

“Al lang voordat ik begon met de opleiding speltherapie had ik een droom om speltherapie te combineren met diertherapie. Ik dacht dat ik de enige was. Was ik wel de enige?”

“Wat doet die hond in mijn spelkamer?”



Prins en ik wandelen naar de klas van Tim (5 jaar). Bij wijze van spreken zou ik met mijn ogen dicht kunnen lopen, Prins weet toch de weg. Een meisje met blonde haren komt de w.c. uit gelopen. “Ga je weer kindjes helpen, Prins?”. We lopen verder en wachten voor de deur van de klas. Tim komt al opgewekt aanlopen en wordt enthousiast begroet door mijn lieve Prins. We lopen met zijn drietjes naar de spelkamer, Tim en Prins voorop. Prins gaat liggen op zijn eigen plekje onder de tafel. Tim en ik bespreken hoe de week was en beginnen met spelen...

De middenfase van de speltherapie van Tim was aangebroken. Wanneer ik hem ophaalde uit de klas, liep hij vaak met zijn handen voor zijn ogen mee. Het leek alsof hij geen zin had om te spelen, terwijl hij eenmaal in de spelkamer niet meer was weg te slaan. Als ik Prins mee had kunnen nemen, had dit voor Tim wellicht voor een meer ontspannen overgang kunnen zorgen.

Al decennia geleden deed Boris Levinson een onderzoek onder psychologen. Hij was verbaasd hoeveel van hen uitstekende therapeutische resultaten behaalden in sessies waarbij dieren onderdeel vormden van de therapie. Vandaag de dag zijn ongeveer 75 professionals specifiek getraind in ‘Animal Assisted Play Therapy’. De meesten komen uit Amerika en Engeland (Van Fleet, 2010).

De perfecte combinatie!?

‘Animal Assisted Therapy’ (AAT) en speltherapie. Combineer deze en je creëert een therapeutische omgeving die unieke voordelen biedt aan de ontwikkeling en de psychosociale gezondheid van het kind (én het welzijn van het dier). ‘Animal Assisted Play Therapy (AAPT) is een interventie benadering waarbij goed opgeleide therapeuten en dieren deelnemen aan systematische spelinterventies (Van Fleet, 2008). Hoewel AAPT ook met paarden (Equine Assisted Play Therapy) wordt uitgevoerd, richt dit artikel zich op Canine Assisted Play Therapy (CAPT) waarbij de hond de rol van co-therapeut op zich neemt. De hond is voor velen onder ons makkelijker inzetbaar en mobieler. Een paard van 800 kg heeft nou eenmaal ‘net’ iets meer ruimte nodig dan een gemiddelde achtertuin van een rijtjeshuis. Verder richt dit artikel zich op de overeenkomsten tussen CAPT en speltherapie. In hoeverre werken speltherapeut en co-therapeut eigenlijk op één lijn? En op welke manieren kan de viervoeter worden ingezet binnen de context van spel en speltherapie?

Ik hoop de lezer een kijkje te geven in de mogelijke bijdrage die de hond in de spelkamer van een speltherapeut kan leveren, zodat de lezer zelf kan oordelen over een wel of niet perfecte combinatie...

Wat spel(en) betekent voor kinderen

Speltherapie vraagt geen verbalisatie; het gaat uit van de eigen speeltaal van kinderen en hun natuurlijke neiging om te spelen. Thema’s die bij het kind spelen zijn niet bedreigend in de verhulling van spel. Erover spelen helpt het kind om ervaringen te verwerken, zich te uiten en problemen op te lossen. Als speltherapeut probeer je de wereld van het kind binnen te treden, zijn gedachten en gevoelens op te zoeken en een vertrouwensrelatie op te bouwen. Zoals Piaget (1962) zo mooi zegt: “de symbolische functie van spel is van cruciaal belang omdat spel staat voor de pogingen van het kind

¹ ‘Animal Assisted Interventions’ staat voor zowel de activiteiten (Animal Assisted Activities) als de therapie (Animal Assisted Therapy). Bij beiden wordt het dier ingezet, bij AAT is in tegenstelling tot de eerste, ook sprake van een professional en een behandelplan waarbij doelgerichte doelen voor de cliënt zijn opgesteld (Kruger & Serpell, 2006).

om zijn ervaringen te organiseren; het zal misschien één van de weinige momenten zijn dat het kind controle voelt over zijn leven. Spel geeft concrete vorm en uitdrukking aan de innerlijke wereld van het kind”. Wij hebben als speltherapeut de mooie rol van toeschouwer waarin wij de betekenisvolle ervaringen van het kind, die in het spel tot uitdrukking komen, in ontvangst mogen nemen. Het lijkt dan ook logisch om ons als speltherapeut te interesseren voor de belangstelling van het kind.

