Universidad Academia de Humanismo Cristiano

Facultad de Ciencias Sociales

Escuela de Psicología

EQUINOTERAPIA Y AUTOESTIMA EN ADOLESCENTES:

BENEFICIOS Y APORTES DESDE EL ANÁLISIS EXISTENCIAL

Estudiantes: Elisa Broussain Garretón

Ana Karina Moreno Muñoz

Profesor Guía: Gabriel Traverso

Profesor Informante: Mauricio Rodríguez

Investigación para optar al Título de Psicólogas

Santiago, 2018

Resumen

Este estudio tiene como objetivo revelar los aportes de la Equinoterapia en el desarrollo de la Autoestima en adolescentes a través de entrevistas a equinoterapeutas de países como Chile, Bolivia y Argentina. Así mismo se obtuvo información de sesiones de Equinoterapia en las que se abordó el tratamiento con pacientes de edades entre 11 y 13 años en Chile. Las variables de la Autoestima fueron categorizadas principalmente en relación a las condiciones fundamentales de la tercera motivación fundamental del Análisis Existencial (AE) siendo éstas la Consideración, el Trato justo, el Aprecio, la Autopercepción, el Tomarse en serio y el Autovalorarse. Se evidencia la presencia de las Condiciones Externas e Internas (CE y CI) del AE en la práctica equinoterapéutica. Correspondiente a las CE, se desarrolla en esta práctica terapéutica principalmente la Consideración. Sin embargo las CI son las más potenciadas y con ello el fortalecimiento de la Autoestima por el desarrollo de la Autovaloración.

Palabras claves: Equinoterapia, Adolescencia, Autoestima, Análisis Existencial, Tercera Motivación Fundamental, Consideración, Autovaloración.

Abstract

The objective of this study is to evaluate the possible contributions of equine therapy in the development of self-esteem in adolescents through interviews with equinetherapists from countries such as Chile, Bolivia and Argentina. Likewise, information was obtained from equine therapy sessions in which treatment is addressed with patients between the ages of 11 and 13 years in Chile. The variables of the self-esteem will be categorized principally in relation to the fundamental conditions of the third fundamental motivation of the Existential Analysis being these Consideration, Fair Treatment, Appreciation, Self-perception, Taking oneself seriously and Self-appraisal. The presence of the External and Internal Conditions (EC and IC) of AE in the equinotherapeutic practice is evidenced. Corresponding to the EC, the principal developed is Consideration in this therapeutic practice. However, IC are the most developed as self-esteem for the development of self-assessment.

Key words: Equine therapy, Adolescence, Self-esteem, Existential Analysis, Third Fundamental Motivation, Consideration, Self-evaluation.

ÍNDICE

1. Introducción 5

Equinoterapia…….6

Autoestima……...……...7

Análisis existencial……...……12

Objetivos……..16

2. Metodología 18

Participantes…..……...……. 18

Instrumentos……..19

Procedimiento……20

3. Análisis de Contenido por Categorías y Tópicos 21

4. Resultados 22

Condiciones Externas (CE) y Condiciones Internas (CI) de la Autoestima presentes en el tratamiento equinoterapéutico en adolescentes……...22

La Consideración como CE más estimulada en Equinoterapia, semilla de la Autoestima……...26

CI más desarrollada: Autovaloración por medio del Fortalecimiento de la Autoestima…….. 31

Reacciones de Coping……..……..33

Resultados emergentes……..……36

5. Conclusiones y Discusión 39

6. Agradecimientos 44

7. Bibliografía 46

Introducción

De acuerdo a la OMS la adolescencia es un periodo de desarrollo y crecimiento posterior a la niñez que contempla a jóvenes entre 10 y 19 años siendo uno de las periodos de transición más importantes en la vida del ser humano. Esta institución considera en sus recomendaciones expandir los programas nacionales de atención de salud mental (Vicente, et al. 2016). Lo que muestra una necesidad de nuevas intervenciones psicosociales y multidisciplinarias como alternativas a la excesiva medicación e internamiento. De acuerdo a lo anterior, se considera relevante que los psicólogos puedan abrirse a alternativas para hacer más provechosos los tratamientos terapéuticos. Se presenta para ello la Equinoterapia. Ésta no viene a sustituir los tratamientos tradicionales, sino que los puede complementar ayudando en la eficacia de los procesos e invitando a investigar sus diferentes beneficios (Cabán, et al. 2014).

Las prácticas de reeducación relacional que utilizan al caballo son en primer lugar un intercambio entre dos especies. Responderemos respecto de las bases de esta relación entre el hombre y el caballo y el potencial terapéutico que representa este vínculo y las claves que nos permiten comprender sus diferentes propuestas de intervención.

Se investigó la Equinoterapia en el marco de la teoría psicoterapéutica del Análisis Existencial, por los aportes y puntos de encuentro en el ejercicio clínico.

