

Kracht op poten

Hondentherapie voor kinderen met een LVB en (gedrags)problemen

Petra Noordhuis



Als ik bij Gezinshuis Oostenwind in Borne aankom, word ik enthousiast begroet door rottweiler Hannah en Duitse dog pup Loes. Natuurlijk smelt ik direct voor Loes met haar te grote poten en aandoenlijke koppie. Maar hoe verleidelijk het ook is om ze te overstelpen met aandacht en knuffels: het mag nog even niet. Want Hannah en Loes zijn in opleiding als therapiehond voor de bewoners van het gezinshuis en andere kinderen met gedrags- of hechtingsproblematiek.

Nanda Pauwels: 'In 2015 zijn mijn man Mathijn en ik een gezinshuis gestart. Met mijn SPH-opleiding en werkervaring met moeilijk opvoedbare kinderen was dit een logische stap. We waren al een zogenaamd 'samengesteld gezin' met vier kinderen. En dat gezin

breidde zich daarna uit met vijf kinderen en een volwassene, allen met een lichte verstandelijke beperking (LVB) en bijkomende (gedrags)problemen. Daarbij kun je dan aan ADHD, autisme of hechtingsproblematiek denken. Deze kinderen kunnen niet meer bij hun ouders wonen en verblijven daarom langdurig bij ons.

Topdog, voor het aanleren van sociale vaardigheden

Als hondenliefhebber en instructeur bij gehoorzaamheids- en puppytrainingen kwam ik in aanraking met Topdog, een methodiek die met behulp van honden sociale vaardigheden aanleert. Om daarmee te kunnen werken, moet de hond volwassen en gecertificeerd zijn. Het gedrag van elke hond wordt getest, waarbij ook onderzocht wordt bij welke problematiek ze het beste inzetbaar zijn. Mijn rottweiler Hannah is inmiddels bijna oud genoeg om als 'hulpverlener' aan de slag te gaan. En ik kan natuurlijk

niet wachten om met haar te gaan werken, want ik zie erg goede resultaten. (NB: bij publicatie van dit artikel is Hannah al volop aan het werk.)

Naast Hannah hebben we nu ook Loes, een Duitse dog pup. En verder zijn er plannen om de roedel uit te breiden met een Australian shepherd en een golden retriever. Elke hond heeft zijn eigen specifieke kenmerken en eigenschappen. Daardoor is er voor elke situatie en voor elk therapiedoel wel een geschikte hond in huis. We zoeken altijd naar een goede match tussen hond en kind.

Elke hond krijgt een uitgebreide training. Dat begint met een basis gehoorzaamheidstraining die eigenlijk elke hond zou moeten krijgen. En elke 'baas' en andere mensen die met de honden in aanraking komen trouwens ook. Dat is misschien wel nóg belangrijker. Wij leren de kinderen ook met de honden om te gaan. Zij mogen ze nooit zomaar aaien. Ze moeten eerst kijken of de hond rustig is. Dan mag het. Een therapiehond moet nu eenmaal rustig en stabiel zijn. Natuurlijk vindt niemand het nu een probleem als pup Loes tegen ze opspringt. Maar kleine Loes weegt straks ruim vijftig kilo en dan is het al een stuk minder leuk. Bovendien is dat overenthousiaste gedrag niet zo wenselijk voor een hond die ook een taak als psychosociaal hulphond heeft.

CREF-methodiek

In 2017 heb ik me de CREF-methodiek eigen gemaakt. Deze kun je onder andere inzetten bij trauma's en hechtingsproblemen, wat bij een aantal kinderen in ons gezinshuis ook aan de orde is. Ik heb de basiscursus, de CREF-wijzer voor gezinsouders en de EMDR-module afgerond en in 2018 ga ik de module voor behandelaren volgen. Bij deze methode worden ook wel paarden ingezet, maar honden zijn er ook prima geschikt voor.

