

De kracht van Paarden

Binnen de psychomotorische therapie

Jantine Douma, juni 2010

Begeleider: Pauline Fellingner

Beoordeelaar: Maurits Uijting



Inhoud

Inleiding

1. Methode

2. Oorsprong

3. Therapie met paarden

4. Equithérapie en psychomotorische therapie

Discussie en aanbevelingen

Samenvatting en Conclusie

Bronnenlijst

Inleiding

Een paard is een machtig dier dat door zijn hele verschijning veel bewondering en emoties opwekt. Naast het recreatief berijden, wordt het paard al eeuwenlang ingezet voor therapeutische doeleinden. Zelf ben ik psychomotorisch therapeut in opleiding en ben ik tijdens mijn opleiding gefascineerd geraakt door de positieve invloed die paarden kunnen hebben op cliënten. Ik heb gemerkt dat het berijden van een paard, maar ook de verdere omgang met het dier cliënten uit hun isolement kan halen en kan zorgen voor een persoonlijke ontwikkeling op het psychosociale of emotionele vlak. In mijn ogen zal daarom therapie met paarden een waardevolle toevoeging kunnen zijn aan de Psychomotorische therapie (PMT). Ik heb dit onderzocht en wil u in dit artikel deelgenoot maken van mijn exploratieve praktijkonderzoek. Het onderzoek richt zich op de vraag of je de assistentie van een paard in kunt zetten bij de PMT. Een tweede vraag zal zijn of de therapie met het paard dan als onderdeel van de PMT moet worden gezien of dat hij gezien moet worden als zelfstandige vorm van vaktherapie waar de PMT gebruik van kan maken. De onderzoeksvraag richt zich op cliënten met een hulpvraag gericht op de psychosociale of emotionele ontwikkeling. In dit artikel zal ik mij beperken tot therapie met behulp van paarden binnen de psychosociale en orthopedagogische kaders. De toepassingsmogelijkheden voor mensen met een hulpvraag ten aanzien van hun lichamelijke beperking blijven buiten beschouwing.

Ik zal starten met het uitleggen van de methode die ik gebruikt heb voor dit onderzoek. Daarna wil ik over de geschiedenis en de inhoud van de therapie met behulp van paarden vertellen, waarna ik vervolgens vergelijkenderwijs deze vorm van therapie met de PMT ga beschrijven. Tot slot worden de vragen beantwoord die gesteld zijn met betrekking tot dit onderzoek en volgen de discussie, nog enkele aanbevelingen en de conclusie ten aanzien van de kracht van paarden met betrekking tot PMT.

1.Methode

Interviews:

Dit onderzoek heb ik onder andere gedaan door middel van interviews met mensen die betrokken zijn bij de therapie met paarden, waaronder twee zelfstandig equithérapeuten (een begrip waar ik later op terug zal komen) Jacqueline Jansen uit Uithoorn en Anja Wouters uit Assen. Ook Willem Grol, als onderwijskundige verbonden aan Nederlandse Hogeschool Leeuwarden, was van grote waarde voor mijn onderzoek door zijn inspanningen voor een erkende staatsopleiding tot equithérapeut in Nederland. Ook heb ik aandacht besteed aan het interviewen van personen die zowel betrokken zijn bij de therapie met paarden als bij de PMT, onder wie Gaudia Orebor-Galama, Psychomotorische thérapeut en tevens werkzaam als zelfstandig paardencoach in De Bilt. Tot slot was ook belangrijk de informatie van Cynthia van der Wal, als Psychomotorisch thérapeut werkzaam binnen een reguliere instelling en tevens in haar eigen praktijk waar zij gebruik maakt van paarden binnen de therapie. Tijdens de interviews heb ik mij gericht op de vragen die hieronder staan beschreven. In samenwerking met de scriptiebegeleidende docente Pauline Fellingier werd duidelijk dat die informatie betreffende equithérapie die te vergelijken zou kunnen zijn met PMT, zinvol zou zijn voor mijn onderzoek. De aanname was dat equithérapie als vorm van therapie, naast verschillen, ook overeenkomsten zou kunnen bevatten met de PMT. Onderstaande semi-gestructureerde vragen, vanuit modelmatige ordeningen in de PMT zouden hier naar mijn inziens meer informatie over kunnen verschaffen. Overigens was er tevens ruimte voor een open interview-gesprek waarin ook andere relevante informatie naar voren kon komen.

Kunt u mij wat betreft therapie met paarden meer informatie geven over:

- De doelgroep;
- De methodes waarvan gebruik wordt gemaakt;
- Van welke werkvormen en interventies gebruik wordt gemaakt;
- Aan welke doelstellingen en thema's wordt gewerkt;
- Vanuit welk referentiekader, welke visie en theoretische uitgangspunten er wordt gewerkt;
- Wat de rol is van de thérapeut;
- Wat de rol is van het paard;
- Wat de randvoorwaarden zijn om aan de therapie deel te kunnen nemen;

- 1) Bent u bekend met psychomotorische therapie?
- 2) Wat zijn volgens u de overeenkomsten tussen equithérapie en psychomotorische therapie met paarden?
- 3) Wat zijn volgens u de verschillen tussen equithérapie en psychomotorische therapie met paarden?
- 4) Denkt u dat therapie met behulp van paarden past binnen de kaders van de psychomotorische therapie?

Enquetes:

Onder een heel scala aan opgeleide equithérapeuten heb ik semi-gestructureerde enquêtes verzonden met dezelfde vragen als bovenstaand. Hier zijn enkele bruikbare reacties op gekomen die verwerkt zijn in het artikel.

Literatuur:

Naast de interviews en enquête heb ik gebruik gemaakt van verschillende literaire bronnen. Vooral belangrijk was hierbij het boek *'Het paard als leermeester. Therapie met Paarden'* van Petra Nelstein. Dit is het eerst verschenen boek van Nederlandse bodem met verhalen en inzichten over een therapievorm met behulp van het paard in de mens-dierverbinding¹. Het is voor zover bekend op dit moment ook het enige Nederlandse boek dat een transparant en volledig beeld geeft van deze vorm van therapie. Verder is bij dit artikel een uitgebreide bronnenlijst aangesloten.

Websites:

Tevens heb ik informatie vergaard via de websites van belangrijke organisaties binnen de PMT en de therapie met paarden. De websites verschaften veel actuele informatie en ontwikkelingen betreffende equithérapie, vaktherapie of PMT.

