

Het paard als werkHzame factor

Paarden in de zorg: je hoort het steeds vaker. Als lid van de werkgroep Basisdocument Kwaliteitsregister AAI (Animal Assisted Interventions) voor paarden, weet ik maar al te goed waarom dit kwaliteitsregister in het leven is geroepen, namelijk om het kaf van het koren te scheiden. Helaas is niet elke aanbieder voor coaching of andere vorm van hulp met inzet van paarden even gekwalificeerd. Erger nog; er zitten heuse koekenbakkers tussen.

Gelukkig zijn er ook zeer veel goed gekwalificeerde aanbieders, die door methodisch te werken en zicht te houden op het proces, zeer succesvol paarden als middel inzetten in de hulpverlening. *Paulien Rutgers*



VB-er?

In mijn praktijk heb ik te maken met Giovanni. Giovanni is een ongelofelijke lieverd, een goedgezak, meestal heel vriendelijk in zijn contacten. Zijn IQ weet ik eerlijk gezegd niet, dat vind ik ook niet zo belangrijk. Veel belangrijker vind ik dat ik snap hoe ik met hem om moet gaan en hoe ik het beste met hem kan communiceren. Zo heeft hij bijvoorbeeld moeite met het begrijpen van gesproken taal. Hij begrijpt alleen maar hele simpele, enkelvoudige en ondubbelzinnige opdrachten, die dan ook nog eens congruent moeten zijn in de gesproken opdracht, lichaamstaal en intentie. Ik weet dat hij heftig kan reageren op

emoties van anderen, zonder eerst na te denken. Hij heeft - soms op het hilarische af - niet het vermogen om abstract kunnen denken en heeft geen benul van tijd, grootte of ruimte. Als hem iets op een bepaalde manier is aangeleerd, kan hij dit echt niet zomaar in een andere situatie op dezelfde manier herhalen. Giovanni wil er heel graag bij horen en als hij zich buitengesloten voelt, dan kan hij ronduit gevaarlijk worden (vandaar dat ik al zei dat hij meestal heel vriendelijk is). Ook kan hij niet goed omgaan met de druk die soms op hem gelegd wordt, zeker wanneer die druk voor hem te veel is of te onverwacht komt. Dan ontploft hij en als hij de kans heeft gaat hij ervandoor. Heeft u als lezer al bedacht dat Giovanni wellicht kenmerken heeft van LVB? Of van autisme?

Ik zal u vertellen dat Giovanni een paard is. Zijn ken-

OVER DE AUTEUR

Paulien Rutgers is (sinds 2004) eigenaar/directeur van een zorgboerderij voor specialistische jeugdhulpverlening

merken zorgen ervoor dat, wanneer hij ingezet wordt tijdens sessies met iemand met een LVB, dit voor herkenning zorgt. Maar dat niet alleen. Veel meer paarden hebben eigenschappen die ervoor zorgen dat ze een uiterst krachtige werkzame factor zijn in het hulpverleningsproces van lvb'ers.

Niet evidence based

Het NJI maakt zich al jaren sterk voor bewezen effectieve interventies voor specifieke problemen. De inzet van paarden als werkzame factor in de hulpverlening is vanwege verschillende redenen nog steeds niet evidence based. Paarden worden ingezet als *middel* om het effect van bestaande methodieken te versterken. Hulpverleners die paarden inzetten, hebben een positieve houding t.o.v. het paard als middel en een enorm vertrouwen in het resultaat dankzij de inzet van het paard. Daarbij maakt het niet uit of het paard wordt ingezet bij ervaringsleren, CGT of oplossingsgericht werken, dan wel bij logopedie of dyslexietraining. Het paard zorgt ervoor dat resultaten sneller worden behaald en beter beklijven.

Wat maakt een paard nou zo'n krachtig middel? Daar zijn verschillende oorzaken voor aan te wijzen.

Sociaal-cognitieve werkzame factoren

Allereerst werken paarden uiterst *faciliterend*. Ze fungeren als katalysator, motivator en stimulator. Bijvoorbeeld bij een jongen met LVB die last van driftaanvallen en angsten had. Hij ontdekte dat als hij driftig was, de pony als een dolle in de rondte galoppeerde en direct rustig werd zodra hij zijn aangeleerde buikademhaling toepaste. Hierdoor werd hij gemotiveerd om de buikademhaling ook thuis en op school toe te passen, wat hem veel rust en vermindering van zijn driftbuien heeft ongeleverd.

