

‘Help, mijn juf is een paard!’

Het versterken van executieve functies
door ervaringsleren met paarden

Paulien Rutgers

‘Help, mijn juf is een paard!’

Het versterken van executieve functies door ervaringsleren met paarden

Paulien Rutgers

ISBN 978 90 8850 724 3

NUR 770

© 2017 B.V. Uitgeverij SWP Amsterdam

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen, of enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Voor zover het maken van kopieën uit deze uitgave is toegestaan op grond van artikel 16B Auteurswet 1912 j° het Besluit van 20 juni 1974, Stbl. 351, zoals gewijzigd bij het besluit van 23 augustus 1985, Stbl. 471 en artikel 17 Auteurswet 1912, dient men de daarvoor wettelijk verschuldigde vergoedingen te voldoen aan de Stichting Reprorecht (Postbus 3060, 2130 KB Hoofddorp). Voor het overnemen van gedeelte(n) uit deze uitgave in bloemlezingen, readers en andere compilatiewerken (artikel 16 Auteurswet 1912) dient men zich tot Uitgeverij SWP (Postbus 12010, 1100 AA Amsterdam-Zuidoost) te wenden.



Voorwoord

‘Zo zou iedere aanbieder van dierondersteunde interventies te werk moeten gaan’ was mijn allereerste gedachte na het lezen van dit fraaie boek, waarin we de kennis van zaken, ervaring, levenswijsheid en de enorme drive van de auteur ervaren. Het willen delen van die kennis en kunde met ‘het veld’ strekt haar tot grote eer: in het veld van AAI heerst nog weinig transparantie en overheerst vaak angst; de angst door anderen beoordeeld te worden of ‘veroordeeld’ te worden.

In *‘Help, mijn juf is een paard!’* schetst Paulien een voorbeeld van een best practice, een wijze van praktijk voeren waarvan we kunnen leren. Heel genereus neemt ze ons mee langs alle paden die ze heeft afgelopen op haar jarenlange zoektocht naar ‘hoe het werkt, waarom het werkt en voor wie het werkt’. Op die manier ontdoet ze Animal-Assisted Interventions van onnodige mystiek. Ze toont via meerdere theorieën en methodieken de meerwaarde aan van het inzetten van een paard bij interventies om executieve functies van kinderen te versterken.

Als president van de IAHAIO (International Association of Human Animal Interaction Organisation) ben ik er erg trots op dat Paulien, een lid van onze organisatie AAIZOO (Animal-Assisted Interventions in Zorg, Onderwijs en Onderzoek), een dergelijk project heeft aangedurfd en daarmee een geweldig voorbeeld heeft gegeven.

Het gaat er immers om kennis, kunde en ervaring te delen met elkaar, om zo het veld te professionaliseren en de maatschappij te overtuigen van de bijdrage die AAI kan leveren aan het welzijn van kwetsbare mensen. De nadruk die Paulien legt op het respectvol, met liefde en kennis van zaken ‘inzetten’ van de dieren, in dit geval paarden, ondersteun ik zeer. Ik deel haar conclusie dat mensen in dit werkveld niet alleen opgeleid moeten zijn in het eigen vakgebied en kennis moeten hebben van de probleemgebieden van hun cliënten, maar ook moeten zijn opgeleid in het trainen van en omgaan met dieren. Het moeten allrounders zijn om het welzijn van mens en dier te kunnen waarborgen.

Haar methodische aanpak maakt gedegen wetenschappelijk onderzoek van effecten mogelijk. De Open Universiteit en ons Instituut voor Antrozoölogie (IVA) kijken uit naar samenwerking op dit gebied.

Ik wens alle lezers hetzelfde genoeg toe dat ik ervoer tijdens het lezen van dit boek. De passie van Paulien 'spat ervan af', evenals haar gedrevenheid, vakkennis en vakbekwaamheid. U zult er geen spijt van hebben.

