

Is je hond meenemen naar de therapeut een goed idee?

Een literatuurstudie omtrent de effecten van animal-assisted therapy bij psychiatrische patiënten met specificatie omtrent honden.

Sigrid Van Goethem

Bachelorproef voorgedragen tot het
bekomen van het diploma van Bachelor
in de Toegepaste Psychologie

Promotor: Tini Hilgert

Academiejaar: 2016 - 2017

Voorwoord

Ik zou graag enkele bedankingen willen uiten die het mogelijk hebben gemaakt om mijn eindwerk mee te maken zoals het nu is.

Ik ben in de eerste plaats de hogeschool dankbaar dat zij hebben toegelaten dat ik mijn eigen keuze mocht uitwerken en om een leidraad aan te bieden die het werk toch wat duidelijker heeft gemaakt. Daarnaast wil ik ook Mevr. Hilgert bedanken voor de steun doorheen het afgelopen jaar. Dankzij haar deskundig advies en oplettendheid zijn foutjes uit en nieuwe inzichten in deze literatuurstudie geraakt.

Op persoonlijk vlak wil ik ook graag mijn vrienden, familie en vooral mijn vriend en ouders bedanken om me te steunen op momenten waar het moeilijk was en me aan te moedigen op momenten waar het vlotter ging.

Tot slot wil ik ook alle mensen bedanken die ik nu niet heb benoemd, maar die me tevens hard hebben geholpen door mee te praten over het onderwerp en me op die manier nieuwe ideeën hebben gegeven.

Samenvatting

Dit eindwerk is een literatuurstudie omtrent de effecten die honden hebben op therapie bij psychiatrische patiënten en de tips en aandachtspunten waar bereidwillige therapeuten rekening mee kunnen houden. Er is al veel onderzoek gebeurd naar de effecten van dieren bij therapie met mensen. Over het algemeen komen steeds dezelfde positieve effecten naar voor bij een groot aantal verschillende doelgroepen. Deze gaan van een verlaagde bloeddruk en minder angst en stress tot langer en gezonder leven. Ook deze literatuurstudie geeft dit weer. Via verschillende databanken die geraadpleegd zijn, zijn een groot aantal bronnen verzameld en doorgenomen. Daarbij is steeds zo goed mogelijk geprobeerd om informatie met elkaar te vergelijken en aan elkaar te koppelen. Uit de literatuur blijkt echter ook dat er enkele aandachtspunten zijn met betrekking tot het gebruik van honden binnen therapie. Zo is niet iedereen of elke hond hiervoor geschikt. Ook is het niet voor elke therapeut mogelijk om een hond of ander dier te integreren in zijn praktijk. Dit is ook niet nodig, zolang de overtuigende voordelen maar bekend geraken zodat de therapeuten die het wel willen en kunnen gebruiken in hun praktijk hiertoe in de mogelijkheid zijn.

Inhoudsopgave

Voorwoord	II
Samenvatting	III
Inhoudsopgave	IV
1. Inleiding	6
1.1. Intro	7
1.2. Terminologie	8
1.2.1. Definities omtrent AAT	9
1.2.2. Oorsprong van AAT	11
1.2.3. Aanvullende informatie omtrent AAT	12
1.2.4. Types AAT	12
1.2.5. Meerwaarde van dieren	14
1.2.6. Bekendheid andere therapieën	15
1.3. Doelgroep	16
1.4. Theorieën gelinkt aan AAT	17
1.4.1. De psychoanalyse van Freud	17
1.4.2. De objectrelatietheorie van Mahler	18
1.4.3. De hechtingstheorie van Bowlby	18
1.4.4. De leertheorie van Watson, Pavlov en Skinner	19
1.5. Probleemstelling	22
2. Methode	23
2.1. Deelnemers	23
2.2. Databanken en procedure	23
2.3. Selectiecriteria	24
3. Resultaten	26
3.1. Effecten van AAT met honden	26
3.1.1. Biologische effecten	26
3.1.2. Psychologische effecten	29
3.1.3. Conclusie over de effecten van AAT met honden	32
3.2. Aandachtspunten en tips voor bereidwillige therapeuten	33
3.2.1. Aandachtspunten en tips voor de therapeut	33
3.2.2. Aandachtspunten en tips voor de keuze van de hond	34

3.2.3. Aandachtspunten en tips voor toepassing bij de patiënt	35
3.2.4. Aandachtspunten en tips bij het invoeren van AAT	35
4. Discussie	37
4.1. Opmerkingen bij de effecten van AAT met honden	37
4.2. Opmerkingen bij de aandachtspunten voor bereidwillige therapeuten	39
4.3. Bedenkingen in het algemeen	40
Referentielijst	42

1. Inleiding

'Hoewel Darwin zich uitvoerig heeft beziggehouden met de invloed van de natuurlijke selectie op de emoties van mens en dier, was ik tijdens mijn opleiding tot psychiater nooit geweest op de mogelijkheid dat menselijke emoties evolutionaire wortels kunnen hebben. Ik was zelfs ernstig gewaarschuwd voor de valkuil om dieren menselijke eigenschappen toe te kennen. In die tijd werd de constatering van pijn of verdriet op de snuit van een dier afgedaan als projectie, fantasie of weekhartige sentimentaliteit. Maar wetenschappelijke ontwikkelingen uit de afgelopen twintig jaar doen vermoeden dat dit beeld moet worden bijgesteld. Misschien is het toch niet zo'n probleem om te veel van onszelf in andere dieren te herkennen. Het probleem kan juist zijn dat we ons eigen dierlijke karakter te weinig beseffen.' (Natterson-Horowitz & Bowers, 2012, p. 22)

In bovenstaand citaat wordt de bedenking gemaakt dat het misschien toch niet zo slecht zou zijn dat de mens zich af en toe profileert met een dier. Volgens de auteurs zou het zelfs een hulp kunnen zijn om onszelf beter te leren kennen en ons *'eigen dierlijke karakter'* te ontdekken. Daarbij komen vragen op als *'is de gezichtsuitdrukking bij de mens dezelfde als bij een hond?'*, *'denken ze ook na over emoties?'*, *'voelen honden hetzelfde als wat wij voelen?'*, ...

In deze inleiding zal het onderwerp van deze literatuurstudie gekaderd worden. Allereerst wordt een algemene kadering gegeven en later meer specifiek de motivatie voor deze studie. In de methode wordt beschreven hoe de gebruikte bronnen zijn gevonden en in de resultaten zullen de effectieve bevindingen en aanbevelingen worden geschreven. De discussie omvat bedenkingen bij deze literatuurstudie of bedenkingen van andere onderzoekers die kunnen leiden tot meer onderzoek.

1.1. Intro

Het verzorgende karakter van dieren is ons alom gekend. Het is vaak de reden dat ze een belangrijke rol spelen in het leven van hun baasje als huisdier, of als levensgezel (Reed, Ferrer & Villegas, 2012).

Verschillende onderzoekers als Abreu en Figueiredo (2015), Ackerman en Hilsenroh (2003), Barba (1995), Barker en Dawson (1998), Beck en Katcher (1996), Beck, Seraydarian en Hunter (1986), Cintra, Ramos en Trinca (2008), Friedmann en Son (2009), Hofmann et al. (2009), Jansen et al (2010), Kruger & Serpell, (2006), Levinson (1962), Mullet (2008), Odendaal (2000), Reed, Ferrer en Villegas (2012), Schneider en Harley (2006), Shubert (2012), Sockalingam et al. (2008) en Zilcha-Mano, Mikulincer en Shaver (2011) trachtten met hun eigen onderzoeken de voor- en nadelen weer te geven van honden als assistent in therapie bij verschillende soorten doelgroepen, gaande van kinderen tot ouderen en van mentaal gezonde mensen tot mentaal beperkte mensen.

Deze literatuurstudie bevat eigenlijk 2 onderzoeksvragen. Allereerst gaan we na welke effecten honden hebben op therapie die mensen volgen. We maken hier een opsomming van zowel lichamelijke als psychische en fysiologische effecten. Aangezien er veel voordelen zijn op psychologisch en sociaal vlak, maar ook op vlak van gezondheid valt de rol van een hond als gezelschapsdier niet te onderschatten (Daltry & Mehr, 2015). Vervolgens formuleren we enkele tips en aandachtspunten die therapeuten kunnen gebruiken indien zij graag honden willen toevoegen in hun therapie bij mensen.

1.2. Terminologie

Vanuit de literatuur kunnen we niet eenvoudig opmaken op welk moment de eerste keer is vastgelegd wat de therapeutische impact is van dieren op de psychologische gezondheid van de mens. Voor sommige auteurs is het niet voldoende om te weten dat dieren een impact kunnen hebben, zoals op het psychosociaal welzijn van de mens, als erkenning van de eerste therapievorm met dieren (Serpell, 1996). Zo komt het dat verschillende auteurs verschillende visies hebben op waar en wanneer het ontstaan van *animal assisted therapy* gesitueerd kan worden.

Het gebruik van honden binnen therapie werd eerder toevallig ontdekt (Shubert, 2012, p. 74). Freud stond erom bekend dat hij in zijn laatste jaren zijn hond mee bracht binnen therapie, hoewel dat oorspronkelijk niet zijn bedoeling was geweest. Hij merkte echter dat wanneer zijn hond aanwezig was patiënten zich veiliger en meer aanvaard voelden. Ook waren de analyses van de patiënten veel nauwkeuriger in aanwezigheid van de hond (Shubert, 2012).

De Amerikaanse kinderpsychiater Levinson was in 1964 de eerste die de term *pet therapy* bedacht. Hiermee beschreef hij het inzetten van dieren bij behandelingen van psychiatrische stoornissen. Het viel Levinson op dat dit een mogelijkheid was doordat sommige van zijn teruggetrokken patiënten geen problemen leken te hebben om te communiceren met zijn hond, Jingles. In het begin leken de kinderen enkel zijn hond op te nemen in hun fantasiespel en negeerden ze hem volledig. Maar geleidelijk aan kon Levinson een therapeutische relatie aangaan met de kinderen en starten met hun therapeutische behandeling. Op dat moment was Jingles' job 'ijsbreker'. Hij zorgde ervoor dat bij het eerste contact de argwaan die sommige kinderen vanuit zichzelf ontwikkelden, werd verzacht. Vervolgens fungeerde hij als focus tijdens de communicatie tussen Levinson en het kind. In de jaren die daarop volgden legde hij zijn focus op de mogelijke voordelen die een hond kon bieden in de ontwikkeling van een kind (Kintaert, 2013).

Het domein dat we nu kennen als mens-dier interactie, werd pas bekend in de jaren 1980, toen er internationale conferenties werden georganiseerd. Het studieveld bevat alle interacties tussen mens en dier en heeft dus een brede invalshoek. Desondanks de inclusieve aanpak bij de interactie tussen mens en dier, waren het vooral de emotionele en positieve aspecten van deze interactie die de verbeelding van de onderzoekers en het publiek aansprak (Odendaal, 2000).

1.2.1. Definities omtrent AAT

In de literatuur wordt meestal gesproken van 3 termen: *animal assisted intervention* (AAI), *animal assisted activities* (AAA) en *animal assisted therapy* (AAT).

'*Animal assisted intervention*', hierna kortweg AAI, wordt door Kruger en Serpell (2006) omschreven als elke interventie die van bij de start inhoudt dat een of meer dieren worden gebruikt binnen een therapeutisch of verbeterend proces of milieu. Het is een veelbelovende categorie met veel elkaar beïnvloedende theorieën die het nog steeds heel moeilijk heeft om zichzelf te bewijzen op vlak van efficiëntie en validiteit. Ondanks verscheidene pogingen was het volgens hen nog niet gelukt om gestandaardiseerde terminologie en procedures vast te leggen. De definitie die Kruger en Serpell (2006) aanreiken, integreert geen geleide-, assistentie- en diensthonden. Deze laatsten worden over het algemeen gezien als hulpmiddel en niet zo zeer als behandeling. Daarom voldoen ze niet aan de kenmerken van AAI, waarbij de behandeling van de patiënt centraal staat. Een groot probleem hieromtrent is het sterk groeiend gebruik van de term *emotional support animals* (ESA). Deze term doet de grenzen vervagen tussen het bezit van huisdieren, geestelijke gezondheidsbehandeling en het gebruik van diensthonden (Kruger en Serpell, 2006). Huisdieren hebben geen specifieke training nodig van welke soort dan ook. Ze worden opgevoed en getraind zoals de eigenaar dit zelf wil. Honden binnen de geestelijke gezondheidszorg, en dus binnen geestelijke gezondheidsbehandeling, hebben wel specifieke training nodig, zoals Barba (1995) aangeeft. Tot slot hebben diensthonden ook een intensieve training achter de rug en dienen ze hun eigenaar bijna 24u/24u te vergezellen. ESA's hebben geen specifieke training nodig om bepaalde taken te kunnen uitvoeren en ze moeten hun eigenaars ook niet noodzakelijk vergezellen buiten huis (Kruger en Serpell, 2006).

