



Dierenarts Nienke Bijvoets en psycholoog Yvon Sweere hebben beiden een eigen praktijk als gedragstherapeut voor katten. Ze zijn aangesloten bij diergedragspecialist Tinley en schrijven artikelen over kattengedrag op basis van wetenschappelijke inzichten.

# Gedragstherapie voor katten?!

Gedragstherapie voor dieren is een snel groeiend vakgebied. Het biedt een oplossing voor gedrag dat huisdiereigenaren als een probleem ervaren. Veel mensen hebben weleens gehoord van hondengedragstherapie, maar kattengedragstherapie is nog vrij onbekend. Dat is jammer, want ook bij katten is probleemgedrag prima te verhelpen.



Foto: Ron Baltus.

## Gedragsproblemen bij katten

Katten zijn enorm in populariteit gestegen, er leven momenteel 3,3 miljoen katten in Nederland. Helaas vertonen veel katten ook probleemgedrag. Vaak gaat het om gedrag dat normaal is voor katten maar vervelend voor de eigenaar, zoals krabben of sproeien. Of het is abnormaal gedrag zoals overmatig wassen of staartjagen. Ook is ongewenst gedrag vaak, onbewust en onbedoeld, aangeleerd. Uit een Nederlandse studie blijkt dat 24% van de katteneigenaren problemen ervaart met het gedrag van hun kat. In een Duitse studie onder katteneigenaren wordt bij maar liefst 54,7 % van de katten gedragsproblemen gerapporteerd waaronder angst, krabben aan meubilair, agressie, onzindelijkheid en sproeien.

### Welke gedragsproblemen komen in aanmerking voor gedragstherapie?

Gedragstherapie kan een oplossing bieden voor verschillende problemen, waaronder: onzindelijkheid, sproeien, angst, agressie, aandachtvragend gedrag, vernielzuchtig gedrag en overmatig wassen.

## Reden voor afstand

Gedragsproblemen kunnen de relatie tussen de eigenaar en de kat verslechteren, maar ook een reden zijn om afstand te doen van de kat. Zo wordt in een studie naar de redenen voor het afstaan van katten bij 28% een gedragsprobleem als reden opgegeven. Bovenaan de lijst stond onzindelijkheid. Voor eigenaren kunnen gedragsproblemen ook een reden zijn om euthanasie van hun huisdier te overwegen. Uit een Amerikaans onderzoek blijkt dat maar liefst 18% van de katteneigenaren euthanasie als serieuze optie overwoog bij een gedragsprobleem.

## Medische oorzaak uitsluiten

Als er sprake is van probleemgedrag dan kan er een medische oorzaak voor zijn. Een verandering in gedrag is vaak het eerste teken dat een kat zich niet goed voelt. Daarom is het belangrijk dat een dierenarts eerst mogelijke medische oorzaken van het gedrag uitsluit of behandelt. Gedragsproblemen waarbij een medische oorzaak vaak meespeelt zijn onzindelijkheid en zich overmatig wassen. Bij onzindelijkheid kan er bijvoorbeeld sprake zijn van een urinewegprobleem en bij overmatig wassen van een allergie. Bij agressie naar mensen of andere katten kan pijn een rol spelen en geïrriteerdheid.

Overactiviteit bij oudere katten kan veroorzaakt worden door een te snel werkende schildklier.

## Gedragstherapie

Is een medische oorzaak voor het probleemgedrag uitgesloten dan is gedragstherapie aangewezen. Gedragstherapie is een multidisciplinair vakgebied. Het vereist kennis van ethologie, dat wil zeggen kennis van soorteigen gedrag en de functie ervan, en het vereist kennis van psychologie en dan met name kennis van leerprocessen.

In de praktijk bestaat gedragstherapie uit een aantal onderdelen. Eerst ontvangt de eigenaar van de kat een vragenlijst waarmee de achtergrond en leefomgeving van de kat in kaart gebracht wordt. De eigenaar krijgt tevens instructies om de lichaamstaal van de kat te observeren, om een dagboek van het probleemgedrag bij te houden en indien mogelijk een video te maken van het gedrag. Vervolgens volgt er een gedragsconsult waarin de gedragstherapeut de eigenaar interviewt en de kat en de leefomgeving observeert.

## Gedragsanalyse

Op basis van alle informatie wordt een gedragsanalyse gemaakt: Wat is de motivatie van de kat om bepaald gedrag te vertonen? Welke prikkels zetten de kat aan tot het gedrag? Is het gedrag aangeleerd en op welke wijze is het aangeleerd? Vervolgens wordt er een op de eigenaar en de kat afgestemd behandelplan opgesteld. De therapieadviezen die gegeven worden, zijn zowel afgestemd op de motivatie als de prikkels, en gericht op een ombuiging van het aangeleerde gedrag. Indien nodig wordt er overleg gevoerd tussen de gedragstherapeut en de dierenarts. Na het consult wordt de eigenaar door de gedragstherapeut telefonisch of per e-mail begeleid bij het uitvoeren van het behandelplan.