Respecto de las características eficaces de las intervenciones con adolescentes, los psicólogos las definen como una alianza de escucha activa e implicada, así como intervenciones vivenciales donde puedan experimentar el poder de cambiar y donde

puedan aumentar su Autoestima (Paramo, 2011). La Equinoterapia coincide con ellas. Ésta se ha implementado como una terapia complementaria eficaz para el desarrollo de áreas como la psicomotora, cognitiva, emocional, social y conductual en distintos países como Estados Unidos, Francia, España y Argentina, país en el que se ha comenzado a aplicar en áreas de la salud pública (Barría, 2015). En Chile desde 1992 aproximadamente se ha comenzado a utilizar en pacientes con diferentes grados de discapacidad, como en autismo y posteriormente TDAH (Ibid, 2015).

La Equinoterapia se puede considerar una terapia integral, con amplios beneficios en el área psicológica (Cardo, s.f). Aquello ha despertado el interés de diferentes profesionales de la salud mental por la diversidad de abordajes en el tratamiento psicológico y su eficacia. Se le considera una terapia alternativa la cual está ligada a la integración creativa y participativa (Massei & Vasen, 2006). Dentro de la Equinoterapia se desprenden diferentes prácticas:

La Equitación Terapéutica tiene como finalidad mejorar problemas psíquicos en las personas tales como problemas emocionales y de sensopercepción. Se trabajan objetivos en las diversas áreas como la psicología, inserción laboral y social, problemas emocionales y cognitivos.

La Doma Terapéutica es un programa para aprender habilidades en el manejo y cuidado de los caballos. Se trabaja en pacientes con conductas agresivas y disruptivas para la inclusión social.

La Psicoterapia en Pista: Es una modalidad experiencial para el tratamiento de la salud mental. Es un trabajo de pie en tierra, no se monta, se trabaja la

comunicación no verbal, pensamiento creativo, solución de problemas, liderazgo, definición de roles, trabajo en equipo y confianza.

Por otro lado la Monta Gemela es una técnica conocida como Back Riding. En donde el terapeuta se sienta atrás del paciente para darle apoyo y alinearlo sobre el caballo, relajando los músculos del tronco y se posibilita el movimiento pélvico.

La Hipoterapia es una terapia física, ocupacional y de lenguaje enfocada en pacientes con discapacidad psicomotora y cognitiva de leve a grave, en la cual el movimiento del caballo es utilizado como estrategia de tratamiento. Este tipo de terapia involucra a kinesiólogos, terapeuta ocupacional, psicopedagogo, educador diferencial (Eagala, 2012).

A pesar de que la terapia ecuestre se ha extendido a lo largo del país, son pocos los especialistas dedicados a la misma (Urra, s.f). Por esta razón la información disponible o publicada sobre sus beneficios psicológicos es escasa en Chile.

En cuanto a elementos protectores de la salud mental adolescente se encuentra la Autoestima (Donas, 2001). Ésta consiste en construir una identidad integrada como un signo de conciencia de la realidad respecto de sí como de los otros. Esto también implica un autoconcepto eficiente en cuanto a la regulación de los impulsos o mecanismos de defensa. Por el contrario, una autoestima deficitaria implica dificultades en el desempeño cognitivo, depresión y delincuencia (Naranjo, 2007). La mayor parte de los trastornos de personalidad mantienen a la base una baja Autoestima (Längle, 2007). Esta puede trabajarse de diversas maneras entre ellas con la cura analitica y prácticas psicocorporales. Si bien estos enfoques aportan explicaciones sobre los procesos terapéuticos, no son suficientes para hacer

comprensibles los resultados equinoterapéuticos. Para ello, comprenderemos la Autoestima de acuerdo distintos autores quienes señalan que ésta se edifica por medio del proceso de socialización (Thomas, et al. 1974). Sería entonces en la interacción de diversos espacios y sujetos socializadores como la familia, amigos, medios de comunicación, instituciones religiosas o educativas, durante la infancia, adolescencia y juventud (Oñate, 1989) gracias a las cuales se iría configurando. De este modo, la investigación de nuevos enfoques en torno al fortalecimiento de la Autoestima como un aspecto protector de la salud mental y la estructura yoica de adolescentes es de gran relevancia no sólo respecto de sus propias vidas, sino también en su implicancia en nuestra sociedad como futuros adultos activos. En concreto, nos proponemos investigar más explícitamente las bases del éxito supuesto de la reeducación personal y relacional (Autoestima) con el caballo como soporte.

Para domesticar al caballo es necesaria una observación detenida, el conocimiento de sus hábitos es lo básico para un domador consciente. En esta convivencia las dos especies aprenden recíprocamente sus modos y expresiones físicas y a decodificar sus lenguajes corporales. La domesticación puede entonces comprenderse como la adquisición de los códigos de expresión de una especie y de la otra (Robert, s.f). Viviendo en una manada, el líder dominante tiene por funciones el proteger y dirigir a los otros hacia recursos suficientes. El hombre devenido en domador toma así el rol que los etólogos llaman “alfa” en el seno del sistema equino (Ibid s.f). ¿Cómo una especie puede ser receptiva a códigos de expresión que no son los suyos? Las teorías de Lorenz (1985) respecto de la impregnación, nos da una respuesta: ciertas especies mamíferas podrían estar dotadas genéticamente de la

capacidad de impregnarse con la de su propia especie y la del hombre, es el caso del perro y el caballo.

