

# EQUITHERAPIE, EEN ZEGEN EN EEN ZORG

## Professionele (?) hulpverlening met paarden

door Jen de Groeve

Laat ik deze bijdrage over equithherapie maar beginnen met een huizenhoog cliché: 'Het paard is een spiegel.' Deze zinsnede ligt talloze paardenliefhebbers en -professionals in de mond bestorven en sinds een tiental jaren duikt ze in België en Nederland in een nieuwe context op: die van de gezondheidszorg en de hulpverlening. Een formulering nochtans waarvan — ondanks een stevige grond van waarheid — de betekeniswaarde onduidelijk is en de interpretatieruimte nogal breed. Is het in een sector waar over de gezondheid en het welzijn van mensen gegaan wordt, geen twijfelachtige vorm van informatieverstrekking om uit te pakken met zulk een uitgeslepen boodschap? Er zijn overigens wel meer ijle kreten die het goed doen: 'de unieke kracht van paarden', 'het paard als leermeester', 'puur met paarden'... Allemaal frasen waarmee praktijken die bij fysieke of psychische begeleiding van cliënten gebruikmaken van paarden, 'informatie' verschaffen over hun bezigheid.

Het paard heeft ongetwijfeld een grote aantrekkingskracht op veel mensen en dat is zowel een zegen als een zorg voor wie als pro-

fessionele zorgverstreker de hulp van paarden inzet. Het scala van mogelijkheden voor therapeutische of pedagogische interventies is immers rijk en veelbelovend. De keerzijde is dat de cliënt makkelijk slachtoffer wordt van het disparate aanbod op de vrije markt. 'Equithherapie', een term die zo'n twintig jaar geleden in het Nederlands werd geïntroduceerd vanuit wetenschappelijke hoek, ligt intussen goed in de mond. Maar de professionele equitherapeutische praktijk van een geschoolde hulpverlener, die voor de behandelingen gebruikmaakt van een wetenschappelijk werkmiddel, moet onder een en dezelfde noemer de ruimte delen met talloze ongelijke en soms kwestieuze initiatieven. Het beroep van equitherapeut is namelijk niet beschermd. Klinkt de term 'equithherapie' of 'hippotherapie' te concreet voor wat men doet, dan omschrijft men het aanbod coulant als *equicoaching*, *healing met paarden*, *natural horse therapy*... Woorden zijn nu eenmaal willig en voor de potentiële cliënt die niet weet waar hij zich terdege kan informeren, is dit alles één pot nat.

Vormt de bescherming van het beroep van therapeut bij andere specialisaties ook

vaak een probleem (zo is bijvoorbeeld de titel van psychotherapeut in Nederland wel en in België niet beschermd), dan zijn er daar nog altijd de erkende diploma's op hogeschool- of universitair niveau, en registrering in een beroepsvereniging of het BIG-register. Dat biedt de cliënt de nodige garanties op kwaliteit en professionaliteit. Een officieel erkende opleiding tot equitherapeut is er echter nog niet. 'De zorg met paarden staat nog in de kinderschoenen' heet het desgevraagd bij de Nederlandse Hogeschool Leeuwarden (NHL), waar dit najaar een nieuwe post-HBO start, die weliswaar geen equitherapeuten opleidt, maar een kennismaking biedt met een aantal aspecten van het fenomeen paard en hulpverlening. Er zijn veel verschillende opvattingen en stromingen, en pogingen om de krachten te bundelen zijn bij gebrek aan eensgezindheid vastgelopen. De post-HBO kan geen erkend diploma afleveren en de cliënt staat nogal alleen voor een hele reeks van particuliere soloprojecten, waaruit hij maar naar beste vermogen en inzicht zijn keuze moet maken. Waar we over diploma's en mogelijkheden tot erkenning spreken, heb ik me toch

