

Een paard is geen therapeut

Geschreven door Simone Muermans donderdag, 06 november 2008 13:31

Dieren - Natuur

Met 'De Paardenfluisteraar' in het achterhoofd kwam er de laatste jaren een grote gang naar de stallen voor mentale hulp van viervoeters. Echte equitherapeuten gruwen echter van de mysterieuze bijklank: "Paarden worden te veel vermenselijkt."



Wie begint over 'De Paardenfluisteraar' krijgt van Ulrike Thiel meteen een hartgrondig 'bah!' te horen. Ja, ze is helemaal voor 'natuurlijk en vreedzaam communiceren met paarden', maar dat is vaak nu net wat er niet gebeurt. De equitherapeute legt uit: "De film is gebaseerd op mensen als Monty Roberts, een bekende 'fluisteraar'. Wat hij doet is echter niet bepaald vredelievend. Hij gaat ook geen gesprek met paarden aan, maar drukt op knoppen, door gebruik te maken van hun natuurlijk gedrag. Hij jaagt ze bijvoorbeeld eerst weg om ze ondergeschikt te maken. Dat mag niet, want het paard kan niet weg. Het zou hetzelfde zijn als ik je nu een paar klappen geef alvorens een gesprek met je aan te gaan."

Ulrike Thiel richtte in 1994 Hippocampus op, een school voor equithherapie, en is voorzitter van de Nederlandse Stichting Helpen met Paarden - Equithherapie. Ook behandelt ze zelf cliënten.

Waar de film nog ging over een getraumatiseerd paard, en zijn berijder, staat equithherapie in het teken van psychische hulp bij mensen, waarbij de assistentie van een paard gebruikt wordt. Zelf heeft de van oorsprong Weense een jarenlange achtergrond in de psychotherapie, is ze rijinstructrice en sportlerares. Vanaf haar 16e is ze actief in de paardensport, en ze werkte lang als hoofd psychologische dienst van een TBS-kliniek. "Het is zo gegroeid dat ik uiteindelijk iets met paarden en therapie samen ben gaan doen: ik zag hoe het mensen kon helpen." Zo volgde ze de opleidingen voor Equithherapie in Oostenrijk en begon die in de praktijk te brengen. Toen Ulrike twintig jaar geleden naar Nederland kwam was er niets te vinden op dit gebied. Nu, anno 2008 is dat wel anders.

Ze vindt het alarmerend dat er tegenwoordig veel mensen zijn zonder enige gedegen achtergrond die zich 'equicoach' of -therapeut noemen. "Een paar maanden paardenkunde volgen maakt je geen therapeut of paardenfluisteraar. Je moet echt goed de natuur kennen van een paard, alles afweten van techniek en psychomotoriek en je moet paarden correct kunnen trainen. Een therapeutische basis en hippische opleiding zijn onmisbaar." Ulrike kent genoeg verhalen van cliënten die verkeerd terecht zijn gekomen. "De stallen zitten vol met voornamelijk vrouwen, die iets zoeken bij paarden wat ze van hun partner, baas of ouders nooit gekregen hebben, maar wat zo'n dier je ook niet kan geven. Het paard wordt vaak teveel vermenselijkt." En dat terwijl de therapie een doodserieuze, wetenschappelijk onderbouwde manier is om mensen te behandelen of hun levenskwaliteit te verbeteren.



“In de equithérapie is er een driehoeksverhouding tussen de cliënt, de therapeut en het paard. Daarbij werken wij zo dat het paard zijn eigen persoonlijkheid mag inbrengen, en de therapeut dit vertaalt naar de cliënt. Je moet precies kunnen verantwoorden waarom bepaalde dingen gebeuren.”

Zelf heeft Ulrike zeven paarden: bij iedere cliënt wordt een passend paard gekozen. “Ik heb een Fries hier staan - een echte macho - die heel goed gaat met puberjongens, maar ook wordt ingezet bij meisjes die bijvoorbeeld misbruikt zijn, zodat ze zien dat je grenzen aan kunt geven. Een van mijn merries is een heel moederlijk type, die erg veel rekening houdt met anderen. Voor kinderen zijn er twee Fjordenpaardjes, want het formaat speelt toch ook wel een rol.”

En hoe zit dat dan met die communicatie tussen mens en paard? “Een paard kent geen dubbele boodschappen. Wij hebben door taal geleerd dingen te zeggen die we niet echt voelen. Een paard trapt daar niet in. In feite geven ze een reactie op je échte gedrag, ze prikken dwars door een ‘fake attitude’ heen. Je kunt daar veel van leren, maar het moet begeleid worden.” Het soort bezoekers dat ze heeft is uiteenlopend: niet alleen komen er cliënten, volwassenen en kinderen met psychische problemen, maar ook mensen die hun rijtechnische vaardigheden willen verbeteren. En soms komt er dan ook iets psychisch naar boven: “Een cliënte van mij, een westernruiter, ontdekte dat ze steeds heel angstig was tijdens het rijden. We vonden gezamenlijk uit dat het niet alleen een rijtechnisch probleem was, maar dat zij eigenlijk altijd steun had gemist van haar moeder in nieuwe situaties: ze had niet het gevoel dat haar moeder nieuwe situaties aankon, noch dat ze zichzelf uit mocht proberen. En dus was ze bang. Het is vaak zo dat mensen wel onbewust een probleem ervaren en daar via paardrijden achterkomen.”

Ze heeft echter ook een voorbeeld van een heel andere aard: Stefan, een 26-jarige jongen met het Downsyndroom, die niet kan spreken en autistisch is. Ze toont een video-opname van hem: het is een wonder te zien hoe de jongen die niet sprak, en amper communiceerde, opknapt van het contact met het paard. Na een aantal maanden heeft Stefan veel minder last van dwangmatige handelingen, probeert hij geluiden uit en tracht woorden te zeggen. Hij durft zelfs wel eens alleen op zijn kamer te zijn, in plaats van dat hij altijd iemand vast moest houden, vertelt zijn moeder in de film.

Hoe het ‘live’ werkt, valt te ervaren als we de paarden in de wei bezoeken. Fries Hannes komt vrolijk aangewandeld, en loopt bijna de fotografe omver, als die niet opzij was gesprongen. “Ja, Hannes is een beetje een boer af en toe. Wat hij nu doet, mag dus niet. Je moet hem dat duidelijk maken door een grens aan te geven, en vooral je eigen ruimte bepalen en daar zelfverzekerd staan.” Terwijl ze dit zegt, blijft Ulrike pal voor Hannes staan die er net weer aankomt, en prompt om haar heen loopt. “Hij staat daar en ik sta hier, en hij moet om mijn ruimte heen. Dat is iets wat ik hem nu zeg, maar het blijkt ook uit mijn houding. Het werkt alleen als ik het ook daadwerkelijk zo voel en uitstraal.” Een korte les paardentaal en Equithérapie. Het mag duidelijk zijn, dat hadden we dit niet geweten, we ons liever maar zo ver mogelijk van het paard vandaan hadden gehouden. En dat terwijl het paard alleen maar zichzelf was, en gedrag vertoonde zoals paarden dat in de kudde doen. Dweperige mystiek? Welnee. “Een paard zelf is nou eenmaal géén therapeut.”

Meer weten?

www.equithérapie.org

(Nederlandse Stichting Helpen met Paarden Equithérapie)

www.hippocampus-nl.com

(Homepage HippoCampus Instituut voor Equithérapie en Hippische Sportpsychologie)