

HIPOTERAPIA SOCIAL

En la Hipoterapia Social, aprovechamos la relación con el caballo para trabajar los problemas de adaptación social y riesgo de exclusión social y de esta forma ayudar a los usuarios a superar estos problemas.

Inadaptación Social: Las características principales de este colectivo son la inadaptación proveniente de varios problemas asociados a una situación deficitaria como carencias afectivas, condiciones de vida concretas, ausencia de principios básicos familiares, sociales, malos tratos, dependencia a las drogas, etc., estas personas manifiestan problemas de comportamiento y conducta de las cuales se destaca la falta de control, abandono personal, problemas de dominio de reacciones, intolerancia a la frustración etc.



En la práctica de la equitación es necesario el autocontrol de las emociones, ya que al comunicarnos con el caballo tenemos que utilizar nuestra inteligencia emocional comunicándonos con él a través de nuestro cuerpo y nuestra mirada, nuestra relación con el caballo tiene unas normas básicas y obligatorias a seguir como pueden ser el no gritar, el no hacer bruscos movimientos etc., el hecho de montar a caballo rompe el aislamiento de la persona, se supera el temor, se mejora la confianza y la concentración en uno mismo etc. El principal objetivo es desbloquear emocionalmente a la persona, y de esta forma será mucho más fácil conseguir su equilibrio personal, a partir de aquí creamos un vínculo entre usuario, caballo y terapeuta una vez conseguido trabajamos tres objetivos principalmente:

- ✓ **Interpersonales:** responsabilidad social, empatía, relaciones interpersonales
- ✓ **Intrapersonales:** seguridad, autoestima, nuestro propio conocimiento emocional, autorrealización, independencia etc.
- ✓ **Adaptabilidad:** capacidad para solucionar problemas, control de impulsos, tolerar y administrar la tensión, capacidad para solucionar problemas, tolerancia etc.

Todo esto trabajado correctamente ayuda a la persona a conseguir el éxito en sus relaciones personales, cosa que extrapolara al día a día de su vida real, (familiar, laboral) etc.

Jóvenes En Riesgo Social: Las características principales de la práctica de la equitación, su carácter informal, el dinamismo, el trabajar al aire libre y en espacios abiertos, se adapta perfectamente a las preferencias de los jóvenes en riesgo social, los caballos exigen una disciplina a través de la cual los jóvenes en riesgo social no están acostumbrados y se adaptan perfectamente.

Con la Hipoterapia social accedemos a jóvenes difíciles, jóvenes que no están acostumbrados a tener límites o a tener normas, con los caballos las normas no las marca una sociedad, la cual ellos rechazan, si no que la marca la propia naturaleza en la relación hombre - caballo.

Los caballos nos enseñan a desarrollar la intuición, "la intuición se define como una percepción de la verdad y es totalmente independiente al proceso racional".

Relacionándonos con caballos la mayoría de patrones de comunicación que mantenemos con otras personas son inútiles e inapropiadas, los animales están desprendidos de egoísmo y de todas las maquinaciones psicológicas, no se pueden maquillar nuestros sentimientos, ya que les estamos dando claves a través de nuestros movimientos, actitudes y olores de nuestro verdadero estado.