

**Wat zijn de Werkzame Elementen van Paardencoaching volgens Paardencoaches**

**What are the Active Elements of Equine Coaching according to Equine Coaches**

Open Universiteit

Sylvia Keizers 851927849

PM900H162114 Empirisch afstudeeronderzoek

Begeleider dr. R. Leontjevas

Examinator dr. Mayke Janssens

datum van inleveren: 27 juli 2023

## Dankwoord

Voor u ligt de masterscriptie “Wat zien paardencoaches als de werkzame elementen van paardencoaching”. Deze scriptie is geschreven om te voldoen aan de afstudeereisen van de master Levensloopsychologie aan de Open Universiteit in Heerlen.

Ik wil mijn begeleider, dr. R. Leontjevas, bedanken voor de uitstekende begeleiding en ondersteuning tijdens het proces. Wij hebben elkaar leren kennen tijdens mijn stageperiode aan de afdeling Antrozooologie (mens-dier relaties) van de Open Universiteit. Ik hoorde toen regelmatig dat mijn ideeën over paardenwelzijn interessant zijn voor onderzoek. Dit heeft mij ertoe gebracht een onderwerp voor deze scriptie te kiezen dat dicht bij mijn hart ligt.

Tijdens dezelfde stage heb ik ook kennisgemaakt met I. Declercq, psycholoog en onderzoeker, die mij heeft meegenomen in haar onderzoek, waar mijn onderzoek nu een afsplitsing van is. Zij heeft mij met raad en daad bijgestaan tijdens het denkproces. Dank hiervoor!

Verder wil ik Ingrid Janssen en Lina Dijkstra bedanken omdat zij mij hebben gemotiveerd om psychologie te gaan studeren. Zij zijn er steeds voor mij geweest tijdens mijn studie en tijdens het masteronderzoek. Zij hebben mij aangemoedigd, geluisterd naar mijn verhalen, meegedacht waar ik vastliep en mijn teksten beoordeeld op inhoud en spelling.

Ten slotte wil ik mijn ouders bedanken voor hun voortdurende steun, vertrouwen en trots gedurende mijn hele studieperiode.

Ik wens u veel leesplezier toe.

Sylvia Keizers

## Inhoudsopgave

<b>Dankwoord</b> .....	2
<b>Samenvatting</b> .....	5
<b>Abstract</b> .....	7
<b>Inleiding</b> .....	9
<i>Dierondersteunde interventies en Green Care</i> .....	9
<i>Wat is paardencoaching?</i> .....	9
<i>Voordelen van paardencoaching</i> .....	10
<i>Werkzame elementen van paardencoaching</i> .....	11
<i>Nadelen van paardencoaching</i> .....	11
<i>Het voorliggende onderzoek in het grotere plaatje</i> .....	13
<b>Methode</b> .....	14
<b>Ontwerp</b> .....	14
<b>Deelnemers</b> .....	14
<b>Wervingsprocedure</b> .....	15
<b>Instrumenten</b> .....	15
<b>Procedure</b> .....	16
<b>Ethische toetsing</b> .....	17
<b>Analyse</b> .....	17
<b>Resultaten</b> .....	18
<i>De therapeutische waarde van een paard voor coaching en -hulpverlening</i> .....	19
<i>Therapeutisch effect van een ander dier dan een paard op de mens</i> .....	20
<i>Andere werkzame elementen dan paarden tijdens paardencoaching, volgens de respondenten</i> .....	22
<i>De rol van de coach of hulpverlener: een reflectie van de paardencoach op zichzelf</i> .....	22
<i>Het gebruik van technologie tijdens paardencoaching</i> .....	22
<i>Het gebruik van technologie als aanvulling op de paardencoachsessies</i> .....	23
<i>Technologische oplossingen bij contra-indicaties voor paardencoaching</i> .....	23
<i>Paardenwelzijn rondom de paardencoachingssessies</i> .....	24
<i>Paardenwelzijn tijdens de paardencoachingssessies</i> .....	25
<i>Baten van paardencoaching voor het paard zelf</i> .....	27
<b>Discussie</b> .....	28
<i>Werkzame elementen van paardencoaching</i> .....	28
<i>De inzet van technologie tijdens paardencoaching</i> .....	29
<i>Paardenwelzijn bij paardencoaching</i> .....	29
<i>Manieren om stress te meten bij paarden</i> .....	30

<i>Oorzaken van stress bij paarden door mensen</i> .....	31
<i>Gevolgen van stress bij paarden door mensen</i> .....	31
<i>Voorwaarden voor de inzet van paarden bij paardencoaching</i> .....	32
<i>Alternatieven voor de inzet van paarden bij paardencoaching</i> .....	32
<i>Beperkingen van het voorliggende onderzoek</i> .....	33
<b>Conclusie</b> .....	33
<b>Literatuurlijst</b> .....	35
<b>Bijlagen</b> .....	41

## Samenvatting

Paardencoaching wordt ingezet om mensen te helpen met grote en minder grote persoonlijke problemen: van faalangst tot traumaverwerking. Paardencoaching is niet altijd inzetbaar voor mensen met deze problematiek. Het kan bijvoorbeeld niet worden ingezet bij mensen met lichamelijke of mentale beperkingen of allergieën. Tegelijkertijd is het de vraag of paardencoaching in het belang van het paard zelf is. Acht paardencoaches en hulpverleners met paarden werden middels semigestructureerde interviews bevraagd over wat zij zien als werkzame elementen van paardencoaching. Ook werd hun mening gevraagd over mogelijkheden om paardencoaching (deels) te vervangen door techniek om het inzetbaar te maken voor meer doelgroepen dan nu het geval is. Tenslotte werd hen gevraagd naar de paardenwelzijnskant van paardencoaching en hulpverlening met paarden. Inductief coderen leverde tien thema's op, die terug te voeren zijn op drie hoofdthema's: werkzame elementen, technologie en paardenwelzijn. Uit de thematische analyse kwam naar voren welke elementen paardencoaches denken dat werkzaam zijn bij paardencoaching. De geïnterviewde paardencoaches waren van mening dat paardencoaching niet (deels) vervangen kan worden door technologie, omdat naar hun mening het paard zelf de belangrijkste waarde is van paardencoaching. Verder waren zij van mening dat het paardenwelzijn niet in het geding is in hun eigen situatie, omdat zij daar rekening mee houden door de manier waarop zij de paarden houden en inzetten voor paardencoaching. De uitspraken van de geïnterviewde paardencoaches komen deels overeen met de gevonden literatuur, waarin te lezen is dat paardencoaching heel helpend is voor mensen met diverse soorten persoonlijke problemen. Ook worden de benoemde werkzame elementen gevonden terug gevonden in de literatuur. Waar de literatuur afwijkt van de uitspraken van de geïnterviewde paardencoaches is op het gebied van technologie: er worden onderzoeken gedaan naar de inzet van VR-brillen bijvoorbeeld voor

traumaverwerking en het overwinnen van angsten. Ook met betrekking tot paardenwelzijn is er geen overeenstemming: paardenmensen blijken niet altijd in staat te zijn om hun paarden optimale omstandigheden te kunnen bieden. Ook kan niet iedere paardencoach de paardentaal en pijnsignalen van het paard lezen. Meer onderzoek is nodig om op grote schaal in kaart te brengen welke delen van paardencoaching op een andere, technologische manier uitgevoerd kunnen worden en om vast te stellen wat er nodig is om de kennis en kunde bij paardencoaches te verbeteren.

*Keywords:* werkzame elementen, technologie, paardenwelzijn, paardencoaching, hulpverlening met paarden

### **Abstract**

Equine coaching is used to help people with major and minor personal problems: from fear of failure to processing trauma. Equine coaching is not always available for people with these problems. For example, it cannot be used for people with physical or mental disabilities or allergies. At the same time, the question is whether equine coaching is in the interest of the horse itself. In this study, eight equine coaches and equine care providers were questioned through semi-structured interviews about what they see as active elements of equine coaching. Their opinion was also asked about the possibilities of (partly) replacing equine coaching with technology to make it usable for more target groups than is currently the case. Finally, they were asked about the equine welfare side of equine coaching and assistance. Inductive coding resulted in ten themes, which can be traced back to three main themes: active elements, technology and horse welfare. The thematic analysis revealed which elements equine coaches think are active in equine coaching. The equine coaches interviewed were of the opinion that equine coaching cannot (partly) be replaced by technology, because in their opinion the horse itself is the most important value of equine coaching. They also believed that horse welfare was not an issue in their own situation, because they take this into account in the way they keep the horses and use them for equine coaching. The statements of the equine coaches interviewed partly correspond with the literature found, which states that equine coaching is very useful for people with various types of personal problems. The named active elements are also found in the literature. Where the literature differs from the statements of the equine coaches interviewed is in the field of technology: studies are being conducted into the use of VR glasses, for example, for processing trauma and overcoming fears. There is also no agreement with regard to horse welfare: horse people are not always able to offer their horses optimal conditions. Also, not every equine coach can read the horse's language and pain signals. More research is needed to map out on a larger scale which parts of equine coaching

can be performed in a different, technological way and to determine what is needed to improve the knowledge and skills of equine coaches.

