

ASINOTHERAPIE ezels helpen mensen

Een insect zoemt voorbij. Even raak ik uit balans. Met een hand zoek ik steun in het kriebelige gras. Dan zit ik weer stil. Op mijn hurken, het hoofd hoopvol opgeheven, wacht ik af.

Jip draait zich in mijn richting en begint langzaam te lopen. Kleine, maar trefzekere passen. Dan is hij bij me. We kijken in elkaars ogen. 'Hallo, jij,' zeg ik zacht. Ik aai zijn kop en vlij mijn wang tegen zijn harige snoet. Hij vindt het goed. Ik vind het fijn. Wat een lief beestje.

'Jip is pas tien dagen oud, maar al vanaf dag vijf draait hij mee. Ezels zijn knuffelbaar en toegankelijk, dat zit er gewoon in. Dat maakt hen zo geschikt om te werken met mensen met een verstandelijke beperking of met autisme.' Aan het woord is Brigitte Wijnen van ezelstal Hans en Grietje. De ezelstal is feitelijk een langgerekte wei die Brigitte huurt van kinderboerderij De Wieringenberg, net buiten Maastricht. De wei bestaat uit drie 'vertrekken': de werkplek, het privégedeelte en het speelgedeelte. In het voorste en achterste vertrek vinden de activiteiten plaats die horen bij de therapie die Brigitte en haar zevenkoppige ezeltroepje aanbieden. Brigitte: 'Als de ezels even niet meer willen, trekken ze zich terug in het middengebied, hun thuis. Daar krijg je ze dan ook echt niet aan het werk.' Aha, de spreekwoordelijke koppigheid. Brigitte schudt ontkennend haar korte donkere krullen. In haar bruine ogen twinkelen lichtjes. 'De ezel doet dingen vrijwillig. Als hij tijdens een wandeling plotseling stilstaat, dan is dat omdat er in de omgeving iets is wat hij niet vertrouwt. Omdat mijn ezels geleerd hebben dat ze zich op mij kunnen verlaten, kan ik ze overreden. Zo heb ik ze door water leren lopen. Normaal doen ezels dat niet: ze weten niet hoe diep het is. Volgens een ander cliché,' gaat Brigitte verder, 'is de ezel dom. Het tegendeel is waar. Een ezel beoordeelt en gaat dan pas verder; hij beslist zelf.' Ze geeft een nieuw voorbeeld. 'Een paard dat schrikt galoppeert weg. Een ezel gaat er in eerste instantie misschien ook vandoor, maar al snel draait hij zich om. Het vluchtgedrag wordt omgezet in een vechtreflex. Niet dat je dat letterlijk moet nemen. De ezel kalmeert. Gaat rustig beoordelen. Die voorspelbaarheid in het gedrag is heel prettig voor de mensen die hier komen.' Maar hoe zit het met bijten en bokken? Brigittes cliënten zijn tenslotte stuk voor stuk kwetsbare mensen. 'Dat doen ze alleen als er gevaar dreigt. Tuurlijk, de kinderen die hier komen maken vreemde geluiden, trekken de dieren soms aan de staart. De ezels zien dat echter niet als onraad. Ze zijn gesocialiseerd. Met Hans, Grietje, Bram en Boy - mijn basiskudde - trok ik erop uit. Tijdens wandelingen verkenden de dieren de buitenwereld en als vanzelf kregen ze contact met mensen; de nieuwkomers in de stal leren weer van de basiskudde.'

Brigitte onderkent twee fases in het leren: de opvoeding - ze koestert het wenselijk ezelgedrag en corrigeert wat vervelend is - en het aanleren van specifieke commando's. Bij goed gedrag klikt Brigitte met een instrumentje. Op het klikgeluid volgt een aai, een knuffel, wat voer of een minisnoepje. Dat werkt prima.

'de gelukkigste jongen van de wereld'

Asino- of ezeltherapie houdt kort gezegd in dat ezels therapeutisch worden ingezet met als doel cliënten zowel geestelijk als lichamelijk te laten ontspannen. Daarbij wordt uitgegaan van het natuurlijke gedrag van de dieren. Brigitte biedt twee programma's aan: dagbesteding en op woensdagmiddag en zaterdagochtend een

