

## Psicoequinoteràpia

L'psicoequinoteràpia, forma part de les teràpies assistides amb animals, a on el cavall és el fil conductor d'una psicoteràpia a nivells emocional, cognitiu, relacional, fins i tot físic.

El contacte amb els cavalls ens permet establir un vincle de confiança en un registre afectiu molt profitós i motivador pel procés terapèutic. També, al fer de miralls nostre ens conviden a la reflexió del nostre món interior. I, ens permeten la relaxació física, la comprensió emocional i l'activació i desenvolupament dels nostres recursos cognitius i relacionals; al mateix temps que gaudim dels beneficis del contacte amb la natura.

La psicoequinoteràpia és adient per a acompanyar a les persones en el seu procés vital, recolzar l'autoconeixement i ajudar a resoldre aspectes puntuals o condicions, com:

### **Nens**

- *Enfortir el tractament amb nens amb alguna discapacitat i condició:* autisme, paràlisi cerebral, síndrome de Down, retard del desenvolupament, etc.
- *Aprenentatge:* TDAH, dislèxia, disgrafia, indefensió apresada, etc.
- *Creixement personal:* presa de decisions, autoconfiança, tolerància a la frustració, educació emocional, etc.
- *Socialització:* Gestió de la impulsivitat, reforçar l'autoestima i l'autoconfiança, comunicació, empatia, etc.

### **Adolescents**

- *Creixement personal:* desenvolupament de la seva pròpia identitat, presa de decisions, educació emocional, relacions sanes, etc.
- *Comunicació i socialització:* comunicació assertiva, responsabilitat social, relació amb l'autoritat, resolució de conflictes, negociació, etc.

### **Adults**

- *Creixement personal:* educació emocional, recolzament el desenvolupament de autoestima i autoconfiança sanes, presa de decisions, relacions sanes, estrès, etc.
- *Moments puntuals amb dificultat:* dol, separació, etc.
- *Rehabilitació física/psíquica:* ictus, alteració posttraumàtica, etc.

### **Famílies**

- *Per enfortir la relació i la comunicació,* i millorar les dinàmiques entre els membres.