*Keywords:* active elements, technology, horse welfare, equine coaching, aidwork with horses



## **Inleiding**

### *Dierondersteunde interventies en Green Care*

Er is in toenemende mate wetenschappelijk bewijs voor de voordelen van dierondersteunde interventies (AAI) en Green Care. AAI staat voor Animal Assisted Interventions, dat wil zeggen: het gebruik van dieren als ondersteuning bij een interventie ten behoeve van mensen (IAHAIO.org). Green care is een verscheidenheid aan activiteiten die fysieke en mentale gezondheid en welzijn bevorderen door contact met de natuur, vanuit het idee dat er een verbinding is tussen natuur en gezondheid (Sempik et al., 2016). Men heeft ontdekt dat deze interventies bijdragen aan de verbetering van de gezondheid en het welzijn van mensen (Shen et al., 2018). De aanwezigheid van dieren kan leiden tot een verlaging van de bloeddruk en hartslag (Mubanga et al., 2017). Wandelen met een hond kan helpen om de fysieke activiteit te verhogen (Umans, 2010). Bij patiënten met een depressie, angststoornissen of posttraumatische stressstoornis kan dierondersteunde therapie helpen om de symptomen te verminderen (Kovács et al., 2021). Kinderen met autismespectrumstoornissen hebben vaak baat bij dierondersteunde therapie in combinatie met andere behandelingen (Bass et al., 2009). Hoewel er steeds meer bewijs is voor de voordelen van dierondersteunde interventies, moet worden opgemerkt dat er nog veel méér onderzoek nodig is om de optimale manier van het inzetten van dieren in verschillende situaties te bepalen en om de effecten op de lange termijn te begrijpen.

### *Wat is paardencoaching?*

Paardencoaching is een specifieke vorm van dierondersteunde interventies. Het gaat om begeleiding van mensen in het kader van persoonlijke en/of professionele ontwikkeling met behulp van paarden, waarbij alle oefeningen náást het paard plaatsvinden (Ophorst, 2013). Paardencoaching deed een halve eeuw geleden zijn intrede bij het aangepast- en therapeutisch paardrijden, zoals vermeld op de website van AAIZOO (Animal Assisted

Interventions in Zorg, Onderzoek en Onderwijs). Inmiddels worden paarden op allerlei gebieden en voor allerlei doelgroepen ingezet voor coaching. Er is (nog) niet veel wetenschappelijk bewijs voor de effectiviteit van paardencoaching als behandeling. Een reden daarvoor kan zijn dat het werkveld van de paardencoaches nog te divers is en nog niet voldoende eenduidig georganiseerd.

### *Voordelen van paardencoaching*

Er worden voordelen van paardencoaching beschreven in de literatuur. Kovács et al. (2020) beschrijven dat de inzet van paarden een significante vermindering geeft van het Post Traumatisch Stress Syndroom (PTSS), sociale angst, prikkelbaarheid, beperkingen door emotionele problemen en goed kan zijn voor mentale veerkracht, vitaliteit en het sociaal functioneren versterkt. Paardencoaching is een lichaamsgerichte therapie, die helpend is bij het verlagen van stress en bijdraagt aan traumaverwerking (van der Kolk, 1994. Kovács et al. (2019) stellen dat ervaringen met paarden kunnen helpen bij het reguleren van het waarneembare gedrag waardoor een volgende stap in het therapeutisch proces op gang kan worden gebracht. Paardencoaching kan helpen bij het ontwikkelen van effectieve communicatievaardigheden en het verbeteren van sociale interactie; het paard reageert op subtiele signalen en leert de cliënt daarmee anders te communiceren, met meer aandacht voor lichaamstaal (Hofman, 2013). Paardencoaching kan helpen bij het vergroten van het zelfbewustzijn en het in contact komen met de eigen emoties en gevoelens; het paard werkt als een barometer waarmee de cliënt zijn eigen gevoelens kan leren herkennen en benoemen (Rietveld et al., 2021). Paardencoaching kan helpen bij het verminderen van stress, angst en andere psychische klachten. Het werken met het paard werkt ontspannend en kan een gevoel van rust en balans geven. Paardencoaching kan helpen bij het ontwikkelen van leiderschapskwaliteiten. Een kudde heeft een natuurlijke hiërarchie en leiderschapsposities en

dit kan de cliënt leren hoe deze kwaliteiten in te zetten om succesvol een team te leiden (Knaapen, 2015).

#### *Werkzame elementen van paardencoaching*

Genoemde voordelen zouden ontstaan door de ‘spiegelende werking’ van paarden. Ze reflecteren non-verbaal het gedrag en de emoties van mensen, waardoor ze feedback kunnen geven op hoe iemand in het 'hier en nu' communiceert en zich gedraagt. Dit kan inzicht geven in persoonlijke patronen, problemen en sterke punten (Nagtegaal, 2022). Een tweede uitleg gaat over lichaams- en zintuigelijke ervaringen: werken met paarden betekent dat mensen fysiek en zintuigelijk (bv. horen, voelen, ruiken) met de dieren en omgeving bezig zijn, wat kan bijdragen aan leermomenten op lichamelijk en emotioneel vlak (van der Kolk, 1994). Ook genoemd is het gegeven van een veilige en stimulerende setting. In tegenstelling tot traditionele psychotherapie kan paardencoaching een minder bedreigende setting bieden, waardoor sommige cliënten zich comfortabeler voelen om zich kwetsbaar op te stellen en nieuwe dingen te proberen (Kovacs et al., 2019). Tenslotte kunnen paarden als een symbolische optie dienen voor bepaalde thema's of problemen die in coaching en -hulpverlening besproken worden. Metaforen, zoals bijvoorbeeld “de houding van het paard”, kunnen worden gebruikt om iemands gedrag in een bepaalde situatie te weerspiegelen. De cliënt kijkt dan naar het paard en interpreteert de houding of het gedrag ervan. Het gaat dan niet om kennis over het gedrag van het paard, maar om de herkenning van de cliënt van zichzelf en zijn eigen leven. De cliënt wordt zich bewust van zijn eigen gedrag en overtuigingen door het gedrag van het paard te benoemen en te interpreteren naar zijn eigen leven (Hamerlinck et al., 2015).

#### *Nadelen van paardencoaching*

Nadelen van paardencoaching zijn er ook: het is meestal duurder dan traditionele therapie en is daardoor financieel niet haalbaar voor sommige mensen. Mensen met bepaalde

fysieke beperkingen of handicap kunnen moeite hebben met het werken met paarden. Ook zijn sommige mensen allergisch voor paarden, waardoor paardencoaching niet mogelijk is. Paardencoaching is gericht op de relatie tussen de deelnemer en het paard, maar het succes van de sessie hangt ook af van de coach. Als de coach niet goed is opgeleid op mens en/of paard gebied, kan het resultaat van de sessie worden beïnvloed.

Naast dat paardencoaching niet voor alle mensen geschikt is, is het ook niet altijd in het belang van het paard dat ervoor ingezet wordt (van den Berg, 2017). Het draagt niet altijd bij aan het welzijn van paarden om verschillende redenen: paarden ervaren stress tijdens de coaching sessies (Hollenhorst & Wagenknecht, 2015). Coaches moeten in staat zijn de stresssignalen van paarden te herkennen, zodat paarden de vrijheid hebben om uit de coaching situatie weg te lopen voordat ze daar zelf emotioneel hinder van ondervinden (Draaisma, 2020). De mate van stress kan ook objectief gemeten worden door middel van gedragsobservaties, fysiologische metingen en hormoonmetingen.

Bracke et al. beschrijven dierenwelzijn als de kwaliteit van het leven zoals die door het dier zelf ervaren wordt (1999). Voor die tijd werd uitgegaan van dierenwelzijn zoals beschreven in de Vijf Vrijheden van Brambell (1965), namelijk het dier is (1) vrij van dorst, honger en onjuiste voeding, (2) vrij van fysiek en thermaal ongerief, (3) vrij van pijn, verwonding en ziektes, (4) vrij van angst en chronische stress, (5) vrij om zijn natuurlijk gedrag te vertonen. Punt 5 van de Vijf Vrijheden van Brambell kan ook breder gelezen worden: paardencoaching moet niet alleen géén afbreuk doen aan het paardenwelzijn, maar moet het leven van het paard zelfs verrijken. Verrijken betekent in deze context dat de paardencoaching het paard iets oplevert dat het van nature nodig heeft. Een voorbeeld kan zijn: tijdens een coaching sessie wandelend in het bos kan het paard de benen strekken, gras en andere natuurlijke voeding zoeken en het heeft een verandering van omgeving.

Zintuigelijke input door dit “speuren” in het bos heeft een grote invloed op het welzijn van paarden (Draaisma, 2021).

#### *Het voorliggende onderzoek in het grotere plaatje*

Dit onderzoek is een afsplitsing van een groter onderzoek. Tijdens dit grotere onderzoek wordt exploratief nagegaan 1) welke technologische toepassingen er momenteel reeds ingezet worden tijdens coaching sessies middels AAI en Green Care, 2) wat de potentiële voor-en nadelen zijn van deze technologische toepassingen, en 3) en of er mogelijkheden zijn die technologie kan bieden binnen het bredere werkveld van green care en AAI.

Een voorbeeld van al bestaande technologische toepassingen in andere dier-sectoren is de zo goed als levensechte robotdolfijn die is ontwikkeld door Edge Innovations. De dolfijn is ontworpen om ethische redenen voor een educatief programma dat is opgezet in samenwerking met TeachKind, onderdeel van People for the Ethical Treatment of Animals (PETA). Bekender zijn de interactieve robot-knuffels die in de gezondheidszorg worden ingezet. Zoals Paro, de robotzeehond voor mensen met dementie (Kang et al., 2020). Uit onderzoek blijkt dat mensen met dementie die met Paro knuffelen en er tegen praten meer sociale interactie, minder eenzaamheid, een betere stemming en meer kwaliteit van leven ervaren (Schuurmans et al., 2009). Neven & Janssen (2020) stellen dat het hen de moeite waard lijkt om te verkennen hoe in bestaande AAI-programma's op basis van een experimenteel design de inzet van dieren van vlees en bloed vergeleken zou kunnen worden met die van robotdieren. Daarbij zou dan niet alleen het effect op mensen bestudeerd moeten worden, maar zou het dierenwelzijn evenveel waarde moeten worden toegekend.