De volgende websites waren de belangrijkste waarvan ik gebruik heb gemaakt:

- www.pegasuseurope.be
- <http://www.equithérapie.org>
- <http://www.vaktherapie.nl>

¹ Nelstein, Petra. *Het paard als leermeester. Therapie met paarden*. Deventer 2009.

Zoekstrategieën:

De gebruikte trefwoorden zijn opgesteld aan de hand van de onderzoeksvraag, zoals:

- Equithérapie
- Therapie met paarden
- Equine assisted therapy
- Psychomotorische therapie
- Onderzoek

Eigen ervaring:

Ik heb een sessie aangeboden gekregen van Jacqueline Jansen uit Uithoorn, waarin ik kon proeven hoe therapie met paarden vorm gegeven kan worden. Hiernaast heb ik ondersteuning mogen bieden bij een workshop paardencoaching door Gaudia Orebor-Galama voor anorexia patiënten. Ik heb van deze ervaringen een goede indruk kunnen krijgen van de verschillende manieren waarop equithérapie vorm kan krijgen. Ik kan hier natuurlijk geen conclusies aan verbinden maar door mijn eigen ervaring kan ik de lezer wel een duidelijk beeld geven van de manier waarop therapie met behulp van het paard vorm kan worden gegeven.

2. Oorsprong

Om uit te leggen hoe de therapie met paarden zich ontwikkeld heeft in de geschiedenis tot nu toe, zal ik beginnen bij de oorsprong. Nelstein geeft hierover een mooi overzicht in haar boek *'Het paard als leermeester'*². Zo vertelt zij dat de omgang met paarden al in de Griekse oudheid een rol speelde in de opvoeding en de persoonlijkheidsontwikkeling van mensen, en nog altijd wordt er gebruik gemaakt van theorieën en filosofieën over de omgang met paarden die ontstaan zijn in die tijd. In de klassieke dressuurgeschiedenis worden de psychologische en pedagogische aspecten van het paardrijden al benadrukt.

Als we terugkijken op de ontwikkelingen in Europa van het therapeutisch paardrijden zien we dat er al in het begin van de twintigste eeuw begonnen werd met gericht onderzoek naar de therapeutische effecten ervan. Op het inzetten van paarden bij therapie is een aantal stromingen en ontwikkelingen van invloed geweest. Een voorbeeld hiervan is de zogenaamde Centred Riding-methode, ontwikkeld in de jaren '70 in Amerika door Sally Swift³. Het doel van deze methode is het ontwikkelen van een heldere communicatie tussen paard en ruiter. Ruiters moeten zich bewust zijn van hun eigen lichaam voordat er een goede communicatie tot stand kan komen. Dit gebeurt door middel van kennis over de anatomie van mens en paard en laat zien hoe lichaam en geest elkaar kunnen beïnvloeden.

Ook de ontwikkeling van de 'Freestyle-training' in Nederland vanaf 1989 heeft een belangrijke invloed gehad op de omgang met paarden⁴. Deze training heeft betrekking op de wijze waarop je het leiderschap aangaat. De training confronteert je en maakt je bewust van je gedrag en je houding.

Het Natural Horsemanship, in 1992 in Nederland opgericht door Pieter Baalbergen, gebruikt de spiegel die het paard de mens voorhoudt als leermiddel in de bewustwording van het eigen gedrag. Dit leermiddel geeft je de mogelijkheid om de effecten van het eigen gedrag te zien. De omgang met paarden speelde dus al vroeg een belangrijke rol in de opvoeding en de persoonlijkheidsontwikkeling van de mens. In de loop van de tijd zijn er bovenstaande ontwikkelingen geweest die een belangrijke invloed hebben gehad op het ontstaan van therapie met behulp van het paard. Deze ontwikkelingen hebben tot gevolg gehad dat er op dit moment een groot aantal praktiserende equitherapeuten zijn in Nederland die veelal hun

² Nelstein, Petra. *Het paard als leermeester. Therapie met paarden*. Deventer 2009. p.24.

³ Ibidem. p. 26.

⁴ Ibidem. p. 26

opleiding gevolgd hebben bij De Nederlandse opleiding tot Equithérapeute te Soerendonk opgericht in 2001 door Ulrike Thiel⁵. Ondanks deze ontwikkelingen staat de therapie met behulp van paarden en het onderzoek naar de werkzaamheid hiervan in Nederland nog in de kinderschoenen vergeleken met onder andere de Verenigde Staten en een aantal duitstalige landen zoals Duitsland en Zwitserland waar de vorm van therapie al jaren succesvol is toegepast⁶. In deze landen en tevens in Engeland wordt de therapie met paarden al veel langer toegepast in de geestelijke gezondheidszorg. Sommige van deze therapievormen of begeleidingstrajecten worden zelfs vergoed door de zorgverzekeraars, in tegenstelling tot de zorgmarkt in Nederland. In dit artikel wordt de informatie beperkt tot de equithérapie zoals die is in Nederland en worden de ontwikkelingen in het buitenland buiten beschouwing gelaten. In het volgende hoofdstuk wordt beschreven wat equithérapie is en hoe het precies in zijn werk gaat.

⁵ <http://www.equithérapie.org>. Maart 2010

⁶ Nelstein, Petra. *Het paard als leermeester. Therapie met paarden*. Deventer 2009, p.16

3. Therapie met paarden

Uit het voorgaande bleek dat therapie met paarden al een behoorlijke ontwikkeling heeft doorgemaakt en de vraag is waarom therapie met paarden eigenlijk effectief zou kunnen zijn in de behandeling van cliënten met psychosociale of emotionele problematiek. Om duidelijk te maken wat therapie met paarden precies inhoud zal ik behalve vanuit de literatuur ook informatie aanhalen die verkregen zijn uit de interviews met een aantal deskundigen. Maar om te beginnen zal ik uitleggen wat ‘equithérapie’, zoals de therapie met behulp van het paard in Nederland veelal wordt genoemd nou werkelijk betekent.