Prof. dr. M.J. Enders-Slegers, Faculteit Psychologie en Onderwijs-
wetenschappen, Open Universiteit Heerlen, www.ou.nl
Instituut voor Antrozoölogie, www.instituutvoorantrozooologie.nl
President IAHAIO, www.iahaio.org



Inhoud

Inleiding	11
1 Het verband tussen executieve functies, ervaringsleren en paarden	17
1.1 De definitie van executieve functies	17
1.2 De definitie van ervaringsleren	21
2 Met hulp van paarden	28
2.1 Bewezen effecten en theorieën met betrekking tot de inzet van dieren	31
2.2 Theorieën met betrekking tot de inzet van dieren als instrument voor verandering in cognitie en gedrag	34
3 Een methodische opzet	42
3.1 Kenmerken methodisch werken	42
3.2 Fase 1: de voorbereiding	43
3.3 Fase 2: interventie	47
3.4 Fase 3: verslaglegging en evaluatie	49
4 Een leersituatie	51
4.1 Leertheorieën	51
4.2 De leerfasen van Kolb	57
4.3 De functie van het leren en het verband met executieve functies	69
5 Het opdoen van concrete en intense ervaringen	73
5.1 Het werkgeheugen	77
5.2 Het aandachtsmodel	78
5.3 De invloed van het paard op het werkgeheugen	80

6	Reflectie over ervaringen	82
6.1	Zelfsturing en het zelfbeeld in relatie tot reflectie	82
6.2	Locus of control	85
6.3	Reflectiespiraal van Korthagen	87
7	Verandering in cognitie	92
7.1	Cognitieve functies	94
7.2	Leren	95
7.3	Waarnemen	102
7.4	Herinneren	104
7.5	Denken	105
7.6	Interpreteren	108
7.7	Geloven	109
7.8	Probleemoplossen	112
8	Verandering in gedrag	118
9	Meerdere leefgebieden	125
9.1	Het achtfasenmodel	125
9.2	De woonsituatie	127
9.3	De financiële situatie en het bestedingspatroon	127
9.4	Het sociaal functioneren	128
9.5	Psychisch functioneren en het welbevinden	130
9.6	Zingeving	131
9.7	Lichamelijk functioneren en zelfzorg	132
9.8	Praktisch functioneren: huishoudelijke, technische en communicatieve vaardigheden	135
9.9	Dagbesteding	136
10	De rol van het paard in de training van executieve functies en generalisatie	138
10.1	Voorbeelden bij de executieve functies	139
10.2	Inhibitie	141
10.3	Initiatief nemen	142
10.4	Mentale flexibiliteit	144
10.5	Doelen stellen	146
10.5	Planning	147
10.6	Zelfmonitoring	148
10.7	Probleemoplossend (oplossingsgericht) handelen	149

11 De ethische kant van de zaak	152
11.1 Algemene richtlijnen voor het gebruik van dieren	153
11.2 Een ethische code uit de praktijk	157
11.3 Definities	163
12 Paardenvakmanschap: een must!	166
12.1 Het gereedschap is zo goed als de handen die het hanteert	167
12.2 In goede handen zijn	168
12.3 De fysiologie van gevoelsoverdracht	170
12.4 Gevoel krijgen voor: een kwestie van perspectief	173
Literatuur	175
Bijlagen	
1 Succesplan	182
2 Succesplan invulformulier	183
3 Wat hebben we nodig?	184
4 Keuzematrix	186
5 Voor- en nadelen balans	187
6 Wat levert het me op?	188
7 White Paper IAHAIO	189
Dankwoord	198



Inleiding

Je hebt op dit moment een boek in handen dat gaat over het geweldige effect dat paarden in combinatie met ervaringsleren kunnen hebben op de ontwikkeling van de executieve functies van kinderen met speciale hulpvragen. Executieve functies zijn vaardigheden die betrekking hebben op de controle over denken, doen en zelfregulatie. De executieve functies zijn betrokken bij de adaptatie aan een veranderende omgeving en bij het vormen van schema's die nodig zijn om de wereld te begrijpen en gedrag te evalueren (Burgess, 2003).