In dit deelonderzoek wordt onderzocht wat paardencoaches zien als de werkzame elementen van paardencoaching, of technologie een bijdrage kan leveren en hoe de respondenten denken over paardenwelzijn in deze setting. Deze bevindingen zouden als doel kunnen dienen dat (1)

paardencoaching voor meer doelgroepen beschikbaar kan komen, bijvoorbeeld mensen met beperkingen of allergieën en voor mensen met minder financiële middelen middels vergoeding door de zorgverzekering, (2) dat de opleidingen tot paardencoach verbeterd kunnen worden en (3) dat het welzijn van de paarden niet in het gedrang komt, door overvragen van de paarden of blootstelling aan zaken die niet in het belang van het paard zijn, zoals mentale aandoeningen bij cliënten. In beginsel is het belangrijk om te weten hoe paardencoaches hierover denken. Met betrekking tot de mening van de paardencoaches was de hoofdonderzoeksvraag: wat zijn de werkzame elementen van paardencoaching volgens paardencoaches? Denken paardencoaches dat technologie een bijdrage kan leveren aan (een deel van) paardencoaching? Wat is de mening van paardencoaches over paardenwelzijn met betrekking tot paardencoaching?

## **Methode**

### **Ontwerp**

De benadering van dit onderzoek is kwalitatief van aard. Gekozen is voor een kwalitatief onderzoek door middel van semigestructureerde interviews met een relevante doelgroep. Kwalitatief omdat er gezocht wordt naar diepgaande inzichten, ideeën en attitudes van een kleinere steekproef binnen een afgebakend onderwerp. Semigestructureerde interviews hebben een aantal voordelen: ze geven de mogelijkheid aan de interviewer om door te vragen op onderwerpen die relevant zijn voor het onderzoek. De respondent wordt in staat gesteld het antwoord in zijn eigen woorden weer te geven.

### **Deelnemers**

De doelgroep bestaat uit mensen die coaching en hulpverlening met paarden aanbieden. Paardencoaching is een vrij beroep, terwijl hulpverlening met paarden is gebaseerd op een beroep of opleiding in de zorgsector, zoals verpleegkunde of psychologie. Uitsluitend voor de leesbaarheid is gekozen om de term paardencoaches te gebruiken, ook daar waar

hulpverleners met paarden bedoeld worden. Mensen die coaching aanbieden zonder dieren of met uitsluitend andere dieren dan paarden werden uitgesloten. Bedrijven die dieren om andere redenen inzetten, zoals voor educatie op een kinderboerderij en geen ervaring hebben met coaching zijn ook niet benaderd.

### **Wervingsprocedure**

Via e-mail werden paardencoaches benaderd, die middels een website adverteren met dit aanbod. Ze kregen de vraag of ze mee willen doen aan dit onderzoek. Vervolgens wordt gevraagd of zij meer mensen kennen die coaching met behulp van dieren aanbieden. Deze mensen werden daarna benaderd met dezelfde twee vragen volgens de methode van snowball-sampling (Parker et al., 2019). Diepte-interviews hebben begin 2023 plaatsgevonden. De interviews vonden online, telefonisch of in persoon plaats. Een deel van de respondenten is op een andere manier geworven, namelijk naar aanleiding van een survey over het gebruik van Telehealth/technologie in AAI en Green Care. Gekozen is om maximaal 10 respondenten te werven, omdat verwacht wordt dat dit data-saturatie zal opleveren (Hennink&Kaiser, 2022).

### **Instrumenten**

Het interviewprotocol (zie Bijlage 1) bestaat uit 7 vragen met sub vragen. De vragen zijn gebaseerd op de uitkomsten van de online survey, die is afgenomen door één van de begeleiders van dit onderzoek ten bate van haar eigen onderzoek, waar dit onderzoek een afsplitsing van is. De interviewvragen blijven dicht bij het onderwerp. Ze zijn duidelijk, begrijpelijk, op een open manier gesteld en nooit suggestief, om sociaal wenselijke antwoorden te vermijden. De vragen beginnen met: “op welke wijze... of wat is...?”. De onderwerpen die besproken worden zijn: ervaring, voordelen, nadelen en aanvullende informatie over het onderwerp. Voorafgaand aan de te gebruiken interviews werd er een pilot-interview gehouden met één of twee aselect gekozen deelnemer(s) om de vragenlijst te testen op bruikbaarheid. Hierna is de vragenlijst verfijnd in afstemming met de scriptiebegeleiders.

Een voorbeeld van een vraag met sub-vragen uit de vragenlijst is:

*Een ander voorbeeld waarbij Telehealth/technologie oplossingen zou kunnen bieden, is wanneer mogelijke contra-indicaties direct contact tussen dier en cliënt bemoeilijkt. Denk bijvoorbeeld aan allergie, angst voor dieren, voor COVID.*

- *Op welke wijze worden dergelijke contra-indicaties momenteel aangepakt binnen jouw praktijk?*
- *Kan je me iets meer vertellen over de laatste keer dat contact tussen dier en cliënt niet mogelijk was door allergie/angst? Hoe heb je dit toen aangepakt?*
- *Ervaar je verschil tussen het gebruik van een dier in een fysieke setting of via telehealth/technologie?*
- *Wat is de therapeutische waarde van een dier voor de therapie?*
- *Is het zien van een filmpje van een dier of van de natuur op dezelfde manier helpend?*
- *Ervaar je ook moeilijkheden/tekortkomingen bij de oplossingen die je momenteel gebruikt?*
- *Op welke wijze probeer je tegemoet te komen aan deze tekortkomingen? Hoe los je moeilijkheden op?*
- *Op welke wijze zou telehealth/technologie binnen jouw praktijk hierbij helpend kunnen zijn?*

## **Procedure**

Audio-en videogesprekken werden opgenomen met als doel de gesprekken te kunnen terugluisteren en transcriberen. Na transcriptie werden deze opnames verwijderd. Aangezien sommige deelnemers op afstand (via bellen of video-bellen) werden geïnterviewd, werd tijdens audio- en video-opnames informed consent (zie Bijlage 2) opgenomen zonder ondertekening. De deelnemer heeft bij elke stelling in het IC-formulier moeten bevestigen en



afsluiten door naam en datum van ‘vandaag’ hardop uit te spreken zodat het op de opname staat. Deze toestemming is apart van de opname van het eigenlijke interview bewaard.

Persoonsgegevens werden apart van het interview genoteerd en apart van het interview beveiligd opgeslagen. De persoonsgegevens werden geanonimiseerd.

Er zijn 27 mensen benaderd, allen werkzaam in het werkveld van de AAI en/of -Green care, dit in verband met het grotere onderzoek waar dit onderzoek onder valt. Van deze groep zijn 15 mensen benaderd voor een diepte-interview. Na transcriptie bleken 8 interviews geschikt voor analyse voor het voorliggende onderzoek. Het betrof de transcripties van de respondenten die actief zijn op het gebied van paardencoaching en hulpverlening met paarden. (Het totale aantal transcripties zal worden gebruikt voor analyse van het grotere onderzoek.) De 8 respondenten hadden allemaal minstens 5 jaar ervaring. De jongste was 30 en de oudste 59. Ze werkten met cliënten die zelf op zoek waren gegaan naar een paardencoach of -hulpverlener om te werken aan een voor hen belangrijk vraagstuk.

### **Ethische toetsing**

Dit onderzoek wordt uitgevoerd in het kader van het groter project. Dit onderzoek valt niet onder medisch onderzoek en er worden geen fragiele patiënten bevraagd. Ook zal er geen gevoelige of medisch georiënteerde persoonlijke informatie verzameld. Er werd een ethische toetsing uitgevoerd in afstemming met de onderzoekers van het grotere project waar dit onderzoek onder valt.

### **Analyse**

Na transcriptie volgde een thematische analyse, waarbij de onderzoeksvraag leidend was voor de analyse van de gegevens. Er is gekozen voor inductief coderen, zodat de mogelijkheid er bleef dat er meer thema's uit de interviews zouden komen dan vooraf verwacht. De transcripties werden eerst open gecodeerd. Daarna volgde axiaal coderen om te zoeken naar overkoepelende thema's in de gevonden codes. De resultaten hiervan worden

weergegeven als tabel met samenvattingen (zie Tabel 1), die als bijlage toegevoegd is. De gevonden resultaten worden beschreven in de resultatensectie.

## Resultaten

De bevindingen die uit de semigestructureerde interviews met paardencoaches naar voren zijn gekomen worden hieronder beschreven. De getranscribeerde interviews zijn inductief gecodeerd; eerst open en daarna axiaal. Daaruit vloeiden 10 thema's voort, die in onderstaande tabel geclusterd werden in 3 hoofdthema's die zijn terug te voeren op de hoofdonderzoeksvraag.

**Tabel 1**

*De 3 hoofdthema's met de 10 onderliggende thema's*

<b>Werkzame elementen</b>	<b>Technologie</b>	<b>Paardenwelzijn</b>
De therapeutische waarde van een paard voor coaching en -hulpverlening	Het gebruik van technologie Het gebruik van technologie als aanvulling op de sessies	Voorwaarden voor de inzet van paarden is het welzijn van het paard
Therapeutisch effect op de mens van een ander dier dan een paard	Technologische oplossingen bij contra-indicaties	De mentale en fysieke belasting van coaching en hulpverlening voor het paard
Andere werkzame elementen tijdens paardencoaching		Baten voor het paard zelf
De rol van de coach of hulpverlener		

Per thema volgt hieronder een samenvatting van de bevindingen aangevuld met citaten van de respondenten.