‘Equi’ is afgeleid van het Latijnse ‘equus’ en betekent paard. ‘Thérapie’ komt vanuit het Grieks en is de leer van de behandeling van ziektes⁷. Equithérapie betekent dus: ‘Iemand beter maken met behulp van een paard’. Overigens zijn er talloze benamingen voor therapie met behulp van paarden en om uit te leggen wat equithérapie is maak ik gebruik van de internationale term ‘Equine Assisted Therapie’ (EAT). Dit is een internationale benaming voor equithérapie waarbij gewerkt wordt aan doelstellingen binnen de psycho-sociale kaders. Overigens zal ik in de rest van mijn artikel gebruik maken van de Nederlandse benaming equithérapie. Volgens Pegasus⁸ de Nederlandstalige opleiding voor Equine Assisted Therapy in België omvat EAT alle doelgerichte behandelvormen met het paard als partner. Niet is het (leren) paardrijden en het omgaan met het paard het doel, maar een middel binnen een therapeutisch proces⁹. Dit middel wordt ingezet voor het behandelen van problemen van fysieke, psychische, orthopedagogische en/of sociale aard. Begeleiding en behandeling vinden plaats onder leiding van pedagogen, psychologen, orthopedagogen, creatief therapeuten, psychomotorisch therapeuten, maatschappelijk werkers en sociaal werkers.

Paard als cotherapeut

In de behandeling neemt het paard de rol in als ‘cotherapeut’ om mensen met psychische en/of lichamelijke problemen systematisch in hun ontwikkeling te bevorderen¹⁰. Ik ben erachter gekomen hoe dit werkelijk in zijn werk gaat nadat ik zelf een sessie equithérapie heb ondergaan bij Jacqueline Jansen. Jacqueline is zelfstandig equithérapeute en tevens ambulante hulpverlener in de jeugdzorg. Tijdens de sessie gebeurde er iets dat illustreert hoe het paard

⁷ <http://www.hippocampus-nl.com>. Maart 2010

⁸ Pegasus- www.pegasuseurop.be. April 2010

⁹ Ibidem.

¹⁰ <http://www.equithérapie.org/page/Equithérapie>

als cotherapeut ingezet kan worden. Toen ik het paard vanuit de wei begeleidde naar de plek waar de sessie zou gaan plaatsvinden ervoer ik letterlijk de positie die ik innam ten opzichte van dat grote paard, ik nam niet de positie als leider waardoor het paard weigerde met mij mee te lopen. De vragen die de equithérapeute aan mij stelde zetten mij aan het denken over de positie die ik normaal gesproken inneem tegenover mensen. Door de ervaring met het paard krijgt de cliënt inzicht in zijn eigen gedrag. De equithérapeute is degene die dit ondersteunde door de juiste vragen te stellen. Het paard is degene die motiveert en het proces in beweging zet.

Visie

Evenals in de PMT wordt er gewerkt vanuit een holistisch mensbeeld waarbij het sociaal, emotioneel, verstandelijk en lichamelijk functioneren als een samenhangend geheel wordt gezien. EAT wordt vaak niet aangeboden als een op zichzelf staand iets maar binnen een multidisciplinaire samenwerking. De opleiding tot equithérapeute is alleen toegankelijk voor mensen die een pedagogische orthopedagogische, therapeutische, medische of paramedische opleiding hebben afgerond. En werkervaring van minimaal 2 jaar is vereist. Dit betekent in de praktijk dat de equithérapeute vaak werkt vanuit een referentiekader gevormd vanuit hun achtergrond, opleiding en loopbaan.

De doelgroep

Wat betreft de doelgroep voor therapie met behulp van het paard wordt studenten binnen de opleiding van Pegasus¹¹ geleerd dat EAT ingezet kan worden voor zowel kinderen als volwassenen. De vorm van therapie kan geschikt zijn voor mensen met zeer uiteenlopende problematiek. Mogelijke doelgroepen zijn mensen met een autisme spectrum stoornis, concentratiestoornissen zoals AD(H)D, spanningsproblematiek, depressie, sociaal emotionele problemen, agressieproblematiek, traumaproblematiek en hechtingsproblematiek. Contra-indicaties zijn zwaar overgewicht of angst voor paarden.

Doelstellingen

De therapie kan zich richten op een groot scala aan doelstellingen. In de onderstaande tabel, afkomstig van de website van de Nederlandstalige postgraduaat opleiding EAT¹² is een aantal voorbeelden te zien op welke vlakken therapie met behulp van het paard een positieve uitwerking kan hebben.

¹¹ Pegasus- www.pegasuseurope.be. April 2010

¹² Pegasus- www.pegasuseurope.be. April 2010

Lichamelijk	Cognitief	Psychologisch	Sociaal
Algemene ontspanning	Communicatie- en taalontwikkeling	zelfbeeld	Communicatieve en relationele vaardigheden
Bewegingsscholing	Ruimte- en tijdsbesef	Verhoging zelfvertrouwen	Verantwoordelijkheidsgevoel
Motorische vaardigheden	Beter leren, grotere motivatie	Doorzettingsvermogen	Sociale relaties
Zintuiglijke stimulatie	Kennis van lichaamsschema	zelfcontrole	
Evenwichtsreacties en coördinatie		Omgang met angst en stress	

Fig. 1. Tabel doelstellingen EAT (Pegasus, 2010)

Doelstellingen worden afgestemd op de wensen en behandeldoelen van de cliënt waarbij het er bij EAT om gaat dat je het paardrijden en het contact met het paard doelmatig gebruikt om therapeutische effecten te bereiken, zowel op het lichamelijke als op het psychische vlak. Zoals te zien is in de tabel lijkt een heel aantal van deze doelstellingen op die waaraan gewerkt kan worden binnen de PMT. Om dit nader te onderzoeken worden in het volgende hoofdstuk de doelstellingen voor therapie met behulp van paarden vergeleken met de zeven PMT thema's. Alle doelstellingen binnen de PMT zijn afgeleid van deze zeven PMT thema's.

Het paard zoals hierboven beschreven kan voor een groot scala aan doelgroepen worden ingezet als 'cotherapeut' binnen een therapeutisch proces. Er wordt gewerkt vanuit een holistisch mensbeeld en zoals zichtbaar werd lijken veel doelstellingen overeen te komen met die van de PMT. Behalve de doelstellingen leken er naartoe het onderzoek vorderde steeds meer overeenkomsten zichtbaar te worden tussen de PMT en therapie met behulp van het paard. In het volgende hoofdstuk worden zowel de overeenkomsten als de verschillen beschreven. Ook zal duidelijk worden of en op welke manier de therapie met behulp van paarden een rol kan spelen binnen(of buiten) de kaders van de PMT.

5. Equithérapie en Psychomotorische therapie

Om de relatie tussen equithérapie en PMT verder te onderzoeken is er een aantal personen geïnterviewd die betrokken zijn bij de psychomotorische therapie en/of de equithérapie. In deze gesprekken is specifiek ingegaan op de verschillen en overeenkomsten tussen de twee vormen van therapie. Ook heb ik onderzocht op welke manier PMT en therapie met behulp van paarden betrekking kunnen hebben op elkaar.

