



Helpt je
verder

Traumabehandeling in een setting met paarden (Equi-EMDR)

Jeugdformaat

Traumabehandeling in een setting met paarden (Equi-EMDR)

Equi-EMDR is een traumabehandeling waarbij EMDR wordt gecombineerd met de ondersteunende inzet van paarden. Deze behandelvorm is vooral geschikt voor kinderen en jongeren met complex trauma, hechtingsproblematiek, emotieregulatieproblemen of wanneer reguliere traumatherapie onvoldoende aansluit. Equi-EMDR biedt een effectieve ingang voor traumaverwerking, waarbij herstel van veiligheid, zelfvertrouwen, emotieregulatie en hechting centraal staat.

Bij ons wordt Equi-EMDR uitgevoerd door een erkende EMDR-therapeut (VEN) samen met een professional die is opgeleid in paardencoaching/ equithérapie en beschikt over een relevante beroepsregistratie, zoals SKJ, Registerplein of BIG. Mocht EMDR geen passende ingang (meer) zijn, dan kan Sensorimotor psychotherapie (SPIPA-NL) worden ingezet.

Indicaties

- Kinderen en jongeren met complex trauma waarbij risico is op dissociatie.
- Trauma en hechtingsproblematiek waarbij het vooral gaat om wat er had moeten zijn maar er niet was (denk aan sociaal-emotionele verwaarlozing).
- Als de reguliere therapie ((H)/SGGZ) onvoldoende aansluit omdat de context (therapiekamer) of de relatie (met therapeut) aan gaan al te ingewikkeld is.
- Het werkt goed bij kinderen die afgesloten zijn van hun gevoel en uit contact met hun lijf.
- Kinderen met emotie-regulatie problematiek.

Procedure

Allereerst wordt er vooraf een casusconceptualisatie gemaakt: wat zijn de klachten en hangen die mogelijk samen met meegemaakte ingrijpende gebeurtenissen? Als dit het geval is en traumabehandeling is geïndiceerd, volgt een check of er nog barrières zijn die traumaverwerking in de weg staan. Indien er veel barrières zijn wordt de methodiek 'Slapende honden? Wakker maken!' ingezet. Deze methode is erop gericht de barrières op te heffen en de jongere ontvankelijk te maken voor traumatherapie. De co-behandelaar zal wanneer nodig een voorbereidend verhaal gericht op traumaverwerking maken. Daarnaast worden het gezin en het systeem om de jongere meegenomen in het traumasensitief kijken.

Over de inzet van paarden

Het paard steunt het proces van het kind of de jongere waardoor hij of zij het niet alleen hoeft te doen. Het vergemakkelijkt het therapeutisch proces waardoor er eerder bij diepere lagen gekomen kan worden. Het aanraken van het paard of het rijden kalmeert het zenuwstelsel.

Het paard zorgt ervoor dat de jeugdige makkelijker in het hier en nu blijft. Er is minder snel overspoeling door de dingen die pijn doen. De jeugdige kan naar het verleden kijken zonder er weer te zijn. Het paard is een spiegel en zorgt ervoor dat wat de jeugdige voelt opgemerkt wordt en aandacht krijgt. Ook als hij of zij het zelf nog onvoldoende opmerkt. Soms lukt het onvoldoende om in contact te komen met wat hij/zij eigenlijk voelt en wat er vanbinnen gebeurt: de lichaamssensaties. Ook hierbij kunnen de paarden helpen.

De lichaamswarmte van het paard en het in beweging komen met het paard hebben een gunstige werking op de hersenen en maken het hormoon oxytocine aan. Dit hormoon zorgt voor meer ontspanning en zelfverzekerdheid. Dit draagt bij aan het activeren van het leervermogen en verwerken van traumatische gebeurtenissen. De verbinding met het paard kan ook ondersteuning bieden bij hechtingsproblematiek.

Equi-EMDR is uitermate geschikt bij de verwerking van complex trauma. Alle oefeningen, zowel op als naast het paard, worden in verbinding gebracht met praktijk- of persoonlijke situatie(s) van het kind of de jongere. Op deze manier kunnen ze het geleerde direct toepassen en integreren in hun eigen leven. Door de combinatie van traumabehandeling, ervaringsleren en de interactie met het paard worden deze basisbehoeften op een natuurlijke en betekenisvolle manier aangesproken.

De drie psychologische basisbehoeftes

Bij deze vorm van therapie komen alle drie de psychologische basisbehoeftes die tot aantoonbaar herstel leiden, aan bod:



Doelen van de therapie

- Het verwerken van traumatische gebeurtenissen
- Herkennen van triggers die zenuwstelsel ontregelen
- Leren reguleren van zenuwstelsel en emoties
- Grenzen herkennen en aangeven
- In contact komen met gevoelens en lichamelijke sensaties
- Het opdoen van meer zelfvertrouwen
- Het bevorderen van veilige hechting en gezonde relaties

Interesse in Equi-EMDR?

We zien deze interventie als een maatwerktraject.

Deze behandeling is gezien de specifieke ureninzet, alleen in overleg met de gemeente in te kopen.

BGGZ 54001

50 uur SHWM plus Equi-EMDR 1

100 uur SHWM inclusief voorbereidend verhaal traumaverwerking plus Equi-EMDR

Literatuur over Equi-EMDR

- A qualitative study understanding the effect of EMDR in equine therapy (2025), L. Adams en T.R.Zolkinov
- Equine- Assisted EMDR, DBR therapy, and the introduction of Animal Assisted Interweaves (2025) S. Jenkins
- Equine-Assisted Mental Health for Healing Trauma. (2018). In Routledge eBooks. <https://doi.org/10.4324/9780429456107>
- Hamerlinck, J. (2015). Psychotherapie met assistentie van paarden: een verkennend literatuuronderzoek. [Masterproef II, Universiteit Gent] Vivesweb.