De volgende thema's vallen onder het hoofdthema "werkzame elementen".

*De therapeutische waarde van een paard voor coaching en -hulpverlening*

De kernvraag van dit onderzoek gaat over het achterhalen van de mening van paardencoaches over de werkzame elementen van paardencoaching. De respondenten hebben hier veel antwoorden op gegeven. Ieder element zou ook op een andere manier bereikt kunnen worden. Echter, de sessies met paarden hebben, volgens respondenten, ál deze elementen al in zich. Dat maakt coaching en hulpverlening met paarden zo effectief, volgens hen.

- Het paard haalt mensen uit hun comfortzone. Het betreft met name mensen die geen ervaring hebben met paarden. Cliënten hebben hierdoor geen standaard-vaardigheden om op terug te vallen en krijgen zo de kans kennis te maken met ander gedrag van zichzelf. Ze kunnen hierdoor nieuw gedrag oefenen.
- De mens krijgt feedback van het paard op zijn gedrag, omdat paarden communiceren via lichaamstaal. Ze scannen voortdurend de lichaamstaal van de mens en reageren daarop. De coach “vertaalt” dit gespiegelde gedrag en laat de cliënt hierop reflecteren. Voorbeelden van gedrag van de cliënt zijn: een strakke blik, een ingezakte houden, aangespannen spieren.
- Vermindering van stress door:
  - Ontspanning
  - Het gebruik van álle zintuigen
  - Kalmeren door de tragere hartslag en ademhaling van het paard
  - Spanning overnemen door het paard
  - Veiliger voelen bij paarden dan bij mensen
- Ervarend leren in plaats van denken en praten of zoals een respondent het verwoord: *“Vooral de mensen die heel erg in hun hoofd zitten en minder in hun lijf eigenlijk, die dat allemaal wel heel goed kunnen analyseren maar minder kunnen voelen, die hebben veel meer baat bij paardencoaching.”*

- Weerstandsvermindering. Eén respondent vertelt: *Dus ik heb heel vaak kinderen die niet naar een psycholoog of psychiater kunnen omdat ze dat echt niet trekken om over dingen te gaan praten in een kantoor setting..”*
- Paarden zoeken uit zichzelf verbinding met mens, waardoor het voor mensen makkelijker is om contact te maken met het paard.

Eén van de respondenten ging nog een stap verder. Op de vraag naar de toegevoegde waarde van het paard in coaching en hulpverlening zei zij:

Ik zie het niet als toegevoegde waarde; ik zie het als waarde. Dat ten eerste. Mijn invalshoek is precies andersom en wat ik zie en wat de paarden doen door hun aanwezigheid en door hun interactie dat mensen zichzelf weer gaan herkennen, voelen en waarnemen en dat gebeurt door het dier en door die relatie. Vele malen makkelijker dan dat ik iemand kan bereiken als mens.

#### *Therapeutisch effect van een ander dier dan een paard op de mens*

Coaching en hulpverlening met paarden wordt doorgaans vaak vergeleken met hondencoaching. De paardencoaches geven aan dat er wezenlijke verschillen zijn tussen paarden en honden als het gaat om coaching en hulpverlening:

Honden zijn roofdieren, paarden prooidieren. Dat maakt dat paarden altijd de omgeving scannen op gevaar. Dat gegeven maakt paarden bij uitstek geschikt voor coaching en hulpverlening: ze scannen de lichaamstaal van de cliënt en reageren erop. Dat geeft waardevolle feedback voor de cliënt. Een hond is een pleaser, hij wil het graag goed doen voor de “baas”. Paarden doen dit niet: ze doen niet mee met een sessie omdat de “baas” dat graag wil. Als een paard uit de sessie wegloupt, dan is dat informatie voor de cliënt over de situatie.

De respondenten vertellen dat er overeenkomsten zijn tussen honden en paarden wat betreft de gevoeligheid voor stress. Deze gevoeligheid voor stress kan ingezet worden ten behoeve van mensen.

Verschillen tussen paarden en andere dieren in de omgang met mensen, volgens de respondenten:

De respondenten vertelden over kippen en konijnen, die zij ook soms op het terrein hebben. Ze geven aan dat deze fijn zijn om mee te knuffelen en kunnen zeker een doel dienen voor mensen, maar dat is niet hetzelfde als coaching of hulpverlening. Sommige respondenten vertelden dat dolfijnen en olifanten ook worden ingezet ten behoeve van mensen, echter deze dieren zijn niet zomaar te “houden”. Bovendien vragen zij zich af of deze dieren daarbij gebaat zijn. Het zijn immers wilde dieren in tegenstelling tot onze gedomesticeerde paarden. Eén van de respondenten stelde deze vraag: *“Wie zegt dat wij de paarden hebben gedomesticeerd? Misschien is het andersom geweest.”* Eén van de respondenten opperde dat ezels misschien ingezet kunnen worden voor coaching en hulpverlening, maar daar had deze respondent geen ervaring mee. Geiten en lama’s werden door twee respondenten vroeger ingezet voor wandelingen. Eén van hen vertelt:

Ik heb ook geiten en een lama en die gaan zich ook wel eens spontaan mengen in het geheel. Maar dat is toch anders. Die kunnen ook wel dingen oproepen bij mensen, maar die hebben niet zo'n connectie met mensen dat ze zomaar iets gaan doen of dat er iets gebeurt.” Een andere respondent die ervaring heeft met wandelen met geiten (geen coaching) vertelt: “Die geiten, die zorgden juist ervoor dat de mensen het niet over het werk hadden, dat ze niet over dat gedoe in de familie hadden, dat ze niet hadden over de smalltalk, om het zo maar te zeggen, maar juist alleen maar met het beest bezig waren en eigenlijk met die ervaring die ze daarmee hadden.

*Andere werkzame elementen dan paarden tijdens paardencoaching, volgens de respondenten*

Tijdens de coaching of hulpverlening met paarden noemen respondenten meer elementen, die bij kunnen dragen aan het effect van de coaching/hulpverlening. Te denken valt aan buiten zijn, de “hele ervaring” van het omgaan met paarden, een uitje om naar uit te kijken, soms met een groep mensen dingen ondernemen. Zoals deze respondent vertelt:

Maar t is toch ook een stukje beleving en dat daar heb je toch echt werkelijk dat paard en de omgeving hier wel voor nodig. En het uitje hier naar toe hè? Ben je met het busje hier naartoe, kopje koffie drinken, je vrijwilliger of helper en instructeur zien en naar het paard gaan.

*De rol van de coach of hulpverlener: een reflectie van de paardencoach op zichzelf*

De respondenten zijn het erover eens dat het niet alléén het paard is, dat van waarde is voor de coaching of hulpverlening. De coach of hulpverlener heeft een belangrijke rol als het gaat om veiligheid bieden en aansluiten bij de cliënt. Zij stuurt het proces met vragen en feedback. Zij beheerst de eigen lichaamstaal en spanning, zowel voor de cliënt als voor het paard. Zij zorgt ook voor het welzijn van de paarden in het dagelijks leven en tijdens de sessies.

De volgende thema's vallen onder het hoofdthema “technologie”.

*Het gebruik van technologie tijdens paardencoaching*

Hierin waren de respondenten unaniem: de respondenten gaven aan geen ervaring te hebben met technologie in het dagelijks leven. Ze gaven aan slechts gebruiker te zijn van software voor de administratie of tekstverwerking bijvoorbeeld. tijdens de sessies is er geen plaats voor technologie. Op dit onderwerp is niet doorgevraagd. Dit is wellicht een beperking in het onderzoek. Echter, deze respondenten zouden niet meer informatie kunnen geven over

het gebruik van technologie; ze waren vrij stelling in hun mening dat technologie geen plaats heeft in de sessies.

#### *Het gebruik van technologie als aanvulling op de paardencoachsessies*

Op één respondent na gaf men aan dat technologie als aanvulling op de sessies veel gebruikt wordt. Voor het online intakegesprek, huiswerkopdrachten, een online na-traject, administratie, beveiligde verslaglegging en versleutelde overdracht van dossiers. Soms worden sessies gefilmd, zodat ze later teruggekeken kunnen worden. De cliënt kan daarmee reflecteren op het eigen gedrag. Een filmpje van iemand anders wordt niet als zinvol ervaren, omdat dat geen ervaring is waar alle zintuigen bij ingezet worden. Eén van de respondenten gaf aan helemaal geen intakegesprek vooraf te houden:

Ik ben er geen voorstander van en ik zal dat ook niet willen toepassen. Ik vind namelijk een online intakegesprek erg zinloos omdat je dan mensen juist weer naar hun hoofd aanspreekt en vragen stelt en dat doe ik niet. Ik wil hooguit weten of ze medicijnen gebruiken voordat we naar de paarden gaan en dan doen we de intake verder bij de paarden.

De periode met Covid-19 heeft een grote positieve impuls gegeven aan het gebruik van online gesprekken, volgens respondenten. Dat wordt ervaren als meerwaarde op de dagelijkse praktijk, vergeleken met de periode ervoor.

#### *Technologische oplossingen bij contra-indicaties voor paardencoaching*

Bij contra-indicaties kan gedacht worden aan angst voor paarden, allergie en agressie. Angst voor paarden wordt door de respondenten niet gezien als contra-indicatie voor paardencoaching, maar als impliciet onderdeel van de hulpvraag van de cliënt. Een van de respondenten gaf aan dat technologie in haar optiek nooit een oplossing is voor contra-indicaties: “*dan kom je gewoon bij een andere coach uit. Dan ben je een coach, maar niet de*

*coach met de paarden.*” Agressie, sadisme, suïcide, bepaalde psychiatrische aandoeningen (bipolaire aandoeningen met name) zijn volgens de respondenten wel contra-indicaties voor paardencoaching. Technologie biedt hier ook geen oplossing, omdat de respondenten aangeven geen paard te willen inzetten in deze situatie, vanwege de belasting voor het paard en de veiligheid ervan.

