

RIABILITAZIONE EQUESTRE



La relazione cavallo-uomo dura da millenni, da quando l'uomo ha cominciato a lasciare tracce di sé. E' sempre stato al suo fianco, prima per addomesticarsi reciprocamente e poi instaurando una relazione che continua tuttora a svilupparsi.

Riabilitare, ovvero "rendere di nuovo abile, riportare le parti del corpo menomate a una attività normale, ripristinare, rendere nuovamente efficiente." Parliamo di riabilitazione, svincolandoci dal significato riduttivo che può dare il vocabolario, perché quando si collabora con un animale nobile come il cavallo le relazioni diventano gratificanti, motivanti e vanno a risanare non solo il corpo, ma anche lo spirito, la mente e il cuore. Il cavallo è una presenza viva che stimola emozioni e sentimenti che già da soli portano la persona a superare qualunque difficoltà fisica e barriera mentale d'inadeguatezza.

Lo spazio nel quale si svolgono le sessioni di riabilitazione equestre è un ambiente a contatto con la natura, che viene curato per essere il più spoglio possibile, questo dà la possibilità al soggetto di interpretarlo nella maniera più personale, eliminando preconcetti di natura medica o terapeutica. A contatto con i cavalli, immersi nella natura rustica e frugale della campagna, ci si reinventa un'immagine di sé fatta di attenzioni verso un animale tanto grande ma anche tanto delicato, che ha bisogno di noi per essere curato, protetto, nutrito. Essere responsabile di un altro essere vivente, essere consapevole che dal nostro lavoro dipende il benessere di un'altra creatura, crea legami indissolubili, risana ferite che sembrano incolmabili, fa sentire importanti, presenti nel ciclo della vita come attori e non come spettatori; la stessa attività che aiuta a creare una rappresentazione positiva di sé stessi in funzione di una capacità e non di una difficoltà.

Per questo la riabilitazione equestre può essere applicata con successo a soggetti con disturbi fisici ma anche a soggetti con problemi psicologici, di autostima, di responsabilità o border line.

Sono notevoli i recuperi fisici riscontrati in soggetti con motricità grossolana poco sviluppata in quanto le manovre di pulizia e insellaggio dell'animale richiedono concentrazione e manualità.

Per eseguire semplici figure di maneggio all'interno del campo, è necessario ripescare nei propri schemi mentali molte competenze che aiutano anche i soggetti che possono sembrare più scaltri ad affinare le percezioni tattili, visive e propriocettive.

Montare un cavallo specialmente senza la sella, sviluppa la consapevolezza del proprio corpo, imparandone l'anatomia, sentendo tutti i muscoli impegnati in un abbraccio primordiale con l'animale che ci riporta a sentire il calore di un altro essere che ricambia la nostra stretta "sottomettendosi" o meglio "regalandoci la sensazione di cavalcare il vento".

Quello che ci offre questa attività è la possibilità di "dimenticare" tutte le difficoltà fisiche e psichiche, concentrandoci sulle emozioni positive ma anche negative come la paura di cadere, di non riuscire a svolgere l'esercizio, di non comunicare correttamente con l'animale, cambiandole, ristrutturandole, capendole e arricchendoci di tutto ciò che questo grande amico ci dona.