“Companion animals should matter to educators, if for no other reason than that they matter so much to children” (Mary Renck Jalongo, 2004)

Wat dieren betekenen voor kinderen

In 2011 had 59% van de gezinnen een huisdier (Borst & Beekhof, 2006). In bijna elke kinderkamer is wel een pluche dier te vinden. En welke spelkamer is nu compleet zonder dierenfiguren?

Veel onderzoeken geven hetzelfde aan. Het hebben van een gezelschapsdier heeft een positieve invloed op de geestelijke en lichamelijke gezondheid van de eigenaar. Op kinderen hebben huisdieren o.a. de volgende effecten: verlaging van stress- en bloeddruk, kalmerende werking, ontwikkeling van empathisch vermogen en een verhoogd gevoel van veiligheid en verantwoordelijkheid (Beck & Katcher, 1996; Chandler, 2005; Esteves & Stokes, 2008; Podberscek, Paul & Serpell, 2000).

Dieren zijn nu eenmaal belangrijk voor kinderen. Kinderen interesseren zich in dieren, praten over dieren, benaderen ze gemakkelijk en dromen zelfs over dieren (Jalongo, 2004; Jalongo, Astorino & Bomboy, 2004; Melson, 2001; Melson & Fine, 2006).

Het lijkt er zelfs op dat deze fascinatie voor dieren ook biologisch van aard is. Wanneer je een hond aait of kust, komt er zowel bij de hond als bij de mens Oxytocine vrij. Dit hormoon heeft een rustgevend effect, geeft een vermindering van angst en zorgt voor een lager stressniveau. Ook blijkt dat als je vaker aan dit hormoon wordt blootgesteld, effecten langer aanhouden. Bovendien geeft meer oxytocine meer positieve sociale interacties. Eigenaren van honden waar meer oxytocine vrij kwam, gaven aan dat er meer hechting was tussen hen en de hond (Stichting Met dieren meer mens, 2013).

Overeenkomsten tussen speltherapie en CAPT

De benaderingen van speltherapie en CAPT en de sfeer die in beiden gecreëerd wordt, lijken veel op elkaar. De setting is uitnodigend voor kinderen, of het kind nu begroet wordt door een vriendelijke viervoeter of een lading speelgoed in de spelkamer.

De speltherapeut werkt vanuit een cliënt-centered basishouding waarbij onvoorwaardelijke acceptatie, empathie, echtheid, transparantie en congruentie de uitgangswaarden zijn. Houding, reacties en interventies worden op de belevingswereld en draagkracht van het kind afgestemd.

De hond kan meehelpen aan het scheppen van deze randvoorwaarden. Hij weerspiegelt onmiddellijk het gedrag en de gemoedstoestand van de cliënt (Stichting Contacthond). Hij zoekt contact en communiceert door zijn simpele mimiek en duidelijke lichaamstaal. ‘What you see is what you get’. Dit alles sluit prachtig aan bij de taal van het kind. De viervoeter accepteert het kind onvoorwaardelijk, ongeacht uiterlijk of problematiek. En hij (ver)oordeelt net zo min als de speltherapeut.



In een mooi samenspel speelt Tim één van de vijf uithuisplaatsingen in zijn korte leventje uit. In het spel is hij de politiemannetje die met luide sirenes aan komt rijden. Een klein jongetje wordt ruw uit het huis gehaald en verdwijnt in een politiebuis. Met een ander jongetje en meisje gebeurt hetzelfde. Zij worden echter ergens anders heen gebracht. Tijdens het spel verwoord ik gevoelens van angst en onveiligheid. Als het spel is afgelopen, vraag ik Prins bij ons te komen. Tim geeft hem een aai over zijn bol. Ik kom bij het tweetal zitten en vraag: “Prins vraagt zich af of jij ook wel eens bang bent geweest”. Tim gaat nu tegen Prins aan liggen en antwoordt zachtjes: “Ja, heel erg. Toen ik voor de zoveelste keer ergens anders heen moest”.

