



Equinoterapia Social

Queridos amigos y lectores de Hípica Catalana, En estos capítulos, como ya hemos comentado en anteriores artículos, estamos intentando hacerles entrar un poco en el maravilloso mundo de la Equinoterapia, queremos también publicar en este artículo unas líneas dedicadas por unos de nuestros alumnos que se llama Sergi Ros y esperamos que os gusten.

En ediciones anteriores comentamos que la equinoterapia se podía dividir en tres áreas, que son EQUINOTERAPIA SOCIAL, HIPOTERAPIA y EQUITACION TERAPEUTICA, y si os parece bien vamos a ir ampliando un poco una por una a estas tres áreas, en esta edición comenzaremos por comentar la:

EQUINOTERAPIA SOCIAL.

En la equinoterapia 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.

Comenzaremos con la **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 y un largo 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 practica de la equitación es necesario el autocontrol de las emociones, ya que al comunicarnos con en el caballo tenemos que

utilizar nuestra inteligencia emocional comunicándonos con el 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 mas fácil conseguir su equilibrio personal, a partir de aquí creamos un vinculo entre usuario, caballo y terapeuta una vez conseguido trabajamos tres objetivos principalmente:

Interpersonales: responsabilidad social, empatía, relaciones interpersonales

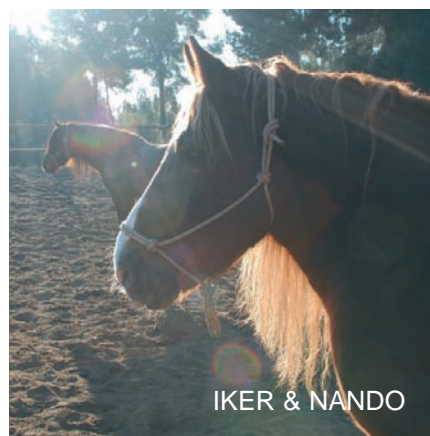
Intrapersonales: seguridad, autoestima, nuestro propio conocimiento emocional, autorrealización, independencia etc.

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.



ESTELA



IKER & NANDO

JÓVENES EN RIESGO SOCIAL:

Las características principales de la practica 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 equinoterapia social accedemos a jóvenes difíciles, jóvenes que no están acostumbrados a tener limites 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.



Sergi Ros
y Meto



Meto

Un boleto de lotería se encontraba entre mis manos. Mis ojos, se dirigían a la pantalla del televisor, mientras que por los oídos me entraba una tonada dulce. Un día más los cinco números del "gordo" de la lotería aparecieron en pantalla. "El gordo" era el 10.010. Mi vista se deslizo hacia el fino papel la primera cifra era un 3 ya no coincidía, nunca lo hacía, el premiado tenía que ser el 10.010, no podía ser otro, no podía ser el mío. Una vez más, y ya iban muchas. Más de veinte años jugando.

Ahora eran las palabras de la propaganda las que se me colaron en la cabeza "lo raro es que no te toque" decía una agradable voz, seguidamente aparecía el cartelito de siempre "lotería Nacional".

Abrí la puerta de la entrada y salí de la casa. Cogí el coche, negro y embarrado que tenía aparcado delante de mi puerta. "Es viejo pero todavía puede tirar" me decía a mi mismo, cada vez que se me calaba. Después de ascender por los estrechos y serpenteantes caminos de montaña, llegué a la hípica.

Saqué a Meto; mi caballo. Negro como la noche y veloz como el rayo.

Una vez ensillado, cogí las riendas, junto con un mechón de pelo de su bella crin. Seguidamente, apoyé en el estribo mi pie izquierdo, cubierto por una desgastada bota de montar y subí al caballo; no sin esfuerzo, de un vigoroso salto. "Los años no perdonan" me dije. Al salir, giramos a la derecha. Avanzando por el llano camino de tierra. Rápidamente, llegamos a una empinada pendiente, que ascendía todavía más.

Descendimos a la derecha por el camino que echaba montaña abajo. Durante el desnivel de la cuesta pasamos por una zona boscosa bastante densa. Noté como Meto intentaba girar la cabeza para tomar unos bocados de las todavía frescas y húmedas plantas; mientras le corregía, vi algo distinto, parecía un papel, estaba enganchado en la rama de un arbusto. Lo cogí "la gente sólo hace que ensuciar la montaña" me dije.

Examiné el dichoso papel, se trataba, de un boleto de lotería. Lo examiné con más atención, era para el sorteo de hoy, el número era 10.010.

Miré a Meto y le dije "¿que harás con la parte que te corresponde?". Meto relincho.

Por: Sergi Ros



Más información:
Manel Cruz
Tel.615306300
info@deltadelllobregat.cat

EMPRESAS COLABORADORAS:



Ganadería P.R.E.
Juan Canovas Cabrera



HÍPICA LA SENTIU



JORDI AZNAR

AGRADECIMIENTOS:

Queremos mandar desde aquí nuestro agradecimiento por su colaboración desinteresada a Hípica "LA SENTIU", GANADERIA JOAN CANOVAS y a JORDI AZNAR gran experto en doma y manejo natural del caballo.



Herrajes y Caballos

Tienda hípica de más de 200 m². Todo para el jinete y el caballo · Distribuidor para toda España de herraduras

Carrer de la Imaginació, 10 · Poligon Gavà Park · 08850 · GAVÀ · Barcelona

Tels. 936627471 · 609105880 · 658816753 · Fax. 936383024

www.herrajesycaballos.com herrajesycaballos.com@herrajesycaballos.com



-20%

DE DESCUENTO*

* Vale de descuento no acumulable.
Presentar el original recortado.
Válido hasta el 15 de julio de 2012