Bewegingsgericht- en/of lichaamsgericht werken

Zelfstandig paardencoach Gaudia Orebor-Galama die de PMT als uitgangspunt neemt in het werken met paarden verteld dat er in de therapie met paarden evenals in de PMT onderscheid wordt gemaakt tussen de bewegingsgerichte- en lichaamsgerichte methodiek¹³. Ze vertelt dat de bewegingsgerichte methodiek met behulp van het paard zowel lichamelijk als psychisch ontspannen maakt en ervoor kan zorgen dat je je meer bewust wordt van je emoties. De lichaamsgerichte methodiek van het in contact komen met het paard maakt dat de cliënt bezig is met lichaamsbeleving, lichaamsgevoel en sensitiviteit. Het onbevooroordeelde karakter van een paard maakt dat mensen dichterbij hun lichaamsgevoel kunnen komen. Het onderscheid tussen het lichaams- of bewegingsgericht werken binnen bewegingssituaties is dus in overeenstemming met de PMT.

Ervaringsgerichte therapie

In de enquêtes wordt door veel mensen de overeenkomst benoemd dat zowel equithérapie als PMT een ervaringsgerichte vorm van therapie is. Volgens Anja Wouters, zelfstandig equithérapeut richt de equithérapie zich op het ervaren. De bewustwording die daarmee gepaard gaat wordt vaak op een non-directieve manier begeleidt door de therapeut. Je zou kunnen stellen dat in de therapie met paarden een vergelijkbare ervaringsgerichte manier van werken heeft en zoals psychomotorisch therapeut Cynthia van der Wal stelt zou de ondersteuning van een paard bij de PMT een aanvulling kunnen zijn op de behandeling van de cliënt. Waarom het paard een aanvulling kan zijn op de behandeling wordt uitgelegd in de volgende paragraaf.

Het paard als middel

Wat sterk naar voren komt is dat het specifieke karakter van het paard een grote rol inneemt tijdens de therapie met paarden. Cynthia van de Wal, die de PMT voor een gedeelte aanbiedt met behulp van paarden kan dit beaamen. Volgens haar is de PMT met behulp van het paard een voordeel vanwege de

¹³ Sietsma, L.W. *Sport en psychiatrie*. september 2001

stimulerende werking die van het paard uit blijkt te gaan, zowel op fysiek als op psychisch niveau. Een paard kan goed aanvoelen wat er in ons om gaat en het contact met het dier kan ons dan ook helpen om dichterbij ons zelf te komen. Ze reageren heel puur op lichaamstaal en op het wel of niet congruent zijn van een cliënt. Hieronder staat een voorbeeld beschreven waarin Cynthia van de Wal een situatie binnen de PMT vergelijkt met dezelfde situatie waarin het paard ondersteuning kan bieden:

“Wanneer je in de PMT zaal met een groep cliënten werkt aan het thema ‘grenzen aangeven’ kan het zijn dat mensen aardig zijn voor elkaar en niet goed duidelijk kunnen maken aan de ander of diegene zijn of haar grens goed heeft aangegeven. In het contact met het paard wordt al veel sneller duidelijk of iemand zijn grens goed aangeeft, wanneer hij dit namelijk niet doet zie je dat het paard de leiding over neemt.” (van der Wal, 2010)

De specifieke eigenschappen van het paard maakt dus dat de therapie met paarden volgens Cynthia een aanvulling kan zijn in de behandeling van een cliënt waarin het paard gebruikt kan worden als middel in de therapie net als het bewegen in de gymzaal een ‘middel’ kan zijn in de behandeling van een cliënt om een doel te bereiken. ‘Bewegen’ als middel kan weliswaar op verschillende manieren vorm gegeven worden en binnen de PMT wordt onderscheid gemaakt tussen de volgende vijf verschillende bewegingsgebieden, namelijk: turnen, ritme, atletiek, spel en zwemmen. Binnen de opleiding bewegingsagogie en psychomotorische therapie te Zwolle zijn dit de vijf gebieden waarbinnen de studenten onderwezen worden. Paardrijden of het bewegen met het paard hoort niet bij deze vijf bewegingsgebieden maar je zou wel kunnen stellen dat het bewegen met paarden binnen een therapeutische setting vergelijkbaar is met bijvoorbeeld ritmisch bewegen (dans) binnen een psychomotorisch therapeutische setting, maar dan als ander bewegingsgebied. Dans wordt immers als activiteitsvorm binnen PMT aangeboden maar is ook als zelfstandige discipline te onderscheiden als danstherapie. Om te onderzoeken of het bewegen met het paard een bewegingsgebied kan zijn dat toegevoegd kan worden aan de PMT wordt in de volgende paragraaf uitgeweid over de manier waarop dit ‘bewegen met het paard’ vorm krijgt binnen de equithérapie.

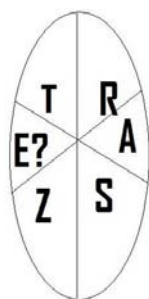


Fig. 2: De vijf bewegingsgebieden plus equithérapie (Fellinger, 2010)

Het bewegen met het paard

Bij equithérapie is in veel gevallen het ‘bewegen met het paard’ de factor dat maakt dat de cliënt ervaringen opdoet waarna vervolgens met behulp van de therapeut inzichten verkregen kunnen worden. Jacqueline Jansen, zelfstandig equithérapeut bleek gebruik te maken van een vorm genaamd psychomotorisch therapeutisch voltigeren (PMTV). Een vorm die veel gebruikt wordt binnen de equithérapie gebaseerd op de lichaamsgerichte psychotherapie volgens Pesso¹⁴ waarbij het paard aan een lang touw rondes loopt geleid door de therapeut. Kort samengevat kun je met dit model aan de hand van lichamelijke oefeningen leren informatie naar boven te halen die in je lichaam is opgeslagen om jezelf beter te leren kennen. Tijdens deze vorm van equithérapie PMTV loopt de cliënt naast het paard of zit hij erop. Interventies zoals het sluiten van je ogen of het omdraaien op het paard terwijl het paard loopt maken dat thema’s zoals spanning/ontspanning en lichaamsbewustzijn aan de orde komen. Ook kan tijdens deze werkvorm gewerkt worden aan het thema ‘grenzen’ op een manier die vergelijkbaar is met het ervaren van grenzen binnen een PMT setting. Zo kan een cliënt bijvoorbeeld ervaren dat hij een oefening te moeilijk vindt en dan besluiten dit aan te geven of bewust of onbewust toch over zijn grenzen heen gaan. Hierboven staan een aantal voorbeelden beschreven maar afgezien van deze zijn er nog talloze andere lichamelijke werkvormen die op of naast het paard uitgevoerd kunnen worden en die allerlei thema’s aan de orde kunnen stellen. Uit bovenstaande zou je dus af kunnen leiden dat PMTV een behandelvorm is waarbij op methodische wijze gebruik wordt gemaakt van werkvormen gericht op lichaamsbeleving en het handelen in bewegingssituaties. In overeenstemming met de begripsomschrijving van de PMT¹⁵. Je zou equithérapie dus in kunnen zetten als aanvullend bewegingsgebied binnen de PMT maar je zou PMT dus ook kunnen zien als onderdeel van de equithérapie.