Vanaf 2018 werk ik dus als gezinshuismoeder, maar ook trainer/coach in de Topdog- en de CREF-methodiek. Waarom deze methodieken zo goed werken? De honden spiegelen het gedrag. Als (gezinshuis)ouder kun je dingen honderd keer zeggen of verbieden, maar het spiegelen van gedrag door de honden werkt een stuk sneller. Ik kan tig keer roepen dat ze niet door het huis mogen rennen, maar als Hannah met de mee rent en druk wordt, dan is het meteen duidelijk. De honden reageren direct op druk of gespannen gedrag en vaak leggen de kinderen die link zelf al. 'Oja, ik zit weer te wiebelen', roepen ze dan. En vervolgens stoppen ze daarmee. En als ze het zelf niet zien, dan benoem ik het.

Ze gaan niet in therapie, maar ze gaan trainen

Spelenderwijs leer ik ze met behulp van de honden ook hun impulsen te beheersen. Je kunt niet zomaar met

de hond spelen als hij aan het eten of aan het slapen is. Dat leren doen we ongemerkt de hele dag door. Dat 'ongemerkt leren' geldt ook voor de Topdog training. We vertellen het kind niet dat het naar therapie gaat, maar we gaan met de hond trainen. Dat is een hele andere insteek. We gaan iets leuks doen.

Soms hoeft een dier niets meer te doen dan zich te laten aaien. We krijgen hier ook kinderen in de opvang die uit een hele moeilijke thuissituatie komen. Het aaien van de honden zorgt dan onmiddellijk voor rust. En daar zetten we de overige dieren, zoals de katten, kippen en schapen ook voor in. Die vinden dat prima. De kinderen vinden het ook heerlijk om de dieren voor te lezen. Zo wordt lezen, wat sommige kinderen best moeilijk vinden, toch interessant. Lezen is dan geen huiswerk meer, maar iets leuks.

Werken vanuit het gevoel, niet vanuit het verstand

Het bijzondere is dat de methodes vanuit het gevoel en niet vanuit het verstand werken. Dat is de grote meerwaarde voor kinderen met een verstandelijke beperking. Je hoeft niets uit te leggen of toe te lichten, ze voelen feilloos aan waar het om gaat. Ze leren spelenderwijs observeren, hun zelfvertrouwen groeit en ze kunnen hun impulsen beter beheersen. En zonder dat we daarover te hoeven praten, maken ze zelf die vertaalslag naar andere gebieden, zoals school.





Topdog

Topdog is een interventie die minimaal twaalf weken duurt. De doelgroep: jongeren van 12 tot 18 jaar met een tekort aan sociale vaardigheden, wat zich uit in angstig en/of agressief gedrag. Met een hond als gids wordt samen met een trainer in tien sessies gewerkt aan zelfbeheersing en weerbaarheid. Vooraf is er een kennismaking en na afloop vindt evaluatie plaats. Ouders/begeleiders worden zoveel mogelijk betrokken bij de interventie.

Topdog en CREF zijn mooie aanvullende behandelingen, die zeker kunnen bijdragen aan bijvoorbeeld het verlagen van medicatie, zoals bij kinderen met ADHD het geval kan zijn. We zien het gedrag van kinderen echt met sprongen vooruit gaan.

Vergoeding en verwijzing

Het therapeutisch werken met honden (en dieren in zijn algemeenheid) begint steeds bekender te worden. Er vindt overleg plaats met zorgverzekeraars over een vergoeding als alternatieve geneeswijze en de kans is groot dat dat gaat lukken.

Verwijzing is nu mogelijk via de gemeente, bijvoorbeeld via een wijkcoach. Wij hebben goede contacten met de gemeente Borne, die erg enthousiast over de methodiek is. Woon je in een gemeente waar dat niet het geval is, dan is zelf aanmelden (en betalen) ook een optie.

Natuurlijk is het best pittig werk voor ons als gezinshuisouders en trainers, maar ik laad weer helemaal op als ik met Hannah en Loes ga trainen. Eens per maand hebben we een weekend met alleen onze eigen kinderen, want het is ook goed om af en toe tijd met elkaar te hebben. Maar al met al hebben we prachtig werk op een fantastische locatie en er is niets mooiers dan die kinderen op te zien bloeien. Daar doen we het voor en dat geeft ons elke dag weer de energie om te doen wat we willen doen.'