¿Cual es el potencial terapéutico de la relación con los caballos? La Equinoterapia se basa en la utilización de caballos calmados. Este comportamiento es fruto de una relación de confianza con el hombre como la que mencionamos anteriormente. Esta calma es una señal ambiental en ausencia de reacciones como resultado de la cercanía y el buen trato y una educación respetuosa (doma consciente). Esta relación arcaica que en un sólo gesto de peligro puede gatillar la huida y la movilización de todas las energías del caballo, en un estado de paz, dirige toda su capacidad a las esferas más profundas de nuestro funcionamiento cerebral.

Puesto que los beneficios de esta terapia se encuentran también a nivel psicológico y social (Falke, 2009), donde el caballo produce un vínculo por medio de la comunicación no verbal, siendo además un vínculo de confianza, se trabajan respuestas emocionales que impulsan condiciones de autoconfianza de las personas, coexistiendo de manera positiva con el caballo. Esto posibilita el comienzo de nuevas relaciones interpersonales y condiciones emocionales positivas ayudando en la integración social (Núñez, 2012). El paciente, al enfrentarse al desafío de comprender a un animal y relacionarse con él, además de realizarlo en un contexto natural, es estimulado a buscar otros modos de relacionarse que los habituales (Cardo, s.f.). Esto despierta interés, desafía sus sentidos y crea oportunidades para expandir su forma de ser y estar. Por todo lo señalado anteriormente es que la terapia ecuestre logra avanzar en áreas que trascienden lo mecánico y puramente sensorial, alcanzando a movilizar áreas como la psicológica y emocional (Aravena, 2011). Mediante un proceso de desarrollo de la confianza, el paciente ve fortalecida su autoconfianza por

su capacidad de cumplir diversos objetivos (implícitos y explícitos) y superar miedos. En paralelo, la relación que se construye con el animal y la docilidad que muestra el caballo reafirman este sentimiento y la Autoestima. (Cardo, s.f)

AMBIENTE	
EN OFICINA CERRADA	EN UN LUGAR ABIERTO
Sala de espera que puede generar angustia	Niño en contacto directo con la naturaleza
Sala de atención que está separada del mundo exterior	Espacio amplio en el mundo exterior, produce sentimiento de libertad
Puede explorar la sala y los juguetes	Puede explorar el universo del caballo y los juguetes
CONTACTO	
Niño en contacto con material inanimado, con poco olor, suave, sólo algunas veces puede llevarlo o mecerlo	Niño en contacto con un animal vivo, suave, caliente, que puede ser llevado y mecido por él, tiene olor.
Niño en contacto con el terapeuta (existiendo inhibiciones culturales)	En contacto de piel a piel con el caballo: despertar sensorio motor, exploración del cuerpo del caballo
Niño en contacto a ras de suelo permitiendo el desplazamiento sólo a ras de suelo	Niño en contacto con la movilidad y el ritmo del caballo a 1,5 metros del suelo: movimiento lento y continuado de expansión y de contracción (reminiscencia arcaica del origen de la vida)
EN LO RELACIONAL	
Relación dual, cara a cara	Relación triangular: niño, caballo y terapeuta
Relación con una persona impuesta que conoce el problema del niño	Relación con un animal que lo acoge sin juicio previo
COMUNICACIÓN	
Comunicación con ayuda del lenguaje verbal que dificulta la expresión corporal	Comunicación arcaica: regresión en la gestualidad primitiva del lenguaje corporal, intercambio rápido: exploración cola, orejas, sexo, pelos espesos o suaves, descubrimiento del cuerpo
ESPACIO/TIEMPO	
Estructura espacial y tiempo transmitido por situaciones artificiales	Estructura espacial desarrollada en un encuadre de vida real
	Estructura de tiempo facilitada ya que en la naturaleza el tiempo está bien marcado: estaciones del año, hora del día

Tabla #1: Tabla comparativa entre el trabajo terapéutico realizado en ambiente de oficina y al aire libre.

El caballo pone al servicio de la acción terapéutica determinadas características específicas:

- La transmisión de su calor corporal.

- La transmisión de impulsos rítmicos

- La transmisión de un patrón de locomoción equivalente al patrón fisiológico de la marcha humana (Gross, 2006).

El calor cumple un rol fisioterapéutico habilitando la relajación del cuerpo. Así mismo cumple una función psicoterapéutica descrita por Gross como “acunado” a la temperatura corporal, lo que genera sentimientos de seguridad, amor y protección. Con base a esto, se puede reconstruir la autoconfianza y autoaceptación. El efecto “mecedora” de la monta a caballo da, además, la posibilidad de utilizar la hipoterapia con excelentes resultados en la estimulación temprana, lo que acelera en gran medida el desarrollo físico-psíquico del paciente. De esta forma “los tres aires del caballo (paso, trote y galope) con su diferente ritmo, (...) se aprovechan para inducir estados psíquicos distintos, ya sea de relajación o de animación.” (Cardo, s.f.).

