

Equithérapie



Erkende opleiding in Nederland

Wie de film '28 days' met Sandra Bullock heeft gezien, weet dat het in Amerika heel gebruikelijk is om paarden in te zetten als co-therapeut. In dit geval wordt equithérapie gebruikt als ondersteuning bij de behandeling in een kliniek voor alcohol- en drugsverslaafden. Maar niet alleen in Amerika worden paarden gezien als een zinvolle aanvulling bij het behandelen van kinderen en volwassenen met uiteenlopende (psychische) klachten. In Engeland en de Duitstalige Europese landen bestaan er al enkele decennia lang opleidingen voor Equithérapeut. Sinds 2000 is het ook in Nederland mogelijk om een internationaal erkende opleiding op dit vakgebied te volgen. De Hoefslag bezocht een introductieweekende en sprak met Dr. Ulrike Thiel, de studieleider van deze opleiding.

TEKST: NATASHA BRUINSMA • FOTO: ARND BRONKHORST

Onbewust zullen de meeste mensen die met paarden omgaan wel eens ervaren hebben hoe 'therapeutisch' het omgaan met deze dieren werkt. Voor veel mensen is het een ontspannende hobby die een gedeelte van de dagelijkse stress doet afvloeien. Dit zowel tijdens het verzorgen als het rijden van het paard. Hoe anders is

vaak de gemoedstoestand van iemand die op weg is naar de stal, of er net vandaan komt. Hoofdpijn smelt als sneeuw voor de zon en op stal kan 'het bazige afdelingshoofd' het wel opbrengen om geduld te hebben tot zijn paard braaf uitvoert wat hem gevraagd wordt. Want, zo weet deze fictieve voorbeeldpersoon inmiddels uit

ervaring, aan een been staan sjoeren en grommen dat het beest zijn poot op moet tillen, heeft veel minder effect dan vriendelijk 'vragen' door een been aan te tikken of het paard een voetje wil geven. Hopelijk heeft deze fictieve norske baas ooit eens door dat dit niet alleen bij paarden het geval is, maar ook bij mensen.

Erkenning

Nog even een tip voor onze fictieve 'baas'; er bestaan ook workshops waarbij paarden gebruikt worden om onze communicatie te analyseren en te verbeteren. In het buitenland zijn ze er wat beter bekend mee, maar nabij Eindhoven geeft HippoCampus diverse workshops waarbij paarden als therapeut worden gebruikt. 'In Nederland is het paardrijden met gehandicapten helemaal ingeburgerd maar equithherapie is nog een redelijk onbekend gebied.' Aldus mevrouw Ulrike Thiel. Als Oostenrijkse psychotherapeut en paardenliefhebster kwam zij in aanraking met het therapeutisch paardrijden. Na haar universitaire studie psychologie volgde zij een post doctorale opleiding in Wenen tot equithérapeut. Na enkele jaren praktijkervaring te hebben opgedaan, kwam zij in 1985 terecht in Nederland. Via haar werk voor de Nederlandse rechtbank introduceerde zij het inzetten van therapiepaarden in een tbs-kliniek. De behaalde resultaten zijn indrukwekkend. Via lezingen, demonstraties en workshops van Ulrike Thiel kreeg het therapeutisch paardrijden langzaam meer bekendheid in Nederland. De vraag naar goed opgeleide therapeuten groeide, maar er was in Nederland tot drie jaar terug geen officiële opleiding voor. Nu is die er wel. De Nederlandse opleiding tot Equithérapeut (therapeutisch paardrijden) voldoet aan de Europese standaard van de FATP (Fachgruppe Ausbildungstraeger einer Therapie mit dem Pferd) en staat onder kwaliteitsbewaking van de Stichting Helpen met Paarden. De opleiding wordt gegeven op de terreinen van HippoCampus (instituut voor Equithherapie en Hippische Sportpsychologie) in de Brabantse gemeente Cranendonk. Zoals gezegd is Ulrike Thiel de studieleidster en door haar goede contacten in Duitsland, Oostenrijk, Zwitserland en de VS krijgen de cursisten gastlessen van internationaal bekende docenten equithherapie.