Samenvattend geven de respondenten aan dat technologie geen oplossing is voor contra-indicaties. Sommige contra-indicaties zijn juist onderdeel van het proces of tijdelijk oplosbaar, zodat het de coaching/therapie niet in de weg staat. De andere kant van de situatie is dat deze respondenten geen cliënten hebben met ernstige angst voor paarden: deze cliënten melden zich bij voorbaat al niet aan voor deze vorm van coaching of therapie. Technologie is dan geen oplossing, omdat het probleem zich niet voordoet. De effecten van paardencoaching zijn daardoor niet voor iedereen beschikbaar.

De volgende thema's vallen onder het hoofdthema “paardenwelzijn”.

#### *Paardenwelzijn rondom de paardencoachingssessies*

Alle respondenten zijn het erover eens, dat de paarden een paardvriendelijk en verrijkt leven moeten hebben met keuzemogelijkheden als voorwaarde voor de inzet ervan ten behoeve van mensen. Deze respondent verwoordt het zo:

Als ik naar mezelf kijk vind ik echt het welzijn echt het allerbelangrijkste. Als het welzijn niet optimaal is, dan kun je ook gewoon niet samenwerken met zo'n dier.” Een andere reden die gegeven wordt is dat een “goed” paard niet zomaar weer te vervangen is: “we zijn een bedrijf waar paardenwelzijn hoog in het vaandel staat, omdat men weet hoe belangrijk zo'n dier is en dat ie niet zo makkelijk vervangbaar is. Je kan niet zomaar weer een nieuwe ergens vandaan halen die ook weer zo goed inzetbaar is.



Niet iedere paardencoach heeft de beschikking over een eigen woon/werkplek voor de paarden. Sommigen zijn daarom afhankelijk van een manege of pensionstalling voor de huisvesting. Evengoed zijn alle paardencoaches het erover eens dat er een aantal basisvoorwaarden voor paardenwelzijn rondom de paardencoachingssessies zijn, die zij in acht nemen. Zo kunnen de meeste paarden eigen keuzes kunnen maken over lopen, slapen, eten, in of nabij de kudde zijn. De paarden leven meestal in een kudde, soms altijd en soms alleen overdag. Oudere pony's moeten de kans hebben af en toe apart te staan of te eten. De paarden moeten steeds ruwvoer kunnen eten via bakken en hooinetten en de beschikking hebben over een schuilstal. Een van de respondenten beschrijft de huisvesting van de paarden als volgt:

We proberen onze plek steeds meer te verrijken met heel veel bomen, struiken, hagen, heggen, die ook eetbaar zijn waardoor ze ook daardoor wat meer dat natuurlijke gedrag vertonen om op pad te gaan eigenlijk. Dus de "paddock paradises" die steeds meer "browsing paradises" worden, waardoor ze meer gaan rondzoeken met passieve fysio: op verschillende manieren gaan staan waardoor ze hun lichaam ook beter in balans krijgen eigenlijk. Dus van nature een soort van fysio, wat ze in het wild natuurlijk ook hebben. Dat je wat heuveltjes hebt of dalen.

Naast de sessies is afwisseling belangrijk in de vorm van poetsen, wandelen, rijden en grondwerk. Dit wordt door bijna alle respondenten aangeboden. Ook monitoring van de dierenarts, osteopaat en/of chiropractor wordt ingezet.

#### *Paardenwelzijn tijdens de paardencoachingssessies*

Tijdens de sessies zijn de andere paarden bij of in de directe buurt van het paard dat meedoet met de sessie. Het paard moet mentaal en fysiek in staat zijn mee te doen, aldus de respondenten.

De meeste respondenten geven aan dat ze paardencoaching wel belastend vinden voor de paarden en daarom bepaalde keuzes maken, zoals het paard zelf laten aangeven of en hoelang hij mee wil doen, een paard kiezen dat geschikt is voor het ingebrachte thema, soms kiezen voor kinderen die gecoacht moeten worden, niet voor volwassenen en de grens bewaken van wat een paard aankan. Een paar coaches gaven aan dat ze wel inzagen dat het paard stress kan ervaren tijdens de sessies, maar dat ze dat wel weer kwijtraken als ze weer tussen de andere paarden staan. Eén van de coaches gaf aan dat als zijzelf rustig is, dat de paarden daardoor geen stress ervaren. Als ze wel stress ervaren, dan hebben ze er volgens haar in ieder geval geen last van:

Dat mensen problemen hebben op dat moment reageren ze erop, op agressie of op wat dan ook. Maar ik zie echt niet dat ze daar iets van opnemen of dat ze dat opslaan omdat ik dat zelf ook niet doe misschien, of omdat ze van mij ook geen druk krijgen dat er iets moet gebeuren. Dat denk ik ook wel, dat paarden ook vooral reageren op mij en op de cliënt. Maar zolang ik accepteer wat er gebeurt en rustig blijf, is het voor hun oké.

Een andere respondent gaf zelfs aan dat zij stress geen probleem vindt:

Want er last van hebben mag wat mij betreft prima. Ja, want dat is ook het leven. Ze hebben ook wel eens last van elkaar. Daar heb ik niet zo'n waarde oordeel op, alleen dat moet niet een hoofdmoot worden. Maar een paard mag prima even last hebben van de energie die d'r is. Ja, want daar ga je niet dood aan. Het zou van mij anders worden als ze daar continu aan blootgesteld worden.

Zes van de acht respondenten zetten een paard maximaal 3 keer per week in. Eén soms wel dagelijks, maar dan gaat het om korte sessies.

*Baten van paardencoaching voor het paard zelf*

Afgaande op de bevindingen van de coaches, levert coaching/hulpverlening ook genoeg op voor het paard, zoals aandacht, contact maken, verbinding zoeken, afwisseling op het dagelijks leven, wandelen als verrijking. Eén van de respondenten vertelt een verhaal over één van haar paarden die zelf hersteld is door het meedoen met coaching/hulpverlening:

Ik heb een IJslandse merrie. Dat was altijd een fokmerrie geweest en toen was het een privé pony geworden en achteraf begreep ik dat het meisje eigenlijk heel bang van haar was geworden. Toen ze kwam was ze eigenlijk angstig en depressief, dus ook in de groep, ook met de hulpverlening sessies. Mensen zagen haar nooit of ze stond in het hoekje waar het donker was, waar ze letterlijk over het hoofd gezien werd. En dat is in de loop van de jaren veranderd: die heeft door de coaching echt haar depressiviteit en haar verdriet overwonnen.

Samenvattend kan gesteld worden dat er, volgens de respondenten, tijdens de sessies geen plaats is voor technologie. Technologie heeft wel een grotere rol gekregen in de cliëntcontacten rondom de sessies: met name sinds Covid-19 wordt er meer gewerkt met videobellen voor online intakegesprekken, huiswerkopdrachten en nabesprekingen. Verder wordt technologie door hen ingezet voor administratie, beveiligde verslaglegging en versleutelde overdracht van dossiers. Soms worden sessies gefilmd, zodat ze later teruggekeken kunnen worden. Ook voor contra-indicaties is technologie geen oplossing: angst en allergie wordt door de coaches en hulpverleners niet gezien als contra-indicatie. Agressie, sadisme, suïcide en bepaalde psychiatrische aandoeningen zijn volgens de respondenten geen geschikte problemen om aan te pakken met paardencoaching, omdat het te belastend en niet veilig is voor de paarden.

## Discussie

De hoofdvraag van dit onderzoek was: wat zijn de werkzame elementen van paardencoaching volgens paardencoaches. De onderliggende vragen waren: denken paardencoaches dat technologie een bijdrage kan leveren aan (een deel van) paardencoaching? Wat is de mening van paardencoaches over paardenwelzijn met betrekking tot paardencoaching?

### *Werkzame elementen van paardencoaching*

Met betrekking tot de werkzame elementen konden de respondenten veel redenen geven waarom zij denken dat paarden meer geschikt zijn voor de sessies dan andere dieren, mensen, de natuur en/of dierenfilms of technologische vervangingen. Zij denken dat paarden meer geschikt zijn door: de ‘spiegelende werking’ van paarden, het in het ‘hier en nu’ zijn van de paarden, de lichaams- en zintuigelijke ervaring van mensen bij paarden, de veiligheid die mensen voelen bij paarden en de symbolische functie die paarden kunnen hebben tijdens de sessies. De paardencoaches zeggen te weten dat het werkt, maar de huidige wetenschappelijke resultaten zijn (nog) niet evidence-based te noemen. Genoemde elementen uit de verhalen van de respondenten worden deels ondersteund door enkele onderzoeken: van der Kolk bijvoorbeeld beschrijft de lichamelijke ervaring als helend bij trauma (van der Kolk, 1994) en Van Dorp (2013) benoemt dat paarden reageren op mensen en dat dit mensen stimuleert om ander gedrag te proberen. Een werkzaam element dat de paardencoaches niet benoemd hebben, is de bereidheid van de cliënt tot zelfreflectie en bewustwording. De voorwaarde voor deze bereidheid ligt in het feit dat cliënten zelf op zoek gaan naar een paardencoach, omdat ze denken dat deze kan helpen met hun probleem. Zij zijn intrinsiek gemotiveerd om te veranderen (Ryan & Deci, 1985). Intrinsiek gemotiveerde mensen hebben wellicht baat bij elke vorm van coaching of hulpverlening, met of zonder paarden. Of

andersom gesteld: een deel van het succes van de paardencoaching ligt in de bereidheid van de cliënt tot zelfreflectie en bewustwording.