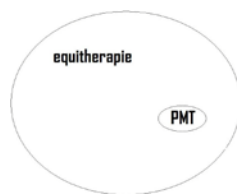


Fig. 3. PMT als onderdeel van equithérapie (Douma, 2010)

In de volgende paragraaf ga ik de thema’s, die aan de orde kunnen komen tijdens equithérapie vergelijken met de thema’s die bij de PMT een rol kunnen spelen.

¹⁴ Fischer-Bartelmann, B. *Was ist Pesso Psychotherapie*. 2001.

¹⁵ Beroepsprofiel psychomotorisch therapeut. www.nvpmt.nl

Bewegingsthema's

Met betrekking tot de psychosociale doelstellingen van de cliënt wordt er binnen de PMT gewerkt met de volgende zeven thema's¹⁶:

Bewegingsthema's PMT:
Motorische instrumentele sensibiliteit (M.I.S.)
Motorische sociale sensibiliteit (M.S.S.)
Ruimte
Kracht
Lichaamsbeleving
Vertrouwen
Relaxatie

Fig. 4. Bewegingsthema's uit de PMT (Fellinger 2009)

Om er achter te komen of equithérapie werkelijk dezelfde doelstellingen nastreeft binnen hetzelfde bovenstaande kader van de PMT leg ik mijn ervaring en de ervaringen van anderen (o.a. uit de literatuur) naast dit model.

M.I.S. betekent de gevoeligheid van iemand voor de voorwerpen om hem heen. Wanneer je minder gevoelig bent voor 'het andere' en je bijvoorbeeld vaak stoot aan iets kan dit te maken hebben met dat je minder goed in contact bent met de dingen om je heen, je kunt teveel naar binnen gekeerd zijn en dit kan problemen opleveren. Met *M.I.S.* zou je binnen de equithérapie kunnen werken door een context te creëren waarin de cliënt behalve met het paard veel geconfronteerd wordt met 'het andere'. Bijvoorbeeld door het gooien van ballen terwijl de cliënt op het paard zit. De cliënt wordt zo gedwongen zich te richten op dat wat er om hem heen gebeurt en bovendien motorisch te reageren op datgene.

M.S.S. betekent de gevoeligheid die iemand heeft voor de sociale context om hem heen. Dit heeft te maken met contact maken, samenwerken, afstand en nabijheid, grenzen, assertiviteit, leiding nemen of volgen, rekening houden met elkaar, etc. De doelstellingen binnen dit thema kunnen bij equithérapie ook veel aan de orde komen. Wanneer er individueel gewerkt wordt met de cliënt, de therapeut en het paard speelt het contact met het paard een hoofdrol. Het dier heeft de eigenschap zeer gevoelig te zijn voor het gedrag van de ander en zal hierop reageren. Wanneer de therapeut de reactie van het paard juist interpreteert kan dit gebruikt worden als feedback richting de cliënt op zijn gedrag. Wanneer er

¹⁶ Fellinger, P. *Bewegingsthema's*. Handout WBV, 2009

gewerkt wordt in groepjes heb je natuurlijk nog veel meer dat je bijvoorbeeld moet wachten op elkaar, rekening houden met elkaar of andere voorbeelden die betrekking hebben op de M.S.S.

Bij het thema *ruimte* gaat het om het durven innemen van ruimte, het delen van ruimte, het bewegen door de ruimte, het opeisen van ruimte en het maken van een eigen plek. Binnen een bewegingscontext of een situatie waarin contact met een ander of het andere belangrijk is zal het thema ruimte altijd een rol spelen. Zo ook bij de equithérapie. Een voorbeeld zou kunnen zijn dat wanneer een cliënt problemen ondervindt binnen dit thema je zou kunnen experimenteren met het innemen van ruimte. Je zou de cliënt kunnen vragen op welke manier hij meer of minder ruimte in zou kunnen nemen waarna gekeken kan worden hoe het paard hierop reageert.

Iedereen gaat anders om met *kracht*. Wanneer er een teveel, een te weinig of een te ongecontroleerde hoeveelheid kracht wordt gebruikt kan de doelstelling gericht zijn op dit thema. Binnen de equithérapie wordt er ook gewerkt met agressiehantering maar ook bijvoorbeeld een gebrek aan assertiviteit kan iets zijn om aan te werken binnen dit thema. Zo kun je de cliënt een opdracht geven die hij in samenwerking met het paard moet uitvoeren. Het paard zal alleen meewerken wanneer de cliënt het paard op de juiste manier benadert dus op een assertieve krachtige manier zonder teveel kracht te gebruiken of dwingend te zijn.

Bij *lichaamsbeleving* draait het om dat wat je in je lijf voelt, beleeft en waarneemt. Het gaat erom dat je aan deze lichaamsbeleving betekenis kan geven tijdens je bewegen en handelen. Equithérapeute Lucian Voet beschrijft op een mooie manier hoe een paard je spelenderwijs bewust kan maken van je lichaam¹⁷. Volgens hem communiceert het paard via minimale lichaamssignalen, hij nodigt hiermee uit om contact te maken en te bewegen. Hij begrijpt echter geen dubbele boodschappen, daarvan raakt hij in de war. Je ziet mensen niet alleen letterlijk, maar ook figuurlijk in beweging komen op de rug van het paard.