wel verbaasd over de laagdrempeligheid van de formules waarvoor men bij deze post-HBO heeft geopteerd. Zo staat bijvoorbeeld naast ‘werken met metaforen’ ook psychotherapie met het paard op het programma, gebaseerd op het werk van de Amerikaanse Linda Kohanov. Kohanov heeft een erg wervende website en beschikt allicht over heel wat zakelijk inzicht, want haar ‘methode’ heeft ook in Europa voet aan de grond. Maar zou u in psychotherapie willen bij een paardentrainer? Want dat is Kohanovs metier. Ze is behalve zakenvrouw ook nog rij-instructeur, producer en publiciste, maar geen psychotherapeut. Over kwalificaties en ethiek lijkt ze dus niet moeilijk te doen en ook de opleiding die deze werkwijze in haar curriculum opneemt, ziet er dus geen graten in.

Dat het onderwijs haar weg nog moet zoeken in een relatief nieuwe materie is begrijpelijk, maar ik vraag me af of ze wel goed zoekt. Als we weten dat in de Duitstalige buurlanden sinds meer dan veertig jaar op een professioneel niveau aan therapeutisch paardrijden wordt gedaan, loont het dan niet de moeite om daar even zijn licht te gaan opsteken? Er zijn in Zwitserland en Duitsland diverse wetenschappelijke onderzoeken gedaan over psychotherapie met het paard, onder meer

ook in het welbekende ‘Paardenproject’ aan de Universiteit van Berlijn, o.l.v. professor Schubenz. Dat men naar Amerika kijkt ‘omdat men hier nog niet zover is’, aldus de coördinator van bovengenoemde opleiding, is dan ook niet juist. Overigens is er in Nederland zelf volop kennis en expertise in de materie aan-

Thiel, klinisch psychologe en psychotherapeute, en voorzitter van SHP, heeft het opleidingsmodel ontwikkeld en introduceerde de term ‘equithérapie’ in Nederland. Wie bij SHP afstudeert en zich certificeert, mag zich Equithérapeute SHP-E(NL) noemen. Aan die titel is een Benelux-kwaliteitskeurmerk verbonden

‘Maar zou u in psychotherapie willen bij een paardentrainer? Want dat is Kohanovs metier. Ze is behalve zakenvrouw ook nog rij-instructeur, producer en publiciste, maar geen psychotherapeut. Over kwalificaties en ethiek lijkt ze dus niet moeilijk te doen.’

wezig én jarenlange ervaring met de inpassing van het beroep in de gezondheidssector bovendien. Sinds meer dan twaalf jaar wordt door de Nederlandse Stichting Helpen met Paarden–Equithérapie (SHP-E-(NL)) een tweejarige post-HBO/universitaire opleiding voor professionele hulpverleners tot equithérapeute aangeboden. Via een certificeringssysteem biedt deze opleiding de nodige kwaliteits- en veiligheids garanties. Ze is een van de eerste in Europa die de functie van het paard in de therapie, en in het bijzonder de psychotherapie, modelmatig heeft omschreven. Dr. Ulrike

en de equithérapeute moet aan bepaalde ethische, kwaliteits- en bijscholingseisen voldoen om zijn titel te kunnen behouden. Dit certificeringssysteem is vormgegeven naar Zwitsers model, waar zorgverzekeraars de behandelingen van gecertificeerde equithérapeuten terugbetalen.

Ulrike Thiel heeft recent een omvattend handboek over equithérapie afgerond. Zij sprak naar aanleiding daarvan met ons over werken met paarden op een professionele en ethisch verantwoorde manier.

## DESKUNDIG WERKEN MET MENSEN EN PAARDEN

Jen de Groeve in gesprek met Ulrike Thiel

**Jen de Groeve:** Waarom wil een therapeut een paard als helper?

**Ulrike Thiel:** Omdat paarden over belangrijke eigenschappen beschikken die het mogelijk maken om ze tot cotherapeut op te leiden. Ik wil het paard hierbij, zoals spijtig genoeg wel vaker gebeurt, geen oneigenlijke karakteristieken toedichten, zijn geschiktheid is volledig vanuit zijn evolutie te verklaren. Paarden hebben een zeer hoge sociale intelligentie. In een kudde verloopt de communicatie via vaak uiterst kleine bewegingsimpulsen en doordat ze minimale lichaamssignalen kunnen opnemen, zijn ze in staat bij de mens tot onder de oppervlakte door te dringen. Een mens wil zich al eens anders voordoen dan hij zich voelt. Hij liegt zichzelf — vaak onbewust — allerlei dingen