Dit voorbeeld heeft ook te maken met *zelfmonitoring*. LVB-ers kunnen met behulp van paarden door simpele succeservaringen, zoals een pony die accuut rustig wordt als jij dat zelf bent, leren zichzelf meer in de hand te hand te houden. Een kind met een LVB dat bang is voor paarden maar uiteindelijk leert om zelf het halster om te doen en de pony mee te nemen uit de wei is een voorbeeld van *performance accomplishment*: iets doen dat eerder als heangstigend ervaren werd. En het gehandicapte meisje met een LVB dat een losstaand groot paard staat te poetsen, waarbij het paard enorm geniet van zijn poetsbeurt en stil blijft staan, is een voorbeeld van *personal agency*; het aanvoelen dat jouw gedrag goed is voor zowel jezelf als voor de ander, want dit meisje genoot op haar beurt net zo intens van het poetsen van het paard.

In het werken met paarden komt regelmatig de *roltheorie* aan de orde. Lvb'ers kunnen de rol van verzorger of zelfs trainer krijgen, hetgeen een goed gevoel oplevert. Daarnaast kunnen paarden ook de rol van *bechtingsfiguur* en *overgangsobject* vervullen. Een lvb'er die een schoolvak niet goed beheerst kan voor en door het paard de bereidheid tonen het vak toch weer eens te gaan onderzoeken en eraan te werken.

Biologische werkzame factoren

Naast deze sociaal-cognitieve factoren heb je in het werken met paarden ook te maken met de *biologische werkzame factoren*. Kahn heeft met zijn *biofiliahypothese* gesteld dat de mens biologische behoefte heeft aan diercontacten. Mensen voelen zich in het algemeen tot dieren aangetrokken, wat ervoor zorgt dat het al snel leuk wordt om met een dier te werken. Vele onderzoeken hebben uitgewezen dat *in contact met dieren de bartslag en bloeddruk lager wordt*, o.a. omdat het cortisol- en adrenalineniveau daalt. Er is een *toename van serotonineproductie*, waardoor mensen die met dieren in aanraking komen een gelukkig gevoel krijgen. Ook komt er oxytocine vrij, ook wel het knuffelhormoon genoemd, dat een rol speelt bij de sociale binding. U kunt zich wellicht voorstellen dat een toename van deze hormonen behalve invloed op het welbevinden van de cliënt, ook invloed heeft op de mogelijkheden van de cliënt om een positieve relatie aan te gaan met de hulpverlener.

Samenwerking hulpverlener - cliënt

Door het vrijkomen van oxytocine wordt het aangaan van een band tussen de hulpverlener en de cliënt vergemakkelijkt. Maar een cliënt kan ook op grond van zich veilig willen voelen sneller (willen) vertrouwen op de hulpverlener. Zo was er een LVB-jongen die vanuit een gesloten setting met paarden kwam werken, omdat de behandelaars binnen het instituut vanwege het ernstig geschade vertrouwen van deze jon-

De tertroeder werkzame factoren bij inzet van paarden



gen in volwassenen, niets met hem konden beginnen. De jongen was zeer gemotiveerd om met een paard aan de slag te gaan, maar kondigde van tevoren al aan niet naar de hulpverlener te willen luisteren. De hulpverlener zette de jongen samen met een loslopend paard binnen een rond, afgesloten hekwerk (round pen) en ging zelf buiten de hekken staan en zei niets. Op een gegeven moment vroeg de jongen: 'Ja, en nu? Wat moet ik nu doen?' 'Oei, sorry,' antwoordde de hulpverlener, 'ik had begrepen dat je niet naar me wilde luisteren, dus liet ik je je eigen gang gaan. Mijn excuses als ik dat verkeerd begrepen heb.' 'Eh, ja, dat heb ik wel gezegd,' zei de jongen, 'maar ik vind het een beetje eng zo met dat loslopende paard. Wil je bij me blijven en vertellen wat ik moet doen?' 'Oké,' antwoordde de hulpverlener, 'als jij me belooft dat je écht naar mijn aanwijzingen luistert, dan ga ik jou uitleggen hoe je met het paard kunt leren praten met je lijf.' De jongen gaf een high five bij wijze van belofte en leerde binnen een halfuur hoe hij op afstand het paard op zijn aanwijzingen van tempo en richting kon laten veranderen. Aan het einde van de sessie zei hij: 'Naar jou luisteren is cool. Dit was cool! Gaan we

dit vaker doen?' en de eerste stap naar het aangaan van een hand was gezet.