Vertrouwen kan betekenen vertrouwen in jezelf of vertrouwen in de ander of het andere. Het teveel of te weinig vertrouwen hebben in jezelf of een ander heeft vaak te maken met je ontwikkeling. In het contact met paarden komt vertrouwen zeer sterk tot uiting. Om te kunnen en durven omgaan met het dier moet je vertrouwen zowel op het paard als op jezelf. Cliënten die hierin problemen ondervinden zullen dit ook in het contact met het paard ondervinden. Deze ervaring en de ondersteuning hierbij van de therapeut kan tot inzichten leiden die te maken hebben met dingen uit het verleden of je ontwikkeling. Een ander belangrijk facet in de therapie zal zijn dat je een cliënt kan laten ervaren dat hij wel kan vertrouwen op de ander en zichzelf, bijvoorbeeld door succeservaringen.

Relaxatie heeft te maken met het wel of niet ontspannen zijn. De omgang met het paard maakt ontspannen. Het is zelfs onderzoeksmatig bewezen dat de bloeddruk kan dalen en dat waarden in het bloed kunnen veranderen tijdens de omgang met een dier¹⁸. Ook is equithérapie de perfecte context

¹⁷ Nelstein, Petra. Het paard als leermeester. Therapie met paarden. Deventer 2009. p. 63

¹⁸ Ipidem. P. 16

voor het ervaren van spanning en ontspanning en voor het toepassen van ontspanningstechnieken. Een voorbeeld is dat de therapeut opdracht kan geven aan de cliënt om op de rug van het paard zijn handen in de lucht te doen met zijn ogen dicht. Een dergelijke oefening kan de cliënt de nodige (ont)spanning laten ervaren.

We hebben nu alle zeven thema's van de PMT behandeld en we zagen dat alle thema's die bij de PMT aan de orde kunnen komen dit ook kunnen bij de equithérapie. De vraag is nu of equithérapie ook nog andere thema's heeft waarbinnen gewerkt wordt. Naar aanleiding van mijn enquête benoemde Irene van Krimpen, arts en tevens equithérapeut dat equithérapie als grondessentie heeft het contact met het paard. Dat betekent dat behalve het bewegen ook de omgang met het paard zoals de verzorging belangrijk is. De hierboven beschreven thema's zijn allen bewegingsthema's. Het contact en de verzorging van het paard past hier niet direct tussen. Dit is dus een wezenlijk verschil tussen equithérapie en PMT. Ondanks dat dit een groot verschil aangeeft lijkt het overigens niet onmogelijk dat enkele bovenstaande thema's ook in de verzorging van het paard en het contact met het dier een rol kunnen spelen.

De overeenkomstige rol van de therapeut en het paard

Zoals al eerder beschreven bij het Natural Horsemanship kan het paard fungeren als spiegel voor het gedrag en de emoties van de mens. Volgens Gaudia Orebor-Galama gebeurt dit in die zin dat het paard op het gedrag en de emoties van de mens reageert. Aan deze reactie van het paard kun je als equithérapeut betekenis verlenen. Ook een psychomotorische therapeut spiegelt in de ervaringsgerichte behandelstrategie het gedrag en de emoties van de cliënt. Dit doet hij met behulp van een bewegingsarrangement waardoor een cliënt geconfronteerd wordt met zijn gedrag en het gevoel dat hij oproept in het contact met de ander¹⁹. Het spiegelen van gedrag is dus een interventie die overeenkomsten heeft met de PMT. Maar volgens Gaudia is er een wezenlijk verschil: Het paard spiegelt volgens haar niet alleen op het gedrag en de emoties maar ook op het spirituele en relationele vlak. Het spiegelen op deze vlakken is niet inbegrepen bij de begripsomschrijving van equithérapie en is dan ook een alternatieve stroming binnen het therapeutisch werken met paarden.

De ontwikkeling van een vak

Om verder te gaan op bovenstaande meent Gaudia dat binnen de kaders van de PMT geen ruimte zal zijn voor de 'zweverigheid' van de alternatieve richting. Ook vreest ze dat therapie met assistentie van het paard geen voeten aan de grond zal krijgen binnen de PMT. Een verklaring voor dit denken in strakke kaders kan misschien gevonden worden in de ontwikkelingen binnen de gezondheidszorg. Ontwikkelingen door de jaren hebben ertoe geleid dat er meer onderzoek moet worden gedaan naar de

¹⁹ Sietsma, L.W. *Proces diagnostiek en indicaties*. BA-PMT reader. P.15

kwaliteit en de behandel-effecten van PMT²⁰ om erkent te worden. En zoals M. Probst²¹ in 2001 al voorspelde zijn termen als ‘evidence-based handelen’, ‘Kaders’, ‘Protocollen’, ‘Modules’ en al dit soort termen al aardig ingeburgerd geraakt in de wereld van de PMT. Ook Claudia Emck zegt iets over de noodzaak van ‘verwetenschappelijking’ in de PMT in het artikel *ik ben te oud om slechts te spelen... Over indicatiestelling voor vaktherapie, PMT in het bijzonder*²². Volgens haar wordt het vak PMT steeds volwassener omdat het de verantwoordelijkheid neemt voor het beschrijven van producten, modules en richtlijnen en omdat het aandacht besteedt aan onderzoek. Het nemen van deze verantwoordelijkheid maakt dat je beroep erkenning krijgt binnen de gezondheidszorg. Naar de werkzaamheid van therapie met behulp van het paard is in Nederland nog vrij weinig onderzoek gedaan. De ontwikkeling van de equithérapie in Nederland is dus vergeleken met de PMT een minder volwassen en ontwikkeld vak waardoor het misschien niet vreemd is dat dit vak (nog) geen voeten aan de grond heeft binnen de PMT.

Ik ben over dit onderwerp het gesprek aangegaan met onderwijskundige Drs. Willem Grol. Recent is er gestart met een wetenschappelijk onderzoek met betrekking tot equithérapie. Dit onderzoek wordt geleid door Willem Grol en heeft als doel om equithérapie op de kaart te zetten. Om dit te kunnen bereiken is het belangrijk om de vorm van therapie evidenced-based te maken. Zowel in duitstalige landen als in de Verenigde Staten is al veelvuldig onderzoek gedaan naar de werking van therapeutisch paardrijden. In zijn onderzoek zoekt Willem dan ook de samenwerking met deze landen. Het onderzoek richt zich niet alleen op het bewijzen dat equithérapie werkzaam is maar ook op het creëren van consensus in het handelen van de equithérapeut. Binnen de equithérapie bestaat er nog geen ‘wij’ wat betreft de methodes en visie van de equithérapeut. Het is bijna niet uit te leggen hoe de manier van werken is, omdat iedereen het anders doet. In zijn onderzoek werkt Willem dan ook aan een algemene samenhangende theorie over equithérapie.