voor. Uit de lichaamsgerichte psychotherapie weten we dat het lichaam in hoge mate weergeeft wat er zich effectief in iemand afspeelt. En in het detecteren daarvan is het paard beter dan de mens: het reageert dus al op minimale lichaamssignalen: wanneer het lichaam zich opspant, wanneer het ontspant, wanneer iemand een impuls tot handelen heeft zonder de handeling ook daadwerkelijk af te maken etc. Het paard fungeert dus als medium voor de therapeut. Die interpreteert zijn reactie, gaat met de cliënt na of zijn bevinding klopt en kan er vervolgens verder op doorwerken. Een tweede reden is dat paarden het in hun onderlinge structuur graag opnemen voor zwakkeren, veulens of zieke paarden bijvoorbeeld, en ze zijn — zoals ook andere dieren trouwens — in staat tot altruïstisch gedrag. Empathie heeft namelijk veel met neurologische struc-

turen te maken en paarden beschikken over spiegelneuronen in de hersenen, waardoor ze tot op zekere hoogte kunnen meevoelen met een ander — niet alleen met soortgenoten, ook met een mens. Het kan dat vanwege zijn sociale intelligentie, maar de duizenden jaren van domesticatie hebben daar ook een rol in gespeeld.

Een derde belangrijk punt is dat paarden iemand kunnen en willen dragen, hoewel hun natuurlijke reflexen hen zeggen dat het levensbedreigend is om iets op de rug te hebben — het kan betekenen dat ze worden aangevallen door een roofdier. Maar ze zijn als het ware in staat om over hun eigen schaduw te springen en vertrouwensrelaties met de mens op te bouwen. Dat laat hen toe om de bewegingsdialoog met hem aan te gaan en die is essentieel.

Een van de belangrijkste voorwaarden voor een succesvolle therapie is de relatie en het vertrouwen tussen cliënt en therapeut. Zodra het paard erbij komt, moet diezelfde vertrouwensband voor alle drie tot stand komen. Sociale intelligentie, empathisch vermogen en relatiebereidheid zijn dus belangrijke factoren.

**| De Groeve:** Ik begrijp dat er dus een sociaal dier nodig is. Maar ook andere dieren, honden bijvoorbeeld, voelen de intenties van iemand erg goed aan.

**| Thiel:** Wanneer je *animal assisted therapy* (AAT) aanbiedt, zijn er verschillende mogelijkheden om cliënten met dieren in contact te brengen. Alles hangt af van het werkmodel en de doelstelling. Een van de belangrijkste voordelen van paarden is dat je erop kunt zitten of liggen, dat je samen met het paard kunt bewegen en erdoor gedragen kunt worden. Het contact met het dier op zich is een belangrijke factor, maar het zitten op het paard is een essentiële component. Het paard heeft in zijn rugbeweging een specifieke bewegingskarakteristiek die aantoonbare effecten heeft op het lichaam en de geest van de mens. Doordat het paard de cliënt kan dragen, neemt het bovendien een functie op zich die een therapeut zelf niet kan of mag opnemen. Wanneer een cliënt bijvoorbeeld op de paardenrug ligt, knoopt je aan bij een basisbehoefte uit zijn vroegste socialisatie. Het paard loopt rustig rond, houdt in zijn bewegingen rekening met de persoon op de rug, ontspant zich en geeft de cliënt daardoor een soortgelijk gevoel als een moeder geeft aan haar baby of jonge kind wanneer ze hem ronddraagt. Je brengt iemand zo in een analoge, lichamelijke communicatie die hij vanuit zijn vroege kindertijd kent — of net gemist heeft. De meeste mensen hebben toen echter basissituaties ervaren waarin ze zich volledig geborgen voelden. Door bij die ervaringen aan te sluiten, kunnen ook de bijbehorende emoties en bindingservaringen weer geactualiseerd worden, zodat je er in de therapie verder kan aan werken.