Het recreatief gebruiken van dieren en bezoekersprogramma's benoemen als therapie is iets wat vermeden moet worden. Clownsbezoeken in ziekenhuizen krijgen immers ook niet de term '*clown assisted therapy*' (Kruger & Serpell, 2006).

'*Animal assisted activities*', hierna kortweg AAA, hebben als doel begeleide interventies met dieren als integraal deel van het behandelproces (Berget & Grepperud, 2011). Kruger en Serpell (2006) zeggen dat AAA mogelijkheden biedt

om tot motivationele, educatieve, recreatieve en/of therapeutische voordelen te komen om de levenskwaliteit te verbeteren.

'*Animal assisted therapy*' hierna kortweg AAT, krijgt in de literatuur veel verschillende definities. Er lijkt tot op heden nog niet één vaststaande definitie voor te zijn. Volgens LaJoie (2003) zijn er minstens 20 verschillende definities van AAT en daarnaast nog 12 verschillende termen voor hetzelfde fenomeen. Toch proberen onderzoekers vaak om een overzicht te bieden en een definitie aan te reiken. Barker en Dawson (1998, abstract) omschrijven AAT als 'de interactie tussen patiënten en getrainde dieren, alsook de eigenaar van het dier, met als doel de voortgang van de patiënt richting de therapeutische doelen te vergemakkelijken'. Abreu en Figueiredo (2015) schrijven over een doelgerichte interventie die door een gespecialiseerde professional begeleid wordt, waarin een dier dat aan specifieke criteria voldoet een integraal deel is van het behandelproces. Er zijn gespecificeerde doelen nodig voor elk individu. Volgens Zilcha-Mano, Mikulincer & Shaver (2011, p. 541) is AAT een 'parapluterm voor verschillende therapeutische benaderingen die gebruikt worden bij mensen van alle leeftijden (van kind tot oudere), waarin een dier een integraal deel is van het behandelproces. AAT bevat interacties in een therapiekamer tussen een cliënt, een dier (meestal een hond) en een therapeut, met als doel een verbetering van de therapie'. Kurger en Serpell (2006, p. 23) beschrijven AAT als 'een doelgerichte interventie waarin een dier, dat voldoet aan specifieke criteria, een integraal deel is van de behandeling'.

Elke auteur heeft dus wel zijn manier om AAT te omschrijven. Toch zijn er enkele dingen die opvallen in elke bovenstaande definitie. Allereerst gaat het om een doelgerichte interactie. Hiermee wordt bedoeld dat het niet zomaar gaat om een hond in dezelfde kamer als een cliënt te plaatsen en te wachten tot er een effect optreedt. Voordat het dier binnen de begeleiding komt, dienen doelen te zijn opgesteld met de cliënt waarnaartoe gewerkt dient te worden. Vervolgens wordt in de definities ook vermeld dat het dier dat gebruikt wordt in AAT een integraal deel is van het behandelproces en dat het doel is de toestand van de patiënt te verbeteren. Ook hier komt het belang van doelen stellen in het begin van de behandeling naar voor.

In deze literatuurstudie wordt voornamelijk gesproken over animal-assisted therapy (AAT).

1.2.2. Oorsprong van AAT

Het therapeutisch gebruik van dieren kan worden teruggevoerd tot de tijden van de oude Egyptenaren, Grieken en Romeinen (Shubert, 2012, p. 74). Volgens historisch bewijs en prehistorische speculaties zouden de sociale symbiotische relatie tussen mens en hond en/of kat ontwikkeld zijn zonder enige dwang vanuit de mens. Daaruit kan worden afgeleid dat het temmen van dieren een natuurlijk proces is en geen eenzijdige beslissing door de mens. Dat maakt het mogelijk om de ongedwongen, natuurlijke manier waarop de relatie tussen mens en dier tot stand komt te verklaren (Odendaal, 2000).

Zoals eerder al aangehaald, was Levinson een van de eerste onderzoekers die het effect waarnam van een hond binnen therapie en dit ging benoemen als *pet therapy*. Later schrijft Levinson (1962, p. 59):

'A pet is an island of sanity in what appears to be an insane world. Friendship retains its traditional values and securities in one's relationship with one's pet. Whether a dog, cat, bird, fish, turtle, or what have you, one can rely upon the fact that one's pet will always remain a faithful, intimate, non-competitive friend – regardless of the good or ill fortune life brings us.'

Daarnaast formuleerde Wilson (1984) de *biophilia*-hypothese. Die zegt dat de mens een aangeboren neiging heeft om zich te richten tot en te vergelijken met de natuur en processen die aan de natuur verwant zijn. De reden hiervoor is een evolutie van vele jaren in een natuurlijke omgeving. Hierin werd herhaaldelijk contact gemaakt met de natuur en natuurverwante processen. Dit contact was cruciaal voor de overleving en reproductie van de mens, wat de mens afhankelijk maakte van de natuur.

De mens heeft ervoor gekozen om dieren meer als mens te gaan behandelen. Het zijn ook alleen mensen die dieren kunnen maken tot persoon, zoals kinderen knuffels maken tot persoon (Beck en Katcher, 1996). Ze geven hun huisdier een naam, praten tegen hun huisdier, geven het eten dat ze zelf lekker vinden en vieren de verjaardag van hun huisdier. Eigenaars van honden nemen vaak foto's van hun hond en voorzien taart of cake met kaarsjes. Uit een onderzoek bleek dat meer dan 30% van een onderzoeksgroep hun huisdier hun diepste geheimen toevertrouwde. Ook zijn er restaurants in Frankrijk waar dieren wel welkom zijn, maar geen kinderen. Daarnaast hebben dieren hun eigen jaarlijkse feestdag gekregen, Werelddierendag op oktober, waarbij de dieren nog eens extra in de watten worden

gelegd. Sommige baasjes gaan nog verder en kleden hun hond aan of gaan ermee slapen, ze nemen ze mee naar de dokter en voorzien een begrafenis als het dier is komen te overlijden. Al deze gedragingen maken dat het huisdier meer menselijk wordt. Huisdieren eten wordt binnen de Westerse cultuur dan ook gezien als kannibalisme en dus iets wat niet mag gebeuren. Dat dit in sommige landen in Azië wel gebeurt, vinden zij maar niets. Toch is het eten van dieren en dus ook doden van levende dieren noodzakelijk voor de mens om te overleven. Mensen die uit grote steden komen, vergeten dit al eens. Wanneer zij naar de winkel gaan zien ze immers geen dode dieren die in tact worden aangeboden. Wat in de supermarkt ligt, is vlees waarvan het bloed is verwijderd, ingepakt in plastic, vaak met een doekje onderaan om extra vocht op te nemen (Beck en Katcher, 1996).

1.2.3. Aanvullende informatie omtrent AAT

Van dieren is gekend dat ze zorgzaam zijn. Dit is dan ook vaak de reden dat ze een belangrijke rol spelen in het leven van hun baasje, als huisdier of als getrainde levensgezel (Reed, Ferrer en Villegas, 2012). Het idee dat dieren aanwezig zijn, dat ze spontaan gedrag stellen en de mogelijkheid bieden om tot interactie over te gaan, worden aangeduid als mogelijke redenen die therapie eventueel kunnen vergemakkelijken (Abreu & Figueiredo, 2015).

Het succes van de mens-dier interactie is waarschijnlijk voor het grootste deel gebaseerd op een vervulling van *attention egens* langs 2 kanten. De term 'attention egens' wordt omschreven als 'de drang naar aandacht op een normaal, basisch emotioneel niveau als de voorwaarde voor succesvolle sociale interacties' (Odendaal, 2000, p. 276). Een afwijking van de norm kan zich in verschillende richtingen voordoen, gaande van het zich terugtrekken van aandacht aan de ene kant, tot ontelbare gedragspatronen die zich richten op het buitensporig aandacht zoeken aan de andere kant. 'Een *positieve interactie* wordt gezien als voordelig voor beide partijen en een *negatieve interactie* als gedrag dat schadelijk is of een slechte ervaring is voor één of beide partij(en) (Odendaal, 2000, p. 276).

1.2.4. Types AAT

Barba (1995) beschrijft in haar onderzoek enkele verschillende types binnen AAT. Als eerste maakt ze een onderscheid in groepsgrootte. AAT is mogelijk op individueel niveau en in groep, afhankelijk van de doelen voor de patiënten, beschikbaarheid van dieren of geschikte therapeuten en van de fysieke omgeving.

Bij één-op-één-AAT zijn er volgens Barba veel voordelen bij gedrag dat is gerelateerd aan stress, zoals angst, bij een verhoogde pijnperceptie en bij een verhoogde bloeddruk. Deze AAT kan dan zowel passief als actief worden toegepast. Wanneer AAT op een passieve manier wordt ingezet, is het niet van bij het begin de bedoeling dat de patiënt in interactie treedt met de hond. De hond is aanwezig en zorgt voor een gevoel van veiligheid en vertrouwelijkheid. Dit is, zoals Ackerman en Hilsenroth (2003) aangeven, heel belangrijk om een goede behandeling te kunnen aanbieden. Dit is ook wat Freud deed wanneer hij de voordelen van zijn hond ontdekte binnen therapie. Wanneer AAT op een meer actieve manier wordt gebruikt, krijgen de patiënt en de hond de tijd om met elkaar in interactie te gaan. Levinson ondervond tijdens zijn therapiesessies met kinderen dat zij makkelijker tot het uiten van gedachten en gevoelens kwamen wanneer de hond aanwezig was. Binnen een één-op-één-benadering kan de hond dus op 2 manieren worden ingezet. De keuze voor passieve of actieve interventies hangt af van de patiënt en wat er met de patiënt bereikt dient te worden.

Ook groepssessies kunnen worden gebruikt voor stressreductie, of als eerste fase in een langer AAT-programma. Binnen een groep mensen zijn er voordelen voor mensen die passief met een dier omgaan, maar ook voor mensen die er actief mee omgaan (Barba, 1995). Mensen die op een passieve manier met het dier omgaan, gaan niet onmiddellijk in interactie of lokken niet bewust zelf gedrag uit bij het dier. Barba geeft naast een groep mensen ook de mogelijkheid om een groep dieren te gebruiken. Hierbij is het mogelijk om, afhankelijk van de noden van de patiënt(en), andere dieren 'aan te spreken'.

Interventies kunnen sterk variëren, gaande van lange-termijnbehandelingen waarin patiënten kunnen overgaan tot huisdieren adopteren, tot korte-termijninteracties tussen patiënt en getraind dier in gestructureerde activiteiten (Barker & Dawson, 1998). Wanneer gebruik zou worden gemaakt van een continuüm plaatsen we de lange-termijnbehandeling met adoptie van de hond aan de ene kant, en de korte-termijninteracties in aanwezigheid van een hond aan de andere kant. Een continuüm werkt doordat er ontelbaar verschillende mogelijkheden beschikbaar zijn tussen beide uiteinden. Dit is ook het geval bij AAT.

1.2.5. Meerwaarde van dieren

Mensen hebben weinig tot geen directe controle over hun gevoelens. Ze zetten daarom situaties op, zodat stimuli die gevoelens automatisch triggeren aanwezig zijn. Hoewel de bewuste controle over emoties zwak is, kunnen ze het bewustzijn overspoelen. Dit komt omdat de connecties van de emotionele systemen naar de cognitieve systemen in de hersenen sterker zijn dan de connectie in de tegenovergestelde richting. Vanaf het moment dat emoties zich voordoen, zijn ze krachtige redenen om bepaald gedrag te stellen. Odendaal (2000) vermeldt hierbij dat de mentale gezondheid in stand wordt gehouden door *emotionele hygiëne*, waarmee hij bedoelt dat emoties regelmatig moeten geuit worden zodat ze ons niet kunnen overspoelen. Psychische problemen komen dan ook voor een groot deel overeen met een verstoring binnen deze hygiëne (Odendaal, 2000).

Dieren hebben patiënten al op veel manieren positief beïnvloed in een groot aantal gezondheidsinstellingen (Barba, 1995). 'Huisdieren hebben de mogelijkheid om zich aan te passen aan de omgeving en de mensen die daarin zitten' (Beck, Seraydarian & Hunter, 1986, p. 63). Ze zijn daarnaast ook onverschillig over onze streefdoelen en leven in hun eigen tijd. Honden delen de veranderende wereld waarin de mens leeft niet. Een dier houdt onvoorwaardelijk van zijn baasje. Voor de hond maakt het geen verschil of zijn baasje net een fortuin heeft gewonnen of verloren, of hij ruikt naar parfum of vuil ondergoed,... Alles wat mensen doen om sociaal succes na te streven, is voor het dier irrelevant. Voor de hond telt enkel de aanwezigheid van het baasje (Beck en Katcher, 1996).