In dit boek wordt aan de hand van een theoretische en wetenschappelijke onderbouwing en met behulp van praktijkvoorbeelden een koppeling gemaakt tussen de theorie en de praktijk van het trainen van executieve functies met behulp van ervaringsleren en de rol die het paard hierbij kan spelen. Het idee om daarvoor juist paarden te gebruiken is bij mij ontstaan gedurende de twaalf jaar praktijkervaring in het werkveld. Het blijkt dat paarden een uitgelezen hulpmiddel zijn voor het oefenen van vaardigheden die het voor die kinderen met speciale hulpvragen mogelijk maken om onafhankelijk en doelgericht gedrag te laten zien. De theorie van deze processen wordt in dit boek voor het werkveld vertaald naar de praktijk.

Het kan zijn dat jij dit boek in handen hebt als hbo-student en colleges Dier in de zorg volgt, of een minor in het werkveld van de sociaalpedagogische hulpverlening waarbij paarden een rol spelen in het hulpverleningsproces. Of je bent een professional in het werkveld die behoefte heeft aan een handvat om executieve functies te trainen. Of je bent docent aan een opleiding en je gaat met dit boek aan de slag om studenten kennis bij te brengen over hoe paarden ingezet kunnen worden in de hulpverlening. Of, heel simpel, je bent gewoon geïnteresseerd. Maar ongeacht vanuit welke achtergrond je dit boek leest, het draait om de doelgroep kinderen of jongeren met speciale hulpvragen op grond van hun zwakke executieve functies. In feite doet de achtergrond of de diagnose van deze kinderen er niet zo heel veel toe. Wat al deze kinderen gemeen hebben, is dat ze op een of meerdere executieve functies ondersteuning nodig hebben. En het systeem van gezin en school van het kind ook.

Want uiteindelijk zal de generalisatie van de getrainde vaardigheden immers plaatsvinden binnen het systeem van het kind zelf, waarbij er gestreefd wordt naar een terugkoppeling met de ouders en/of het kind. Die generalisatie is waar het uiteindelijk om draait. Het kind moet de getrainde vaardigheden ook laten zien in het dagelijks leven.

Wat paarden met kinderen doen verbaast me elke dag opnieuw en maakt mij onmetelijk nieuwsgierig. Steeds weer vraag ik me af hoe het komt dat paarden zo'n positief effect hebben op bijvoorbeeld het leervermogen, de zelfreflectie en de bewustwording van kinderen. Hoe kan dat toch? Kan ik dat theoretisch onderbouwen?

Sinds 2004 ben ik gericht bezig om paarden in te zetten als ondersteuners van de interventies die tot doel hebben om kinderen van 4 tot 18 jaar met specifieke hulpvragen te stimuleren zich verder te ontwikkelen. Deze interventies leveren regelmatig 'kippenvelmomenten' op. Bijvoorbeeld toen een jongen die bij ons kwam voor een training in verband met zijn agressie naar zijn ouders tijdens het afscheidspraatje achter zijn vader ging staan en zijn armen om hem heen sloeg. Hij legde zijn kin op de schouder van zijn vader, wang tegen wang. Of toen die jongen met autisme met volle aandacht het paard van top tot teen bevoelde, het paard doodstil naast zich...



Om kippenvel van te krijgen, een autistische jongen in echt contact met het paard!

Verwondering en nieuwsgierigheid leidden mij naar een inspirerende en boeiende zoektocht. Stapels boeken, vele artikelen en urenlange zoekacties op internet kwamen eraan te pas. Het heeft me getrokken naar nationale en internationale symposia, lezingen en cursussen en leverde gepassioneerde gesprekken met onderzoekers en collega's op.