Wanneer een moeder er bijvoorbeeld niet in slaagt om haar baby en jonge kind dat noodzakelijke vertrouwen en die geborgenheid te bieden, kunnen er al vroeg ernstige tekorten ontstaan, die later hun tol eisen. Ikzelf en de equitherapeuten die door de Stichting Helpen met Paarden (SHP) worden opgeleid, werken psychodynamisch, d.w.z. dat je uitgaat van de ontwikkeling die iemand heeft



doorgemaakt in zijn contacten met vertrouwenspersonen. Het terugwerkend bevredigen van behoeften (in de psychotherapie) wordt vervolgens gebruikt om iemands inherente eigenschappen te activeren en zijn vaardigheden te verbeteren.

Een mooi voorbeeld van wat met het gedragen worden door een paard kan worden bereikt, is het 'moeder-kind-rijden' dat Pia Strausfeld ontwikkeld heeft in een Duitse kliniek voor vrouwen met verslavingsproblemen. Bij veel verslaafde vrouwen is er sprake van een omgekeerde relatie; vaak zorgen de kinderen voor de moeder. Of de moeder realiseert

zich niet dat ze haar verantwoordelijkheid niet opneemt. Of ze heeft zelf geen ervaring gehad in het gedragen worden. Strausfeld zag in de equithérapie een mogelijkheid om moeders op een zachte manier in contact te brengen met hun tekortkomingen in de relatie met hun kind. Het gedragen worden werkt hier dubbel; het is niet alleen voor het kind cruciaal, ook de moeder zelf heeft er baat bij, terwijl ze bovendien aan de relatie met haar kind werkt.

**| De Groeve:** Hoe gaat zo'n therapie met het paard in z'n werk?

## **| ULRIKE THIEL E.A. Equithérapie (SHP)**

607.9 / PAARDEN / EQUITHERAPIE

'Ontwikkelen, bevorderen, ondersteunen en genezen met de hulp van het paard' luidt de ondertitel van dit stevige naslagwerk en dat is meteen een duidelijke afgrenzing van wat de auteur onder 'equithérapie' verstaat. Er is een wildgroei van aanbiedingen van allerlei slag op de markt gekomen in het begeleiden van diverse problemen met de hulp van het paard. En dat baart Ulrike Thiel zorgen. Wie zich in de zorgverlening met paarden verdiept heeft, weet dat een ondeskundige inzet van paarden in de begeleiding van iemand met (psychische) gezondheidsproblemen, onverantwoord en rondt gevaarlijk kan zijn. 'Het paard zelf is geen therapeut' is een belangrijk kopje in het eerste hoofdstuk, want zowel begeleiders als potentiële cliënten laten zich door de grote aantrekkingskracht die het paard nu eenmaal op veel mensen heeft, al te snel misleiden. In dit eerste hoofdstuk wordt vanuit de geschiedenis, de evolutie en de aard van het paard verklaard hoe het tot een waardevolle helper van mensen geworden is. Het tweede hoofdstuk gaat in op de geschiedenis van het therapeutisch paardrijden dat op een lange voorgeschiedenis kan bogen. De eerste geschreven bronnen over het genezend effect van paardrijden gaan terug tot Hippocrates. Vanaf de zestiende eeuw komen er regelmatig vaststellingen van geneesheren over de helende werking van paardrijden, aanvankelijk vooral op lichamelijke kwalen, maar vanaf de negentiende eeuw ook op het psychisch welzijn. De Duitse dichter Goethe is wellicht een goed verbreide bron die het 'versmelten' van ruiter en paard in een unieke en weldadige relationele bewegingsdialoog bezongen heeft.