De diersoort die het meest populair blijkt te zijn binnen diverse omgevingen is de hond. Dit zou voor een groot deel te wijten zijn aan hun temperament en het gemak waarmee ze getraind kunnen worden (Sockalingam et al, 2008). Honden kunnen voor diverse taken worden ingezet binnen verschillende diensten (politie, brandweer, ter ondersteuning van mensen met een handicap,...). Volgens (Odendaal, 2000) kan de hond zelfs gezien worden als het ideale voorbeeld van een gezelschapsdier. Topál, et al (2009) stellen dat de hond model staat binnen de categorie van de huisdieren, omdat, zoals Odendaal (2000) ook al aangeeft, het voor de hond een natuurlijk proces is om met mensen om te gaan en er veel aspecten zijn in het gedrag van een hond die functioneel analoog zijn met overeenkomstige trekken bij de mens (Topál, et al, 1998). Ook blijft de vergelijking met de voorvader van de hond belangrijk voor convergent modelleren. Daarnaast stelt de hond de kans voor de mens om op een natuurlijke manier menselijk gedrag

te bestuderen. Omdat honden spontaan reageren, is het niet altijd mogelijk voor de mens om op voorhand in te spelen op het gedrag van het dier. Dit lokt op zijn beurt dus spontaan gedrag uit bij de mens. Aan de hand van dit soms non-verbaal gedrag kunnen we proberen te begrijpen waar de patiënt het moeilijk mee heeft en wat voor de patiënt makkelijker is om mee om te gaan. Hoewel de manier waarop de relatie tussen mens en hond tot stand komt en de functie van de relatie tussen beide nog steeds hetzelfde is, merkt Odendaal (2000) op dat de relaties sterker en gevarieerder zijn geworden. Mens en dier doen beter hun best om elkaar te begrijpen en op elkaar in te spelen. Dit vergroot het vertrouwen in elkaar en geeft alvast het idee dat we meer hebben aan het gezelschap van de ander.

1.2.6. Bekendheid andere therapieën

In het boek '*Psychotherapie in beweging*' maken Kovacs & Umbgrove (2014) een korte opsomming van mogelijke activiteiten met een therapeutisch karakter waarin dieren betrokken worden. Zo zijn er in de Verenigde Staten *wilderness*-programma's ontwikkeld, waarbij activiteiten in de natuur worden georganiseerd. Er is ook een therapievorm ontwikkeld waarbij specifiek paarden worden ingezet (*Equine Assisted Psychotherapy*), zoals Eagala.

Equine-facilitated psychotherapy (EFP) is een experiëntiële psychotherapie die paarden omvat. Experiëntiële psychotherapie is een vorm van therapie waarbij gewaarwordingen centraal staan. Het omvat (maar is niet beperkt tot) een aantal respectvolle handelingen van de mens naar het paard toe en omgekeerd, zoals aaien, borstelen, longeren, rijden en springen. Bij EFP, net zoals bij AAT, zijn de therapeutische relatie met goed vastgelegde doelen en doelstellingen belangrijk (Kruger en Serpell, 2006). Bij therapie waarin dieren worden ingezet is het immers niet de bedoeling dat er zomaar iets wordt getracht te bereiken. De doelen zijn de steunpilaren om de therapie op te bouwen. Het geeft aan wat de cliënt wel of niet kan gebruiken in zijn therapie of waar hij het al dan niet moeilijk mee heeft. In sommige landen binnen Europa, wordt gewerkt met een therapeut, die zowel opgeleid is in de psychotherapie als in de hippische vaardigheden. Dit is anders dan bij Eagala, waarbij de psychotherapeut vaak vanop afstand nauw samenwerkt met een paardentrainer (Kovacs & Umbgrove, 2014).

Zowel therapie met honden als paarden als een ander dier hebben met elkaar gemeen dat het zintuiglijk ervaren en in beweging komen van de patiënt belangrijke bestanddelen vormen van het therapieproces (Kovacs & Umbgrove, 2014).

1.3. Doelgroep

De therapeutische rol van gezelschapsdieren is vooral tot stand gekomen bij kwetsbare mensen in de maatschappij, zoals fysiek en mentaal beperkte mensen, sociaal maladaptieve mensen, chronisch zieke patiënten, mensen die eenzaam zijn in langdurige sociale deprivatie, mensen met een emotionele stoornis, gevangenen, verslaafden, ouderen en kinderen. Er is niet noodzakelijk iets mis met de laatste 2 groepen, maar ze worden erbij geplaatst omdat ze vaak geen deel uitmaken van de heersende maatschappelijke activiteiten zoals ze ervaren worden door de economisch actieve volwassen populatie. De bovengenoemde personen kunnen een bijkomende behoefte hebben voor aandacht door hun speciale posities in de samenleving (Odendaal, 2000).

AAT heeft veel verschillende effecten en kan gebruikt worden bij verschillende soorten patiënten. Sockalingam et al (2008) voorzien een mooi overzicht van verschillende bronnen in de literatuur. Toch is er niet zo veel onderzoek gedaan naar de populatie volwassen psychiatrische patiënten.

De interesse voor deze doelgroep is ontstaan vanuit het Psychiatrisch Ziekenhuis te Duffel waar zowel patiënten als werknemers samenwerken om een project genaamd 'Dierenplezier' te doen slagen. Hierbij willen ze proberen een kennel op het domein te maken waarin een klein aantal honden van patiënten kunnen worden ondergebracht. Op die manier willen ze de afstand tussen hond en baasje verkleinen en de band tussen beide ondersteunen. Aangezien er een grote waaier is aan psychische stoornissen binnen het PZ is ook de doelgroep vrij algemeen gebleven.

Volgens Barba (1995) is AAT vooral relevant bij gewijzigd comfort, verzwakte communicatie, ineffectieve individuele coping en familie coping, afwijking of tekort aan activiteit, verzwakte fysieke mobiliteit, verstoord zelfconcept, wijziging en sensorische perceptie, verminderde sociale interactie, sociale isolatie en verstoorde denkprocessen.

1.4. Theorieën gelinkt aan AAT

Door de vele verschillende onderzoeken die reeds zijn gebeurd in het domein van mens-dier interactie, valt op te merken dat verschillende onderzoekers diverse theorieën aanreiken om hun bevindingen te staven en te verklaren. Daarom wil deze literatuurstudie een kort overzicht geven van de stromingen die het meest gebruikt worden: de psychoanalyse van Freud, de objectrelatietheorie van Mahler, de hechtingstheorie van Bowlby en de leertheorie van Watson, Pavlov en Skinner.

1.4.1. De psychoanalyse van Freud

De psychoanalytische theorie van Freud heeft volgens Nevid, Rathus & Greene (2012) als uitgangspunt het idee dat onbewuste processen die terug te voeren zijn tot in onze kindertijd de oorzaak zijn van psychische problemen. Ook Schalkwijk (2006) zegt in zijn boek dat mensen steeds verder werken op vorige ervaringen en dat dit met steeds minder flexibiliteit gebeurt. Naar mate we ouder worden, liggen de dingen die we belangrijk vinden en waar we waarde aan hechten steeds meer vast. Freud benoemt een abnormaal gedragsspatroon als 'symptoom' van de conflicten binnen de geest (Nevid, Rathus & Greene, 2012).

Er zijn volgens Freud 3 structuren te onderscheiden die mee het gedrag en de gedachten bepalen: het onbewuste, het voorbewuste en het bewuste. Wat zich in het onbewuste bevindt, blijft altijd onduidelijk. Wat zich in het voorbewuste bevindt, zijn dingen waar iemand zich niet van bewust is. Wanneer de bepaalde elementen worden opgeroepen, kan de aandacht toch op de gedachten gericht worden. Tot slot is het bewuste deel van de geest in overeenstemming met het bewustzijn in het heden (Nevid, Rathus & Greene, 2012).

Freud sprak ook over afweermechanismen. Net zoals verdringen van gedachten een afweermechanisme is, zijn er nog vele anderen die volgens Freud de functie hadden om te voorkomen dat sociaal onacceptabele impulsen in het bewuste deel van de geest terechtkomen. Afweermechanismen op zich zijn niet abnormaal, maar de mate waarin ze gebruikt worden of de soort van het mechanisme kan afwijkend zijn (Nevid, Rathus en Greene, 2012).

Wanneer de psychoanalyse van Freud gelinkt wordt aan AAT is dit vooral terug te voeren op de onbewuste processen waarvan er in de psychoanalyse sprake is. Freud

zegt namelijk dat veel van de dingen die mensen meemaken in hun leven terecht komen in het onbewuste. Daarbij horen ook bepaalde waarden die een individu automatisch gaat hanteren, maar waarbij hij niet meer stilstaat. Zoals Schalkwijk (2006) reeds vermeldt, is de aandacht die naar de emotionele beleving gaat bij psychoanalyse zeer belangrijk. Dieren kunnen hierbij helpen, omdat ze een ongedwongen emotionele relatie aangaan met het individu.

1.4.2. De objectrelatietheorie van Mahler

Als grondlegger van de objectrelatietheorie noemen we Margeret Mahler. Zij beweerde dat het proces in de eerste levensjaren van het kind waar het zich leert onderscheiden van zijn moeder heel belangrijk is voor de ontwikkeling van zijn persoonlijkheid. Door middel van introjectie neemt een kind bepaalde delen over van de opvoeder in zijn eigen persoonlijkheid (Nevid, Rathus en Greene, 2012). Het kind maakt ook onbewust een mentale representatie van de opvoeder. Op die manier heeft het kind innerlijk een opvoeder bij zich waaraan hij zich kan spiegelen. Dit beeld zorgt ervoor dat het kind een relatie kan hebben met de opvoeder, ook al is die niet fysiek aanwezig (Larsen, Buss & Wismeijer, 2013, p. 267).

Uit ervaring is geweten veel cliënten een ideaalbeeld koesteren van hun verzorger, ook al is dit beeld in werkelijkheid moeilijk of niet realiseerbaar. Dit idee kan ook geprojecteerd worden naar dieren, waarbij de cliënt bij het 'ideale dier' kan zien dat het niet perfect is. Dit gegeven kan in therapie behandeld worden waardoor het beeld kan worden bijgesteld. Hierdoor komen dieren naar voor als goede transitionele objecten (Kintaert, 2013).

1.4.3. De hechtingstheorie van Bowlby

De hechtingstheorie van J. Bowlby is tot op heden relevant. Bowlby onderzocht de manier waarop een kind zich in interactie met zijn omgeving emotioneel en cognitief vormt. Enkel bij een 'veilige relatie' tussen kind en opvoeder, kan het kind zich hechten. Een onveilige hechting kan later tot problemen leiden. Dit kunnen leerproblemen zijn, maar ook een lage zelfwaardering of moeite met het aangaan van relaties (Nevid, Rathus & Greene, 2012).

De manier waarop mensen hun therapeuten benaderen, loopt ook sterk gelijk met de manier waarop ze belangrijke anderen benaderen in hun leven. Er is dus wel gelijkenis tussen de manier waarop de cliënt de therapeutische relatie aangaat en

de manier waarop de cliënt belangrijke andere relaties aangaat in zijn leven. De gehechtheid van de relatie hangt sterk samen met de duur van de therapie en de frequentie van de sessies. Een relatie is het hechtst als de therapie lang duurt en er veel sessies zijn (Vliegen, Meurs & Van Lier, 2009).

Zowel bij mensen als dieren heeft de relatie tussen moeder en kind een grote waarde. Harlow toonde het belang van de relatie tussen moeder en kind aan door zijn experiment met de aapjes. Bij afwezigheid van een moeder die meeleeft met de kleine aapjes, werden grote psychologische problemen vastgesteld bij de diertjes (Kintaert, 2013). Ook Topál et al (1998) tonen met hun onderzoek aan dat volwassen honden het patroon van een hechtingsrelatie vertonen in relatie met hun baasje. Ze gaan zelfs verder door te zeggen dat de relatie tussen een hond en zijn baasje lijkt op de relatie die een ouder of opvoeder heeft met zijn kind. Dit zeggen ze omdat de geobserveerde gedragingen tussen mens en dier gelijk zijn aan wat in relaties tussen ouder en kind worden beschreven.