Wat er tijdens die zoektocht met mij gebeurde, is ongeveer hetzelfde als wat ervaringsleren inhoudt: heel, heel veel ervaring opdoen, daarover reflecteren, nieuwe dingen uitproberen en daarop je gedrag aanpassen. Deze zoektocht heeft me ongelooflijk veel gebracht en ertoe geleid dat ik verschillende puzzelstukjes tot één geheel heb verwerkt waarvan dit boek de samenvatting is.

Toen het boek af was, be kroop me de gedachte 'Ik ben niet meer dan een veredelde kopieermachine, zo bijzonder is het niet wat ik gemaakt heb. Ik heb alleen maar informatie aan elkaar geplakt tot één geheel'. Maar toch... alles wat ik gelezen, gehoord, gezien en beleefd heb is een enorme inspiratie geweest voor dit boek. Vele mensen zijn betrokken geweest bij de totstandkoming ervan. Hun reacties op mijn werk hebben mij gestimuleerd om door te zetten en het af te maken en te geloven dat het een bijdrage kan leveren aan de hulpverlening aan kinderen/jongeren. Ook zonder de kinderen die mijn praktijk voor Animal-Assisted Interventions (AAI, zie 'even doodgooien met termen' op blz. 16) bezochten was dit nooit gelukt. Juist deze kinderen motiveerden mij. Kinderen die één grote overeenkomst hebben: ze worstelen met een of meerdere zwakke executieve functies. Ze hebben moeite met het vervullen van hun ontwikkelingstaken, waardoor ze maatschappelijk gezien een risico lopen. Meer dan de helft van deze kinderen heeft te kampen met schooluitval en/of risicovol gedrag.

Normaal gesproken leren kinderen van hun dagelijkse ervaringen en zijn ze in staat cognitie en gedrag te reguleren. Alle informatie die ze halen uit de wereld om hen heen wordt verwerkt tot kennis en vaardigheden. Bij de kinderen die naar mijn praktijk worden doorverwezen verlopen deze processen problematisch omdat ze last hebben van een suboptimale ontwikkeling van de hersenfuncties.

Telkens weer als ik samen met mijn collega's met hulp van paarden met de executieve functies van deze kinderen en jongeren aan de slag ga, zien we dat onze aanpak bijdraagt aan een betere ontwikkeling van deze functies en helpt om de problematiek op cognitief niveau, gedragsniveau en daarmee ook op maatschappelijk niveau te voorkomen.

Het ervaringsleren met hulp van paarden blijkt in de praktijk een zeer krachtige ondersteuning te zijn bij het trainen van zwakke executieve functies. De nadruk ligt hier op 'in de praktijk' en 'ondersteuning', omdat

