ervaren mensen ‘sociale steun’ van een dier. „Een dier oordeelt niet”, benadrukt Enders-Slegers. „En dieren kunnen basale behoeften vervullen.” Het is niet verwonderlijk dat dieren steeds vaker worden ingezet bij de ondersteuning van mensen met een ziekte, een aandoening of een trauma. De mens-dierrelatie is al heel oud. Vroeger werden bijvoorbeeld psychiatrisch patiënten naar boerderijen gestuurd. Een oude bekende is

uiteraard de helpende hond die als blinde geleidehond een ‘carrière’ heeft gemaakt en nu ook tot buddyhond wordt opgeleid bijvoorbeeld voor veteranen met posttraumatische stressstoornis. En voor kinderen met autisme is er de autismegeleidehond. Dat zijn doorgaans hondjes die niet helemaal geschikt waren voor blindengeleidehond, maar door het KNFG zijn getraind om autistische kinderen te begeleiden. E zijn inmiddels zo’n veertig van deze autismegeleidehonden actief.

Enders-Slegers heeft onderzoek gedaan naar 27 van deze autismegeleidehonden en bij de gezinnen waar ze nu wonen. „Dieren blijken heel goed te werken voor het kind en voor het gezin”, aldus de hoogleraar. „Kinderen met autisme hebben behoefte aan voorspelbaarheid, zijn vaak hypersensitief en angstig. Zo’n hond is heel duidelijk, biedt veiligheid en geeft een kind structuur. De kinderen hebben een maatje, maken ook gemakkelijker contact met anderen: mensen spreken hen veel gemakkelijker aan met zo’n lieve hond erbij. Zelfs obesitas bij ouderen en kinderen kan met behulp van trainingsprogramma’s met



“Met dieren ontspannen kinderen, waardoor er ‘ruimte’ in het hoofd komt

Marie-José Enders-Slegers

honden worden bestreden. In de VS loopt al zo’n project onder de titel ‘loose a pound, walk a hound’. Dat betekent heel simpel de hond regelmatig uitlaten.

Naast honden zijn er uiteraard meer dieren die ingezet worden ter ondersteuning. Zo worden dolfinen in het Dolfinarium ingezet bij kinderen met het Downsyndroom. De kinderen krijgen eenvoudige leertaken aangeboden en in het leerprogramma worden de dolfinen betrokken. Enders-Slegers: „De communicatie tussen kinderen en dieren is niet talig en veel duidelijker dan met volwassenen. Met dieren ontspannen kinderen, waardoor er ‘ruimte’ in het hoofd komt om beter te leren.”

Ook paarden bewijzen steeds meer diensten aan de mens. Zo werd een aantal slachtoffers van de Volendambrand van 2001 via een therapie met paarden, Equestrian Focal Psychodynamic Psychotherapy (EFPP), succesvol behandeld. „Het waren jonge mensen, soms afschuwelijk verminkt, die niet voldoende profiteerden van de aangeboden therapievormen”, aldus de hoogleraar. „Toen zijn zij naar de Rainbowranch in Spanje gegaan waar de EFPP-methode werd ingezet. In een week is er toen heel veel bereikt, er was een enorme vooruitgang dankzij de therapie. Want een paard draagt je, zoals je moeder vroeger. Dat is een helende ervaring. De omgang met een paard in de therapeutische setting kan je weer vertrouwen geven op een niet oordelende manier.”

Aan de vakgroep antrozoölogie zijn inmiddels vijf promovendi verbonden die zich met diverse onderzoeken bezighouden. Er moeten nog veel vragen beantwoord worden; zoals wat gebeurt er nu precies in het contact tussen mens en dier, hoe ontstaat er een band? En welke interventie werkt het best en bij wie?

Tevens houdt de vakgroep zich bezig met het onderzoeken van de relatie tussen huiselijk geweld en dierenmishandeling. Dit kan handreikingen geven voor preventief optreden. „Dierenmishandeling en huiselijk geweld zijn vaak aan elkaar gekoppeld”, aldus Enders-Slegers, die ook les geeft aan de dierenpolitie en daar schrijvende voorbeelden uit de eerste hand hoort.

Ondertussen hoopt de hoogleraar ook dat er betere richtlijnen komen voor dierenondersteunend werk: vanuit Animal Sciences wordt daar aan de Wageningen Universiteit al aan gewerkt. „Tot op bepaalde hoogte kun je dieren inzetten. Sommige dieren vinden het ook ongelofelijk leuk, die willen iets doen. Maar nog al te vaak zie ik dat mensen maar wat doen. Het is weliswaar goed bedoeld, maar dat pakt niet altijd zo uit. Ethiek in dierenondersteunende interventies willen we zeker in de leerstof opnemen.”

www.diereninzorgenwelzijn.nl; www.aazoo.nl

reageren?
gezondheid@depersdienst.nl

‘Paarden zijn sensitief dus bruikbaar in psychotherapie’

Psycholoog Gésa Kovács was samen met therapeuten uit zijn praktijk destijds betrokken bij de nazorg van de slachtoffers van de Volendam-brand. „We konden aanvankelijk heel veel mensen niet bereiken met de reguliere therapie”, zegt hij. „Samen met de zorgverzekeraar zijn we op zoek gegaan naar andersoortige behandelingen en kwamen uit bij de inzet van paarden. In de VS werken ze daar al langer mee. We hebben ons daarop georiënteerd en onze eigen EFPP-methode ontwikkeld (zie verhaal), een behandelvorm die binnen de gespecialiseerde GGZ valt. Deze gaat uit van de kracht van de cliënt. Hoe de cliënt zijn wereld waarneemt is voor ons het

vertrekkpunt. Uiteindelijk hebben zo’n tachtig betrokkenen bij de Volendam-brand de therapie met paarden gevolgd. Het contact met het paard en een relatie vormen met het paard waren belangrijk. „Paarden zijn heel sensitief en daarom bruikbaar in psychotherapie”, legt Kovács uit. „Als ik heel vrolijk doe maar van binnen kwaad ben, zal het paard dit meteen merken en daarop reageren. Het paard houdt je dus een spiegel voor en kan daarom heel confronterend zijn. Juist non-verbaal kun je de kern bij de cliënt raken, wat je kunt vertalen naar zaken in het dagelijks leven.” De goede resultaten gaven Ko-

vács en zijn collega’s reden door te gaan op de ingeslagen weg. De therapie werd uitgebreid naar grotere doelgroepen, zoals cliënten met vroege hechtingsproblematiek. Er zijn ruim 700 cliënten behandeld. In Nederland is er slechts een handjevol psychotherapeuten die met deze therapie werkt, maar dat worden er gestaag meer. Kovács benadrukt dat de therapie niets te maken heeft met zogenoemde paardenfluisteraars. Lachend: „Dan hebben mensen een paard in de gang en denken: laat ik daar iets mee doen. Dat is het dus absoluut niet. Het is juist belangrijk het binnen wetenschappelijke kaders te houden en onderzoek te blijven doen.”