1.4.4. De leertheorie van Watson, Pavlov en Skinner

Meestal worden Ivan Pavlov en John Watson gelinkt met het behaviorisme. Ivan Pavlov was een Russisch fysioloog en wordt gezien als ontdekker van de geconditioneerde reflex. John Watson was een Amerikaans psycholoog en wordt als vader van het behaviorisme gezien (Nevid, Rathus & Greene, 2012; van der Veen & van der Wal, 2003). Hij gebruikte vaak straffe uitspraken om op die manier de kracht van het behaviorisme aan te tonen.

Van der Veen & van der Wal (2003, p. 40) omschrijven het behaviorisme als "de stroming waarin de psychologie beschouwd wordt als de wetenschap van het zintuiglijk waarneembare of door middel van apparatuur te registreren gedrag van mens of dier. In de meest klassieke vorm betekent dit dat allerlei innerlijke processen van de mens, zoals denken, willen en voelen, niet in de psychologie thuishoren. Het bestaan van dergelijke processen wordt weliswaar niet ontkend, maar ze zijn volgens de behavioristen niet direct en niet objectief als waarneembaar gedrag te bestuderen".

Volgens Nevid, Rathus & Greene (2012) legt het behavioristisch perspectief de nadruk op de rol van leren bij het verklaren van gedrag, zowel normaal als afwijkend gedrag. Vanuit dit leerperspectief is afwijkend gedrag het gevolg van het leren of verwerven van fout, onaangepast gedrag. Wanneer iemand bijvoorbeeld als

kind hard werd aangepakt als hij of zij masturbeerde, kan deze persoon als volwassene veel angst ervaren rond seksualiteit.

Het principe van klassieke conditionering wordt rond 1900 als eerste beschreven door Ivan Pavlov. Hij ontdekte dat reflexmatig gedrag opgewekt kan worden door een andere stimulus dan de stimulus waar de reflex oorspronkelijk op volgde (van der Veen & van der Wal, 2003). De klassieke conditionering wordt ook vaak benoemd als emotioneel leren. Dit komt omdat de manier waarop een reactie wordt aangeleerd sterk lijkt op de manier waarop emotionele reacties worden gevormd (van der Veen & van der Wal, 2003). Ook buitensporige angsten of fobieën kunnen door middel van klassieke conditionering worden aangeleerd. Deze ontstaan vaak doordat we een verkeerde of ongepaste angst aanleren die ons adequaat functioneren belemmert (Nevid, Rathus & Greene, 2012). De reacties van dieren zijn vaak instinctief en kunnen cliënten ertoe aanzetten na te denken over hun eigen reacties die ze hebben bij gelijkaardige situaties.

De klassieke conditionering kan dienen als verklaring voor eenvoudig gedrag, maar bij complexer gedrag schiet deze verklaring tekort. Skinner kwam hierin tegemoet en benoemde de complexere gedragingen als *operante respons*. Hij deed dit omdat de gedragingen doelgericht inwerken op de omgeving om een bepaald gevolg teweeg te brengen. Vooral de versterking van gedrag door wat erop volgt is belangrijk bij de operante conditionering (Nevid, Rathus & Greene, 2012). Bij bepaald goed gedrag volgt er een bekrachtiging, wat ervoor zal zorgen dat het gedrag regelmatig herhaald zal worden. Bij gedrag dat niet sociaal aanvaard is of onaangepast aan de situatie, volgt een straf. Deze straf is dus het gevolg van het gedrag en zal ervoor zorgen dat het gedrag in de toekomst uit blijft. De operante conditionering is in veel hondentrainingen ook de basis om de hond een bepaald commando aan te leren, zoals zit of lig. Door hier bewust mee om te gaan en te leren kijken naar hoe de hond linken legt tussen de beloning en het gestelde gedrag, kan de cliënt veel over zichzelf leren.

Albert Bandura, ontwikkelingspsycholoog, zei dat een groot deel van wat we leren kan verklaard worden door de sociaal-cognitieve leertheorie. Deze theorie benadrukt de rol van een model bij het leren van gedrag (Feldman, 2012; Nevid, Rathus & Greene, 2012). Volgens de leertheorie gaan we gedrag makkelijker imiteren wanneer we merken dat hetzelfde gedrag beloond wordt bij een model (Feldman, 2012). Op die manier zorgt een beloning bij het model ervoor dat het individu het gedrag zelf vaker zal stellen, terwijl een straf ervoor zal zorgen dat het

gedrag dat het model heeft gesteld uitblijft. We nemen ook emoties over die bij een bepaald gedrag horen als we merken dat verschillende modellen hetzelfde gevoel vertonen bij een gelijkaardige situatie. Gedrag aanleren is volgens de sociaal-cognitieve leertheorie dus geen gevolg van straffen of belonen, zoals bij de operante conditionering, maar van observeren (Feldman, 2012, p. 29). Door het instinctieve gedrag van de dieren kunnen cliënten geconfronteerd worden met hun eigen reacties op situaties. Ze kunnen de hond als model gebruiken om zichzelf andere reacties aan te leren.

1.5. Probleemstelling

De onderzoeksvraag van deze literatuurstudie gaat als volgt:

"Welke effecten hebben honden op therapie bij psychiatrische patiënten?"

Daarnaast wordt onderzocht welke tips en aandachtspunten gegeven kunnen worden aan therapeuten die met honden willen werken.

Aangezien dit een literatuurstudie is en geen empirisch onderzoek is de mogelijkheid om conclusies te trekken sterk beperkt. Veel onderzoeken vermelden in hun discussie dat slechts bepaalde doelgroepen onderzocht zijn of dat er nog steeds sterke beperkingen op hun onderzoek zitten, waardoor de conclusies die ze hebben gemaakt in twijfel kunnen worden getrokken. Deze literatuurstudie tracht aan te tonen dat de hoeveelheid aan bronnen die eenduidig dezelfde antwoorden aanreiken een bevestiging kunnen zijn van al deze onderzoeken en op die manier aangeven dat, hoewel elk experiment en elk onderzoek zijn beperkingen heeft, dit niet wil zeggen dat AAT geen kans mag krijgen in psychiatrische settings. Daarnaast wil deze literatuurstudie een kans bieden aan bereidwillige therapeuten om de eerste stappen te zetten naar AAT. Door de effecten van AAT op te sommen tracht deze studie allereerst de therapeuten aan te spreken en vervolgens aan te tonen dat er toch enkele belangrijke dingen in acht dienen genomen te worden vooraleer een therapeut officieel kan aangeven dat hij/zij AAT aanbiedt.

2. Methode

Hieronder wordt de manier waarop deze literatuurstudie tot stand is gekomen besproken. Er worden verschillende rubrieken gemaakt waarbij telkens een woordje uitleg wordt gegeven. Eerst wordt de methode rond de deelnemers vermeld. Vervolgens wordt ook meer informatie gegeven over de databanken die gebruikt zijn en de procedure die gevolgd is.

2.1. Deelnemers

Oorspronkelijk is voor deze literatuurstudie gekozen voor de populatie van volwassen psychiatrische patiënten. Deze populatie bleek moeilijk te vinden aangezien veel onderzoek ging richting bepaalde specifieke populaties, zoals kinderen (Prothmann et al, 2005), mensen met chronische aandoeningen (Reed, Ferrer & Villegas, 2012), ouderen met dementie of psychiatrische aandoeningen (Bernabei et al, 2013). De bron van Barker & Dawson (1998) bleek wel een interessante start voor een nieuwe zoektocht. Vanuit de referentielijst van deze bron is gezocht naar interessante bronnen die gaan over AAT bij mensen met psychiatrische stoornissen. Daaruit bleek dat de effecten van honden bij AAT geen opvallende verschillen vertoonden bij volwassen psychiatrische patiënten en andere doelgroepen. Er is dan besloten om de doelgroep open te trekken tot op het punt dat er geen specifiek onderscheid is.

2.2. Databanken en procedure

De zoekopdracht voor deze literatuurstudie is gestart vanuit Limo, een algemene databank. Dankzij de Thomas More hogeschool was er een goede toegang tot andere databanken. Van daaruit is verder gezocht naar online artikels.

Vaak kwam het ook voor dat een artikel werd aanbevolen door de databank zelf a.d.h.v. de 'key words', waardoor steeds meer bronnen werden gevonden. Naarmate het opzoekwerk meer vorm kreeg, werden ook steeds meer zoekopdrachten gestart vanuit deze specifieke databanken, zoals Elsevier. Een overzicht van de gebruikte databanken en zoektermen met opgeleverde resultaten vindt u hieronder. U kan ook steeds de referentielijst achteraan raadplegen voor de correcte beschrijving van de bronnen.

Hieronder vindt u een overzicht van de sites.

<u>NAAM</u>	<u>WEBSITE</u>
Elsevier ScienceDirect Journals	http://www.sciencedirect.com/science/journals
EBSCOhost	https://www.ebscohost.com/academic
Psychiatric Services	http://ps.psychiatryonline.org/
Google Scholar	https://scholar.google.be/
Taylor & Francis Online	http://www.tandfonline.com/

Tabel 1: Overzicht sites gebruikt voor literatuuronderzoek

Van veel bronnen was geen volledige tekst beschikbaar, tenzij er betalingen werden verricht. Meestal werd daarom alleen het abstract van de teksten gebruikt. Soms kwam het voor dat via het account van de hogeschool teksten online wel beschikbaar werden, of dat een artikel volledig werd teruggevonden op Google Scholar terwijl in een andere databank enkel een abstract terug te vinden was.

Er waren ook verschillende artikels waarbij de zoekopdrachten steeds op hetzelfde boek van Dr. Aubery H. Fine stuitten. Hij is een Amerikaans therapeut die zich ondertussen sterk heeft ingewerkt in het domein van AAT. Aangezien zijn boek uiterst interessant leek, maar de artikels steeds betalend waren, werd hem per mail gevraagd of het mogelijk was de gevraagde artikels door te sturen. Na zeer snelle reactie vanuit Amerika kwam echter het nieuws dat dit niet mogelijk was. De artikels die uit zijn boek kwamen, zijn dan gebruikt tot op het niveau van gratis beschikbaarheid. De aankoop van het boek was momenteel niet noodzakelijk en is dus ook niet doorgevoerd.

Daarnaast bleek zoals eerder reeds vermeld ook het boek van Barker & Dawson (1998) zeer interessant. Veel bronnen die binnen deze literatuurstudie zijn gebruikt, zijn terug te vinden in de literatuurlijst van Barker & Dawson (1998).

2.3. Selectiecriteria

De selectiecriteria op basis waarvan bronnen wel dan niet geselecteerd waren voor deze literatuurstudie zijn redelijk eenvoudig. Op basis van titel, key words in de tekst en het abstract werd een eerste selectie gemaakt. Daarbij hoort uiteraard ook het criteria van relevantie, wat vooral voorkwam bij de selectie op titel. Wanneer een bron positief bevonden werd, waren selectiecriteria als relevantie van de verdere tekst en resultaten belangrijk. Vaak werd ook de discussie doorgenomen

om eventuele opmerkingen mee te kunnen noteren. Later in het proces viel ook de publicatiedatum van veel bronnen op. Vaak waren deze bronnen oud en kon dus de relevantie in twijfel getrokken worden. Er is dan voor geopteerd om de bronnen te behouden, maar extra recentere bronnen te zoeken betreffende het onderwerp. De keuze om de oudere bronnen te behouden, is om aan te tonen dat onderzoekers reeds enige tijd weten wat de effecten zijn en dat deze weinig of niet zijn veranderd over de jaren heen. Ook staat in deze bronnen vaak meer onderzoek beschreven dan in de meer recente bronnen, waar de auteurs er vaak vanuit gaan dat de lezer weet welke onderzoeken vooraf zijn gebeurd.

3. Resultaten

In dit deel worden de bevindingen van dit literatuuronderzoek weergegeven. Eerst wordt getracht een antwoord te bieden op de primaire onderzoeksvraag, door een overzicht te bieden van de effecten die in verschillende onderzoeken werden teruggevonden. Zowel biologische als psychologische effecten worden besproken. Om de effecten van AAT met honden te kunnen afsluiten, wordt een beknopte conclusie geformuleerd. Deze geeft een algemeen beeld weer van de effecten die zijn vastgesteld. Tenslotte worden aandachtspunten en tips weergegeven voor bereidwillige therapeuten die overtuigd zijn van de effecten van AAT met honden bij psychiatrische patiënten.

3.1. Effecten van AAT met honden

Oorspronkelijk werd deze literatuurstudie gekoppeld aan de doelgroep van psychiatrische patiënten. Onderzoeken zoals die van Cintra, Ramos en Trinca (2008), Barker, Pandurangi en Best (2003) en Berget en Grepperud (2011) over het gebruik van therapiehonden bij patiënten met depressie en angst, bleken op dezelfde effecten uit te komen als onderzoeken bij kinderen in psychiatrie (Prothmann et al, 2005) en bij ouderen met dementie of psychische stoornissen (Bernabei et al, 2012). De resultaten worden hier dan ook samen besproken.