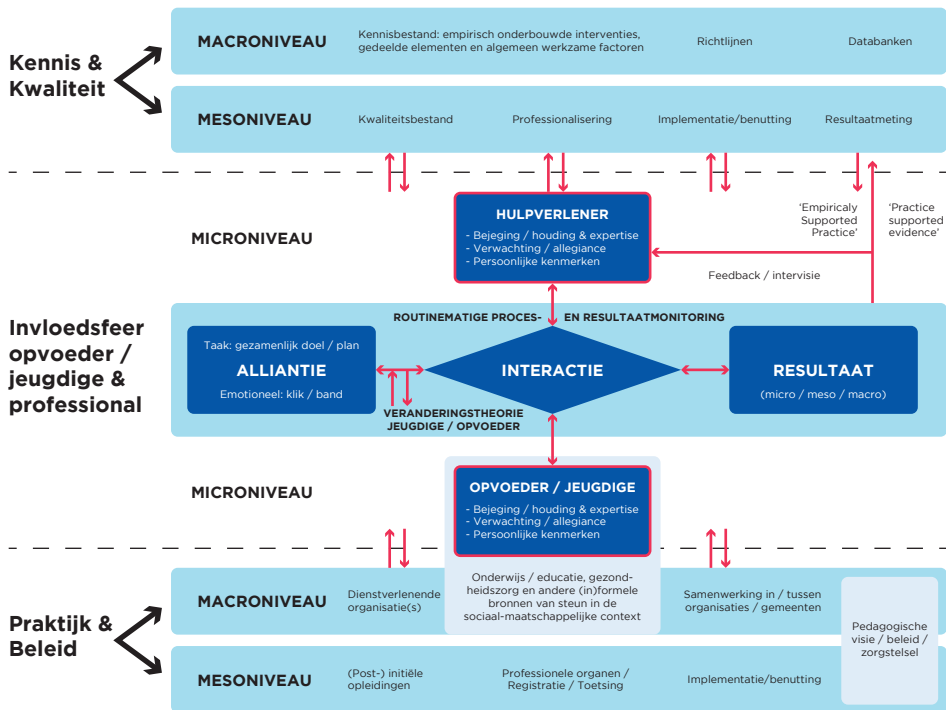
het tot nu toe steeds heel moeilijk is gebleken om het inzetten van paarden als hulpmiddel evidence-based te maken. Daarbij wil ik aantekenen dat ik persoonlijk vind dat het inzetten van paarden in feite nooit een methode op zich kan zijn, al was het maar op grond van de diverse manieren waarop paarden in de zorg ingezet worden, maar wel een (hulp) middel om (bestaande) methoden effectiever te laten werken. Ik beschouw het inzetten van paarden liever als een zeer krachtige werkzame factor. Ik liet me hierbij inspireren door Huub Pijnenburg. In dit kader is zijn artikel ‘Onderzoek naar sleutelfactoren in de zorg voor de Jeugd. De behoefte aan een integratief model van werkzame factoren’ (2010) de moeite van het lezen waard. Daarin zegt hij dat de vraag waarom iets werkt een hele leerzame vraag is: in wiens handen, onder welke condities en waarom? Ik citeer:

‘Wat zijn de werkzame bestanddelen van een methodiek, en in hoeverre zijn die al dan niet dezelfde als die van andere methodieken? Anders gezegd: is “specifieke” werkzaamheid echt specifiek, of bij nadere beschouwing methodiekoverstijgend, c.q. algemeen?’ (p.127)

Zeker iets om over na te denken en bij stil te staan. Ik ga ervan uit dat paarden een ‘specifieke’ werkzaamheid bewerkstelligen, maar tegelijkertijd dat het inzetten van paarden óók methodiekoverstijgend is, omdat je zowel bij ervaringsleren als bijvoorbeeld bij oplossingsgericht werken, cognitieve gedragstherapie of psychotherapie paarden kunt inzetten om het effect van de methode groter te maken.

Hoewel er heel weinig evidence-based onderzoek is gedaan naar de effectiviteit van het inzetten van paarden in de zorg, kunnen resultaten van wetenschappelijk onderzoek op aanverwante gebieden wel verklaarend zijn voor de vraag waarom het inzetten van paarden zo’n krachtig hulpmiddel is.

Aan de hand van de verschillende onderdelen van de definitie van ervaringsleren wordt in dit boek uitgelegd hoe effectief ervaringsleren met paarden kan zijn en welke invloed het kan hebben op de ontwikkeling van kinderen met zwakke executieve functies. De theorie wordt geïllustreerd met voorbeelden die weergeven hoe dit concreet in de praktijk gestalte kan krijgen.



Integratief werkzame factorenmodel voor de jeugdsector (Pijnenburg & Van Hattum, 2016)

Noot bij de foto's

Natuurlijk wil je in een boek het liefst foto's hebben van de allerbeste kwaliteit. Fototechnisch dan. Maar wat is kwaliteit, als foto's soms méér kunnen zeggen dan woorden? Als een foto, hoe onscherp dan ook, wél juist dat ene bijzondere moment vastlegt? Tja, dan zit je in dubio. Soms is een foto onscherp, maar laat toch zo goed zien wat we bedoelen en is wél een leerzame foto. En dat is waar we naar streven. Foto's maken tijdens de sessies met de kinderen, om van dat bijzondere, leuke of leerzame moment 'ik-voel-me-goed-boek blaadjes' te kunnen maken. Die foto's maken we met onze telefoons, in weer en wind, schemer of fel zonlicht, en dus niet altijd van even goede kwaliteit. Maar wat zijn ze soms mooi! En daarom staan ze in dit boek. Om hun verhaal te vertellen. Het verhaal van kinderen die geleerd hebben met en van paarden.