#### *De inzet van technologie tijdens paardencoaching*

Met betrekking tot technologie bleek dat de respondenten geen plaats zagen voor technologie, al heeft technologie sinds Covid-19 wel een grotere rol gekregen rondom de sessies. Ook voor contra-indicaties zou technologie geen oplossing zijn, volgens respondenten. Zij zijn van mening dat het paard zélf het wezenlijke verschil maakt in de sessies en om die reden niet vervangen of aangevuld kan worden met technologie: het paard maakt het verschil. De bevindingen worden waarschijnlijk gekleurd door de unanimititeit van de uitspraken van de respondenten. Zij zijn immers allen al overtuigd van de inzet van paarden ten behoeve van mensen. Een ander punt was dat de respondenten niet veel of geen ervaring hebben met technologie in het algemeen. De vraag is of technologie een rol zou krijgen bij een paardencoach of -hulpverlener als deze al meer gebruikt maakt van technologie in zijn dagelijks leven. Hierbij valt te denken aan het gebruik van VR-brillen. Virtual Reality creëert een omgeving waarin mensen niet bij echte paarden zijn, maar wel de ervaring hebben dat ze bij paarden zijn. Door op deze manier te werken met virtuele paarden, kan dat helpen om angst- en stressniveaus te verminderen (Stetina et al., 2012). Een recente studie van Park en Lee (2021) onderzocht het gebruik van virtuele paardencoaching bij de behandeling van angststoornissen. De resultaten toonden aan dat virtuele paardencoaching een effectief middel kan zijn om angstsymptomen te verminderen en het welzijn van deelnemers te verbeteren.

#### *Paardenwelzijn bij paardencoaching*

Met betrekking tot paardenwelzijn gaven de respondenten allemaal aan dat het paard hun belangrijkste “werkmateriaal” is en dus goed verzorgd dient te worden en niet zomaar te vervangen is. Tegelijkertijd geven ze aan dat ze paardencoaching belastend vinden voor de paarden: het levert stress op. Niet alle respondenten hebben dezelfde mening over de

hoeveelheid stress die een paard mag ervaren bij de inzet van paardencoaching. Het begrijpen van de stressniveaus bij paarden die worden gebruikt in paardencoaching is van groot belang voor het waarborgen van het paardenwelzijn. Hieronder genoemde onderzoeken laten zien dat er verschillende manieren zijn om stress te meten bij paarden: gedragsobservaties, fysiologische metingen en hormoonmetingen.

#### *Manieren om stress te meten bij paarden*

Een niet belastende manier om stress bij paarden te meten tijdens paardencoaching is door gedragsobservaties. Volgens Leconstant & Spitz (2022) kunnen we er van uit gaan dat de basisemoties bij alle zoogdieren hetzelfde zijn, omdat dat deel van de hersenen dat dit regelt, de diepe subcorticale regio, hetzelfde is vormgegeven. Paarden kunnen met hun lichaamstaal stresssignalen laten zien zoals verhoogde alertheid, in de verte staren, staartzwiepen of het wegstaren/vermijden van oogcontact (Draaisma, 2020). Oog blinken is ook een manier om stress te meten bij paarden (Markies et al., 2019). Een studie van Runciman et al. (2019) onderzocht stress bij paarden in paardencoachingsessies. Ze vonden dat paarden onder stressvolle omstandigheden vaker gedragsveranderingen vertoonden, zoals stijve lichaamsbewegingen en verminderde nieuwsgierigheid naar de omgeving. Een ander onderzoek liet zien dat paarden al stress signalen laten zien als ze slechts 2 minuten bij getraumatiseerde mensen doorbrengen, zonder interactie tussen mens en paard (Markies, 2018).

Een andere manier om stress te meten is door fysiologische waarden. Bijvoorbeeld, het meten van hartslagvariabiliteit (HRV) is een indicator van stressreacties bij paarden. In een onderzoek van Kapteijn et al. (2022) wordt uitgelegd dat HRV het verschil in tijd tussen de verschillende hartslagen meet. In dit onderzoek werd bekeken of de HRV ook kan worden gemeten terwijl een paard bezig is met grondwerk. Grondwerk is een manier van werken met het paard, waarbij er niet gereden wordt, zoals ook het geval is bij paardencoaching. De HRV

bleek inderdaad ook een betrouwbare meting bij paarden die grondwerk doen. Een studie van Bertotto et al. (2020) onderzocht de effecten van aanrakingen en stemgeluid op de HRV van paarden in een paardencoachsituatie. Ze ontdekten dat paarden een verminderde HRV vertoonden tijdens stressvolle situaties, wat duidt op een verhoogde fysiologische stressreactie.

Een derde manier om stress te meten bij paarden is middels stress gerelateerde hormonen, zoals beschreven in een studie van De Almeida et al. (2018). De resultaten toonden aan dat de glucocorticoideniveaus van de paarden significant verhoogd waren tijdens en direct na de paardencoachsessies, wat een indicatie is voor stress bij paarden.

#### *Oorzaken van stress bij paarden door mensen*

De stress kan worden veroorzaakt door het gedrag van de coach en/of de client. Onduidelijke signalen van coaches kunnen de paarden verwarren en onzeker maken. Onderzoek heeft aangetoond dat paarden beter presteerden en minder stress vertoonden wanneer ze samenwerkten met coaches die duidelijke signalen gaven (Safreed-Harmon et al., 2018). Langdurig oogcontact en intense lichamelijke aanrakingen door cliënten kunnen als bedreigend worden ervaren door de paarden. Dat geeft de paarden stress. (Lansade et al., 2008). De aanwezigheid van onbekende mensen, zoals de steeds wisselende cliënten van paardencoaches, kan ook stress veroorzaken. (Fureix et al., 2012).

#### *Gevolgen van stress bij paarden door mensen*

Stress door de interactie met mensen kan leiden tot verminderd vertrouwen in en negatieve associaties met mensen bij coachingspaarden. Als paarden vaak onvoorspelbaar of bedreigend gedrag van mensen ervaren, kunnen ze angstig of defensief worden en hun vertrouwen in de coaches verliezen (Lansade et al., 2016).

*Voorwaarden voor de inzet van paarden bij paardencoaching*

Nobbe (2016) stelt dat een paard onder de juiste omstandigheden minstens 2 coachingsessies per dag kan doen met minimale stress. Het is belangrijk om goed in kaart te brengen wat die juiste omstandigheden zijn. Paarden zijn van nature sociale dieren en hebben behoefte aan sociale interactie en stimulatie. Het bieden van mogelijkheden voor natuurlijk gedrag, zoals grazen en bewegen, kan bijdragen aan een verlaagd stressniveau en een verbeterd welbevinden bij paarden (Lansade et al., 2018). Een andere belangrijke factor is dat coaches zich bewust moeten zijn van het gedrag en de communicatie van paarden, zodat ze kunnen anticiperen op de behoeften en grenzen van de paarden. Begrip voor hoe het paard de wereld waarneemt en hoe het paard leert, horen daar bij. Onderzoek heeft aangetoond dat goed opgeleide coaches beter in staat zijn om stress te voorkomen en een positieve interactie met de paarden te bevorderen (Harmon et al., 2020). Het stapsgewijs introduceren van nieuwe situaties en mensen kan ook bijdragen aan het voorkomen van stress bij coachingspaarden (Turner et al., 2017).

Tegelijkertijd kan gesteld worden dat paardenmensen hun eigen kennis over gedrag van paarden overschatten. Dit wordt de paradox rondom paardenwelzijn bij gedomesticeerde paarden genoemd in een artikel van Hausberger et al. (2021). Twee van de genoemde redenen hiervoor zijn antropomorfisme (het vermensenlijken van de noden van de paarden) en traditie (paardenmensen zijn gewend aan bepaald gedrag van paarden en beschouwen dat gedrag als normaal gedrag).

*Alternatieven voor de inzet van paarden bij paardencoaching*

Er worden in de literatuur ook alternatieven benoemd voor de inzet van paarden bij coaching. Virtual Reality, zoals hierboven beschreven, kan worden ingezet. Ook honden kunnen een alternatief zijn voor paarden bij coachingsessies. Honden hebben een lange geschiedenis van interactie met mensen en worden vaak gebruikt in dierondersteunde



interventies vanwege hun sociale aard en trainbaarheid. Verschillende studies hebben aangetoond dat interactie met honden kan leiden tot verlaagde stressniveaus en het welzijn van mensen kan bevorderen (Barker et al., 2016). Een alternatief zonder dieren of technologie is om de natuur te gebruiken bij coachingsessies. Natuur heeft een bewezen positief effect op het welzijn van mensen en kan bijdragen aan stressvermindering. Door coachingsessies buiten te laten plaatsvinden in een groene omgeving, zoals een bos of park, kan het welzijn van de deelnemers worden bevorderd en kan stress worden verminderd (Barton et al., 2012).

#### *Beperkingen van het voorliggende onderzoek*

Een beperking is de omvang en het design van dit onderzoek. Het be vraagt slechts een kleine groep paardencoaches. Door middel van semigestructureerde onderzoeken is naar de mening, ideeën en werkwijzen van paardencoaches gevraagd. Vervolgonderzoeken zouden zich kunnen richten op kwantitatief onderzoek, waarin groepen gebruikers van therapie vergeleken kunnen worden om de werkzaamheid van paardencoaching breder in kaart te brengen met en zonder (deels) inzet van technologie. Te denken valt aan paardencoaching versus CGT, therapie met echte paarden versus therapie met filmpjes van paarden, bijvoorbeeld door middel van een VR-bril, coaching en hulpverlening mét en zonder paard onder dezelfde omstandigheden: buiten met een coach of hulpverlener. De bevindingen in dit onderzoek kunnen als aanzet dienen tot het doen van vervolgonderzoek. Ook geven de gevonden bevindingen geen compleet beeld van het werkveld. Er moet nader gekeken worden naar de werkwijzen van een grote groep paardencoaches om na te gaan of er op grote schaal rekening gehouden wordt met paardenwelzijn en stressreductie bij paarden.