Respecto del Análisis Existencial adoptado por Alfried Längle en los 80´, es definido como “… *una psicoterapia fenomenológico-personal, cuyo objetivo es ayudar a la persona a alcanzar un vivenciar libre (mental y emocional), tomas de posición auténticas y un trato responsable consigo mismo y con su mundo*” (Croquevielle, 2009, p.8). Es decir, liberar a la persona de sus traumas y fijaciones a través de la emocionalidad de las vivencias, utilizándose para el abordaje en los distintos trastornos que puede manifestar un sujeto.

Längle, A. (2000) indica que la existencia solicita la aprobación de 4 motivaciones previas, la primera se relaciona con ser y estar en el mundo, la segunda con gustar vivir (la acción de vivir), la tercera con permitirse ser (Yo/Tú como persona) y la cuarta con el sentido. El presente estudio se centra en la Tercera Motivación Fundamental del AE, que implica el "valor de sí mismo", la particularidad de ser yo, aquello que me distingue de la otredad. Se cuestiona el "yo soy, pero ¿puedo ser como soy" (Längle, 2000), la persona comprende que está por sí misma, y para esto se hace fundamental que vivencie hacia sí tres elementos importantes tales como:

Consideración

Consiste en tomar en serio al otro en su esencia, tomando distancia para poder mirarlo. En esta toma de relación se producen los fundamentos del encuentro con un otro, el cual al mismo tiempo conlleva a la madurez y enriquecimiento. Junto a esto es fundamental verse a sí mismo, tomarse en serio y permitirse ser a través de la honestidad para sí, de esta forma la consideración puede llevarse a cabo.

Aprecio

Espacio donde se genera la valoración y el respeto por los otros y por el sí mismo. Aquí surgen preguntas fundamentales como base de la preparación del valor propio, ¿Por qué cosas soy apreciado? ¿Por qué cosas me puedo apreciar a mí mismo?

Justicia

Sostiene dos niveles fundamentales de la existencia, ética personal (conciencia) y moral (social) que pueden entrar en conflicto, desde el AE se considera una jerarquía

entre los niveles donde la conciencia personal sería el valor fundamental del ser humano (Längle, 2000).

Si estos aspectos se cumplen, se concede el “encuentro con uno mismo”, pudiendo vivir de forma auténtica. En cambio si estos elementos no son dados, al no ser reconocido, tratado injustamente o abandonado, se puede producir un profundo dolor generando las reacciones de coping como tomar distancia, sobreactuar, ira o enfado y la disociación, que tienen como función el escape de situaciones que se consideran peligrosas por la persona, para así protegerla.

Por otro lado la Autoestima habilita la concepción de la individualidad, la delimitación entre lo propio y lo otro, así como las facultades relacionales, vivenciales y de compromiso existencial (Längle, 2007). La aceptación tanto del físico como de la propia personalidad así como la autoimagen, otorgan un sentido de libertad y justicia para permitir la propia autenticidad. Esta es inicialmente impulsada por la relación con otros, donde la persona es vista, apreciada y reconocida y se desarrolla a través de la propia consideración y ante la consideración de los otros. Sin embargo las condiciones otorgadas desde afuera son una inducción para la conformación de la Autoestima, pero no son suficientes para su consolidación. Para ello se necesitan las Condiciones Internas que permiten la formación del yo y el proceso completo de la Autoestima, estas son:

Autopercepción

Por distanciamiento, habilita a ver los límites y mantenerlos, conformando la autoimagen. Esta se produce mediante la actividad de la autoobservación. Ello es sólo posible gracias a una toma de distancia para poder verse y tratarse con consideración.

Tomarse en serio

Ocurre siendo justo consigo, asumiendo una relación propia a través de la autenticidad. Ello es posible gracias al tiempo invertido en esta relación donde se sintoniza el comportamiento con la percepción de lo que se és y que se necesita para ser.

Juzgarse y Apreciarse

Incluye una toma de posición hacia sí donde se delimita lo negativo de sí, para optar por desarrollarse desde lo positivo. Esto produce un fortalecimiento del yo y otorga autoridad así como confiabilidad en sí mismo. (Längle, 2007)

Dentro de las dimensiones que permiten el desarrollo de la Autoestima se encuentran la relación consigo mismo y con los otros, el poder experienciar ser amado, el amor propio y la dignidad, permitiendo la vivencia del valor propio. Por su parte el autorespeto y el respeto ajeno permiten el desarrollo del valor funcional (logro de metas, autoafirmación), ambas dan paso a la autoimagen donde se encuentra la base de la toma de decisión de un sujeto, lo que permite la vivencia de vincular lo que soy y lo que hago, surgiendo la Autoestima y con ella una existencia satisfactoria. (Längle, 2007).

En relación al tratamiento con jóvenes, el AE trabaja desde una práctica fenomenológica, habilitando todos los aspectos personales del niño o joven. Así mismo es importante considerar el contexto estructural y ambiental en los que se ha desarrollado el menor. La psicopatología surgida durante la primera veintena de años

de vida es comprendida desde la perspectiva de la existencia (Croquevielle & Cortés, 2018).

De esta forma, el abordaje terapéutico de este elemento en la Adolescencia se torna una intervención preventiva para intentar salvaguardar la salud mental y la estructura de personalidad de los futuros adultos. Todos estos aspectos colaborarán en el proceso psicológico de un adolescente entrampado en el desarrollo de su existencia, las exigencias de su vida, sus relaciones además de sus cambios físicos y cerebrales (Siegel, 2013).