buitenschoolsopvangprogramma (bso-programma). Daarnaast is er de intensieve één op één therapie. Tom is een van de dagbestedingcliënten. Hij is aan het werk in de wei. De lange, smalle jongen - Tom is 23 jaar - beweegt zich met zichtbaar plezier tussen de ezels. Samen met vrijwilligster **voornaam**, ruimt hij mest op. **voornaam** veegt telkens een lading op een grote schop. Tom dumpt de poep vervolgens in een kruiwagen die een eindje verderop staat. Hij doet dat zonder ook maar een keer te knoeien. Tom zingt tijdens het werk. En hij doet het balken van de ezels na. Zijn speciale ezelmaatje is Hans, een van de twee naamgevers van de ezelstal. Elke cliënt heeft een diepere band met een van de ezels; kiest de cliënt niet de ezel uit, dan is het de ezel die het contact legt. Ezel Hans bewerkstelligde een ommekeer in het leven van Tom. Toen de autistische en verstandelijk beperkte jongen voor het eerst bij Brigitte kwam ging het niet goed met hem. Hij was gestrest en in het tehuis waar hij woont deed hij niets anders dan braken. Ook was hij gestopt met praten. Brigitte: 'Na zes weken tussen de ezels praatte hij weer. En twee weken later zong hij. Nu is hij de gelukkigste jongen van de wereld.' Vroeger ging Tom aanrakingen compleet uit de weg. Maar dat was toen. De ezels van Brigitte leerden hem knuffelen. Dat hoeft Brigitte me eigenlijk niet eens te vertellen. Want Tom laat af en toe de schop even de schop. Dan omhelst hij de ezels en geeft ze kusjes. Samen met Brigitte legt hij zomaar een grote ezelkop liefhebbend op zijn schouder. Prachtig om te zien. Brigitte: 'Fysiek contact met ezels is heel ontspannend en geruststellend. Je voelt de warmte van hun vacht, luistert naar de hartslag en de monotone kauwgeluiden die ze maken.' Dan zegt ze: 'Een paar maanden na zijn start bij ons omhelsde Tom zijn moeder voor de allereerste keer. Hij noemde haar toen Hans.' Een verhaal waar ik stil van word.

Een bso-groep bestaat uit maximaal vijf kinderen. De meeste kinderen zijn verstandelijk beperkt. Maar er zijn uitzonderingen. Een kind met een normale begaafdheid maar een laag zelfbeeld neemt gedurende een aantal weken deel. Het meisje borstelt en knuffelt de ezels; de prettige interactie met de dieren maakt dat zij positiever naar zichzelf gaat kijken.

Kiki van 5 volgt de één op één therapie. Kiki heeft het Rett syndroom. Iemand die daaraan lijdt wordt ogenschijnlijk gezond geboren. Gemiddeld na twaalf maanden treedt er een genetisch defect op. De ontwikkeling stopt en de zelfstandigheid gaat achteruit. 'Kiki's spieren zijn verkrampd,' zegt Brigitte. 'Haar handjes zijn altijd kleine vuistjes. Bij de ezels lukt het haar te ontspannen. De vuistjes gaan open en met gespreide vingertjes reikt ze naar de ezelhoofden.

'Sommige kinderen van de één op één therapie leggen we lekker op de rug van hun ezelmaatjes. Volwassenen mogen trouwens ook weleens. Dat raakt hen diep; zij komen vaak huilend van de ezelryg. Een kind rijden we van te voren in een bolderkar naar de wei. Dan weet de ezel: daar is het kindje dat dadelijk op mijn rug komt liggen.' In de ezelstal zijn rituelen belangrijk. Op die manier weten dieren en cliënten waar ze aan toe zijn. Daarom beginnen de programma's altijd met een knuffelsessie rond de voederbak.

Plannen te over

Voorheen was Brigitte bedrijfskundige in de zorg. Schaalvergroting en bezuinigen zijn daar aan de orde van de dag. Heel onbevredigend, vond ze. 'Ik wilde iets dat kleinschalig is en direct effectief. Eerst speelde ik met de gedachte een zorgboerderij te beginnen met alleen ezels - ik had er al een paar. Gewoon omdat ik dat leuk vond en omdat ik er de ruimte voor had.' Op haar zoektocht naar informatie over haar dieren ontdekte ze het bestaan van asinotherapie. In verschillende Europese landen werd en wordt hiermee gewerkt. Brigitte meldde zich aan voor een cursus in België. Van daaruit ging het naar

Frankrijk, Engeland en Portugal. Ten slotte werd ze de allereerste asinotherapeut die Nederland rijk is. Intussen geeft Brigitte zelf onderricht. De eerste cursus waaraan twintig mensen deelnamen, is juist afgerond. Ook haar eigen scholing houdt ze op peil. Afgelopen mei bezocht ze nog een Romeinse psychiatrische instelling waar met asinotherapie wordt gewerkt. Toekomstplannen voor haar ezels heeft Brigitte te over. In samenwerking met gespecialiseerde therapeuten wil ze coachingstrajecten en rouwverwerking gaan aanbieden. Ook wil ze graag werken met mensen met een zintuiglijke beperking. En dan is er het verlangen mensen met een arbeidshandicap via een gestructureerd programma voor te bereiden op een baan. 'Hier aan de slag zijn overtreft wasknijpers in elkaar zetten. En je leert evengoed verantwoordelijkheid, op tijd komen en met de baas omgaan.' Verder is Brigitte met de universiteit van Utrecht in gesprek over een onderzoek naar de effectiviteit van asinotherapie. Maar momenteel verheugt ze zich bovenal op de zomerkampen die in aantocht zijn. 'In de derde augustusweek komen kinderen met autisme logeren, de week erop kinderen met autisme en een verstandelijke beperking. Daar zie ik echt naar uit.'

Tekst: Marian Louwers, schrijfkamer.nl

Voor meer informatie: www.ezelstalhansengrietje.nl