3.1.1. Biologische effecten

Friedmann et al (1983), Beck en Katcher (1996), Odendaal (2000) en Mullet (2008) rapporteren allemaal een verlaagde bloeddruk wanneer mensen in contact komen met een hond. Daarnaast wordt zowel in het onderzoek van Friedmann et al (1983) als in het onderzoek van Tompkins dat Mullet (2008) aanhaalt, vermeld dat naast de verlaagde bloeddruk ook een verminderde spanning wordt waargenomen. Prothmann et al (2005) stelden vast dat mensen met angstklachten honden opvallend meer strelen om zelf kalm te worden in contact met andere mensen. Ook Jansen et al (2010) stellen minder angst vast bij patiënten met schizofrenie wanneer zij in interactie zijn geweest met een hond. Hofmann et al (2009) zeggen zelfs dat al na dertig minuten het niveau van angst bij patiënten met een acute depressie significant daalt.

De verlaagde bloeddruk hangt ook samen met een grotere kans om hartaandoeningen te overleven. Beck en Katcher (1996) schrijven in hun boek dat mensen die een huisdier hebben, en dus een verlaagde bloeddruk en minder stress ervaren, meer kans hebben om hartaandoeningen, zoals een hartaanval of trombose, te overleven dan mensen die zich in dezelfde situatie bevinden zonder huisdier. Ook Anderson, Reid en Jennings (1992) rapporteren de grotere kans op het overleven van cardiovasculaire aandoeningen. Volgens hen worden de risico's van oorzaken van een cardiovasculaire aandoening, zoals familiegeschiedenis en leefwijze (Morrison & Bennet, 2013), sterk vermindert door de aanwezigheid van een dier. Om dit te kunnen bevestigen, hielden zij in hun onderzoek ook rekening met roken van sigaretten, diëten volgen, de body mass index (BMI) of het socio-economisch profiel van hun deelnemers. Geen enkele van deze elementen bleek de kans op het overleven van cardiovasculaire aandoeningen zo sterk te beïnvloeden als de aanwezigheid van een hond.

Mensen met een milde tot gemiddelde vorm van depressie hebben meer fysieke inspanning door de honden (Berget & Grepperud, 2011). Een hond vraagt verzorging zoals eten, drinken en borstelen, maar heeft ook beweging nodig en wordt best dagelijks uitgelaten om zijn behoefte te doen. Deze extra beweging leidde volgens de onderzoekers in een verminderde depressie en ook hier werd een verlaagde angst waargenomen. De relatie tussen de extra beweging en de verminderde depressie is eenvoudig, aangezien mensen met depressieve klachten minder geneigd zijn buiten te komen of te bewegen. Beck et al (1986) zien een link tussen de toegenomen fysieke inspanningen en de lagere bloeddruk. Zij zeggen dat de hond ervoor zorgt dat de mensen in beweging komen, waardoor de bloedcirculatie beter wordt en de bloeddruk daalt. Beck en Katcher (1996) zeggen in hun boek dat mensen met een of meer huisdieren lagere niveaus van vet in hun bloed hebben (lagere cholesterol en minder tryglyceriden). Vermoedelijk komt dit ook door de toegenomen beweging. Tot slot werd ook in het onderzoek van Daltry en Mehr (2015) door deelnemende studenten aangegeven dat ze veel minder stress ervaarden na een dag te hebben deelgenomen aan een programma waarbij contact met een hond werd voorzien. Hun onderzoek had als doel om studenten meer vertrouwd te maken met begeleiding die wordt voorzien op de campus van hun universiteit. Ze gebruikten Tucker, een hond die samen met de onderzoekers verschillende campussen van verschillende universiteiten bezocht. Tucker had als taak om de stress van de studenten te verminderen door gedurende 2 uur tijd met hen door te brengen. De studenten werden zich meer bewust van de aangeboden begeleiding en wisten er achteraf ook meer over. Het programma hield volgens

Daltry & Mehr (2015) in dat er een significante bijdrage was aan hoe studenten kijken naar begeleiding en de manieren waarop begeleiding kan worden toegepast.

In het onderzoek van Odendaal in 1999, dat hij vermeldt in zijn artikel uit 2000, werden deelnemers verdeeld over verschillende groepen en werden de stoffen die vrijkwamen in hun hersenen gemeten bij verschillende activiteiten. Eén groep moest een boek lezen, één groep kwam in contact met een hond en één groep vormde de controlegroep. Er werden op neurochemisch vlak geen significante verschillen vastgesteld tussen het rustig lezen van een boek en positieve interactie met een hond. Er was wel een significante toename van β -endorfine, oxytocine, fenylactisch zuur en dopamine. Cortisol daarentegen nam bij mensen significant af, maar deze significantie kon bij de honden niet worden teruggevonden. De stijging van oxytocine, prolactine en β -endorfine was ook hoger tijdens de positieve interactie met de hond dan tijdens het lezen van een boek. Dit komt overeen met de neurochemie die tot stand komt bij het aangaan van een sociale band. Dat er gelijkaardige patronen zijn terug te vinden bij het lezen van een boek en het in interactie gaan met een hond, wijst volgens Odendaal op de echte effecten van de interactie. Deze interactie is veel complexer dan het lezen van een boek doordat er sprake is van 2 onafhankelijke biologische eenheden die een relatie met elkaar aangaan, maar toch wordt het net zo kalmerend en stressverminderend ervaren als het lezen van een boek. Op sommige vlakken zijn er zelfs meer positieve effecten, die vooral veroorzaakt worden door oxytocine, prolactine en β -endorfine. Oxytocine is een hormoon dat vrijkomt bij zowel mannen als vrouwen en dat een belangrijke rol speelt in het aangaan van sociale relaties, zowel op vlak van vriendschap als liefde. Daarnaast speelt oxytocine een belangrijke rol bij de geboorte van een kind (waar het weeën opwekt) en de eerste levensmaanden (waar het zorgt voor de bevoorrading van melk in de borst van de moeder) (Gordon et al, 2010). Prolactine is een hormoon dat de ontwikkeling van het borstklierweefsel bevordert en de melkafscheiding stimuleert (Kloosterhuis, 1989). Endorfine heeft een invloed op stemming, emoties en gedrag (Kloosterhuis, 1989). " β -endorfine is de voornaamste stimulator van dopamine in het mesolimbisch systeem van de hersenen, dat instaat voor de beloningsfactor, het leerproces, regulatie van de emotionele respons, sociale hechting en fijne motoriek" (De poort, 2002). Abreu & Figueiredo (2015) halen ook aan dat interactie met een vriendelijk dier ervoor kan zorgen dat er een verlaging is in de cortisol, en een toename van oxytocine, dopamine, endorfine en fenethylamine.

3.1.2. Psychologische effecten

Friedmann en Son (2009) zeggen dat het bezitten of in de omgeving zijn van een huisdier een positieve invloed heeft op o.a. de mentale gezondheid van een individu. De patiënt is in aanwezigheid van een hond meer geneigd dingen over zichzelf te vertellen. Patiënten met een huisdier worden door anderen ook menselijker gezien en zijn volgens therapeuten makkelijker te behandelen. Een therapeut die honden gebruikt binnen zijn therapie, komt zelf ook minder bedreigend en verbiedend over en wordt menselijker bekeken. Op die manier is er sprake van een positieve cyclus waardoor de behandeling van de patiënt verloopt op een manier die herstel aanmoedigt (Beck et al, 1986). Cintra, Ramos en Trinca (2008) ondervinden door hun onderzoek dat de positieve impact van AAT op vlak van zelfvertrouwen en basisvaardigheden te maken heeft met het tonen van wederzijdse affectie tussen hond en cliënt.

Barker en Dawson (1998) konden met hun onderzoek significante verminderingen in angstscores en stress aantonen na AAT voor patiënten met psychotische stoornissen, en niet-significante verminderingen bij patiënten met psychotische stoornissen, gemoedsstoornissen en andere stoornissen. Barba (1995) vermeldt ook een vermindering van stress, doordat de dieren de patiënten van een focus voorzien buiten zichzelf. Ze benoemt het als humoristische en interessante afleiding, die tevens ook een afleiding is van angst uitlokkende situaties naar niet bedreigende ervaringen en situaties. In hun onderzoek trokken Jansen et al (2010) de conclusie dat patiënten met een acute vorm van schizofrenie binnen een klinisch relevante setting minder angst ondervonden na assistentie van een hond. Jansen et al (2010) vermelden ook dat het lager niveau van angst bij patiënten met schizofrenie na assistentie van een hond te maken heeft met biologische parameters, zoals dopamine, cortisol, hartslag en bloeddruk. Zij stelden vast dat al na 15 minuten contact met een hond verlagingen konden worden vastgesteld in de waarden hierboven vermeld.

Brickel (1982) bespreekt in zijn artikel veranderende aandacht en benadrukt zijn geloof in huisdieren als ideale afleiders. Ze hebben volgens hem een voordelige psychologische impact die kan worden verklaard door afleiding bij patiënten en het constant ontwikkelen van verschillende manieren om te reageren. Door de aanwezigheid van het dier wordt de patiënt blootgesteld aan situaties waarin hij/zij normaliter niet terecht zou zijn gekomen. In plaats van zich terug te trekken of de situatie te proberen vermijden, moet de patiënt een manier zoeken om met de

situatie om te gaan. Beutler et al (2011) definiëren coping als een dominant gedragspatroon in onbekende situaties. Vaak worden ongekende situaties gelinkt aan een bepaald niveau van angst. Een actieve coping zorgt ervoor dat de cliënt zelf probeert de situatie onder controle te krijgen. Brickel (1982) haalt ook kort aan dat afleiding, zoals door dieren, bewezen effecten heeft in het bestrijden van angst.

Barba (1995) vermeldt dat bij verwarde en gedesoriënteerde patiënten een oriëntatie in de realiteit plaatsvond door de aanwezigheid van dieren. Dit komt doordat dieren consistent zijn in hun reacties en continuïteit bieden in hun relatie. Ze focussen de aandacht van de patiënt op het hier en nu en maken ze bewust van hun omgeving door tijdens hun bewegingen de blik van de patiënt op te vangen en hun hersenen bezig te houden. Wanneer patiënten de interactie met het dier aangenaam vinden, gaan ze hierop anticiperen door bijvoorbeeld regelmatig aan begeleiders te vragen hoe lang het nog duurt voordat de honden terugkomen. Hierdoor geraken ze steeds meer georiënteerd in tijd en ruimte en leren ze in te schatten hoe lang iets duurt. Daarnaast is er ook een verlenging van de aandachtspanne vastgesteld bij mensen met aandachtsproblemen. In zijn boek haalt Fine (2010) ook aan dat dieren door hun aanwezigheid en hun niet voorgeschreven gedrag gesprekken uitdagen en stimuleren, omdat ze voorzien in een neutraal onderwerp, buiten de cliënt zelf, waarop ze de focus kunnen leggen.

Rosbach en Wilson (1992) voerden een onderzoek waaruit bleek dat foto's waarop mensen met of zonder hond waren afgebeeld, niet gelijk werden beoordeeld. Foto's waarin een hond aanwezig was, werden hoger beoordeeld dan foto's waarop geen hond stond. Verder stelden ze vast dat de persoon op de foto gelukkiger en veiliger leek in het bijzijn van de hond. Ze kwamen ook tot de conclusie dat mensen zich meer op hun gemak voelen wanneer ze zitten of staan naast een hond.

Corson et al (1977) deden een onderzoek naar wat het effect zou zijn van de aanwezigheid van een hond op een domein waar psychiatrische patiënten leven of passeren. Reeds vroeg in hun onderzoek bleek dat de deelnemende patiënten veel voordelen ondervonden, gaande van een sterkere zelfstandigheid tot een verhoogde activiteit. Zelfs de niet-deelnemende patiënten weken af van hun normale dagelijkse bezigheden en kwamen geïnteresseerd kijken naar en praten over de honden. Corson en zijn collega's stelden daarnaast ook vast dat patiënten op regelmatige basis naar de kennel kwamen om de honden te verzorgen. Kahn (1997) stelde een gelijkaardig gevolg vast van de honden op het domein. Hij ondervond dat de dieren ervoor zorgden dat kinderen met een autismespectrumstoornis en volwassenen met

verschillende andere mentale stoornissen een verhoogde gerichte aandacht en meer positieve emoties hadden, meer sociale interacties aangingen en dus ook meer spraken. Sockalingam et al (2008) vermelden in hun onderzoek een artikel van Cole & Gawlinski (2000) waaruit blijkt dat niet alleen de patiënten, maar ook de hulpverleners van diverse gezondheidscentra een groter geluksgevoel, minder droefheid en een sterker gevoel van geliefd te zijn ervaren bij AAT.