Es por esto que la pregunta que se hizo en este estudio es si *¿La Equinoterapia es capaz de realizar aportes en la conformación de la Autoestima en pacientes adolescentes?*

De esta forma el objetivo general es *comprender los aportes de la Equinoterapia para el tratamiento de la autoestima en adolescentes*, circunscrito en el marco de las condiciones fundamentales de la tercera Motivación Fundamental del AE.

Sobre los objetivos específicos estos son:

- Describir cuáles son los principales aportes de la Equinoterapia como terapia integrativa.
- Describir las intervenciones en Equinoterapia que se recomiendan para el tratamiento de la Autoestima en adolescentes tanto en Chile como en el Cono sur.
- Identificar las distintas dimensiones de la Autoestima que son abordadas a través de la Equinoterapia enmarcadas en la 3era MF del AE.

Método

En relación a lo señalado anteriormente el presente estudio se estructura desde un enfoque cualitativo, investigando el contexto natural, sustrayendo el sentido e interpretando los fenómenos de acuerdo a los significados que tienen para las personas implicadas, llevando a cabo la descripción de cualidades a través de conceptos y de sus respectivas relaciones. (Krause, 1995)

El estudio es de carácter **exploratorio**, debido a que se buscó un mayor conocimiento de una temática poco estudiada y evidenciar las experiencias de los participantes. Y al mismo tiempo, es **descriptivo** ya que "se buscó especificar las propiedades, las características y los perfiles de personas, grupos, comunidades, procesos, objetos o cualquier otro fenómeno que se someta a un análisis." (Hernández, et al. 2014, p. 91-92)

Participantes

La muestra fue de carácter no probabilístico, y está compuesta por 8 participantes expertos equinoterapeutas provenientes de Chile, Bolivia y Argentina, ubicados en distintas regiones y provincias, con el fin de poder recabar experiencias diversas, con distintos informantes para así sostener la calidad y credibilidad del estudio. (Ver tabla #2)

Participantes	Profesión	Años de experiencia	País o región
A.V	Equinoterapeuta	6	Chile
B.I	Psicóloga	4	Bolivia
C.C	Psicóloga	14	Argentina
G.A	Kinesióloga	14	Argentina
J.M	Militar en retiro	20	Chile
S.G	Ingeniera	10	Chile
S.M	Psicóloga	2	Chile
T.R	Kinesióloga	3	Chile

Tabla #2: Datos de los entrevistados

Además, de acuerdo a las normativas, se aplicaron las entrevistas luego del acuerdo previo e informado de cada uno de los actores participantes del estudio.

Instrumentos

Las entrevistas fueron semiestructuradas y en profundidad, a través de preguntas abiertas, identificando las creencias culturales de los participantes respecto a su experiencia. Algunas de ellas fueron presenciales y otras mediante videoconferencia (Hernández, et al. 2014).

En relación a la observación es de carácter participante, lo que permitió el conocimiento de la vida del grupo desde dentro de las sesiones de Equinoterapia, se registraron las observaciones por escrito y se complementaron con informes de las sesiones como también con informes psicológicos de los pacientes, facilitados por el centro ecuestre. Estas serán realizadas en el contexto de una práctica profesional en

el centro ecuestre “Alma Equina Pucón” con adolescentes de edades entre 11 y 17 años que suscribieron al tratamiento de equinoterapia desde junio hasta diciembre de 2018. Dichas observaciones serán referidas en los resultados como [OBC, lugar, 2018].

Procedimientos

El análisis fue cualitativo y por categorías a priori, definidas por las condiciones fundamentales de la 3 MF: Consideración, Aprecio y Trato justo. También se considerarán como categorías las condiciones interiores de la 3 MF: Autopercepción, Tomarse en serio y Juzgarse a sí mismo, así como las reacciones de coping correspondientes.

Análisis de datos

Para realizar el análisis descriptivo se utilizaron entrevistas y observación en campo, las primeras fueron realizadas a expertos en Equinoterapia de profesión psicólogos, kinesiólogos, entre otros y la observación en campo efectuada en el marco de un tratamiento equinoterapéutico a 3 adolescentes.

Luego el equipo de investigación realizó la transcripción de dichas entrevistas para proceder a realizar la categorización y codificación de cada trascripción y de las observaciones realizadas, *obteniendo como resultado un total de 143 citas codificadas* organizadas en las dimensiones predominantes que son: "Descripción de los tratamientos de equinoterapia beneficiosos para el desarrollo de la autoestima en adolescentes" y la "Identificación de las dimensiones de la autoestima abordadas en equinoterapia desde el AE". La organización de estas dos dimensiones y el análisis de reflexiones teóricas y empíricas resultantes, permitieron responder los objetivos de investigación, las cuales serán expuestas en adelante.

Resultados

En esta sección se describirán los resultados más relevantes levantados en este estudio en coherencia a los objetivos del mismo. Se explicitarán características generales de la Equinoterapia y sus beneficios para el tratamiento de la Autoestima relacionados con la conceptualización general de la teoría del AE, así como la representación de las intervenciones asistidas por caballos y sus acontecimientos con adolescentes, además de las temáticas emergentes más relevantes desde el discurso de los participantes.