CREF-methode

CREF staat voor Circle Reprint Emotional Foundation. De CREF-methode is helpend voor kinderen

(en volwassenen) bij het werken aan het zelfvertrouwen of het leren omgaan met emoties, maar ook bij:

- hoogsensitiviteit
- suïcidale gedachten
- depressie en angsten
- bedplassen
- autisme (gedrag)
- ADHD (gedrag)
- rouw en verlies
- hechtingsproblematiek
- omgaan met emoties etc.

Nanda Pauwels
Gezinshuis Oostenwind:
www.gezinshuisoostenwind.nl
Facebook: Kracht op Poten

Rik

'Ik ben veel minder boos'

Het ging niet zo goed thuis. Ik was snel boos en we hadden veel ruzie. Daarom ging ik één of twee keer per week naar de zorgboerderij, maar dat vond ik na een tijdje niet leuk meer. Ik wilde liever wat vaker thuis zijn. Mijn moeder kwam toen met het idee van training met een hulphond en dat leek me wél leuk. Dat is eens per week een uurtje, zodat ik niet meer de hele woensdagmiddag of de hele zaterdag weg ben. Ik kan dan evengoed met mijn vriendjes spelen.

De honden leren dus heel veel, maar ik zelf ook.

Samen met hond Sepp had ik mijn intake en daarna ben ik ook met andere honden gaan trainen. Diaz vind ik de leukste hond. Hij luistert goed en in de pauzes wil hij



graag geaaid worden. Tijdens de trainingen leer ik de honden kunstjes. Ik laat ze parcours lopen, hondenkoekjes zoeken en ik leer ze bijvoorbeeld om een la open te trekken. Ook kan ik ze door een hoepel laten springen.

De honden leren dus heel veel, maar ik zelf ook. Ik heb het meest geleerd over communicatie. Dat er bijvoorbeeld 'knuffeltijd' en 'werktijd' is tijdens de trainingen. Dat is thuis ook zo. Als mijn moeder aan het werk is, dan moet ik niet teveel vragen. Net als bij Diaz. Als we aan het werk zijn, dan wil hij niet knuffelen. Dat kan ik nú aan hem zien.

Mijn boosheid is ook een stuk minder geworden. Ik ben nog weleens chagrijnig of geïrriteerd, maar niet boos. En ik gebruik ook geen fysiek geweld meer. Ik heb meer geduld. Vroeger wilde ik altijd meteen de aandacht hebben, maar ik heb nu geleerd dat ik ook wel even kan wachten. Ik ga dan gewoon even tv kijken ofzo. Ik wacht nu eerst iemands reactie af en ik ga er niet meteen doorheen praten of zeuren.

Ik heb aan een aantal vriendjes verteld dat ik deze training doe. De meesten vinden het wel leuk. Sommigen niet, omdat ik daarom op woensdagmiddag niet met ze kan spelen. Vandaag is de laatste training. Dus dan kan ik weer met ze spelen. Het was wel jammer, dat ik niet meer op woensdag naar mijn vriendjes kon. Maar als ik deze training niet gedaan had, dan had ik die vriendjes misschien niet eens gehad.

Ik zou kinderen die problemen met communicatie, drukte of boosheid hebben echt aanraden om dit te gaan doen. En ouders zouden meer met hun kinderen moeten samenwerken. Dan kunnen ze zien hoe hun kind reageert, zodat ze samen een oplossing kunnen vinden. Dat kan een hoop problemen tussen bijvoorbeeld ouders en kinderen oplossen.

Maar zal ik je nu laten zien welke trucjes ik Diaz heb geleerd?

Petra (moeder van Rik)

Wat ik hier geleerd heb? Communiceer met elkaar!