Opleiding

De opleiding is gestructureerd binnen een modulesysteem waarbij, afhankelijk van vooropleiding en ervaring de nodige basis- en voortgezette scholing verworven

kan worden in kleinschalige studiegroepen. Het eerste jaar is een basiscursus waarna een examen volgt. Bij voldoende resultaat van dit examen mag de cursist zich assistent equithérapeut noemen. Na dit basisjaar volgt nog een jaar waarin men zich kan specialiseren en steeds meer praktijkervaring onder begeleiding kan verwerven. Deze keuze zal tot stand komen door de vooropleiding en werkervaring van de cursist. Afhankelijk van de specialisatie en de vooropleiding krijgt men na het halen van het examen de titel 'equithérapeut' met specialisatie in orthopedagogisch voltigeren/rijden, ontwikkelingsbevordering, revalidatie of psychotherapie met het paard. De toelatingseisen zijn erg streng: 'Equithherapie is geen softe alternatieve rijmethode, maar een wetenschappelijk onderbouwde therapie. Wij verwachten van onze cursisten dat zij een opleiding en werkervaring hebben in een vakgebied met raakvlakken in de equithherapie. Daar wordt mee bedoeld een pedagogische, therapeutische- medische- of paramedische opleiding, plus werkervaring van minimaal twee jaar. Ook moeten ze bereid zijn via het paard de confrontatie met zichzelf aan te gaan. Het is immers de bedoeling dat je mensen die in een bepaalde situatie verkeren vooruit kan helpen. Dit moet natuurlijk wel op een verantwoorde en veilige manier gebeuren voor zowel cliënt als paard', aldus Ulrike Thiel. Daarnaast wordt ook verwacht van de cursist dat hij/zij kan paardrijden of voltigeren op minimaal L-niveau en liefst een diploma heeft op paardrijdgebied (Orun, Helicon Deurne, etc.). Ulrike Thiel: 'Verder moet de eventuele cursist een kennismakingsworkshop van twee dagen volgen. Op die manier is het voor beide partijen duidelijker of de opleiding bij de persoon past en de persoon bij de opleiding. Zo voorkom je teleurstellingen achteraf. Voor je echt met de cursus mag starten moet de cursist ook nog een toelatingsgesprek doen. Daar worden de kwalificaties getoetst door een externe expertcommissie van de internationaal geörienteerde opleidingen.' Ook de eindexamens en praktijkbeoordeling

worden meestal door een externe buitenlandse commissie van ervaren therapeuten afgenomen. Zo ontstaat een zo objectief mogelijk beeld van de cursist.

Faalangst

De manier waarop een paard of pony wordt ingezet verschilt per ziektebeeld en vordering. In het begin kan het volstaan om alleen maar naar de paarden te kijken, hoe ze zich gedragen ten opzichte van elkaar. Ulrike Thiel: 'Het is zeer belangrijk dat de paarden zich goed voelen en zo natuurlijk mogelijk in groepen gehouden worden. Niet elk paard is even geschikt om als therapiepaard te dienen, maar over het algemeen zijn paarden zeer sociaal naar mensen toe.' Vervolgens kunnen de paarden gestreed en verzorgd worden en weer een stapje verder worden de paarden bereden. 'Meestal wordt het paard aan de longe geleid terwijl één of meerdere cliënten begeleid worden door de therapeut. In de opleiding leren we welke oefeningen bepaalde vaardigheden prikkelen. Voor een kind met faalangst of met weinig gevoel voor eigen lichaam, kan het een hele opgave zijn om met losse handen op een paard te zitten. Doordat de therapeut het kind een bal toewerpt die gevangen moet worden, wordt het kind spelenderwijs uitgedaagd om de handen los te laten. Voor ze er erg in hebben rijden ze vrolijk en vrij door de baan', geeft Ulrike Thiel als voorbeeld van een oefening aan. Ze behandelt vooral veel kinderen en jeugd met faalangst, anorexia, autistische problemen, ADHD en Downsyndroom. Maar ook volwassenen met allerlei psychische of motorische klachten. Thiel heeft ook al enkele wedstrijdruiters kunnen begeleiden bij het omgaan met wedstrijdstress en faalangst. Doordat ze zelf t/m de ZZ-licht heeft gereden en begeleid werd door de heer Jan Peeters kan ze zowel op rijtechnisch als op psychologisch gebied hulp bieden aan dressuurruiters en amazones. <

Info: HippoCampus, Ulrike Thiel, tel. 0495-599324;

E-mail: hippocampus@iae.nl.

Web-site: www.members.tripod.com/hippocampus3