#### **Conclusie**

Op basis van de geanalyseerde interviews met paardencoaches blijkt dat zij veel werkzame elementen kunnen benoemen van paardencoaching ten behoeve van mensen. Daarnaast zeggen zij dat de inzet van technologie ter vervanging van (delen) van

paardencoaching als niet mogelijk en ook niet wenselijk wordt gezien: het paard maakt het verschil en zonder paard is er geen sprake van paardencoaching. De benoemde werkzame elementen van paardencoaching zijn, volgens respondenten, niet te bereiken met andere dieren, mensen, de natuur en/of dierenfilms of technologische vervangingen. Volgens de respondenten is het paardenwelzijn niet in het geding bij paardencoaching: het paard is het belangrijkste “werkmateriaal” van de coach of hulpverlener en wordt, naar hun zeggen, om die reden gehouden op een zo goed en paardwaardig mogelijke manier om het paardenwelzijn optimaal vorm te geven tijdens de inzet ten behoeve van mensen. Meer onderzoek is nodig om op grote schaal in kaart te brengen welke delen van paardencoaching op een andere, technologische manier uitgevoerd kunnen worden en om vast te stellen wat er nodig is om de kennis en kunde bij paardencoaches te verbeteren.

### Literatuurlijst

- Barker, S. B., Barker, R. T., McCain, N. L., & Schubert, C. M. (2016). A randomized cross-over exploratory study of the effect of visiting therapy dogs on college student stress before final exams. *Anthrozoös*, 29(1), 35-46.
- Barton, J., Pretty, J., & Griffin, M. (2012). The health benefits of walking in greenspaces of high natural and heritage value. *Journal of Integrative Medicine*, 10(3), 176-180.
- Bass, M.M., Duchowny, C.A. & Llabre, M.M. The Effect of Therapeutic Horseback Riding on Social Functioning in Children with Autism. *J Autism Dev Disord* 39, 1261–1267 (2009). <https://doi.org/10.1007/s10803-009-0734-3>
- Bertotto, D., Regalia, C., Brondani, J.T., Peli, A., Luzi, F., Giorgi, A., Cozzi, A., Ravagnan, S., Casano, S., Redaelli, V., et al., 2020. Heart rate variability and behavioural responses of horses in different psychotherapeutic sessions. *Animals* 10, 1946.
- Bracke, M.B.M., Spruijt, B.M., Metz, J.H.M., 1999. Overall welfare assessment reviewed. Part 1: Is it possible? *Neth. J Agric. Sci.* 47, 279-291
- De Almeida, K.P., Esteves-Lima, R.P., Koch, C., Hepner, Z., de Assis Fonseca, C., dos Santos Yamada, L., Kimura, K.C., Geraldo, J.S., Oliveira, S.G., Briani, D.C., et al., 2018. Assessment of stress levels in horses involved in animal-assisted interventions. *Journal of Equine Veterinary Science* 69, 30-35.
- Deci, E.L. en Ryan, R.M., *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*, New York, Plenum, 1985
- Runciman, R.J., Sainsbury, R.S., Channon, A., 2019. Behavioural welfare indicators of stress in horses used in a therapeutic riding program. *Animals* 9, 558.
- Draaisma, R. (2020). *Kalmerende Signalen van Paarden: Herkennen en toepassen* (1ste editie). Bloemendal Uitgevers.

- Draaisma, R. (2021). *Speurwerk met paarden: De kracht van zintuiglijke verrijking* (1ste editie). Bloemendal Uitgevers.
- Endenburg, N. & Vermetten, E. (2020, 28 september). Inzet van paarden bij hulp aan veteranen met posttraumatische stressstoornis. <https://www.uu.nl/>.  
<https://www.uu.nl/nieuws/inzet-van-paarden-bij-hulp-aan-veteranen-met-posttraumatische-stressstoornis>
- Fureix, C., Menguy, H., Hausberger, M., & Seneque, E. (2012). Towards an ethological animal model of depression? Conflict between sweet preference and despair like behavior in two breeds of horses. *Applied Animal Behaviour Science*, 138(3-4), 128-136.
- Hamerlinck, J., Verhaeghe, P., & Trenson, E. Psychotherapie met assistentie van paarden: een verkennend literatuuronderzoek.
- Hausberger, M., Lesimple, C., & Henry, S. (2021). Detecting Welfare in a Non-Verbal Species: Social/Cultural Biases and Difficulties in horse Welfare assessment. *Animals*, 11(8), 2249. <https://doi.org/10.3390/ani11082249>
- Hennink M, Kaiser BN. Sample sizes for saturation in qualitative research: A systematic review of empirical tests. *Soc Sci Med*. 2022 Jan;292:114523. doi: 10.1016/j.socscimed.2021.114523. Epub 2021 Nov 2. PMID: 34785096.
- Hofman, L. Therapie met hulp van paarden: een experience based praktijk? Equine Assisted Therapy: an experience based practice?.
- Hollenhorst, H., & Wagenknecht, R. (2015). *Equine assisted coaching from the horses' point of view* (Doctoral dissertation, Van Hall Larenstein).
- Jackson, J. (1997). *The Natural Horse: Foundations for Natural Horsemanship*. Star Ridge Publishing.

- Kang, H. S., Makimoto, K., Konno, R. & Koh, I. S. (2020). Review of outcome measures in PARO robot intervention studies for dementia care. *Geriatric Nursing*, 41(3), 207–214. <https://doi.org/10.1016/j.gerinurse.2019.09.003>
- Kapteijn, C. M., Fripiat, T., van Beckhoven, C., van Lith, H. A., Endenburg, N., Vermetten, E., & Rodenburg, T. B. (2022). Measuring heart rate variability using a heart rate monitor in horses (*Equus caballus*) during groundwork. *Frontiers in Veterinary Science*, 9.
- Knaapen, R. (2015). Coachen met paarden. *Het systemisch perspectief. Uitgeverij Boom/Nelissen. 2e druk.*
- Kovacs, G., & Enders-Slegers, M. J. (2019). Dierondersteunde psychotherapie bij een volwassene met vroegkinderlijke chronische traumatisering. *GGZ Vaktijdschrift GGZV*, 2(2), 2-16.
- Kovács, G., van Dijke, A., & Enders-Slegers, M.-J. (2020). Psychodynamic Based Equine—Assisted Psychotherapy in Adults with Intertwined Personality Problems and Traumatization: A Systematic Review. *International journal of environmental research and public health*, 17(16), 5661.
- Kovács, G., Putten, S. V., Dijke, V., Noback, I., & Enders-Slegers, M. (2021). Integrated Equine-Assisted Short Term Psychodynamic Psychotherapy (EASTPP) equals regular STPP and outperforms in overcoming core problems of patients with personality problems: interpersonal sensitivity and self esteem. *Applied Neuroscience and Mental Health*, 1(1), 2–20. <https://doi.org/10.31739/anamh.2021.1.2>
- Lansade, L., Bertrand, M., Bouissou, M. F., & Vidament, M. (2008). Horse flight reactions to human attitudes and behavior. *Journal of veterinary behavior*, 3(2), 81-82.
- Lansade, L., Bouissou, M. F., Erhard, H. W., & Bruchet, A. (2016). Fearfulness and coping style in piglets. *Applied Animal Behaviour Science*, 175, 35-40.

- Lansade, L., & Coste, C. (2018). Back to the wild: Could equine direct contact help alleviate stress in domestic horses? *Animals*, 8(7), 109.
- Leconstant, C., & Spitz, E. (2022). Integrative Model of Human-Animal Interactions: A One Health–One Welfare Systemic Approach to Studying HAI. *Frontiers in Veterinary Science*, 9. <https://doi.org/10.3389/fvets.2022.656833>
- Merkies, K., McKechnie, M., & Zakrajsek, E. (2018). Behavioural and physiological responses of therapy horses to mentally traumatized humans. *Applied Animal Behaviour Science*, 205, 61–67. <https://doi.org/10.1016/j.applanim.2018.05.019>
- Miller, W. R., & Rollnick, S. (2012). *Motiverende gespreksvoering: een methode om mensen voor te bereiden op verandering*. Ekklesia.
- Mubanga, M., Byberg, L., Nowak, C. *et al.* Dog ownership and the risk of cardiovascular disease and death – a nationwide cohort study. *Sci Rep* 7, 15821 (2017).  
<https://doi.org/10.1038/s41598-017-16118-6>
- Nagtegaal, C. (2022). De kracht van het paard als co-therapeut. *GGZ Vaktijdschrift*, 5(1), 28-38. Parker, C , Scott, S and Geddes, A (2019) *Snowball Sampling*. SAGE Research Methods Foundations. doi:10.4135/
- NANNES, J., & van de Masterproef, J. G. (2013). GROEPSHUISVESTING VAN PAARDEN.
- Neven, L., & Janssen, J. H. L. J. (2020). Robots en dieren in de (veiligheids) zorg: Vragen over dierenwelzijn naar aanleiding van ervaringen met robotisering. *Proces: tijdschrift voor strafrechtpleging*, 99(6), 442-451.
- Nobbe, H. (2016). *Evaluation of the welfare of the lesson horse used for equine assisted activities and therapies* (Doctoral dissertation, Middle Tennessee State University).
- Ophorst, S. (2013) Samen op weg naar professionalisering.

