

■ Spesso confusa con l'Ippoterapia che rappresenta solo la prima fase dell'approccio iniziale con il cavallo e il suo ambiente, la riabilitazione equestre è una forma di terapia globale.

# LA RIABILITAZIONE EQUESTRE

## La terapia con il cavallo

DI LINDA TARABORRELLI\*

Tempo di lettura: 5 minuti

\* Educatrice GSH, laureata in Scienze della Formazione e specializzata in Metodologia riabilitativa globale a mezzo del cavallo.

La riabilitazione equestre è una forma di terapia globale in cui un operatore specializzato, che può essere per esempio uno psicologo, un educatore, uno psichiatra, un neuropsichiatra infantile, ecc., mette in atto interventi che utilizzano il cavallo per ottenere dei cambiamenti nel funzionamento neuro-muscolare, psico-affettivo, psico-cognitivo che vanno a stimolare attività intellettive come l'attenzione, la memoria, la concentrazione e la stabilità emotiva. Spesso la Riabilitazione equestre viene confusa con l'Ippoterapia, ma questa rappresenta solo la prima fase di tutto il procedimento riabilitativo che può accompagnare il soggetto per molti anni. Per "Ippoterapia" si intende l'approccio iniziale al cavallo e al suo ambiente.





*Una giornata a cavallo.*

La seduta di ippoterapia si suddivide in una fase di lavoro a terra e in una successiva in sella all'animale, in entrambe le situazioni si lavora con lo scopo di far apprendere determinate competenze relative all'approccio con l'animale, l'acquisizione delle regole del contesto e si utilizzano tutti i vari ausili, come cartelli colorati, riferimenti visivi, giochi o esercizi per raggiungere gli obiettivi individuati per il singolo individuo. In questa fase il soggetto è in un contesto di apprendimento "passivo", ovvero recepisce le stimolazioni fatte dal terapeuta, utilizzando la mediazione del cavallo, ma vi partecipa solo in risposta alle richieste, quindi "subisce" in qualche modo i movimenti o l'iniziativa che proviene dall'esterno.

Successivamente vi è una seconda fase detta "Rieducazione equestre", la quale è caratterizzata dall'acquisizione delle regole di base per poter stare a cavallo, il soggetto diventa attore nella interazione con il cavallo, iniziando a guidarlo in autonomia. Anche gli obiettivi in questa fase subiscono una evoluzione in base ai pro-

gressi raggiunti. In questa fase avviene l'inserimento di altri "compagni" con cui condividere la seduta, pertanto si lavora anche su obiettivi di socializzazione, di interazione e relazione, sulle regole dello stare insieme, il rispetto, la reciprocità e la condivisione. In questo caso il terapeuta affianca e coordina le attività che verranno eseguite dai partecipanti alla seduta. La terza fase, detta "Equitazione pre-sportiva", rappresenta il raggiungimento di una notevole autonomia del soggetto, con la possibilità di svolgere normale attività di equitazione, come possibilità di identificarsi in un ruolo e in una competenza che può essere riconosciuta da tutti e come possibilità di integrazione nel contesto sociale. L'effetto terapeutico della Riabilitazione equestre si basa sul particolare rapporto che si instaura fra il soggetto diversamente abile ed il cavallo, fondato su un linguaggio prettamente motorio, ricco di sensazioni piacevoli e rassicuranti, estremamente coinvolgenti sotto il profilo emotivo. L'essere a contatto con un animale così grande, per sua natura imprevedibile e che soprattutto reagisce ai segnali inconsci di chi lo sta cavalcando, porta la stimolazione della sfera affettivo-relazionale e va a intervenire sui meccanismi di interazione che l'individuo mette in atto verso il mondo che lo circonda. Innumerevoli volte si creano modalità relazionali limitanti o poco adeguate perché lo sviluppo psico-motorio o cognitivo sono stati inficiati dall'insorgere di una patologia che è andata a condizionare il normale sviluppo della persona. L'andatura del cavallo, il suo movimento lento, come ▢



■ La persona disabile stando a cavallo, animale grande e potente, risveglia la consapevolezza di sé e di ciò che la circonda.

■ un vero e proprio dondolio, oltre a migliorare la tonicità muscolare, crea un effetto rassicurante e rilassante, con grande beneficio a livello emotivo e fisico. La posizione assunta in sella migliora l'allineamento dell'asse capo-tronco e corregge gli schemi posturali patologici; inoltre, va ad incrementare l'equilibrio e nei soggetti spastici stimola il rilassamento muscolare degli arti. Oltre a favorire la scioltezza e la coordinazione dei movimenti, condurre il cavallo, o anche il semplice stargli accanto, costringe il diversamente abile a migliorare i tempi di attenzione e di reazione in quanto la presenza di un animale così grande e imponente rende necessario e soprattutto spontaneo e piacevole un alto livello di attenzione. Il diversamente abile, che quotidianamente sperimenta le difficoltà, quando sale sul cavallo percepisce una diversa immagine di sé, più valida, più positiva. È attraverso il cavallo, questo animale così grande e potente, e l'insieme di sensazioni ed emozioni che esso suscita, che l'lo spesso assopito del diversamente abile si "risveglia", prende

maggiore consapevolezza di sé e di ciò che lo circonda. La persona ne emerge con una personalità più decisa e più consapevole delle proprie capacità e possibilità di agire e di reagire. È proprio attraverso la scoperta e lo sviluppo di tali dati che il diversamente abile, generalmente isolato e poco responsabilizzato, riesce a migliorare il rapporto con sé stesso e con gli altri e soprattutto ad acquisire maggiore autostima e autonomia. La cooperativa sociale GSH, da sempre ha riconosciuto

il valore di questa pratica terapeutica e della ricchezza che può regalare un'esperienza a diretto contatto con questo animale così affascinante. Infatti, sono ormai anni che l'attività con i cavalli viene svolta in tutti i centri socio-educativi in vari maneggi presenti sul territorio delle due Valli, o nei soggiorni vacanza presso le località ospitanti. Fornire la possibilità di arricchire la vita dei nostri UTENTI con delle esperienze che danno loro la possibilità di esprimere una parte di loro che nella vita di tutti i giorni non è possibile far emergere, diventa un loro diritto e un nostro dovere per la valorizzazione delle loro singole individualità. ■