## Effectiviteit van gedragstherapie

De effectiviteit van gedragstherapie is (nog) niet uitgebreid bestudeerd. Er zijn wel aanwijzingen dat succesvol uitgevoerde gedragstherapie een positief effect heeft op de band tussen kat en eigenaar. Verder is bekend dat het al of niet slagen van gedragstherapie afhangt van verschillende factoren, zoals het soort probleem en de duur van het probleem. Normaal of eenvoudig aangeleerd gedrag is het makkelijkst te behandelen, terwijl abnormale, complexe, niet aangeleerde gedragingen waarbij meerdere dieren betrokken zijn, het lastigst te behandelen zijn. De ervaring van de gedragstherapeut is uiteraard ook belangrijk. Daarnaast speelt de eigenaar een cruciale rol omdat de behandeling door hem of haarzelf uitgevoerd moet worden.

## Therapietrouw

Therapietrouw - het correct opvolgen van de gegeven adviezen - is zeer belangrijk voor een goed resultaat. Uit een onderzoek bij katteneigenaren bleek bij gedragstherapie de gemiddelde therapietrouw 61% te zijn. Dat bij het uitvoeren van gedragsadviezen therapietrouw vaak lastig is, komt omdat er vaak veranderingen in levensstijl of omgeving van de kat en eigenaar nodig zijn. Dit fenomeen zie je ook terug bij de behandeling van mensen: het uitvoeren van een geadviseerde behandeling is beter vol te houden wanneer deze bestaat uit het innemen van medicijnen dan wanneer de behandeling bestaat uit veranderingen van levensstijl. Een verandering van levensstijl vraagt nu eenmaal veel meer inzet dan het innemen van medicijnen.

## Waar vindt u een goede kattengedragstherapeut?

De titel gedragstherapeut is niet beschermd. In principe mag iedereen zich zo noemen. Daarom is het belangrijk te weten of een kattengedragstherapeut gediplomeerd is, en of een gedragstherapeut ervaring heeft en bijscholing volgt. Zowel de Stichting voor Kwalitatieve Gedragstherapeuten voor Katten als diergedragspecialist Tinley waarborgen de professionaliteit en deskundigheid van de bij hun aangesloten gedragstherapeuten. Beide instanties hebben ook een samenwerkingsverband met de faculteit Diergeneeskunde van de Universiteit Utrecht.

### Casussen

#### Luna

De eigenaren van Luna durfde niet meer langs Luna te lopen omdat Luna hun voeten aanviel als ze langs haar heen liepen. Na een analyse van het probleem bleek dat Luna agressief werd vanuit angst. Een paar weken daarvoor had iemand per ongeluk op haar staart gestaan terwijl ze lag te slapen. Luna was voeten dus gaan associëren met iets engs en had geleerd dat het inzetten van agressie als resultaat had dat die enge voeten op afstand bleven. Er werd voor Luna een hertraining voorgesteld waarin ze moest leren voeten weer als iets normaal te gaan zien. De eigenaren kregen een stappenplan waarmee ze stapje voor stapje de angst van Luna konden hertrainen. In combinatie met een angstverlagend voedingssupplement en een dagelijkse speelsessie werd Luna snel minder angstig.

#### Diesel

De eigenaar van Diesel werd tot wanhoop gedreven. Diesel miauwde continu en sloopte de bank en de stoelen. Het bleek dat de eigenaar dit gedrag, onbewust en onbedoeld, had aangeleerd door Diesel aandacht te geven op het moment dat hij miauwde en aan de bank en stoelen krabde. De eigenaar werd geadviseerd het aandachtvragende gedrag volledig te gaan negeren zodat Diesel zou leren dat het gedrag hem niets meer opleverde. Goed negeren is nog een hele kunst want dit betekent op geen enkele manier aandacht geven. Dus niet gaan spelen, aaien of eten geven. Maar ook: niet tegen hem praten, niet lachen, niet mopperen en niet naar hem kijken. In het begin werd het gedrag alleen maar erger, alsof Diesel niet kon geloven dat het gedrag niets meer opleverde. Maar dit betekende juist dat de eigenaar op de goede weg was. Uiteindelijk doofde het gedrag uit en durfde de eigenaar weer een nieuwe bank en stoelen te kopen.

#### Boris

De eigenaar van Boris, een jonge kater, durfde niet meer met Boris te spelen omdat hij haar hard beet. Ook viel hij haar aan terwijl ze door de woonkamer liep. Boris bleek te vroeg uit het nest gehaald waardoor hij geen grenzen van nestgenoten had geleerd. Bovendien had de eigenaar met haar handen met Boris gespeeld waardoor hij handen was gaan associëren met prooi. Omdat Boris niet naar buiten kon, kon hij ook zijn jachtinstinct nauwelijks bevredigen. De eigenaar werd geadviseerd niet meer met handen te spelen, Boris af te leiden als hij in de hinderlaag lag, dagelijks twee keer een speelkwartier te bieden en Boris meer bezigheden te geven zoals een voerbal waar ze brokjes in kon verstoppen. Omdat bij dit soort problemen de komst van een tweede kat ook kan helpen, werd er voor Boris een net zo jong en temperamentvol soortgenootje gezocht en werd de eigenaar voorgelicht over de juiste introductie van de nieuwe kat.