Na een beladen thema zou ik Prins erbij hebben gevraagd omdat ik vermoed dat Tim daar op dat moment behoefte aan had gehad. Ik kon hem nu slechts met woorden troost bieden.



De extraatjes die een therapiehond kan bieden

Volgens Stichting Contacthond worden sneller en efficiënter resultaten bereikt door een therapiehond in een sessie te introduceren. Ook Thompson (2007) vond in een voorlopige (ongepubliceerde) analyse een aantal opmerkelijke bevindingen. Zo werd de aanwezigheid van therapiehonden geassocieerd met o.a. een verhoging van de inzet van kinderen in speltherapie. Ook uitten deze kinderen meer belangstelling voor de therapie, toonden zij meer betrokkenheid met fantasierijk spel, was er meer aandacht voor de opdrachten die in de sessies naar voren kwamen en werden eventuele grenzen vaker nageleefd. Ten slotte vond Thompson dat er meer reducties in spelverstoring, verwardheid, weerstand en agressief gedrag werden geconstateerd tijdens de aanwezigheid van een therapiehond.

Drempelverlagend

Het maakt een hond niets uit wat een kind over zichzelf denkt of wat anderen over het kind denken. Dit werkt drempelverlagend, de therapeut heeft sneller toegang tot het kind. Belangrijk wanneer direct contact (nog) te bedreigend is. Wanneer er sprake is van hechtingsproblematiek kan een hond een kleinere stap zijn om een relatie mee op te bouwen.

In het eerste praktijkvoorbeeld over Tim², vermoed ik dat een vrolijke therapiehond nét het extra steuntje in de rug zou kunnen zijn, waardoor Tim op een meer ontspannen manier de overgang van de klas naar speltherapie kon maken.

Door verschillende onderzoekers wordt tevens gesuggereerd dat een therapeut minder bedreigend lijkt als er een dier aanwezig is in de ‘behandelkamer’. Een kind is dan eerder bereid om zichzelf bloot te geven (Fine, 2006). Van Fleet en Thompson (2008) leggen dit uit. Een therapeut kan in plaats van boodschappen direct naar het kind toe, reflecterende boodschappen aan de therapiehond afgeven. Een voorbeeld: “Elian vindt het moeilijk om te kiezen waar hij mee wilt spelen”. Daarnaast kan de therapeut doen alsof de therapiehond een vraag wilt stellen of terugverwijzen naar een gevoel of emotie die in het spel naar voren is gekomen. “Prins³ is bezorgd over hoe moeilijk school voor jou was vandaag” of “Prins vraagt zich af wat er gebeurd is met die pop” zijn vragen die voor het kind minder bedreigend overkomen en een reactie van het kind kunnen ontlokken.

Spiegelfunctie

Zoals al eerder vermeld, weerspiegelt een hond het gedrag en de gemoedstoestand van het kind. Met een goede kennis van honden en hun gedrag, kunnen observaties die wellicht anders niet opgemerkt worden, nu duidelijk gemaakt worden door de spiegel die de hond de therapeut voorhoudt. Op een speelse en niet confronterende manier kan ook nieuw gedrag worden geoefend. Als bijvoorbeeld de commando’s te aarzelend worden uitgesproken, zal de hond deze niet opvolgen. Als het kind stevig in zijn schoenen staat en overtuigd spreekt, zal de hond het commando in acht nemen.

Sociale vaardigheden

Een therapiehond kan worden ingezet als sociale katalysator; als een link in de conversatie tussen therapeut en cliënt. Denk aan een ijsbreker voor de eerste (nog spannende) sessie. Of een opening voor een gesprek. Het gedrag van de hond (op dat moment) kan een opening van discussie zijn. In een directere interventie kan positief gedrag van de hond gebruikt worden om positief gedrag van het kind bespreekbaar te maken.