Rik heeft hier geleerd om eerst te denken en dan te doen. Hij flapt er niet meer van alles uit in zijn boosheid, maar denkt eerst na over wat hij wil gaan doen en wat zijn doel is. Het werken met een doel hebben we hier ook samen geleerd, bijvoorbeeld door de hond een trucje

aan te leren. We overlegden dan eerst samen over onze aanpak en gingen vervolgens aan de slag. Soms luisterde de hond niet en dan gingen we bij onszelf te rade. Hoe kom ik over? Ben ik duidelijk of doe ik maar wat? Als we onze houding of gedrag aanpasten, dan ging de oefening meteen een stuk beter.

Door de oefeningen gingen we steeds meer met elkaar in gesprek

Door de oefeningen gingen we steeds meer met elkaar in gesprek en de miscommunicatie die we voorheen hadden, verdween steeds meer naar de achtergrond. Dat is wat ik hier vooral geleerd heb: communiceer met elkaar. En daar heb ik niet alleen in de gezinssituatie iets aan, maar ook daarbuiten. Ik ben me ook bewuster geworden van mijn eigen communicatie.

De sfeer binnen het gezin is er sterk op vooruit gegaan. Rik gaat beter met zijn zusje van acht om, omdat hij nu weet wanneer je elkaar met rust moet laten. Hij heeft veel meer geduld met anderen gekregen. Ook wij als ouders kunnen de training dus van harte aanbevelen. Niet alleen Rik heeft er profijt van, maar wij allemaal.

Marlies (orthopedagoog)

Honden zijn oprecht, puur en wijzen niet af

Via een vriendin die bij GGZON werkte, ben ik bij Hulphond Nederland terechtgekomen. Alle therapeuten van de stichting zijn gekwalificeerde hulpverleners en worden intern opgeleid op het gebied van hondengedrag. Dat gebeurt onder meer bij DogVision, een wetenschappelijk instituut dat op hoog niveau les geeft, waardoor alle therapeuten hetzelfde basisniveau qua hondenkennis hebben.

De unit Therapie & Coaching is ongeveer vijf jaar geleden opgezet. Inmiddels zijn we met een team van zo'n twaalf mensen en werken we door het hele land. We hebben veel contact met psychologen, psychiaters en andere hulpverleners. Dat is belangrijk, want we willen goed duidelijk maken wat deze therapie inhoudt. Het beeld bestaat nog weleens dat we de hele dag met een hond op de bank zitten te knuffelen, maar dat is absoluut niet

het geval. Het is ook geen vorm van dagbesteding, maar het is serieuze hulpverlening in de zin dat alle cliënten een professioneel behandelingstraject doorlopen. Daarbij hebben we uiteraard ook veel plezier, want het moet voor zowel de hond als voor het kind leuk zijn om samen te werken. En natuurlijk mag er tussendoor ook wel eens geknuffeld worden.

We zien hier kinderen en jongeren. Officieel kunnen mensen hier komen tot de leeftijd van 23 jaar, maar we kijken ook naar de mentale leeftijd. Die loopt natuurlijk niet altijd gelijk op met de kalenderleeftijd. De jongste was vijf jaar.

De hulpvraag is vrij divers. Je kunt daarbij denken aan ADHD, communicatieproblemen, moeite met sociale vaardigheden, te weinig zelfvertrouwen, depressie, pesten, autisme, enzovoort. Voor de behandeling hebben we contacten met jeugdzorg- en GGZ-instellingen. Wij verzorgen dan een deel van of het totale behandeltraject. Daarnaast kunnen mensen ons ook rechtstreeks benaderen. Dit kan particulier of via de gemeente, bijvoorbeeld met een PGB.

Ons werk wordt steeds bekender en daardoor groeit de vraag naar onze therapie. Het zijn relatief korte trajecten van tien tot vijftien sessies. En daarbij zien we goede resultaten. Rik had bijvoorbeeld helemaal geen zin in therapie, maar hij wilde wel graag met honden werken. Hij was heel veel met zichzelf bezig, maar merkte tijdens de training met de honden dat dat niet werkt, als je wilt samenwerken. Door het gedrag van de hond werd hij zich steeds bewuster van zijn eigen gedrag en wat dat met de hond deed. En dat vertaalt hij vrij gemakkelijk naar situaties met anderen, bijvoorbeeld zijn ouders. Daarom trainen we ook wel samen met de ouders. Dat geeft ook de ouders inzicht in hun handelen en gedrag. Die ervaren door de hond al snel wat wel en niet werkt. Als therapeut begeleid je dit proces.