Dieren kunnen volgens Kruger en Serpell (2006) ook als transitionele objecten dienen in een poging om de communicatie bij patiënten te verbeteren. Winnicott (1953) introduceerde het begrip '*transitioneel object*' als eerste als een object dat het kind leert omgaan met angst, vooral depressieve angst. Volgens Winnicott is zo'n transitioneel object vooral van belang bij het slapen gaan. Een transitioneel object wordt door Wilson en Robinson (2002, p.1) omschreven als "een object, meestal een zachte knuffel, gekozen door het kind. Het is niet vervangbaar, omdat het object is doordrongen met gevoelens en ervaringen van het kind met zijn of haar belangrijkste verzorger. Het kind gebruikt het transitioneel object als hulpmiddel om de transmissie van primaire afhankelijkheid naar onafhankelijkheid te vergemakkelijken". Indien het dier dus functioneert als transitioneel object wordt hiermee bedoeld dat het dier voor continuïteit kan zorgen in het veranderingsproces van de patiënt. Wanneer de therapeut de patiënt behandelt, zullen er veranderingen gebeuren in het denken en/of doen van de patiënt. Een constante binnen deze veranderingen kan voor de patiënt ondersteunend en kalmerend werken. Het is ook een houvast op moeilijke momenten.

Een dier als transitioneel object of hechttingsfiguur is dus mogelijk. Belangrijk hierbij is wel dat de rol van beide niet samen kan voorkomen. "Transitioneel" verwijst naar de tijdelijke ondersteuning, terwijl "hechting" duidt op een langdurige, emotionele relatie. Binnen AAT wordt verkozen om de hond in te zetten als transitioneel object, omdat het de bedoeling is dat de patiënt door ondersteuning van de hond een spreekwoordelijke brug kan overwinnen om tot een beter sociaal functioneren te komen. Het is niet de bedoeling dat de hond wordt ingezet ter vervanging van een figuur uit het leven van de patiënt. Het wordt niet volledig afgeraden om een emotionele band aan te gaan met de hond van de therapeut. De hond is altijd ter ondersteuning van de behandeling. Er dient wel te worden benadrukt dat het aanmoedigen van een sterke emotionele band tussen hond en patiënt binnen de relatief korte tijd van een therapie niet correct is (Kruger en Serpell, 2006). Het is niet de bedoeling dat een patiënt wordt ondersteunt bij het aangaan van een positieve relatie met een hechttingsfiguur, om dan dit figuur weer af te nemen.

Barba (1995) haalt het onderzoek van Strickland (1991) aan om aan te tonen dat mensen die zich heel bewust zijn van hun lichaam en uiterlijk of zich onaantrekkelijk voelen een verbeterde zelfwaarde en zelfacceptatie rapporteren na contact met een hond. Er wordt daarnaast ook gezegd dat mensen na interactie met een hond meer emoties uiten zonder vragen of angst voor afwijzing.

Tot slot blijkt ook dat dieren een motivatie zijn voor activiteiten in rehabilitatieprogramma's, zoals het verzorgen van de dieren en hen voorzien van onderdak (Barba, 1995). Ook Corson et al (1977) konden dit opmerken tijdens hun onderzoek. Zoals eerder al aangegeven, merkten zij op dat patiënten zelf regelmatig naar de kennel kwamen om voor de honden te zorgen. Daarnaast kan het dier zelf ook een beloning zijn voor een prestatie binnen ambulante zorg en kan het zorgen voor stimulatie bij patiënten met sensorische stoornissen, waarbij vooral tactiele stoornissen en reukstoornissen gestimuleerd kunnen worden.

3.1.3. Conclusie over de effecten van AAT met honden

Recent onderzoek toont aan dat interacties met dieren veelal positieve gevolgen hebben voor mensen binnen een groot scala van mentale gezondheidsproblemen, zoals angst, schizofrenie en trauma's (Abreu & Figueiredo, 2015). Ook Barba (1995) praat in haar artikel over de positieve effecten die de honden hebben op patiënten in diverse gezondheidscentra. Volgens Reed, Ferrer en Villegas (2012) zijn de potentiële voordelen om AAA of AAT in gezondheidscentra en ziekenhuizen in te voeren ontelbaar.

Onverwacht bleek ook dat bij de verzorgers een versterking van de geest optrad door de aanwezigheid van de dieren (Barba, 1995). De aanwezigheid van de dieren had dus niet alleen een invloed op de patiënten binnen AAT, maar ook op patiënten buiten AAT en de verzorgers van de patiënten.

3.2. Aandachtspunten en tips voor bereidwillige therapeuten

In zijn boek voorziet Fine (2010) richtlijnen om dieren in te zetten binnen AAT. Hij somt enkele basiselementen op die best aanwezig kunnen zijn, ondersteunt in de voorbereiding, neemt de veiligheid en het comfort in acht, geeft onderwerpen aan die in acht kunnen genomen worden bij het selecteren van cliënten en maakt daarnaast nog enkele andere bedenkingen die kunnen helpen bij het implementeren van AAT. Fine is er dan ook van overtuigd dat met voldoende planning en doordachtheid honden een enorme bijdrage kunnen leveren in de mogelijkheden van een therapeut om een cliënt te behandelen. Ook Reed, Ferrer en Villegas (2012), Barba (1995), Odendaal (2000) en verschillende andere onderzoekers staan achter AAT, zoals blijkt uit hun artikels.

Ondanks de groeiende populariteit van AAI met honden, is er nog steeds een gebrek aan wetenschappelijke gegevens om de selectieprocedures voor de honden vlot te laten verlopen. Organisaties worden hierdoor belemmerd om dieren te adopteren volgens een gestandaardiseerde manier (Mongillo et al, 2015). In verschillende dierenasielen en op sommige plekken in de maatschappij is het wel mogelijk om dieren te bezoeken (Barba, 1995).

Hieronder worden enkele aandachtspunten en tips toegelicht die bereidwillige therapeuten in acht kunnen nemen indien zij van plan zijn AAT in hun praktijk te gaan toepassen. Sommige aandachtspunten en tips zullen gaan over de therapeut, anderen over het dier en nog anderen over de patiënt. Het doel van deze rubriek is om de lezer ervan bewust te maken dat het toevoegen van honden binnen therapie niet van de ene dag op de andere kan gebeuren, maar doordacht moet zijn.

3.2.1. Aandachtspunten en tips voor de therapeut

Sommige eigenschappen van de therapeut, zoals flexibiliteit, eerlijkheid en oprechte interesse tonen, werden door Ackerman en Hilsenroth (2003) beschouwd als factoren die positief bijdragen aan de werkrelatie met de patiënt. Ook de technieken waarover de therapeut beschikt, zoals exploreren en reflecteren, hadden een gelijkaardig effect. Kruger en Serpell (2006) zeggen dat patiënten sneller een gevoel van comfort en veiligheid zullen ervaren wanneer een hond aanwezig is, omdat hij ervoor zorgt dat de therapeut er vriendelijker en minder bedreigend uit ziet.

3.2.2. Aandachtspunten en tips voor de keuze van de hond

Zoals Kruger en Serpell (2006) al aanhalen, is het voor zowel dier als elke betrokken persoon belangrijk om na te gaan of ze gepast zijn voor welke job dan ook. Veel instellingen voorzien gedragsevaluaties om te bepalen of dieren geschikt zijn om met cliënten of patiënten aan de slag te kunnen gaan. De criteria hiervoor verschillen echter sterk van bron tot bron en zijn vaak subjectief. Ook de vaardigheden waar de honden over moeten beschikken verschillen vaak van activiteit tot activiteit. King, Marston & Bennet (2012) vermoeden dat ongepast gedrag van de hond het gevolg kan zijn van een slechte match tussen mens en dier. Daarbij aansluitend zeggen zij dat honden in de moderne tijd vaak sneller worden gekozen omwille van hun morfologie dan omwille van hun karakter.

Alle honden worden eerst zorgvuldig gescreend op hun gezondheid en temperament (Barba, 1995). Ze moeten gezond zijn en mogen in geen enkele situatie ongepast gedrag tonen, zoals agressie. Ze moeten speeltjes of eten op bevel kunnen negeren en rustig reageren als ze hardhandig worden aangepakt of ongecontroleerde vocalisaties horen. Het is ook van belang dat ze zich goed voelen in een medische setting en goed kunnen omgaan met stressvolle situaties. Er gaat ook een voorkeur uit naar honden die interacties met onbekenden aangaan. De mens-hond interacties moeten voor de hond aangenaam zijn (Mongillo et al, 2015). Hoe meer nood voor aandacht of sociaal gedrag een dier vertoont, hoe beter de band tussen mens en dier kan zijn (Odendaal, 2000). Persoonlijke huisdieren moeten een bewijs behalen dat ze immuun zijn voor bepaalde ziekten en onderzocht zijn op parasieten en huidziekten. Ook moet de eigenaar ervoor garant staan dat de hond controleerbaar is. Honden moeten goed getraind en zindelijk zijn (Barba, 1995; Mongillo et al, 2015). Bij jonge dieren is het belangrijk dat ze gevaccineerd zijn en moet getracht worden bijt- en schaafwonden te voorkomen. Voor volwassen kleine dieren moet voorzien worden dat ze niet gewond kunnen geraken door grote bewegingen, rolstoelen of voorbijgangers. De honden die met alles in orde zijn en voldoende voorspelbaar zijn, krijgen een certificaat dat ze therapie mogen ondersteunen (Barba, 1995). In Amerika wordt dit certificaat pas uitgereikt als de honden slagen voor een temperamenttest, de American Kennel Club's Canine Good Citizen's Test, of een nationale certificatie behalen als therapiehond. Zowel hond als baasje kunnen daar lessen volgen om therapietechnieken te leren (Barba, 1995).

3.2.3. Aandachtspunten en tips voor toepassing bij de patiënt

Volgens Barba (1995) kan een patiënt van elke leeftijd en bijna elke ziekte of stoornis deelnemen aan AAT, op voorwaarde dat de patiënt het zelf wil en er geen allergieën zijn die een beperking kunnen vormen. Odendaal (2000) gaat hiermee akkoord. Verder gaat hij vooral in op mogelijke beperkingen. Hij zegt dat gezelschapsdieren niet voor iedereen de beste oplossing zijn. Er zijn immers ook andere manieren waarop de behoefte voor aandacht vervuld kan worden, zoals de persoon in kwestie dit zelf graag wenst. Ook kunnen mensen met een vorige negatieve ervaring ervoor kiezen om niet aan AAT deel te nemen of is het mogelijk dat er praktische beperkingen zijn in het houden van of omgaan met de dieren.

3.2.4. Aandachtspunten en tips bij het invoeren van AAT

Volgens Barba (1995) is het mogelijk om dieren te introduceren in ziekenhuizen en andere gezondheidscentra als het AAT-programma gepland is, duidelijke doelen voor de patiënt vooropstelt en de nodige maatregelen genomen worden. Zij stelt voor te werken met een CNS, een 'clinical nurse specialist' die voldoende diepe kennis heeft omtrent de organisatie, gebruikte behandelingen begrijpt en aanvaard en tevens ook nieuwe programma's weet te faciliteren in de organisatie. Als de CNS de noodzaak voor AAT heeft vastgesteld, moet het juiste personeel worden geraadpleegd. Dit zijn diensthoofd-verpleegkundigen, infectiecontroleurs, coördinatoren van vrijwilligers en personeel dat binnen de unit aan de slag wil gaan. Er moet een blijvende aandacht zijn voor de mogelijk onvoorspelbare gedragingen van de dieren of ziektes die kunnen uitbreken. Dit zou kunnen leiden tot negatieve juridische gevolgen, en kunnen dus best vermeden worden.

Het is belangrijk om voldoende achtergrondinformatie te voorzien en zelf beschikbaar te blijven nadat het project of de afdeling is opgestart. Het is belangrijk dat mensen weten bij wie ze terecht kunnen met eventuele vragen, opmerkingen, ideeën of problemen. Gebruik steeds goede communicatievaardigheden en maak gebruik van vaardigheden binnen het werken met groepen. Wetenschappelijke ondersteuning kan het pleidooi van de CNS ondersteunen (Barba, 1995).

Barba (1995) raad ook aan om te starten met een pilootprogramma. Dit kan zijn om de organisatie ervan te verzekeren dat voor opgelegde eisen, doelen en beleid worden opgevolgd. Daarnaast kan het pilootprogramma ervoor zorgen dat

personeel, dat misschien eerst sceptisch stond tegenover het project, overtuigd kan worden doordat verbeteringen bij de patiënt en de omgeving merkbaar zijn.