In een onderzoek van Kuo en Taylor (2004) werd antropomorfisme gebruikt om kinderen sociale vaardigheden aan te leren. Door het kind te bevragen over wat een hond zou willen of nodig zou hebben en door te



² Vanuit privacyoverwegingen zijn de namen in dit artikel gefingeerd

³ Prins wordt op dit moment opgeleid om in de nabije toekomst te worden ingezet tijdens speltherapie sessies.

kijken naar verschillen en overeenkomsten, leert het kind een koppeling te maken tussen zichzelf en de hond. Hierdoor leert hij over zichzelf en de relaties tot de wereld om hem heen. Door met de hond een relatie op te bouwen, positieve interacties te beleven en sociale vaardigheden op te doen wordt de zelfredzaamheid en de ego-ontwikkeling van het kind versterkt. Hierbij kan gedacht worden aan diverse spelletjes (zoals een bal halen op commando).

Rollenspel met drie

Ter verheldering: de hond hoeft niet elke sessie, de gehele sessie door, al hijgend en springend het kind te vermaken. Mijn visie op CAPT is dat je als speltherapeut zoveel mogelijk een cliënt-centered houding nastreeft. Met de overtuiging dat de natuurlijke krachten van het kind juist daarin het beste gedijen. Het kind speelt, jij volgt. Op uitnodiging van het kind kan de hond dan een bepaalde rol in een verbeeldend spelverhaal vervullen. Bijvoorbeeld als hulphond (letterlijk én figuurlijk!) of politiehond. Maar als het kind tussen wellicht beladen thematiek gewoon even wil ontladen door de hond te borstelen of te knuffelen, is dat ook goed.

Contra-indicaties

Er zijn wel degelijk contra-indicaties voor CAPT. Bijvoorbeeld kinderen die allergisch zijn voor honden. Een hypoallergene hond zoals een Poedel of een Labradoodle (kruizing Labrador - Poedel) zou dan een alternatief kunnen zijn. Hoewel er geen wetenschappelijk bewijs is, schijnen deze hondenrassen weinig tot geen allergenen (vaak huidschilfers) te verspreiden waardoor er geen allergiereactie zou ontstaan.

Angst voor honden kan een contra-indicatie voor CAPT betekenen. Alhoewel ook hier uitzonderingen zijn, de hond wordt ook wel doelgericht ingezet om de angst te verminderen.

Ten slotte blijft de hond een dier dat in zekere mate onvoorspelbaar gedrag kan vertonen. Maar met een goede training, kennis van hondengedrag en het karakter van de hond, kunnen het betrouwbare maatjes zijn.

Conclusie

Zoals eerder beschreven zijn er een aantal overeenkomsten tussen speltherapeut en hond waardoor zij in hun werkwijze op één lijn werken. Ze streven beiden een cliëntgerichte benadering na waardoor het kind centraal blijft staan en er gewerkt kan worden aan doelen. De hond kan hierin een bijzondere rol spelen, zoals ik ook beschrijf in de fictieve voorbeelden tijdens mijn stage.

Van Fleet (2008) vertelt een bijzondere gebeurtenis van een 14-jarig jongetje. Met 15 pleeggezinnen achter de rug, verstopte hij zich tijdens één van haar therapiesessies in de spelkamer. Hij vroeg de therapeut om de hond het bevel te geven hem te zoeken. De hond die al kwispelend de kamer doorzocht, vond de jongen achter de poppenhoek. Hij was zo blij dat de hond hem had gevonden, dat hij de therapeut vaker vroeg hetzelfde spelletje te doen.

Het zal voor speltherapeuten onder ons duidelijk zijn dat deze jongen zijn pleegzorgthematiek op deze manier uitspeelde. Het gevoel van ‘gewild zijn’ kon hij pas écht ervaren toen de natte neus van de viervoeter hem enthousiast ontmoette. Velen van ons zullen begrijpen dat, doe je hetzelfde spelletje zonder therapiehond, je niet exact hetzelfde speciale gevoel bij het kind kan bewerkstelligen. De hond kan namelijk emoties en gedragingen teruggeven aan het kind, die de therapeut vanwege zijn professionele houding niet kan geven (Fine, 2006). Het zal niet moeilijk zijn om meerdere situaties binnen de therapie te bedenken waarin de hond op dat gebied toch écht een toegevoegde waarde heeft voor speltherapie.