Als je Goethe nog van dichterlijke vrijheden kunt verdenken, dan is het geval van de Deense dressuuramazone Lies Hartel, die door polio getroffen werd, met de hulp van haar paard revalideerde en in twee opeenvolgende Olympische Spelen zilver won, al even spectaculair als overtuigend. Er

| **Thiel:** Samen met de cliënt haal ik het paard uit de kudde en samen maken we het klaar. Dat is het begin van de therapeutische situatie. Ik werk altijd in een driehoeksrelatie. Dat komt er doorgaans op neer dat ik het paard aan de longe laat rondstappen en dat de cliënt ernaast meeloopt of op zijn rug zit. Na afloop brengen de cliënt en ik het paard weer naar zijn groep. Ook dat, het afscheid nemen van de therapiepartner, die nu opnieuw gewoon paard is, maakt deel uit van het proces.

Het paard vervult in elke fase van het proces een andere functie. In het begin, bij het opbouwen van de driehoeksrelatie, fungeert hij bijvoorbeeld als motivator voor de cliënt om in te stappen in het proces. De aantrekkingskracht die het paard op veel mensen heeft, speelt daar ook een rol. Het is de taak van de therapeut om deze aantrekkingskracht in een bepaalde setting gedoseerd in te zetten, zodat het tot een dialoog met het paard kan komen en er een relatie kan worden opgebouwd.

Via het paard wordt de therapeut attent gemaakt op bepaalde behoeften, impulsen of emoties die zich in een cliënt afspelen. En omdat een paard die signalen veel sneller waarneemt dan een mens, kan het de therapeut van inadequate reacties weerhouden. Het fungeert in die zin een beetje als

vergrootglas.

Een bekend probleem bij de klassieke psychotherapie, de overdracht tussen therapeut en cliënt, of projectie, is in de equithérapie ook beter te vermijden. De cliënt kan bijvoorbeeld een moeder- of vaderfiguur zien in de therapeut en zo kan diens rol een erg dubieus karakter krijgen. Doordat het paard bewust in een bepaalde rol ingezet kan worden (bijvoorbeeld de moeder, die draagt) en die rol daarna weer kan afleggen, kan de therapeut volkomen als therapeut functioneren.

Voor een cliënt van zijn kant is het gemakkelijker om de reactie van het paard op zijn impulsen en emoties aan te nemen, dan wanneer de therapeut gewoonweg iets over zijn toestand zegt. In vergelijking met pedagogische, psychosociale of psychotherapeutische behandelingen zonder paard kun je bij equithérapie over het algemeen sneller in een diepe vorm van interactie en verwerking komen.

| **De Groeve:** Aan welke voorwaarden moet een therapiepaard voldoen?

| **Thiel:** Het moet psychisch stabiel zijn en mag geen traumatische ervaringen meegeemaakt hebben. Het moet zich sociaal hebben

kunnen ontwikkelen. Erg veel paarden worden op een weinig paardvriendelijke manier gehouden — ze staan bijvoorbeeld permanent alleen op stal — en beschikken niet over socialisatiemogelijkheden in een groep, mogen geen paard meer zijn... Ze zijn dan niet geschikt om ook nog eens met trauma's van een cliënt geconfronteerd te worden. Een therapiepaard moet het hoofd vrij hebben, zeg maar, om zich open te stellen voor wat er tijdens het werk van hem gevraagd wordt. Zijn psychohygiëne moet worden bewaakt, zodat hij geen burn-out krijgt.

Daarnaast moet een therapiepaard ook opgeleid zijn als rijpaard en aan de longe, zodat hij zich goed en in balans kan bewegen. Een jong paard, dat zijn fysieke en psychische balans nog niet gevonden heeft, is bijvoorbeeld niet geschikt.

| **De Groeve:** U spreekt over burn-out. Is een therapie psychisch belastend voor een paard?

