

EMDR voor paarden

Tekst: **Suzanne van Hees**

Wanneer een mens getraumatiseerd is, zetten therapeuten vaak EMDR-therapie of een exposure-behandeling in. Beide behandelingen zijn bewezen effectief voor mensen. Maar waarmee is een dier geholpen als het blootgesteld is aan een trauma, bijvoorbeeld door mishandeling of door een ongeluk? Voor paarden bestaat er nu Equine Stress Control Therapy (ESCT), een afgeleide vorm van EMDR.

Een Amerikaanse dame, genaamd Barbara Wright, bedacht deze vorm van psychotherapie voor paarden, nadat zijzelf een EMDR-behandeling onderging. Wright had toentertijd in 2002 een getraumatiseerd paard, ze probeerde de behandeling uit op dit dier en inmiddels heeft zij een aangepast protocol gemaakt voor de ESCT op basis van het EMDR-protocol.

Allereerst zou het volgens de Amerikaanse belangrijk zijn om de afleidende stimuli aan te passen aan de anatomie van het paard. "Hoewel de horizontale oogbeweging mogelijk is, is de verticale oogbeweging bij paarden effectiever", aldus Wright. De 'targetstick' is ook een stuk groter dan degene die gebruikt wordt bij EMDR. Naast de visuele stimulus kan de behandelaar ook 'tappen' of geluid inzetten. In het begin van de therapie wordt het paard per keer aan 35 sets oogbewegingen blootgesteld, later in de therapie gaat dit terug naar minimaal twintig sets per keer.

Wanneer aan deze technische specificaties is voldaan, kan het paard, volgens Wright, blootgesteld worden aan de *trigger*. Dit gebeurt door een situatie te creëren waarin het paard angstig reageert, en mogelijk een *trigger* vormt voor het dier, waardoor deze een herbeleving krijgt van het doorleefde trauma.

Wright past veel 'tapping' toe, wat ook overlap heeft met veel relaxatietechnieken die behandelaars vaak bij paarden gebruiken, zoals acupunctuur en acupressuur (naalden c.q. druk uitoefenen op bepaalde meridianen om zo de energiestroom te herstellen), aanrakingstherapie (door middel van handoplegging positieve energie geven) of Reiki (ontspanningstechniek door de hand te leggen op verschillende chakra's om zo de energiestroom te verbeteren).



'Positieve effecten'

ESCT is (nog) niet wetenschappelijk onderbouwd. Toch is Wright erg enthousiast over de resultaten die zij met deze behandeling behaalt. Zij merkt de positieve effecten vooral op aan de veranderingen in het gedrag van de paarden en in hun houding:

die is over het geheel genomen ontspannen na de behandeling. Wright noemt ESCT expliciet een psychotherapie voor paarden en ze verwacht dat het ook werkt bij andere huisdieren, zoals honden.

Wordt deze behandelvorm ook al in Nederland toegepast? Navraag bij verschillende dierengedragswetenschappers wijst uit dat graduele *exposure* in vivo of *flooding*, in combinatie met de bovengenoemde relaxatietechnieken, de leidende therapievormen lijken te zijn in Nederland, maar dat zij wel erg benieuwd zijn naar ESCT. Misschien ligt hier nog een gat in de markt voor EMDR-therapeuten die hun menselijke patiënten even zat zijn. ■

Eventueel geïnteresseerden in ESCT kunnen hierover op de website www.harmonyhorseworks.com meer achtergrondinformatie vinden.