

# Therapie met hulphonden helpt ook volwassenen met autisme

1 maart 2022

Het is al bewezen dat kinderen met autisme baat hebben bij therapie waarbij een dier wordt ingezet ter ondersteuning. Dit verlaagt het lichamelijk stressniveau van de kinderen en verbetert de communicatieve vaardigheden. Onderzoeker Carolien Wijker wilde weten of dit ook opgaat voor volwassenen met autisme. De uitkomsten zijn veelbelovend. Vrijdag 4 maart verdedigt zij haar proefschrift aan de Open Universiteit Heerlen.

**Wijkers proefschrift** *'Adults with autism spectrum disorder and Animal Assisted Therapy: an explorative study of an innovative treatment approach'* beschrijft de effecten van een tienwekelijks behandeling met een therapiehond voor volwassenen met autisme die geen intellectuele beperkingen hebben.

De onderzoeker keek of de inzet van de hulphonden effect had op:

- het vergroten van zelfinzicht van de deelnemers,
- het vergroten van lichaamsbewustzijn van de deelnemers,
- en het verbeteren van hun sociale communicatieve vaardigheden.

Na iedere oefening was er een gezamenlijke reflectie van deelnemer en therapeut, waarbij gekeken werd naar het eigen gedrag, het gedrag van de hond en de interactie.

## Reactie deelnemers

De deelnemers vonden de therapie zeer uitvoerbaar en relevant, en over de inhoud waren zowel de deelnemers als de therapeuten heel tevreden. Het feit dat de vaardigheden aangeleerd konden worden in een veilige therapieomgeving, werd als zeer positief gezien. De deelnemers vonden het fijn de honden te kunnen aaien en te knuffelen, ze hadden veel plezier en ontspanning ervaren tijdens de sessies.

## Resultaten

Wijker geeft aan dat de dierondersteunde therapie veelbelovend is voor volwassenen met autisme zonder intellectuele beperking. De

**deelnemers hadden na afloop van de therapie minder stress, minder last van angststoornissen en depressieve gevoelens.**

Ook naasten – waaronder partners en familieleden – waren positief. Zij signaleerden een verbetering in sociaal bewustzijn en sociale communicatie bij de deelnemers. Dit was geen kortdurend effect, want ook na 20 weken was dit nog zichtbaar. Overigens merkten de deelnemers zelf geen verbetering in hun sociale vaardigheden opgemerkt. Ook hun zelfvertrouwen vertoonde geen veranderingen.

De onderzoeker heeft ook de cortisolspiegels van de deelnemers tijdens de sessies gemeten. Deze bleken bij alle deelnemers te dalen, een signaal dat lijkt te duiden op stressvermindering. Maar voor de lange termijn gaat dit niet op.

#### **Over de onderzoeker**

**Carolien Wijker is psycholoog in opleiding tot gezondheidszorgpsycholoog bij het Autisme Expertise Centrum en psychologenpraktijk Pro Insight. Ze promoveert 4 maart aan de faculteit Psychologie van de Open Universiteit. Het onderzoek is mede mogelijk gemaakt door GGZ Oost Brabant en Stichting Hulphond. Bij haar verdediging zijn een aantal hulphonden aanwezig.**

[Lees meer over de promotie van Carolien Wijker.](#) |