| **Thiel:** Het kan belastend zijn, maar niet zozeer vanwege de (psychische) problemen van de cliënt, wel omdat het paard niet voldoende mogelijkheden krijgt om ze op de juiste manier te verwerken. Het paard moet zich in overeenstemming met zijn aard kunnen afreageren. Uiteindelijk moet het dezelfde

volgde in de jaren zeventig een ware hype in het therapeutisch paardrijden, in de psychosomatische geneeskunde, de (jeugd)psychiatrie en de psychotherapie. Thiel stelt vervolgens de verschillende scholen, kernpunten en de internationale organisaties voor therapeutisch paardrijden voor. De Nederlandse Stichting Helpen met Paarden heeft uit de jarenlange ervaring waarop de organisaties in Duitsland, Zwitserland en Oostenrijk kunnen bogen, geput om een eigen werkmodel te ontwikkelen dat op de Nederlandse hippische context en zorgverlening is afgestemd. Dat werkmodel wordt in al zijn componenten uiteengezet in het volgende hoofdstuk. Zowel de therapeut in spe als potentiële cliënten kunnen er onder meer lezen wat precies de rol van het paard is in het therapieconcept, welke aandoeningen ermee kunnen worden behandeld, hoe zo'n therapeutisch proces eruit kan zien, welke verschillende vormen van therapie er zijn etc. Het slothoofdstuk van dit eerste deel gaat specifiek in op de opleiding.

Het tweede deel van het boek bestaat uit bijdragen van verschillende docenten van de opleiding Equithérapie SHP-E(NL), die verder ingaan op hun eigen werkdomein. Hoewel het hier om vrij specialistische materie gaat, zijn de artikelen verhelderend en sluiten ze goed aan bij de uiteenzetting uit het eerste deel.

Equithérapie (SHP) is een rijkelijk geïllustreerd handboek met talrijke becommentarieerde foto-reeksen van praktijksituaties, die de tekst ondersteunen en visualiseren. Achteraan een overzicht van vergelijkbare opleidingen. Het is het eerste gefundeerde boek in het Nederlands over deze materie. Het werpt een helder licht op een aspect uit de gezondheidszorg waarvoor een groeiende interesse bestaat, maar dat zwaar te kampen heeft met de wetten van de vrije markt.

Wim Knijnenburg Producties Lochem, 2012, 432 p., ill. € 49,50. ISBN 9789080216242. Distr.: Horses and Driving Books





‘Ook al heeft hij al een paar jaar beroepservaring achter de rug, wanneer de therapeut het paard in zijn werk introduceert, is hij weer een beginner. Het paard brengt hem namelijk in een totaal andere situatie als hulpverlener. Het reageert immers niet alleen op de cliënt, maar ook op de therapeut, op zijn problemen, zijn blinde vlekken, zijn grenzen. Daarmee omgaan, vraagt andere competenties dan in een klassieke therapiesituatie.’

mechanismen ter beschikking krijgen die een mens ook heeft, om tussendoor dat pakket aan emoties en impulsen die een psychotherapie nu eenmaal meebrengt, weer af te leggen. Ook een manegepaard of een sportpaard kan overigens burn-out krijgen. Tussen het werk door, wat het ook is, moeten ze de kans krijgen gewoon paard te zijn.

| **De Groeve:** U hebt zes therapiepaarden van verschillende rassen en met hun eigen karakters. Hoe bepaalt u welk paard u voor een bepaalde cliënt met zijn specifieke problematiek en achtergrond wil gaan gebruiken?

| **Thiel:** Er komt een aantal aspecten bij kijken. Hun aard en karakter spelen een rol, maar ook hun fysieke voorkomen en hun bewegingskarakteristiek zijn belangrijk. Jona [een fjord, JdG] is bijvoorbeeld bij uitstek geschikt voor pleegkinderen met traumatische ervaringen, mensen met een autismespectrumstoornis of een handicap. Jona zoekt namelijk zelf toenadering zonder grenzen te overschrijden. Voor autisten is dat alvast zeer belangrijk. Mensen met een traumatische achtergrond willen of kunnen vaak zelf hun negatieve emoties, hun eigen agressie niet waarnemen omdat dat te belastend is. Jona reageert hier heel duidelijk op, zonder dat ze zelf boos wordt of gaat bijten. De cliënt ervaart op die manier dat Jona zijn emoties doorheeft, dat ook laat weten, maar hem geen kwaad doet. Niet alleen de therapeut ziet dus aan het paard dat er zich iets afspeelt in de cliënt, de cliënt ervaart het zelf ook.