Bovenstaande ontwikkelingen zijn vergelijkbaar met de ontwikkelingen van de PMT. Ook de PMT is naarmate de tijd vorderde meer aandacht gaan besteden aan onderzoek en evidence-based handelen. In 1996 is de European Forum of psychomotricity (EFP) ontstaan. Deze internationale samenwerking is opgezet om gebruik te maken van elkaars ervaringen en om de werkzaamheid van de PMT te bewijzen. Uiteindelijk is er tevens een profiel ontwikkeld van de PMT²³. Door een beroepsprofiel is er ruimte voor het ontstaan van consensus tussen de psychomotorisch therapeuten in Europa. Een aantal jaar geleden heeft de equithérapie de Federatie Vaktherapeutisch Beroepen (FVB) benaderd om als vaktherapie toe te kunnen treden tot deze organisatie²⁴. Dit is toen geweigerd omdat de

²⁰ Probst, M. e.a. (red.). *Ontwikkelingen in de psychomotorische therapie*. Nijmegen 2001.

²¹ Ipidem.

²² Emck, C. *Ik ben te oud om slechts te spelen... Over indicatiestelling voor vaktherapie, PMT in het bijzonder*.

Lezing gehouden tijdens symposium vaktherapie – GGZ NHN

²³ <http://www.psychomot.org>. Mei 2010

²⁴ <http://www.vaktherapie.nl>. april 2010.

beroepsgroep nog niet zo ver ontwikkeld was en er te weinig aan onderzoek werd gedaan. Een andere belangrijke reden om de equithérapie te weigeren als vaktherapie was dat er geen HBO opleiding bestond. Willem Grol onderzoekt samen met equithérapeut Anja Wouters of er mogelijkheden zijn voor een erkende staatsopleiding voor therapie met paarden. Deze HBO opleiding zal zich gaan richten op de reguliere GGZ en centraal zal komen te staan hoe hippische technieken vertaald kunnen worden naar therapeutische interventies. Het doel van de opleiding is om een algemene richtlijn te creëren waar volgens gewerkt kan worden binnen de therapie zodat keuzes verantwoord kunnen worden. Ook psychomotorische therapie zal onderdeel uit gaan maken van de opleiding. Volgens Willem Grol omdat de bewegingsdialoog onlosmakelijk verbonden is met equithérapie. In principe zal de opleiding zich aan gaan sluiten bij de creatieve therapie aan Stenden Hogeschool in Leeuwarden maar Willem Grol geeft aan dat de equithérapie geen onderdeel uit wil maken van de creatieve therapie of de PMT. Het streven is om als losstaande vorm van therapie aan te kunnen sluiten bij de federatie vaktherapeutische beroepen. Hier zie je terug dat equithérapie de PMT wel kan zien als onderdeel van zijn therapie maar dat equithérapie bovenal wil dat de vorm van therapie erkend wordt als een andersoortige vorm van vaktherapie.

Vaktherapie:
- PMT - Creatieve therapie - ???Equithérapie???

Fig. 5. Equithérapie als onderdeel van de vaktherapie

Vaktherapie

De vraag is op welke manier een vorm van therapie gezien kan worden als vaktherapie. P. van der Klis besteedt hier in zijn artikel *‘De grenzen van de psychomotorische therapie. Over rekkelijken en preciezen’* aandacht aan. Hij heeft het over de grenzen van de vaktherapie en daarbij specifiek over de grenzen van de PMT. Van der klis pleit ervoor PMT te definiëren als ‘Het arrangeren en manipuleren van bewegingssituaties in een therapeutische context van hulpverlening bij psychische en psychiatrische problematiek’²⁵. Dit is een ruime definitie van psychomotorische therapie. Van der Klis benoemt dat de vaktherapie in het algemeen zich profileert met een bepaald activiteitengebied. De term ‘bewegingssituaties’ is hierin specifiek voor de psychomotorische therapie.

Uit bovenstaande kun je concluderen dat ‘het bewegen met behulp van het paard’ tot de PMT zou kunnen behoren. Maar zoals we gemerkt hebben houdt equithérapie meer in dan alleen ‘bewegen’. Ook de omgang met het paard en de verzorging speelt een cruciale rol in de vorm van therapie. Equithérapie in de ruimere zin van het woord zou dan ook bij een ander activiteitengebied kunnen thuishoren waardoor het wel past in het rijtje van de vaktherapieën. Een activiteitengebied waarin het contact met het paard centraal staat.

Om ook daadwerkelijk toe te kunnen treden tot de federatie vaktherapeutische beroepen blijkt overigens niet zo gemakkelijk te zijn. Zoals eerder beschreven is de equithérapie al eerder geweigerd en erkenning als beroep in de GGZ is een zeer langdurig proces waarbij de kwaliteitseisen per beroep zeer uiteenlopend zijn. Het bleek moeilijk te zijn om te achterhalen wat de specifieke kwaliteitseisen zijn voor vaktherapie. Wel zijn een erkende staatsopleiding en onderzoek in een gevorderd stadium vereisten.

²⁵ De Lange, J. e.a. (red.). *Psychomotorische therapie in de praktijk*. Amsterdam 2008. p. 255

Na het lezen van dit hoofdstuk is ongetwijfeld duidelijk geworden dat er veel overeenkomsten maar ook verschillen zijn tussen equithérapie en PMT. Hieronder staat een tabel die deze informatie overzichtelijk weergeeft. Ook hebben we gezien op welke manier equithérapie in verhouding kan staan tot PMT. Dit blijken drie verschillende manieren te zijn. ‘Het bewegen met het paard’ als aanvullend bewegingsgebied van de PMT, PMT als onderdeel van de equithérapie of equithérapie als losstaande vorm van vaktherapie.

Overeenkomsten	Verschillen
Middel bewegen met het onderscheid bewegingsgericht of lichaamsgericht	Inzet van het paard met zijn specifieke eigenschappen
Ervaringsgericht werken	Niet alleen bewegen maar ook verzorging en omgang met het paard.
Doelstellingen binnen de 7 PMT bewegingsthema's	PMT is een erkende beroepsgroep aangesloten bij de federatie vaktherapie
Spiegelen van gedrag	PMT heeft een erkende staatopleiding en bevindt zich in een verder gevorderd onderzoeksstadium
Streven naar erkenning en BIG-registratie	(Internationale) consensus binnen de PMT

Fig. 6. Tabel verschillen en overeenkomsten equithérapie en PMT (Douma, 2010)

Met betrekking tot het onderzoek zullen volgen de discussiepunten en aanbevelingen. Hierna zal afgesloten worden met de samenvatting en conclusie.