Verreweg de meeste foto's zijn gemaakt tijdens de sessies. Foto's die terug te vinden zijn in de ik-voel-me-goed-boeken van de kinderen.

Een paar foto's zijn door professionele fotografen gemaakt. De omslagfoto en slotfoto (veilig voelen) zijn gemaakt door Petra Geleijns, moeder van een van onze cliënten, voor de afstudeeropdracht van haar fotografieopleiding.

Sandra Nijland van Sanimage heeft de foto's op pagina 95 en 117 gemaakt tijdens onze open dagen.

Even doodgooien met termen...

De term A.A.I. hanteer ik vanaf juli 2010, nadat ik terugkwam van het congres van the International Association of Human-Animal Interaction Organizations (IAHAIO), waar een zeer duidelijke uiteenzetting werd gegeven over de terminologie van dierondersteunde interventies. Zodra je gaat googlen op terminologieën die te maken hebben met dierondersteunde interventies, raak je volledig verstrikt in een veelheid van termen. Vanuit het IAHAIO congres werd dan ook gepleit voor een overkoepeling van de termen.

Tijdens het IAHAIO symposium dat in 2014 in Amsterdam werd gehouden zijn de door de 'task-force' voorgestelde definities (zoals beschreven in The White Paper, zie www.iahaio.org, guideline on definitions en bijlage 7 voor de in het Nederlands vertaalde versie) in een workshop aan de orde gesteld. A.A.I. is een overkoepelende term voor de volgende deelgebieden: Animal-Assisted Therapy (AAT), Animal Assisted Psychotherapy (AAP), Animal Assisted Pedagogy (AAP, zie hier de eerste verwarring...) en Animal Assisted Education (AAE). Daarnaast vallen Animal-Assisted Activities (AAA) er ook onder.

De eerste deelgebieden zijn doelgerichte interventies waarbij een dier dat aan speciale criteria voldoet, geïntegreerd wordt in het behandelingsproces. De behandeling wordt uitgevoerd door een professional op het gebied van het gebruik van dieren in het beroep (Kruger & Serpell, 2006). Animal-Assisted Activities omvatten activiteiten waarbij de dieren een motiverende, lerende, recreatieve of therapeutische rol hebben die de kwaliteit van het leven van de cliënt op positieve wijze beïnvloedt. Deze activiteiten zijn niet gericht op behandelingsdoelen van de cliënt. (Kruger & Serpell, 2006). Bij alle genoemde therapieën en activiteiten wordt gebruikgemaakt van dieren als ondersteuners van de interventies.

1

Het verband tussen executieve functies, ervaringsleren en paarden

Het doel van dit hoofdstuk is: uitleg te geven over executieve functies, de diagnostiek van executieve functies en ervaringsleren. Bovendien bespreken we hoe je deze begrippen aan elkaar kunt koppelen en welke rol het inzetten van paarden daarin speelt.

1.1 De definitie van executieve functies

Bij ervaringsleren draait het voor een groot deel om het efficiënt gebruikmaken van executieve functies. Onder executieve functies, een term die vanuit de neuropsychologie is ontstaan, worden de hogere controlefuncties van de hersenen verstaan. Alle executieve functies hebben een controlerende en aansturende functie.

De Amerikaanse psychologe Muriel Lezak beschreef executieve functies in 1995 als de vaardigheden die het mogelijk maken om onafhankelijk en doelgericht gedrag te laten zien. In 2010 hebben Dawson en Guare daaraan toegevoegd het aansturen van het georganiseerd problemen oplossen. Executieve functies zijn dus te omschrijven als ‘complexe hersenprocessen die doelgericht gedrag en georganiseerd probleem oplossen aansturen’.