CE y CI de la Autoestima presentes en el tratamiento equinoterapéutico en adolescentes

La mayoría de los participantes considera que la Autoestima está relacionada con la "capacidad del individuo de quererse y valorarse", además que se incluye en el desarrollo del adolescente como una parte crucial para el futuro del mismo, influyendo en la toma de decisiones, la superación de obstáculos, el control de impulsos, entre otros.

Se considera un hallazgo relevante que la mayor parte de las condiciones necesarias para la Autoestima *[internas y externas]* fueron reconocidas como presentes en las entrevistas y las observaciones de campo (OBC) (ver gráfico I Y II), demostrando que entre ellas la condición para el desarrollo de la Autoestima más estimulada es la Consideración. Cabe destacar que para los profesionales, las CE y CI de la Autoestima son igual de relevantes ya que comprenden que estas dependen unas de las otras.

“ Es una la persona que llega y es otra persona la que se va en cuanto a que gana seguridad, confianza y consciencia de sí mismo (...) mejora la autoestima, la autoconfianza, el manejo de las emociones” (CC, 15.09.18)

A continuación se describirán dichos hallazgos los que serán presentados desde los más relevantes para los objetivos de este estudio hasta los emergentes de interés de los participantes.

Condiciones Externas potenciadas

Figura 1: Gráfico de las CE potenciadas en el tratamiento equinoterapéutico. Se observa que la consideración es la condición de la Autoestima que más se desarrolla.

A lo largo del proceso equinoterapéutico de las adolescentes observadas, ha sido una constante el poner en relieve que el caballo reacciona al estado emocional de cada una. Se ha puesto énfasis entonces en sus capacidades de observación del caballo y de su autopercepción.

Durante una de las observaciones de las sesiones de equinoterapia, una de las adolescentes no logra que el caballo le obedezca. La equinoterapeuta le pregunta cuál cree ella que es la razón para que su caballo no haga el trabajo. Ella responde que es porque ella está nerviosa. La equinoterapeuta le pregunta qué es lo que puede hacer para cambiar ese estado. La menor comienza a hacer ejercicios de respiración para aquietarse. Intenta nuevamente el ejercicio consiguiendo la cooperación del caballo (OBC, Chile, Noviembre 2018).

De esta forma, la OBC da cuenta de sistemáticas intervenciones en el contexto de las sesiones de Equinoterapia en las que se insta a las adolescentes a tomar en consideración al otro (el caballo) y su propia percepción y vivencias para desde ahí, tomar una decisión y actuar. En relación a los casos observados, la psicóloga de una de las adolescentes manifestó, a tres meses de iniciado el trabajo equinoterapéutico, una mayor estabilidad tanto anímica como de carácter en la paciente (OBC, Chile, Septiembre 2018). Manifiestan además que el trato justo y equitativo por parte de la doma consciente hacia el caballo y la entrega del equipo hacia el adolescente le permite incorporar e imitar dichas conductas. Por otro lado el Aprecio es otra de las CE de la Autoestima presentes en la relación adolescente-caballo-terapeuta, en el respeto y reconocimiento de la individualidad del adolescente que asiste a las sesiones mediante refuerzos positivos.

La mayoría de los participantes manifiestan que es importante que exista coherencia entre el trato con la propia emocionalidad del paciente y la actitud frente al caballo con el fin de sintonizar con él para obtener su obediencia y/o cercanía.

"Tienes que aprender a ser muy coherente entre lo sientes y lo que actúas." (BI, 23.10.18)

Ninguno de los entrevistados manifestó experiencias de rechazo permanentes por parte de los usuarios hacia los equinos, lo que para la mayoría de los participantes es una fortaleza para el ejercicio terapéutico, ya que además permite a los adolescentes sentirse menos solos. Según lo manifestado por los profesionales, en Equinoterapia la presencia del caballo facilita en el adolescente una disposición a su compañía.

"el caballo se acercaba sólo ya cuando llegaba (...) me decía "tía me conoció, me conoció" (...) feliz porque era su amigo (el caballo) (...) empezamos con un chico que no podía nada y después pudo acariciar al caballo, después sentir su amor y que alguien lo necesitara y sentir que sus papás también lo podían abrazar" (SM, 02.10.18)

Se ha observado que después de las sesiones las pacientes se ven más felices, más tranquilos. En una de las sesiones, y posterior a una ausencia de un mes, las 3 adolescentes asisten al centro. Al ingresar parecen desconfiadas, las mayores usan capuchas, la pequeña luce más entusiasmada. Después de actividades en box se disponen a trabajar con los caballos, ya lucen más dispuestas, les toca montar, se observan ansiosas y después de un tiempo en la compañía del caballo y el facilitador (equinoterapeuta) quien las guía dándoles indicaciones de respiración y toma de conciencia, sus expresiones van cambiando, sus movimientos son menos rígidos y manifiestan emociones a viva voz. Al finalizar la monta volvemos al box y su

disposición es muy diferente a la que traían. En esta etapa ríen, conversan y planifican junto a la equinoterapeuta y psicóloga las próximas sesiones y actividades de su proceso con gran emoción. Al terminar se van junto a sus compañeros en sesión (caballos) para despedirse de ellos expresando muestras de mucho afecto y alegría (OBC, Chile, Noviembre 2018).