Discussie en aanbevelingen

Zoals genoemd in het artikel is equithérapie in Nederland nog geen ver genoeg ontwikkeld vak met gedegen onderzoek, een erkende staatopleiding en een samenhangende theorie over wat de vorm van therapie inhoudt, zoals de PMT dit wel heeft. Wanneer het vak door middel van meer samenwerking onderling en met andere landen zich verder zal ontwikkelen is het interessant om te kijken op welke manier paarden een rol zouden kunnen spelen binnen de PMT. Wat je ziet is dat er in de praktijk tussen de vaktherapieën onderling veel overlap kan bestaan. Zo gebruiken psychomotorisch therapeuten soms ook onderdelen uit bijvoorbeeld de dramatherapie. Wanneer de equithérapie als vaktherapie erkend zal worden is het aan te bevelen om samen te werken en gebruik te maken van elkaars kennis, vaardigheden en beroepskwaliteiten. Discussiepunt is dat het gebruik maken van een paard door een gewone PMT'er in de praktijk moeilijk te realiseren zal zijn. Je moet hiervoor over specifieke vaardigheden beschikken voordat je hiertoe bevoegd bent. Om dit op te kunnen lossen zou het aan te bevelen zijn om PMT studenten (naar keuze) kennis te laten maken met equithérapie. Op deze manier kan de studenten inzicht worden gegeven in de toegevoegde waarde die de ondersteuning van een paard kan hebben binnen de therapie. Ze hebben dan zelf de keuze hier meer opleiding in te volgen om vervolgens van paarden gebruik van te kunnen maken binnen de PMT. Een ander belangrijk discussiepunt waardoor het gebruik maken van paarden binnen de therapie in de praktijk moeilijk te realiseren zal zijn is omdat het zeer duur is. De zaal waar de psychomotorisch therapeut in werkt is al duur laat staan een complete manege met levende dieren dat onderhouden moet worden. Het is de equithérapie dan ook aan te bevelen door te gaan met intensief onderzoek naar evidenced-based handelen met uitzicht op vergoeding vanuit een zorgverzekering.

Samenvatting

Equithérapie is een vorm van therapie die in Nederland volop in ontwikkeling is en die veel overeenkomsten heeft met de psychomotorische therapie. Zo worden er veelal dezelfde doelstellingen binnen dezelfde thema's nagestreefd en is zowel Psychomotorische therapie als equithérapie een ervaringsgerichte vorm van behandeling en begeleiding waarin gebruik wordt gemaakt van het middel 'bewegen'. Ook wordt bij beiden gewerkt vanuit een holistisch mensbeeld waarbij het interdisciplinair samenwerken een belangrijke rol speelt. Doordat equithérapie en PMT veel met elkaar gemeen hebben zou het één onderdeel kunnen uitmaken van het ander. Anderzijds bestaan er ook belangrijke verschillen en zou equithérapie beter te plaatsen zijn in het rijtje van de vaktherapieën.

Conclusie

De vraag of je therapie met behulp van het paard kunt inzetten als onderdeel van de PMT zou je dus met ja kunnen beantwoorden. Het paard met zijn karakteristieke eigenschappen kan ingezet worden als middel binnen een bewegingssituatie en kan dan een waardevolle aanvulling zijn op de therapie. Maar na aanleiding van het onderzoek kun je ook concluderen dat equithérapie meer is dan alleen 'bewegen'. Equithérapie is niet enkel gericht op lichaamsbeleving en het handelen in bewegingssituaties. De grondessentie is het contact met het paard en dat past niet binnen de definitie van de PMT. Je kunt het dus gebruiken als aanvulling op de PMT maar je kunt het ook zien als een ander activiteitengebied waardoor je equithérapie kunt onderverdelen tot een nieuwe vorm van vaktherapie. Een activiteitengebied waarin het contact met het paard centraal.

Bronnenlijst

Boeken:

- De Lange, J. e.a. (red.). *Psychomotorische therapie in de praktijk*. Amsterdam 2008.
- De Lange, J. (red.). *Een vak apart. Artikelen over psychomotorische therapie*. Utrecht 2005.
- Nelstein, Petra. *Het paard als leermeester. Therapie met paarden*. Deventer 2009.
- Probst, M. e.a. (red.). *Ontwikkelingen in de psychomotorische therapie*. Nijmegen 2001.

Artikelen:

- Emck, C. *Ik ben te oud om slechts te spelen... Over indicatiestelling voor vaktherapie, PMT in het bijzonder*. Lezing gehouden tijdens symposium vaktherapie – GGZ NHN – november 2001. http://www.hetweb.nl/tijdschrift_artikel.php?id_artikel=141
- Fellingner, P. *Bewegingsthema's*. Handout WBV, Zwolle 2009
- Fischer-Bartelmann, B. *Was ist Pesso Psychotherapie*. 2001.
- Sietsma, L.W. *Sport en psychiatrie*. Congres Sport en Santé Mentale – september 2001
- Sietsma, L.W. *Proces diagnostiek en indicaties*. BA-PMT reader

Interviews:

- Galama-Orebor, G. Paardencoach en psychomotorisch therapeut, De Bilt
- Grol, W. Onderwijsdeskundige en betrokken bij onderzoek naar equithérapie, Assen
- Jansen, J. Zelfstandig equithérapeut, Uithoorn
- Van der Wal, C. Zelfstandig equithérapeut en psychomotorisch therapeut, Schermerhorn
- Wouters, A. Zelfstandig equithérapeut, Assen

Websites

- Beroepsprofiel psychomotorisch therapeut. www.nvpmt.nl, bezocht op
- www.dkthr.de, bezocht op 10 maart 2010
- <http://www.emielvoest.nl/hst/e08m02v/emvoest.nsf/Main/Algemeen?open>, bezocht op 5 maart 2010
- <http://www.equithérapie.org/page/Opleiding-Equithérapie-SHP>, bezocht op 5 maart 2010
- <http://www.equithérapie.org/page/Equithérapie>, bezocht op 5 maart 2010
- [www. Hippocampus-nl.com](http://www.Hippocampus-nl.com), bezocht op 10 maart 2010
- www.pegasuseurope.be, bezocht op 10 maart 2010
- http://www.psychomot.org/european_forum_psychomotricity.htm, bezocht op 11 april 2010
- <http://www.vaktherapie.nl>, bezocht op 11 april 2010