Executieve functies zijn aangeboren en ontwikkelen zich in de loop van het leven. Inmiddels is door onderzoek helder geworden dat in de voorste delen van de hersenen, in het gebied dat de prefrontale cortex heet, het vormen van de executieve functies plaatsvindt. Met deze functies bepaalt het kind het doel van zijn handelen en gedrag, kan het afleidende keuzes negeren, kan het plannen en besluiten aan het werk te gaan, en stap voor stap deze taken uitvoeren. In de prefrontale cortex wordt ook de basis gelegd om emoties te reguleren of het gedrag bij te sturen.

Van het puberbrein is bekend dat de prefrontale cortex nog onvoldoende ontwikkeld is en pas op volwassen leeftijd volledig is gevormd. Dankzij de neuroplasticiteit van de hersenen kunnen er in de kinderjaren nieuwe netwerken in de hersenen aangelegd worden die door het oefenen van vaardigheden stevig verankerd raken. Deze vaardigheden kunnen bijvoorbeeld worden geoefend tijdens het ervaringsleren.

Goed functionerende executieve functies zijn belangrijk voor een gezonde en evenwichtige ontwikkeling van kinderen. Dawson en Guare (2010), die onderzoek hebben gedaan naar de executieve functies van kinderen en adolescenten, ontdekten dat kinderen problemen met leren kunnen ondervinden op grond van zwakke executieve functies. Zij zijn van mening dat kinderen met leerproblemen baat hebben bij interventies die gericht zijn op het verbeteren van vaardigheden die hen helpen om hun gedrag te reguleren. Die vaardigheden zijn te verdelen over twee gebieden: denken (cognitie) en doen (gedrag) (zie tabel 1.1). Vaardigheden die bij het denken horen zijn de vaardigheden die het kind helpen om een beeld te vormen van een doel, de manier waarop dat doel bereikt kan worden en welke hulpbronnen daarvoor nodig zijn. Vaardigheden die bij het doen en bij het gedrag horen zijn de vaardigheden die het kind gebruikt om een doel ook daadwerkelijk te bereiken.

Welke executieve functies zijn er?

Denken (cognitie)	Doen (gedrag)
Planning	inhibitie (onderdrukken van prikkels/drijfveren)
Organisatie	Emotieregulatie
Timemanagement	volgehouden aandacht
gebruik van het werkgeheugen	Taakgerichtheid
Zelfmonitoring	Flexibiliteit
Zelfevaluatie	doorzettingsvermogen (doelgericht gedrag)

Tabel 1.1 Voorbeelden van executieve functies, uitgesplitst naar denken en doen

Kijken we naar de gemiddelde schooldag van een gemiddeld schoolkind, dan wordt duidelijk wanneer en hoe vaak een kind de in tabel 1.1 genoemde vaardigheden nodig heeft. Het begint 's ochtends vroeg al. Opstaan, naar de wc gaan, aankleden, tandenpoetsen, ontbijten, tas voor school klaarmaken: hoe, hoelang en wanneer wat te doen? Hoe zorgt het kind ervoor dat al deze handelingen allemaal als vanzelfsprekend verlopen? Hier komt al aardig wat planning, organisatie en timemanagement bij kijken. Terwijl het deze taken uitvoert, moet het niet in de verleiding komen om met het mobieltje te gaan spelen (inhibitie) en zal het ook

moeten doorzetten om op tijd op school te komen. Op school moet het kind zich aan de weektaak houden of de wisselende uren volgen. Het zal er op tijd moeten zijn, gericht bezig moeten zijn met taken (taakgerichtheid) en het zal uitgebreid gebruikmaken van bijvoorbeeld het werkgeheugen, zoals bij rekentaken en begrijpend lezen. Het houden aan de weektaak vraagt om een aardige dosis doorzettingsvermogen. Het moet daarbij stilzitten (zelfmonitoring) en zich niets aantrekken van het irritante gedrag van het kind naast haar (emotieregulatie). Na school wil het kind wellicht afspreken met een vriendinnetje. Er zal afstemming met beide thuisfronten moeten komen. Waar gaan ze spelen? Op het pleintje in de buurt of bij een van beiden thuis? Hoelang gaan ze samen spelen? Het vriendinnetje heeft zwemles in het begin van de avond. En ze hebben ook nog huiswerk. Oei, ze kunnen dus niet zo lang spelen als ze gewild hadden. Dat vraagt om flexibiliteit!