Een ander voorbeeld: Hannes [een erg imposante Fries, JdG] is in veel gevallen een geschikte keuze om in te zetten bij vrouwen die seksueel misbruikt zijn. Met Hannes krijgen zij in de therapie te maken met een echte macho, een fysiek erg krachtig wezen, dat niettemin de lichamelijke en psychische grenzen respecteert. Het komt er voor de

misbruikte cliënt onder meer op aan om te achterhalen dat iemand zelf de grenzen kan bepalen en dat die gerespecteerd horen te worden. Deze ervaring is nodig in het proces om opnieuw in relaties te leren vertrouwen. Het is dus het fysieke voorkomen van Hannes, gecombineerd met zijn zachte aard, die hem tot een geschikt therapiepaard in deze situaties maakt. En natuurlijk het feit dat hij als therapiepaard is opgeleid. Het is duidelijk dat je niet om het even welk paard dat aan een aantal fysieke en karaktereigenschappen vol doet, kunt gaan gebruiken.

| **De Groeve:** Equithérapie geeft naar verluidt vaak goede resultaten bij autisme en ADHD. Wat maakt het zo geschikt voor behandeling van ontwikkelingsstoornissen?

| **Thiel:** Ontwikkelingsbevordering met het paard richt zich vooral op de psychomotoriek. Doordat een kind vanuit zijn eigen impulsen zelf zoekt wat het in de beweging kan of wil doen, worden er veel zenuwverbindingen geactiveerd of nieuw aangemaakt, die een invloed hebben op ontwikkelingsvertragingen. Een ander belangrijk voordeel is dat je aan een kind erg veel prikkels tegelijk geeft. Daardoor kunnen korte sessies op het paard vaak meer opleveren dan een uur fysiotherapie in de gymzaal. Kinderen vinden het oefenen op het paard meestal ook veel leuker dan oefeningen bij de fysiotherapeut. Ook dat is belangrijk, omdat ze zo vanuit een intrinsieke motivatie werken.

Bij autisme is een van de meest voorkomende functiestoornissen dat prikkels niet selectief waargenomen kunnen worden. Alles komt op een autistisch kind af zonder dat het kan beslissen waar het zich zal op gaan richten. Lichaamscontact vindt het onaangenaam precies omdat het een prikkel is die hen te veel kan worden. En bovendien heeft het veel moeite om zich in een ander te verplaatsen. In het

zitten en bewegen op de paardenrug wordt het kind bijna onbewust geattendeerd op een aantal belangrijke prikkels op dat moment. Het is emotioneel bij het paard betrokken en kan daardoor minder belangrijke prikkels wegcijferen. Het contact met dieren is makkelijker dan met een mens omdat analoge communicatie eenvoudiger te bereiken en te begrijpen is. Over een langere periode merkt het kind ook dat het paard rekening met hem houdt. Het wederzijds op elkaar ingaan tussen cliënt en paard kan dan na verloop van tijd ook overgedragen worden op menselijke relaties.

Onderzoek heeft aangetoond dat, wanneer men op tijd start, er bij jongere kinderen zekere vormen van empathie kunnen ontstaan, dat ze zich via het paard toch in anderen kunnen verplaatsen. Het paard werkt als brug naar menselijke situaties. Daarenboven wordt er psychomotorisch en, wanneer er ook andere kinderen bij betrokken worden, sociomotorisch gewerkt en kan sociale achterstand tot op zekere hoogte worden ingehaald. De aantrekkingskracht van het samen bewegen met het paard, speelt hier opnieuw een grote rol. Het paard is de vaste factor, geeft vertrouwen en het autistisch kind laat zich daardoor makkelijker op relaties met andere kinderen in.