Para el tratamiento de la Autoestima, los participantes refieren que la Consideración *[en relación a ser visto por un otro]* es un pilar fundamental en la ejecución de la Equinoterapia.

La Consideración como CE más estimulada en Equinoterapia, semilla de la Autoestima.

Los participantes señalaron como uno de los aspectos más desarrollados para la Autoestima, la Consideración, como el resultado terapéutico dominante. Ser considerado es "el comienzo imprescindible para la Autoestima" (Längle, 2007). De acuerdo a los participantes, la Equinoterapia se dedicaría a desarrollar y rehabilitar el sostén y la confianza fundamental, por el ser visto por un otro y ser tenido en cuenta "tal como uno es" (Idem, 2007).

> *"La persona se puede sentir aceptada desde el mutuo respeto." (CC, 15.09.18)*

En relación a las CE y la formación de la Autoestima la Consideración se conforma desde afuera contemplando funciones yoicas como la Autopercepción y actividades del yo como la Toma de distancia, Incorporación y Delimitación. Esta última es

destacada por los participantes quienes reportan que la Equinoterapia es capaz de otorgar sustento *a la demarcación de límites propios en el adolescente.*

"Darse cuenta esta situación yo no la puedo abarcar o sí la puedo abarcar" (AV, 20.08.18)

Respecto de las adolescentes observadas, las tres menores sufrieron distintos tipos de abusos sexuales por parte de familiares. Es por ello que tanto la Consideración como la Delimitación han sido parte de un abordaje central en sus sesiones de equinoterapia. Por medio de un acuerdo con el hogar de menores en el que viven hace cuatro años, se concretó una alianza terapéutica entre esta institución y el Centro Ecuestre. Las tres jóvenes, quienes son además hermanas, participan todos los viernes de sesiones de equinoterapia. En la práctica, la Consideración hacia ellas se concretó por medio de ofrecerles un ambiente que les pareciera motivante y nuevas relaciones sanas con adultos (como el equipo de profesionales). Por otra parte, a lo largo de todas las sesiones se les consultaba por sus ganas e ideas respecto de la práctica equina incorporándolas en las intervenciones. Respecto de la consideración y delimitación, al comienzo, se abordaba la reflexión y escucha compartida sobre el trabajo que cada una hacía con el caballo, reforzando la idea de un proceso único y diferente y estimulando la autoaceptación en vez de la competitividad. Se promovía la confianza, el contacto físico, el vínculo y la consideración entre el caballo y las adolescentes. Se revelaban así progresivamente las personalidades, temperamentos y traumas de cada caballo y en esta relación dialéctica, características y capacidades también de las niñas entorno a sus progresos en el trato con el caballo y su delimitación para poder manejarlo o no. Las transformaciones en ellas y en la relación entre ellas y los caballos se fueron haciendo

evidentes, ya que daban cuenta de nuevas capacidades al aprender, superar sus miedos y autoconocerse a través de un nuevo vínculo: el del caballo. (OBC, Chile, Junio- Noviembre 2018).

Por otro lado los participantes también señalan que en el vínculo establecido entre el caballo y el adolescente, se aspira a que este último pueda ser capaz de responder a las necesidades del otro, conocer lo propio, tener el dominio de sus emociones identificando los momentos en que se debe poner límites.

> *"Con su sola presencia (el caballo), permite tomar una actitud activa hacia él." (CC, 15.09.18)*

Además, mencionan que en esta relación de mutuo acuerdo al estado emocional de cada cual y de la mutua conexión, el equino sirve de espejo al adolescente, confrontándolo con su emocionalidad y sus límites propios.

> *"El caballo hace de espejo y nos vamos mostrando (...) las dificultades que tiene la persona para cumplir la consigna con el caballo" (CC, 15.09.18)*

Partiendo por la diferencia ontológica con el caballo, según los participantes esto les permite reconocerse y lograr distinguirse del otro. Desde la prestancia de liderazgo necesaria para lograr la obediencia del animal, el delimitar el espacio personal (por seguridad, para evitar que el caballo pase por encima) es un primer ejercicio de Delimitación. Señalan también que para evitar la reactividad del caballo, las sesiones siempre mantienen ejercicios conocidos por el caballo y el paciente (como la

limpieza). Conviviendo en un ambiente estructurado y previsible, es aún más posible la actividad de la Delimitación.

A lo largo de los cinco meses de Equinoterapia, las sesiones con los caballos se iniciaron con el saludo (extender la mano para dejarse olfatear por el animal) y luego en el ruedo, con actividades de limpieza del caballo. Los cierres fueron definidos por la despedida entre el paciente y el caballo (abrazo a su cuello o despidiéndose verbalmente) (OBC, Chile, Junio- Noviembre 2018).

Condiciones Internas potenciadas

Figura 2: Gráfico de las CI potenciadas en el tratamiento equinoterapeutico. Se observa que la Autovaloración es una de las más desarrolladas en su categoría.