- Park, Y. J., & Lee, J. (2021). Effects of virtual reality-based horse-assisted psychotherapy for anxiety disorders. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 1-14.
- Raviv L, Jacobson SL, Plotnik JM, Bowman J, Lynch V, Benítez-Burraco A. Elephants as an animal model for self-domestication. *Proc Natl Acad Sci U S A*. 2023 Apr 11;120(15):e2208607120. doi: 10.1073/pnas.2208607120. Epub 2023 Apr 3. PMID: 37011191; PMCID: PMC10104499.
- Rietveld, N., Moelker, R., & Bakx, G. (2021). Als alleen reguliere hulp niet lijkt te helpen. Ruet, A., Lemarchand, J., Parias, C., Mach, N., Moisan, M. P., Foury, A., ... & Lansade, L. (2019). Housing horses in individual boxes is a challenge with regard to welfare. *Animals*, 9(9), 621.
- Safreed-Harmon, K., Zbitnoff, Z., & Lord, L. (2018). Horse–human interaction: exploring the effect of human behavior on equine behavior and physiology. *Animals*, 8(8), 136.
- Schuermans, L., Calis, P. & Zuidema, S. (2009). Aaien als therapie (AAT). *Tijdschrift voor VerpleeghuisGeneeskunde*, 34(2), 44–48. <https://doi.org/10.1007/bf03081359>
- Sempik, J. R. B. (2016, 7 juli). *Green care | 10 | Nature-based interventions for vulnerable people* / J. Taylor & Francis. <https://www.taylorfrancis.com/chapters/edit/10.4324/9781315750941-10/green-care-joe-sempik-rachel-bragg?context=ubx>
- Shen, R. R., Xiong, P., Chou, U. I., & Hall, B. J. (2018). “We need them as much as they need us”: A systematic review of the qualitative evidence for possible mechanisms of effectiveness of animal-assisted intervention (AAI). *Complementary Therapies in Medicine*, 41, 203–207. <https://doi.org/10.1016/j.ctim.2018.10.001>
- Stetina, B. U., Felnhofer, A., Kothgassner, O. D., & Lehenbauer, M. (2012). Games for Health: Have Fun with Virtual Reality!. *Virtual Reality in Psychological, Medical and*

*Pedagogical Applications*, 65-80. Umans, S. Hond trekt baasje met diabetes mee. *TVPO* 5, 128 (2010). <https://doi.org/10.1007/BF03089421>

Turner, K. E., Novak, M., Smith-Osborne, A. (2017). Grounded theory study of equine-assisted counseling and Ohio Public School Achievement Test scores. *Journal of Creativity in Mental Health*, 12(1), 118-133.

van Dorp, M. Een hinnikende hulpverlener. *JEUGD CO* 7, 24–27 (2013).  
<https://doi.org/10.1007/s12449-013-0076-y>

Van der Kolk BA. The body keeps the score: memory and the evolving psychobiology of posttraumatic stress. *Harv Rev Psychiatry*. 1994 Jan-Feb;1(5):253-65. doi: 10.3109/10673229409017088. PMID: 9384857.



## Bijlagen

### Bijlage 1 Interviewprotocol

1. Wat is uw ervaring met betrekking tot het onderwerp?

- Telehealth/technologie in het algemeen
- Positief/negatief
- Reactie cliënteel

2. Uit resultaten van onze survey blijkt dat een potentieel voordeel met betrekking tot het gebruik van telehealth/technologie is dat het ook als aanvulling gebruik kan worden op de therapie. Denk bijv. aan thuisopdrachten, als voorbereiding op het contact met dieren of als mogelijk natraject.

- Op welke wijze worden deze aanvullingen momenteel aangeboden binnen jouw praktijk?
- Kan je me iets meer vertellen over de laatste keer dat voorbereiding/huiswerk gaf als aanvulling op de therapie als na-traject?
- Ervaar je ook moeilijkheden/tekortkomingen bij het uitvoeren van deze huidige aanvullingen?
- Op welke wijze probeer je tegemoet te komen aan deze tekortkomingen? Hoe los je moeilijkheden op?
- Op welke wijze zou telehealth/technologie binnen jouw praktijk hierbij helpend kunnen zijn?

3. Een ander voorbeeld waarbij telehealth/technologie oplossingen zou kunnen bieden, is wanneer mogelijke contra-indicaties direct contact tussen dier en cliënt bemoeilijkt. Denk bijvoorbeeld aan allergie, angst voor dieren, voor COVID.

- Op welke wijze worden dergelijke contra-indicaties momenteel aangepakt binnen jouw praktijk?
- Kan je me iets meer vertellen over de laatste keer dat contact tussen dier en cliënt niet mogelijk was door allergie/angst? Hoe heb je dit toen aangepakt?
- Ervaar je verschil tussen het gebruik van een dier in een fysieke setting of via telehealth/technologie?
- Wat is de therapeutische waarde van een dier voor de therapie?
- Is het zien van een filmpje van een dier of van de natuur op dezelfde manier helpend?
- Ervaar je ook moeilijkheden/tekortkomingen bij de oplossingen die je momenteel gebruikt?
- Op welke wijze probeer je tegemoet te komen aan deze tekortkomingen? Hoe los je moeilijkheden op?
- Op welke wijze zou telehealth/technologie binnen jouw praktijk hierbij helpend kunnen zijn?

4. Het gebruik van telehealth/technologie zou ook praktisch mogelijkheden bieden. Zo zou het kostenbesparend kunnen zijn, bijv. in geval van telecounseling moet men zich niet verplaatsen en kunnen kosten van rijlessen met paarden uitgespaard worden. Daarnaast kan het ook hulp bieden bij verbeteren van dierenwelzijn.

- Op welke wijze zou telehealth/technologie voor jouw praktische mogelijkheden kunnen bieden?

- Op welke wijze zou gebruik van telehealth/technologie volgens jou kunnen bijdragen tot het verbeteren van dierenwelzijn?

5. Resultaten van de survey duiden erop dat het ontbreken van kennis en vaardigheden grote belemmeringen zijn voor het toepassen van telehealth/technologie.

- Ontbreekt u momenteel kennis/vaardigheden met betrekking tot het onderwerp? Zo ja, welke kennis/vaardigheden?
- Waar vindt u momenteel antwoorden op al uw vragen met betrekking tot uw vragen over het onderwerp? (Indien niet van toepassing: Waar zou u zoeken voor informatie met betrekking tot het onderwerp?)
- Waarover heeft u de laatste keer informatie opgezocht met betrekking tot het onderwerp? Waar heeft u dit toen gezocht/gevonden?
- Vindt u het moeilijk om de juiste informatie/antwoorden op uw vragen te vinden?

6. Een andere belemmering mbt telehealth/technologie betreft het ontbreken van direct contact tussen dier en cliënt. Hierdoor mist men belangrijke non-verbale communicatie en ontbreken essentiële sensorische ervaringen (zoals bijv. geur, tast...).

- Op welke wijze wordt momenteel gebruik gemaakt van dergelijke non-verbale communicatie en sensorische ervaringen binnen uw praktijk?
- Kan je me iets meer vertellen over de laatste keer dat non-verbale communicatie van uitermate belang was in de therapie?
- Kan je me iets meer vertellen over de laatste keer dat sensorische ervaringen van uitermate belang was in de therapie?
- Op welke wijze zou telehealth/technologie binnen jouw praktijk hierbij helpend kunnen zijn?

7. Heb je nog andere ideeën met betrekking tot het gebruik van telehealth/technologie binnen uw praktijk?

## **Bijlage 2 Informed Consent**

Informed consent (Nederlands):

- Ik ben over het onderzoek geïnformeerd. Ik heb de schriftelijke informatie gelezen. Ik ben in de gelegenheid gesteld om vragen over het onderzoek te stellen.
- Ik geef toestemming voor het gebruik van de gegevens in wetenschappelijk onderzoek.
- Ik begrijp dat alle informatie die ik verstrek in kader van het onderzoek, op een veilige manier verzameld en bewaard worden.
- Ik begrijp dat alle informatie die ik verstrek, anoniem verwerkt, gerapporteerd en bewaard zal worden en niet naar mij terug zal leiden.
- Ik begrijp dat ik op elk moment uit het onderzoek kan stappen en ik hoef daar geen reden voor op te geven.
- Ik begrijp dat de verzamelde gegevens gedurende 10 jaar, op een veilige wijze door de Open Universiteit worden bewaard. Dit in overeenstemming met de VSNU richtlijnen.
- Ik geef wel/geen toestemming om gesprekken met mij op te nemen. Ik begrijp dat de opnames enkel gebruikt worden voor het transcriberen van de gesprekken, deze na het onderzoek niet verder verspreid worden en worden vernietigd.
- Ik ben akkoord ben deze stellingen en stem in om deel te nemen aan het onderzoek.

Datum  
Naam deelnemer

### Bijlage 3 Tabel 1

De gevonden thema's uit de interviews zijn geclusterd in hoofdthema's weergegeven. Deze clusters zijn afgeleid van de onderzoeksvraag.

<b>Werkzame elementen</b>	<b>Technologie</b>	<b>Paardenwelzijn</b>
De therapeutische waarde van een paard voor coaching en -hulpverlening	Het gebruik van technologie  Het gebruik van technologie als aanvulling op de sessies	Voorwaarden voor de inzet van paarden is het welzijn van het paard  De mentale en fysieke belasting van coaching en hulpverlening voor het paard
Therapeutisch effect op de mens van een ander dier dan een paard	Technologische oplossingen bij contra-indicaties	Baten voor het paard zelf
Andere werkzame elementen tijdens paardencoaching		
De rol van de coach of hulpverlener		