Op zo'n willekeurige dag komen er dus heel wat executieve functies langs. Het is dan ook helemaal niet moeilijk om te bedenken wat er fout gaat als een of meerdere van deze functies minder ontwikkeld is. En hoe hard een kind met slecht ontwikkelde executieve functies dus wel wat training op dat gebied kan gebruiken, wil de gemiddelde schooldag niet helemaal in het honderd lopen... Het mag dus duidelijk zijn dat bij een verstoring van de executieve functies de schooldag een uiterst gecompliceerd geheel kan zijn. Zeker wanneer er complexe handelingen verricht moeten worden, waarbij er ook sprake is van bijvoorbeeld ADHD- en/of ASS-problematiek. Steeds meer wordt duidelijk dat bij deze ontwikkelingsstoornissen er ook sprake is van zwakkere executieve functies. Er treden dan problemen op bij de uitvoering complexe handelingen (meer dingen tegelijk doen of na elkaar doen). Het lukt deze kinderen niet om bijvoorbeeld doelgericht te werk te gaan in nieuwe situaties of om uit zichzelf nieuwe plannen op te stellen.

Zodra kinderen met zwakke executieve functies leerervaringen opdoen met hulp van paarden, ontdek je de enorme impact die paarden hebben op het leervermogen van deze kinderen.



Impact op het leervermogen: 'Even kijken... dit is de som... even tellen... even denken. Ja, ik weet het! Hé, dit gaat veel sneller dan op school, hoe kan dat??!!'

Fysiologisch gezien kan dit verklaard worden vanuit onderzoeken die aantonen dat er oxytocine vrijkomt in het contact met dieren. Oxytocine staat in de volksmond bekend als het 'knuffelhormoon', omdat het in de hersenen een belangrijke rol speelt bij het verbinden van sociale contacten met gevoelens van plezier. Julius et al. (2012) beschrijven hoe de vrijgekomen oxytocine onder andere het leren faciliteert. Dit betekent dus dat door het welbevinden, bewerkstelligd door de oxytocine, het leervermogen positief wordt beïnvloedt. (Wanneer je daarentegen gestrest bent leer je moeizaam!)

Praktisch gezien kan dit toegelicht worden aan de hand van een twee voorbeelden. Ten eerste het aanleren van klokkijken. Dit kan ondersteund worden door gebruik te maken van het paard in een longeer-cirkel. In deze cirkel zijn de cijfers van de klok uitgezet en wordt het paard gebruikt als wijzer. Soms kan zelfs een kleine pony als kleine wijzer en een groot paard als grote wijzer gebruikt worden om het helemaal visueel te maken. Dan kan bijvoorbeeld aan het kind gevraagd worden hoe laat het opstaat. Vervolgens rijdt het kind 'met de klok mee' naar het cijfer dat hiermee correspondeert. Nu *ervaart* het kind hoe de klok werkt en leert daardoor veel sneller dan zittend aan een tafeltje.

Ten tweede, het leren ademen door de buik is een belangrijk middel om een paard rustig te krijgen. Een kind dat door zijn buik gaat ademen en daarmee het paard rustig krijgt, *ervaart* welk effect deze ademhaling op zijn omgeving heeft (in dit geval dus het paard). Het ziet dat het paard rustig wordt en reflecteert hierop. Het beseft zijn aandeel in het rustig worden van het paard. Het kind is hier dus ervarend aan het leren! Het is bezig met het verbeteren van zijn executieve functies.