

Medicine Horse Way

Paardenspel – Opzet & Uitleg voor Begeleiding

Opzet:

- Voor deze activiteit zoek je een aantal objecten bij elkaar die de paarden waarmee je werkt niet kennen.

Verspreid deze objecten door de rijbak, op ruime afstand van de ingang. De ingang is de veiligheids- of comfortzone voor het paard. De speelgoedwinkel is een goede plek om geschikte objecten te vinden.

Objecten die geschikt zijn voor deze activiteit zijn bijvoorbeeld: een paraplu, een grote strandbal, een klein kinderzwembadje, een grondzeil, een oud opgerold kleed, grote knuffeldieren, hoepels, vlaggetjes of windobjecten om op te hangen. Je kunt water in het kinderzwembad doen en er wat appels in gooien, wat wortels in het opgerolde kleedje verstoppen, en wortels of paardensnoepjes op en rond de andere objecten leggen.

- Neem ongeveer 2 uur de tijd voor deze activiteit.
- Voorgesteld aantal paarden: 2 paarden per 1-3 cliënten. 3 paarden voor 4-6 cliënten. 5 paarden voor 7-8 cliënten. Wanneer je meer dan 8 cliënten hebt, is het handiger om in 2 groepen te werken en ze bijv. aan weerszijden op te stellen zodat de groepjes de paarden van verschillende kanten kunnen observeren.

Begeleiding:

- Wanneer je deze activiteit uitlegt aan je cliënten, houd het simple en kort: “Dit is je kans om de paarden waar we mee gaan werken tijdens de workshop te leren kennen.”
- De paarden worden één voor één de rijbak of arena in gebracht. Bij het binnenkomen vertel je de cliënten wat de naam is van dit paard. Dan mag het paard los om de objecten te gaan verkennen. Het is belangrijk elk paard de tijd te geven die het nodig heeft. Sommige paarden doen er langer over om nieuwe objecten te benaderen en blijven langer bij de ingang (comfortzone) rondhangen dan anderen.
- Je vraagt de cliënten om op een werkblad de naam van het paard te schrijven, en om de woorden te omcirkelen die ze het meest associëren met de persoonlijkheid en het gedrag van het paard. Ze mogen ook hun eigen woorden opschrijven.
- Bespreken: Begin met het eerste paard, en vraag iedere deelnemer welke woorden ze voor dat paard hebben gekozen. Ga zo alle paarden af.
- Vraag vervolgens de deelnemers om te delen op welk paard ze zichzelf het meest vinden lijken, en op welk paard ze het liefst zouden willen lijken.