Omgeving

De meeste paarden worden in een boerderijachtige omgeving gehouden. Voor de meeste cliënten is het veel leuker om naar een boerderij te gaan dan naar een spreekkamer in een kantoorachtig gebouw. De omgeving is mijns inziens een zeer belangrijke werkzame factor! De fysieke omgeving kan van alles zijn: de wei, de rijbak, de round pen, de straat, het bos, het erf... op al die fysieke plekken reageren alle actoren weer anders. Maar de omgeving kan ook bepaald worden door weersinvloeden en temperatuur. Het werkt natuurlijk heel anders op een bloedhete dag in een stoffige bak dan in de sneeuw in de wei. Blootgesteld zijn aan de elementen heeft op zich al een zeer krachtige, positieve werking, nog los van het feit dat er een paard bij betrokken is.

Bijwerkingen

De laatste werkzame factor die ik hier wil noemen is de



Leer hoe je dieren op een verantwoorde manier inzet in jouw therapieën

AERES
HOOGESCHOOL
GRONINGEN

Post-hbo opleiding

Therapie met inzet van dieren
www.aereshogeschool.nl/therapiemetdieren



bijwerking die de inzet van paarden kan hebben. Soms zet je een paard in voor fysieke verbetering van de cliënt. Bij het paardrijden met gehandicapten ontdekten men op een gegeven moment dat het rijden, buiten de invloed op de fysieke gesteldheid van de gehandicapte ruiter, óók invloed had op het gedrag en de cognitie. Daardoor ontstonden er paardondersteunde programma's voor mensen met een ASS, voor LVB, maar ook voor bijvoorbeeld gedetineerden en getraumatiseerde mensen. Wij maken heel veel gebruik van de ontdekking dat de cognitie verbetert wanneer opdrachten op een paard worden gedaan. Zo gaan bijvoorbeeld kinderen met dyslexie veel beter lezen op een paard, maar we zien ook dat proefwerken beter worden geleerd, dat de ruimtelijke ordening verbetert en het automatiseren gemakkelijker gaat. Dit kan verklaard worden vanuit de theorie dat op een paard zittend het arousalniveau van het kind stijgt en daarmee de concentratie en de leerbaarheid, en dat door de beweging van het paard de hersengebieden die verantwoordelijk zijn voor deze taken extra gestimuleerd worden. Door de inspanning die het vraagt om in evenwicht te blijven, driedimensionaal te bewegen en te lezen tegelij-

kertijd, wordt de doorbloeding van de witte stof in de hersenen bevorderd. Neem daarnaast nog de biologische factoren die al eerder genoemd werden.

Samen verklaart dit dat het doen van cognitieve taken op een paard zo'n krachtige werking heeft. De effecten van het inzetten van paarden in de zorg zijn nog niet evidence based. Echter zijn er wetenschappelijke onderzoeken bekend die verklaren waarom paarden een uiterst werkzame factor in de hulpverlening kunnen zijn. Daardoor is het de moeite waard om voor LVB'ers met een hulpvraag die past bij hulpverlening met inzet van paarden, op zoek te gaan naar aanbieders die op professionele wijze paarden inzetten in de hulpverlening. ✦

Literatuur:

- Drs. de Vries, S. Elke methode is zo goed als zijn uitvoerders. *Een kritische bespreking van het NJI rapport 'Algemeen en specifiek werkzame factoren in de jeugdzorg. Stand van de discussie'*.
- Wampold, B. *The great psychotherapy debate*. Mahwah: Lawrence Erlbaum, 2001.
- Pijnenbrug, H. 'Onderzoek naar sleutelfactoren in de zorg voor de Jeugd. De behoefte aan een integratief model van werkzame factoren.' *Journal of Social Intervention: Theory and Practice*, 19(4); december 2010.

