



Dr.ssa Monica Torsellini  
Psicologa psicoterapeuta  
Esperta in terapia infantile  
Metodo Feuerstein  
EMDR  
Iscrizione Albo Psicologi Toscana n°4602  
C.F. TRSMNC79S44D612W  
P.IVA 06131210483

Via Carnesecchi 30  
50137 Firenze

Cel. 3470655566

Email: [monicatorsellini@yahoo.it](mailto:monicatorsellini@yahoo.it)  
[www.monicatorsellinipsicologa.com](http://www.monicatorsellinipsicologa.com)

## CAVALLO E SENSO DEL SE' NEI BAMBINI

Spesso quando si pensa alla relazione tra cavallo e problematiche psicologiche ci immaginiamo una sorta di magia, qualcosa di intangibile, un'aura inspiegabile che fa sì che la relazione con il cavallo in qualche ignoto modo aiuti le persone con alcune difficoltà.



Beh, in realtà non è assolutamente così. Innanzitutto c'è una netta distinzione tra ippoterapia e riabilitazione equestre, poiché nella seconda non è il contatto con il cavallo *tout cour* che è benefico, ma una metodologia rigorosa per cui occorre una professionalità specifica. In particolare il Metodo di Riabilitazione Globale a mezzo del Cavallo (MRGC), sviluppato dall'unico ente riconosciuto in Italia per la formazione in riabilitazione equestre CNRANIRE, è una metodologia che mette la persona in condizione di reagire, rendendo quindi il soggetto attivo e protagonista.

Questa attività con i cavalli permette di cominciare ad abitare il proprio corpo, modificando lentamente il modo in cui la persona vive lo spazio, il mondo, il tempo e lo stesso proprio corpo.

Aspetti prettamente tecnici a parte, le terapie a mezzo del cavallo sono efficaci, dolci e piacevoli. Io lavoro molto, con bambini ma anche con adulti "normodotati" (oltre che con quelli con varie problematiche psichiche e psicologiche), con i cavalli, perché la relazione con questi animali, guidata da un professionista, li fa contattare il piacere, il senso di sé, la sensazione di essere guida e di essere guidati. Il cavallo non giudica e non parla, evoca un linguaggio corporeo ed emotivo e induce un affinamento empatico necessario per entrare in relazione con lui, si affida e chiede che il cavaliere gli si affidi, è un partner relazionale che fa da specchio alla persona che si avvicina a lui. Il cavallo è un soggetto attivo, reagente e accogliente.

Con i bambini o gli adulti con problematiche specifiche è manifesto come la biomeccanica del movimento del cavallo, unita all'aspetto di sintonizzazione emozionale, favorisca dei miglioramenti evidenti e durevoli. E posso dire altrettanto della "psicoterapia con il cavallo" che pratico da anni e che sempre più apprezzo, in particolare con i bambini che sono ancora scevri di strutture rigide e in grado di affidarsi alla comunicazione non verbale.



**I bambini, attraverso il contatto con il cavallo, riconoscono se stessi, rafforzano il senso di sé, imparano a riconoscere e consapevolizzare sensazioni e percezioni, esperiscono – e quindi apprendono - in senso profondo cosa sia una relazione e cosa significhi fiducia, sia darla che riceverla.**

Dr.ssa Monica Torsellini  
*psicologa psicoterapeuta della Gestalt*  
*EMDR*  
*Gestalt Play Therapy*  
*Global Rehabilitation Method with Horse MRGC®*  
*Metodo Feuerstein*