| **De Groeve:** Een paar jaar geleden verscheen een boek van Rupert Isaacson: *De paardenjongen*, over hoe hij in Mongolië bij de steppepaarden genezing zocht voor zijn autistische zoon. Is dit voor u een indicatie van de werkzaamheid van equithérapie?

| **Thiel:** Neen, dat boek zegt in het geheel niets over een professionele, verantwoorde inzet van paarden. De werkzaamheid van equithérapie is meetbaar en bewijs ervan wordt geleverd door resultaatanalyses. Dat spectaculaire verhaal van Isaacson komt bij het publiek natuurlijk wel goed aan. Maar ik

mis hier dus een therapeut en een therapeutisch model. Erg veel boeken over zogenaamd therapeutische effecten van paarden weerspiegelen een zeer onprofessionele omgang met therapie, helaas.

| **De Groeve:** Het gaat ook nogal eens om alternatieve geneeswijzen en ook het spirituele gedachtegoed is meestal niet veraf.

| **Thiel:** Ik wil mij absoluut distantiëren van dat type lectuur. Equithérapie zoals we ze bij SHP toepassen, is een doelgerichte, procesmatige behandeling die van wetenschappelijke feiten uitgaat.

| **De Groeve:** Niet alleen kinderen, ook volwassenen met bijvoorbeeld verslavingsproblemen, borderline of burn-out kunnen bij een equithérapeut terecht.

| **Thiel:** Bij volwassenen gaat het meestal om psychotherapie of psychosociale begeleiding. Met uitzondering van acute psychosen komt psychotherapie met het paard in principe voor bijna alle psychotherapeutische vragen in aanmerking. Met dien verstande dat

de cliënt een affiniteit heeft met het lichaamsgeoriënteerd werken en dat het paard een belangrijke rol kan krijgen in het behandelmodel. Psychotherapie is overigens niet alleen op volwassenen gericht, je kunt ook kinderen, zelfs jonge kinderen in psychotherapie nemen.

| **De Groeve:** Het gaat hier toch om een heel andere probleemstelling — bij het ene moet de ontwikkeling worden bevorderd en bij het laatste wordt regressief gewerkt.

| **Thiel:** We gaan in het therapiemodel van SHP uit van het lichaamsgerichte pasvormmodel van Albert Pesso. Dat is een psychodynamisch model dat je als basis kunt inzetten voor ontwikkelingsbevordering, orthopedagogische bevordering, en psychotherapeutische en psychosociale behandeling. In het ene geval wordt het paard ingezet om aanvulling te bieden op datgene wat de cliënt in zijn momentane ontwikkeling mist, in het andere geval gebruik je het om terugwerkend een aanvulling te bieden op wat de cliënt gemist heeft, en zo tot een verwerking te komen. Je maakt gebruik van dezelfde aspecten, maar met nadruk op andere processen.

| **De Groeve:** Wat miste u in de bestaande opleidingen dat u een eigen opleidingsmodel hebt ontwikkeld?

| **Thiel:** We voorzien in onze opleiding een groeiproces, waarin de aankomende equithérapeut een ontwikkeling moet doormaken die veel te maken heeft met de driehoeksrelatie. Ook al heeft hij al een paar jaar beroepservaring achter de rug, wanneer hij het paard in zijn werk introduceert, is hij weer een beginner. Het paard brengt hem namelijk in een totaal andere situatie als hulpverlener. Het reageert immers niet alleen op de cliënt, maar ook op de therapeut, op zijn problemen, zijn blinde vlekken, zijn grenzen. Daarmee omgaan, vraagt andere competenties dan in een klasieke therapiesituatie. Door in de opleiding praktijkprojecten te voorzien, waarin in een veilige context met voldoende hulp en supervisie kan worden geoefend, vermijd je dat later in de werksituatie cliënt en paard 'proefpersonen' worden van een vooral theoretisch geschoolde equithérapeut. SHP wil garant kunnen staan voor haar equithérapeuten, vandaar ook dat we van een certificering en beschermd kwaliteitskeurmerk gebruikmaken.