We beginnen vaak met de honden die het beste luisteren, omdat dat het kind wat meer zelfvertrouwen geeft

De honden verschillen onderling qua karakter. We beginnen vaak met de honden die het beste luisteren,



De honden van Hulphond Nederland worden als pup geselecteerd. In het eerste jaar leren ze bij het gastgezin om stabiel te worden, zodat ze overal aan gewend zijn en zelfvertrouwen hebben. Ze worden goed gesocialiseerd, zodat ze aan alle mogelijk sociale situaties gewend zijn en daar niet van uit balans raken.

Met ongeveer anderhalf jaar komen ze binnen op het opleidingscentrum van Hulphond Nederland in Herpen. De trainers en beoordelen dan voor welk doeleinde ze het beste inzetbaar zijn. Zo worden honden opgeleid en geplaatst als ADL-hulphond voor mensen met een fysieke beperking, Epilepsie-hulphond voor mensen met zware epilepsie en als PTSS-hulphond voor mensen met een posttraumatische stressstoornis. Daarnaast worden honden ingezet als Therapie-hulphond voor de unit Therapie & Coaching. Elke discipline vraagt andere eigenschappen van een hond. Feitelijk gaan ze zich in deze periode specialiseren.

Als ze Therapie-hulphond worden, dan volgen er eerst testen, waarbij gekeken wordt hoe ze omgaan met stressvolle situaties. Het kan bijvoorbeeld gebeuren dat een kind kwaad wordt. Belangrijk is hoe een hond dan reageert. Als de testfase succesvol doorlopen is, dan gaat Hulphond Nederland op zoek naar een therapie-gastgezin. Daar krijgt de hond eerst tijd om te wennen. Vervolgens gaat hij een paar weken wennen op de therapielocatie. Daarna kan het echte werk beginnen.

De honden wonen in een gastgezin, waarbij ze eigendom blijven van Hulphond Nederland. Het gastgezin brengt de hond twee dagen per week naar de locatie. Dat zijn normaliter geen aansluitende dagen. Ze werken twee uur per dag, ook niet opeenvolgend. Therapie geven is namelijk best hard werken, ook voor de hond. Daarom is er veel aandacht voor ontspanning van de hond.

omdat dat het kind wat meer zelfvertrouwen geeft. Hij of zij ervaart dat het lukt, er is een succesmoment. Daarna kun je bijvoorbeeld een eigenwijzer type inzetten om het wat moeilijker te maken. De cliënt moet dan duidelijk en rustig blijven om de hond te laten luisteren: een leermoment.

Honden zijn puur en oprecht en dat is, naast de therapeut, een belangrijk onderdeel van deze therapie. Dylan kwam hier bijvoorbeeld met concentratieproblemen, die niet onderkend werden, ook niet door hemzelf. Wij merken dat dan direct aan de honden, die zich dan anders gaan gedragen. We zijn toen op zoek gegaan naar manieren waarop hij zijn onrust kwijt kon. Aan het eind van de sessie lag de hond lekker naast hem te slapen. Dylan zei toen dat hij zelf ook rustig was. Hij was slim genoeg om sociaal wenselijke antwoorden te geven. Mij kon hij dus proberen voor de gek te houden, maar de honden niet. Het mooie van de honden is dat ze niet oordelen,

maar spiegelen. Bovendien wijzen ze nooit af. Sommige kinderen hebben hier een boze bui, maar de volgende week staat de hond gewoon weer kwispelend op ze te wachten.

Marlies ter Ellen, orthopedagoog
Stichting Hulphond
www.hulphond.nl

Petra Noordhuis
www.tekstenderest.nl ■