Vragen omtrent de geschiktheid van dieren voor therapie komen vooral voort uit risico-overwegingen, zoals de veiligheid voor de patiënt en vragen omtrent de betrouwbaarheid van de hond, en vanuit het welzijn van het dier (Kruger en Serpell, 2006). Gezondheidsrisico's zijn volgens Barba (1995) vaak overdreven. Er moet een duidelijk onderscheid gemaakt worden tussen wat mensen van dieren kunnen krijgen, zoals bijtwonden, zoönose en allergieën, en wat mensen van zichzelf kunnen krijgen, zoals een verkoudheid of griep (Burton, 1989).

Zoals eerder al vermeld is het volgens Barba (1995) ook belangrijk dat zowel dier als patiënt eerst uitvoerig gescreend moeten worden, vooraleer ze aan het programma mogen deelnemen.

Daarnaast is ook de ruimte waar de dieren terecht komen niet onbelangrijk. Indien de dieren permanent zullen verblijven op het domein, dienen er uiteraard verblijfplaatsen voor hen te worden voorzien. Barba (1995) haalt ook aan dat de ruimte waarin de AAT zal doorgaan, af hangt van de geplande therapeutische activiteiten. Veel factoren, zoals geluid, andere dieren, verzorgers of patiënten, bezoekers en beoordelaars, kunnen bij zowel therapeut, patiënt als dier voor afleiding zorgen. Bij voorkeur kan AAT best op een rustig moment, buiten bezoeken en niet midden op de afdeling doorgaan. Interventies met dieren kunnen verschillen naar gelang de duur van de therapie (Barker en Dawson, 1998). Bij langdurige therapie, waarbij we spreken over meerdere maanden tot jaren, is een adoptie van het dier mogelijk. Daartegenover staan kortstondige contactmomenten tussen patiënt en dier, waarbij het overgaan tot adoptie geen logische stap zou zijn.

4. Discussie

In de discussie zijn opmerkingen terug te vinden over de verschillende rubrieken uit de resultaten. Allereerst worden de opmerkingen verzameld en besproken in verband met de effecten van AAT met honden. Vervolgens worden opmerkingen opgesomd die gemaakt kunnen worden bij de aandachtspunten voor bereidwillige therapeuten. Tot slot wordt afgerond met algemene opmerkingen of bedenkingen die gemaakt kunnen worden over deze literatuurstudie in het algemeen of opmerkingen die niet bij bovenstaande horen.

4.1. Opmerkingen bij de effecten van AAT met honden

Bij de effecten van AAT met honden dient kritisch gekeken te worden naar de bevindingen van de wetenschappers. Volgens Kruger & Serpell (2006) suggereren verschillende referenties in de literatuur dat de aanwezigheid van dieren voor kalmerende effecten kan zorgen, maar dat er geen overtuigende gegevens zijn die aantonen dat deze effecten komen door de interactie met de dieren. Serpell (1996) benadrukte eerder ook al dat het sinds de jaren '50 geweten is dat elke stimulus die aandacht concentreert of aantrekt een kalmerend effect heeft op het lichaam. Zo lang de patiënt dus niet de focus legt op zijn eigen lichaam, zal er altijd een vorm van kalmering optreden. Er is volgens Brickel (1982; 1985) echter geen specifieke verklaring over waarom dieren in het bijzonder zo afleidend blijken te zijn. Naar alle waarschijnlijkheid moeten hiervoor andere theorieën geraadpleegd worden. Daarnaast is het ook belangrijk dat onderzoekers in het achterhoofd houden dat elke patiënt een ander lichaam en andere voorkeuren heeft. Volgens Berget & Grepperud (2011) is het ook belangrijk dat patiënten geloven in de effecten van de behandeling. Hun onderzoek toonde aan dat de behandelingseffecten het meest significant waren voor betere fysieke condities, minder symptomen en een betere coping. AAT zal dus de patiënt niet "genezen", maar er wel voor zorgen dat hij zich beter voelt en minder symptomen zoals angst en depressie ervaart. Onderzoek dient echter verder na te gaan of de symptomen verminderen door de aanwezigheid van de dieren of door andere factoren.

Volgens Barker & Dawson (1998) is het interessant om het effect van frequentere blootstelling aan dieren na te gaan. Op die manier kan mogelijk worden vastgesteld of de verlaagde angst deels het resultaat is van nieuwheid van de therapie voor de

patiënt of dat meer blootstelling resulteert in een verdere verlaging van angst. Hoewel sommige patiënten in hun studie lang genoeg gehospitaliseerd bleven om mee te kunnen doen aan meer dan 1 sessie AAT, waren er niet genoeg patiënten om het effect van herhaalde blootstelling na te gaan. Het is dan ook aan te raden om hier onderzoek naar te blijven doen. Er is reeds veel onderzoek gedaan naar AAT en meer specifiek met honden, maar er zijn nog steeds veel onbekende gebieden waar kritische wetenschappers of therapeuten vragen bij kunnen stellen. Dit is echter bij elke wetenschap zo en mag geen belemmering vormen om AAT in te voeren. Wanneer een organisatie of therapeut ervoor kiest om AAT aan te bieden, is het wel aangeraden om de resultaten op wetenschappelijke manier mee te delen zodat het mogelijk is om studies te vergelijken en eventueel te trachten onderzoeken te repliceren. Op die manier wordt het ook mogelijk om duidelijke conclusies te trekken over de impact die dieren al dan niet hebben op *human arousal*, zoals Kruger & Serpell (2006) aangeven, omdat zowel positieve als negatieve effecten zijn gerapporteerd.

Wat tijdens deze literatuurstudie vooral opviel was dat er veel positieve effecten zijn van AAT, al dan niet met honden, maar dat het in de praktijk slechts heel weinig wordt toegepast. Mensen lijken nog steeds bang om psychologische hulp te zoeken en kennen vaak geen of slechts beperkte vormen van AAT. Vooral therapie met paarden is bekend, maar mensen hebben het idee dat dit niet voor iedereen betaalbaar is. Deze literatuurstudie wil een start zijn voor verder onderzoek naar de praktische aspecten van AAT met honden: zijn hier subsidies voor? Wat bedraagt de kostprijs van AAT met honden? Op welke plekken is het mogelijk om dit beschikbaar te maken? Deze literatuurstudie is geen handleiding die gevolgd kan worden wanneer een organisatie of instantie gebruik wil maken van AAT met honden. Het wil wel aantonen dat het veel voordelen in zich heeft om AAT in te voeren en dit correct toe te passen, maar wil tegelijkertijd ook therapeuten en organisaties ervoor behoeden dat ze niet spontaan in het ondiepe springen. Zoals eerder Barba (1995) ook al aangaf, is het belangrijk dat organisaties en zelfstandige therapeuten voldoende stilstaan bij de mogelijkheid om AAT in te voeren.

4.2. Opmerkingen bij de aandachtspunten voor bereidwillige therapeuten

De criteria van waaruit wordt beslist of een dier al dan niet geschikt is voor dit soort werk varieert sterk en is vaak subjectief. Ook wat bepaalde interventies vragen van de dieren is zeer divers. Daarnaast is het ook belangrijk te vermelden dat formele gedragsscreenings en certificaten niet beschikbaar zijn voor alle soorten dieren die worden gebruikt als therapeutische hulp (Kruger & Serpell, 2006). Er dient dus nog wel wat onderzoek te gebeuren als elk dier volgens een bepaalde standaard screening dient te worden uitgekozen. Allereerst moet onderzocht worden wat belangrijk is voor elk dier en wat met welk dier bereikt kan worden. Vervolgens moet bekeken worden of er een screeningslijst gemaakt kan worden die voldoende algemeen is om verschillende soorten of rassen van een dier te beoordelen. Eventueel dient er dan voor elke diersoort, zoals honden, katten, paarden of konijnen, een andere lijst te worden opgesteld. Het valt hierbij meteen op dat dit een project is van zeer lange adem. Toch mag de afwezigheid van dit soort zekerheden geen reden zijn om de therapievorm af te wijzen, zo zeggen ook Kruger & Serpell (2006).

Een andere bedenking die kan gemaakt worden, is omtrent de doelgroep. AAT blijkt bij de ene groep patiënten meer toepasselijk dan bij een andere groep. Vooral mensen die allergisch zijn aan honden of er een grote angst voor hebben, zijn niet gebaad bij AAT. Bij mensen met HIV die een huisdier hebben, heeft onderzoek aangetoond dat er belangrijke emotionele componenten zijn die bij het houden van een huisdier horen, zoals hechting, gezelschap en verantwoordelijkheid, die hun medische toestand positief versterken (Allen, Kellegrew & Jaffe, 2000). Barker & Dawson (1998) stelden in hun onderzoek dan weer vast dat de verlaging in angstscores voor patiënten met psychotische stoornissen twee keer zo groot was na AAT dan na therapeutische recreatie. Dit zou kunnen zeggen dat AAT psychotische patiënten voorziet in een interactie dat minder van hen vraagt in vergelijking met traditionele therapieën. Doorheen deze literatuurstudie valt ook op dat er meer psychologische effecten zijn dan biologische effecten. Dit kan erop wijzen dat honden in ziekenhuizen ervoor kunnen zorgen dat het welbevinden van de patiënt hoger ligt dan wanneer er geen hond is en dat de patiënt hierdoor mogelijk sneller geneest. Het is duidelijk dat het veel te kort door de bocht is om te zeggen dat een hond in het ziekenhuis ervoor zorgt dat de patiënt geneest, maar hij kan er wel voor zorgen dat het genezingsproces sneller gaat. De doelgroep die dus het meest

geschikt lijkt om deel te nemen aan AAT zijn mensen met een psychische beperking die langdurig therapie volgen. Het is hierbij ook belangrijk dat de patiënt gelooft in de behandeling (Berget & Grepperud, 2011).

Hoewel het meeste onderzoek rond AAT is gedaan bij volwassenen, vooral ouderen, zijn er reeds ontelbaar veel onderzoeken die hebben aangetoond dat AAT belangrijk is voor verschillende groepen patiënten. Er is echter nog geen onderzoek gedaan naar tieners die AAT volgen (Reed, Ferrer & Villegas, 2012).

Vrouwelijke therapeuten hebben volgens Berget & Grepperud (2011) een beter zicht op AAI dan mannelijke therapeuten, maar de reden hiervoor is nog niet bekend. Dit is dan ook een interessante piste om verder te onderzoeken: welke psychologische en omgevingsfactoren spelen een rol bij AAI?

4.3. Bedenkingen in het algemeen

Het blijft moeilijk voor het domein van AAI om zichzelf te definiëren als geloofwaardige vorm van therapie. Het domein bestaat echter al enkele decennia lang en wordt in de media steeds positief benaderd (Kruger & Serpell, 2006). Ook zijn er reeds talloze potentiële voordelen van AAA en AAT aangehaald (Reed, Ferrer & Villegas, 2012). Misschien heeft het taboe omtrent therapie volgen hiermee te maken. Misschien willen mensen zich afwenden van het idee dat therapie iets positief is. Misschien moet het domein zelf proberen om nog meer in de media te komen. Ongetwijfeld kan een bevraging aan de maatschappij hier een licht op werpen. Reed, Ferrer en Villegas (2012) concluderen in hun eigen onderzoek ook dat er nog meer onderzoek gedaan dient te worden naar de functie die AAT kan hebben voor chronische aandoeningen. Tot slot zijn ook Abreu en Figueiredo (2015) ervan overtuigd dat er meer onderzoek nodig is om empirische ondersteuning te bieden aan de behandeling.

Het is mogelijk dat AAT niet overal geaccepteerd wordt door artsen als een valide medische benadering, omdat er een placebo-effect werd gevonden. Dit effect werd verminderd in later onderzoek, maar het was niet mogelijk om alle problemen te verwijderen door tussenkomsten (Odendaal, 2000). Het is de taak van de therapeuten en vrijwilligers die geloven in de positieve effecten van honden om artsen te overtuigen en AAT een kans te laten geven. Er zijn reeds projecten, zoals de hondenboot in Antwerpen, waar mensen gratis of tegen een kleine bijdrage enkele uren met goed getrainde honden van verschillende rassen kunnen gaan

wandelen. De trainers daar geven aan dat mensen vaak zeggen dat ze zich veel beter voelen na de wandeling en meer tot rust zijn gekomen. Echter, er wordt zeer weinig geld vrijgemaakt vanuit de overheid en andere instanties om bij te dragen in zulke projecten. Het lijkt alsof mensen geen kennis willen maken met een nieuwe goede vorm van aanvullende therapie, omdat het nog onbekend is.