Literatuurlijst:

- Beck, A. & Katcher, A.H. (1996). *Between pets and people: the importance of animal companionship* (rev.ed.). West Lafayette, IN: Purdue University Press.
- Borst, N. & Beekhof, B. (2006). *Feiten en cijfers gezelschapsdierensector 2011*. Den Bosch: HAS Kennistransfer, Hogeschool HAS Den Bosch.
- Chandler, C.K. (2005). *Animal assisted therapy in counseling*. New York: Routledge.
- Esteves, S.W. & Stokes, T. (2008). Social effects of a dog's presence on children with disabilities. *Anthrozoös*, 21 (1), 5-15.
- Fine, A.H. (2006). Incorporating Animal-Assisted Therapy into psychotherapy: guidelines and suggestions for therapists. In A.H. Fine (Ed.), *Animal-Assisted therapy: theoretical foundations and guidelines for practice*, 2nd ed. (pp. 167-206). San Diego: Academic Press.
- Jalongo, M.R. (Ed.). (2004). *The world's children and their companion animals: developmental and educational significance of the child/pet bond*. Olney, MD: Association for Childhood Education International.
- Jalongo, M.R., Astorino, T. & Bomboy, N. (2004). *Canine visitors: the influence of therapy dogs on young children's learning and well-being in classrooms and hospitals*. *Early Childhood Education Journal*, 32 (1), 9-16
- Kruger, K. & Serpell, J.A., (2006). Animal-Assisted Interventions in mental health: definitions and theoretical foundations. In A.H. Fine (Ed.), *Animal-assisted therapy: theoretical foundations and guidelines for practice*, 2nd ed. (pp. 21-38). San Diego: Academic Press.
- Kuo, F. E. & Taylor, A.F. (2004). A potential natural treatment for attention-deficit/hyperactivity disorder: Evidence from a national study. *Am. J. Public Health* 94(9), 1581-1586.
- Melson, G.F. (2001). *Why the wild things are: animals in the lives of children*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Melson, G.F. & Fine, A.H. (2006). Animals in the lives of children. In A.H. Fine (Ed.), *Animal-assisted therapy: theoretical foundations and guidelines for practice*, 2nd ed. (pp. 207-226). San Diego: Academic Press.
- Piaget, J. (1962). *Play, dreams and imitation in childhood*. New York: Norton.
- Podberscek, A.L., Paul, E.S., & Serpell, J.A. (Eds.). (2000). *Companion animals and us: exploring the relationships between people and pets*. New York: Cambridge University Press.
- Stichting Contacthond (onbekend). Effect therapiehond. Geraadpleegd 16 april, 2013, op www.contacthond.nl.
- Stichting Met dieren meer mens (2012). Onderzoek verklaart rol hormoon bij binding huisdier en mens. Geraadpleegd 16 april, 2013, op www.metdierenmeermens.nl.
- Thompson, M.J. (2007). *Effects of a trained therapy dog in child-centered play therapy on children with anxiety disorders*. Unpublished doctoral dissertation draft.
- Van Fleet, R. (2008). *Play therapy with kids and & canines: benefits for children's developmental and psychosocial health*. Sarasota, FL: Professional Resource Press.
- Van Fleet, R. & Thompson, M.J. (2008). *Animal Assisted Play Therapy: canines as co-therapists*. North Carolina: Charlotte

Van Fleet, R. (2010). *Criteria for credentialing canine-assisted play therapy terms*. Unpublished document.

Foto's:

Afbeelding bladzijde 2: Dogcentral (2009). Kids and dog. Gevonden 23 april, 2013, op www.dogcentral.info/child-dog.

Afbeelding bladzijde 3 (boven): The Bea's Knees (2012). The six worst dogs for children. Gevonden 23 april, 2013, op <http://beashealthliving.com>.

Afbeelding bladzijde 3 (onder): Dogcentral (2009). Kids and dog. Gevonden 23 april, 2013, op www.dogcentral.info/child-dog.