Bij de tips en aandachtspunten wordt gesproken over bereidwillige therapeuten. Dit is vooral om niemand te trachten ergens toe te verplichten, maar toch de inzet te benadrukken van de therapeuten die honden wel (willen) gebruiken in therapiesessies.

Referentielijst

- Abreu, T & Figueiredo, A. R. (2015). Paws for help – Animal-assisted therapy. *European Psychiatry*, 30, 1651-1651. doi: 10.1016/S0924-9338(15)31274-8
- Ackerman, S. J. & Hilsenroth, M. J. (2003). A review of therapist characteristics and techniques positively impacting the therapeutic alliance. *Clinical Psychology Review*, 23 (1), 1-33. doi: 10.1016/S0272-7358(02)00146-0
- Allen, J.M., Kellegrew, D.H. & Jaffe, D. (2000). The experience of pet ownership as meaningful occupation. *Canadian Journal of Occupational Therapy*, 67(4), 271-278. doi: 10.1177/000841740006700409
- Anderson, W.P., Reid, C.M. & Jennings, G.L. (1992). Pet ownership and risk factors for cardiovascular disease. *The medical journal of Australia*. 157 (5), 298-301
- Barba, B. E. (1995). The positive influence of animals: Animal assisted therapy in acute care. *Clinical Nurse Specialist*, 9(4), 91-95
- Barker, S. B. & Dawson, K. S. (1998). The effects of animal-assisted therapy on anxiety ratings of hospitalized psychiatric patients. *Psychiatric Services*, 49 (6), 797-801. doi: 10.1176/ps.49.6.797
- Barker, S.B., Pandurangi, M.D. & Best, A.M. (2003). Effects of animal-assisted therapy on patients' anxiety, fear and depression before ECT. *The Journal of ECT*, 19(1), 38-44. doi: 10.1097/00124509-200303000-00008
- Beck, A. M. & Katcher, A. (1996). *Between pets and people: The importance of animal companionship* (Revised edition). West Lafayette, Indiana: Purdue University Press.
- Beck, A. M., Seraydarian, L. & Hunter, F. G. (1986). Use of animals in the rehabilitation of psychiatric inpatients. *Psychological Reports*, 58, 63-66. doi: 10.2466/pr0.1986.58.1.63
- Berget, B. & Grepperud, S. (2011). Animal-assisted interventions for psychiatric patients: Beliefs in treatment effects among practitioners. *European Journal of Integrative Medicine*, 3, e91-e96. doi: 10.1016/j.eujim.2011.03.001
- Bernabei, V., Ronchi, D. De, Ferla, T. La, Moretti, F., Tonelli, L., Ferrari, B. Forlani, M & Atti, A.R. (2013). Animal-assisted interventions for elderly patients affected by dementia of psychiatric disorders: A review. *Journal of Psychiatric Research*, 47, 762-773. doi: 10.1016/j.jpsychires.2012.12.014
- Beutler, L.E., Harwood, T.M., Kimpara, S., Verdirame, D. & Blau, K. (2011). Coping style. *Journey of Clinical Psychology*, 67, 176-183. doi: 10.1002/jclp.20752

- Brickel, C.M. (1982). Pet-facilitated psychotherapy: A theoretical explanation via attention shifts. *Psychological reports*, 50, 71-74. doi: 10.2466/pr0.1982.50.1.71
- Brickel, C.M. (1985). Initiation and maintenance of the human-animal bond: Familial roles from a learning perspective. *Marriage & Family Review*, 8, 31-48. doi: 10.1300/J002v08n03_04
- Burton, B.J. (1989). Pets and PWA's: Claims of health risk exaggerated. *Patient Care*, 23, 34-37
- Cintra, P., Ramos, A.N. & Trinca, A.T. (2008). Utilization of therapeutic dogs for depression and anxiety. *European Psychiatry*, 23 (2), S404-S405. doi: 10.1016/j.eurpsy.2008.01.1404
- Cole, K. & Gawlinski, A. (2000). Animal-assisted therapy: The human-animal bond. *AACN Clinical Issues Advanced Practice in Acute Critical Care*, 11(1), 139-149. doi: 10.1097/0004467-200002000-00015
- Corson, S.A., Corson, E.O., Gwynne, P.H. & Arnold, L.E. (1977). Pet dogs as nonverbal communication links in hospital psychiatry. *Comprehensive psychiatry*, 18, 61-72. doi: 10.1016/S0010-440X(77)80008-4
- Daltrey, R.M. & Mehr, K.E. (2015). Therapy dogs on campus: Recommendations for counseling center outreach. *Journal of College Student Psychotherapy*, 29, 72-78. doi: 10.1080/87568225.2015.976100
- De Poort (2002-2010) *De β -endorfine: functies en terminologie*, Geraadpleegd van <http://www.de-poort.be/cgi-bin/Pagina.pl?id=171>
- Feldman, R.S. (2012). *Ontwikkelingspsychologie*. Benelux: Pearson.
- Fine, A.H. (2010). *Handbook on animal-assisted therapy: Theoretical foundations and guidelines for practice*. San Diego: Academic Press
- Friedmann, E., Katcher, A., Thomas, S., Lync, J. & Messent, P. (1983). Social interaction and blood pressure: Influence of animal companions. *Journal of nervous & mental disease*, 171, 461-465. doi: 10.1097/00005053-198308000-00002
- Friedmann, E. & Son, H. (2009), The Human-Companion Animal Bond: How Humans Benefit, *Veterinary Clinics of North America: Small Animal Practice*, 39, Issue 2, 293-326. doi: 10.1016/j.cvsm.2008.10.015
- Gordon, I., Zagoory-Sharon, O., Leckman, J.F. & Feldman, R. (2010). Oxytocin and the development of parenting in Humans, *Biological psychiatry*, Advance online publication
- Hofmann, A.O.M., Lee, A.H., Wertenauer, F., Ricken, R., Jansen, J.J., Gallinat, J. & Lang U.E. (2009). Dog-assisted intervention significantly reduces anxiety in

- hospitalized patients with major depression. *European Journal of Integrative Medicine*, 1, 145-148. doi: 10.1016/j.eujim.2009.08.002
- Jansen, J.B., Lang, U.E., Wertenauer, F., Gallinat, J. & Rapp, M.A. (2010). Reduced anxiety during dog assisted interviews in acute schizophrenic patients. *European Journal of Integrative Medicine*, 2, 123-127. doi: 10.1016/j.eujim.2010.07.002
- Kahn, P.H. (1997). Developmental psychology and the biophilia hypothesis: Children's affiliation with nature. *Developmental Review*, 17 (1), 1-61. doi: 10.1006/drev.1996.0430
- King, T., Marston, L.C. & Bennet, P.C. (2012). Breeding dogs for beauty and behaviour: Why scientists need to do more to develop valid and reliable behaviour assessments for dogs kept as companions. *Applied Animal Behaviour Science*, 137, 1-22. doi: 10.1016/j.applanim.2011.11.016
- Kintaert, K. (2013). *Begeleidend werken met assistentie van dieren*. Gent: Academia Press.
- Kloosterhuis, G. (1989) *Zakwoordenboek der geneeskunde*. 23e druk. Utrecht: Van Boekhoven Bosch bv.
- Kovacs, G. & Umbgrove, I. (2014). *Psychotherapie in beweging: Dieren en natuur bij psychodynamische therapie*. Antwerpen – Apeldoorn: Garant.
- Kruger, K. & Serpell, J. (2006). *Animal-assisted interventions in mental health: Definitions and theoretical foundations*. In: Fine, A.H. (Ed) (2006) *Handbook on animal-assisted therapy: Theoretical foundations and guidelines for practice*. 2e editie. San Diego: Academic Press, 21-38
- Lajoie, K.R. (2003). *An evaluation of the effectiveness of using animals in therapy*. Unpublished doctoral dissertation.
- Larsen, R., Buss, D. & Wismeijer, A. (2013). *Personal psychology: Domains of knowledge about human nature*. Great Britain: Ashford Colour Press
- Levinson, B.M. (1962). The dog as co-therapist. *Mental Hygiene*, 46, 59-65
- Mongillo, P., Pitteri, E., Adamelli, S., Bonichini, S., Farina, L. & Marinelli, L. (2015). Validation of a selection protocol of dogs involved in animal-assisted intervention. *Journal of Veterinary Behaviour*, 10, 103-110. doi: 10.1016/j.jveb.2014.11.005
- Morrison, V. & Bennet, P. (2013). *Gezondheidspsychologie*. (Juffermans, L. & Hoof, E. Van, Vertaling) Benelux: Pearson (Origineel gepubliceerd in 2006)
- Mullet, S. (2008). A helping paw: Animal-assisted therapy. *Modern Medicine Network*. Geraadpleegd van <http://www.modernmedicine.com/modern-medicine/news/modernmedicine/modern-medicine-feature-articles/helping-paw-animal-assisted-the?trendmd-shared=1>

- Natterson-Horowitz, B. & Bowers, K. (2012) *Dierenbrein & mensenlijf*. Vianen/antwerpen: The House of Books
- Nevid, J.S., Rathus, S.A. & Greene, B. (2012). *Psychiatrie: Een inleiding* (8e editie). (E. Hoencamp, J. Haffmans & J. van Loon Vert.) Benelux: Pearson
- Odendaal, J.S.J. (2000). Animal-assisted therapy – Magic or Medicine? *Journal of Psychosomatic Research*, 49, 275-280. doi: 10.1016/S0022-3999(00)00183-5
- Prothmann, A., Albrecht, K., Dietrich, S., Hornfeck, U., Stieber, S. & Ettrich, C. (2005). Analysis of child-dog play behavior in child psychiatry. *Anthrozoös*, 18(1), 43-58. doi: 10.2752/089279305785594261
- Reed, R., Ferrer, L. & Villegas, N. (2012). Natural healers: A review of animal assisted therapy and activities as complementary treatment for chronic conditions. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 20 (3), 612-618. doi: 10.1590/S0104-11692012000300025
- Rossbach, K.A. & Wilson, J.P. (1992). Does a dog's presence make a person appear more likable?: Two studies. *Anthrozoös*, 5, 40-51. doi: 10.2752/089279392787011593
- Schalkwijk, P. (2006). *Dit is psychoanalyse*. Amsterdam: Boom
- Serpell, J. (1996). *In the company of animals*. Cambridge: Cambridge University Press
- Schneider, M.S. & Harley, L.P. (2006). How Dogs Influence the Evaluation of Psychotherapists. *Anthrozoös*, 19 (2), 128-142. doi: 10.27525/089279306785593784
- Shubert, J. (2012). Therapy dogs and stress management assistance during disasters (Report). *U.S. Army Medical Department Journal* (5), 74-77
- Sockalingam, S., Li, M., Krishnadev, U., Hanson, K., Balaban, K., Pacione, L. R. & Bhalerao, S. (2008). Use of animal-assisted therapy in the rehabilitation of an assault victim with a concurrent mood disorder. *Issues in Mental Health Nursing*, 29, 73-84. doi: 10.1080/01612840701748847
- Strickland, D. (1991). Furry therapists boost staff, too. *Medical World News*, 32, 47
- Topál, J., Miklosi, A., Csányi, V. & Dóka, A. (1998). Attachment behavior in dogs (*Canis familiaris*): A new application of Ainsworth's (1969) strange situation test. *Journal of Comparative Psychology*, 112(3), 219-229
- Topál, J., Miklosi, A., Gásci, M., Dóka, A., Pongrácz, P., Kubinyi, E., Virányi, Z. & Csányi, V. (2009). Chapter 3: The Dog as a Model for Understanding Human Social Behavior, *Advances in Social Behavior*, 39, 71-116. doi: 10.1016/S0065-3454(09)39003-8

- Veen, T. van der, Wal, J. van der (2003). *Van leertheorie naar onderwijspraktijk*. Groningen/Houten: Wolters-Noordhoff.
- Vliegen, N., Meurs, P. & Lier, L. Van (2009). *Geduldig gereedschap: De relatie als drager van het psychodynamisch proces*. Leuven: Acco.
- Winnicott, D.W. (1953). Transitional objects and transitional phenomena: A study of the first not-me possession. *International journal of psycho-analysis*, 34, 89-97. doi: 10.1093/med:psych/9780190271367.003.0034
- Wilson, A. & Robinson, N. (2002). Transitional objects and transitional phenomena. *Encyclopedia of psychotherapy*, 861-866. doi: 10.1016/B0-12-343010-0/00230-0
- Wilson, E. (1984). *Biophilia*. Cambridge: Harvard University Press
- Zilcha-Mano, S., Mikulincer, M. & Shaver, P. R. (2011). Pet in the therapy room: An attachment perspective on animal-assisted therapy. *Attachment & Human Development*, 13 (6), 514-561. doi: 10.1080/14616734.2011.608987