Los profesionales manifiestan que en relación a las CI de la Autoestima la Autovaloración es la condición que más se incrementa con el tratamiento

equinoterapéutico, fomentando el fortalecimiento de la Autoestima. Así también mencionan la Autopercepción y la importancia que ésta tiene en relación a la conciencia de sí mismos y el Tomarse en serio estimulando el conocimiento del valor propio en los adolescentes.

CI más desarrollada: Autovaloración por medio del Fortalecimiento de la Autoestima.

De acuerdo a lo mencionado por los participantes, otro de los hallazgos revela que la Equinoterapia estimularía principalmente las CI. Dentro de éstas, si bien se desprende un desarrollo similar entre estas distintas actividades, la más desarrollada por medio de la Equinoterapia fue el Aprecio por uno mismo o la Autovaloración, llevando a un fortalecimiento de la Autoestima.

De acuerdo a las observaciones realizadas y a los testimonios de los participantes, derivado de la capacidad de Contemplarse-a-sí-mismo, surgen tres resultados que consolidan no sólo la Autoestima, sino también la construcción del Yo. Éstas son la Autoimagen, el desarrollo de las estructuras yoicas, el Fortalecimiento de la Autoestima. (Längle, 2009) Sobre la primera, algunos de los terapeutas refieren que los adolescentes ingresan con una concepción limitada de sí mismos en relación a su posición en el mundo. Señalan que este es un periodo para construir la identidad pues se posibilita el descubrimiento sí mismos, transitando hacia una configuración progresiva de la identidad mediante las metas superadas y por medio de los ejercicios y desafíos que el propio paciente propone habilitando el reconocimiento de características y capacidades de sí, como pistas y huellas que componen la identidad.

> *"Se trabaja mucho la autoestima a través del predeportivo, que es el desarrollo de habilidades para personas*

físicamente autovalentes y mejorar su autovaloración, autoimagen." (JM, 06.09.18)

Respecto de las funciones yoicas correspondientes, en AE, las CI son: Autoconsideración, Ser justo y equitativo consigo mismo y el Aprecio por uno mismo. Todas ellas componentes de la individualidad del Yo, surgen en las entrevistas y las OBC de forma frecuente.

Se les pidió elegir la idea o concepto más importante que hubiesen aprendido durante el proceso de Equinoterapia. Señalaron "quedarme con lo bueno de mí", "autovaloración" y "autopercepción". (OBC, Chile, Noviembre 2018, última sesión)

Reacciones de Coping

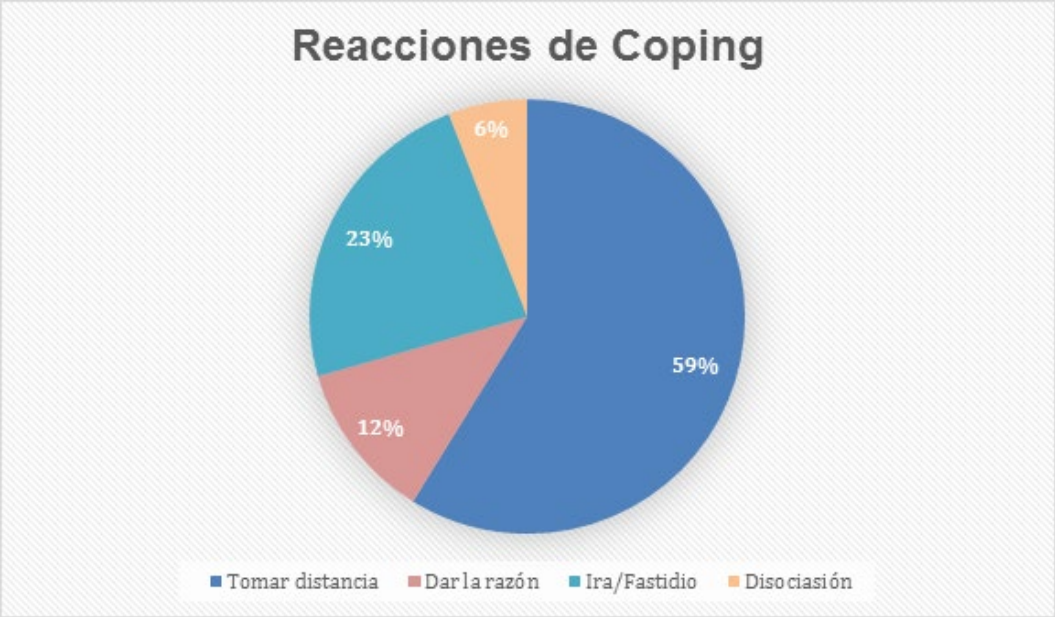

Figura 3: Gráfico representa las Reacciones de Coping presentes en los adolescentes al ingresar al tratamiento.

La indagación sobre las Reacciones de Coping relacionadas a la Autoestima se concentra en aquellos mecanismos de comportamiento como Toma de distancia, Sobreactuación, Dar la razón, Ira/Fastidio o Disociación. Respecto a la Toma de distancia la mayoría de los entrevistados manifiestan haber presenciado en las terapias conductas en los adolescentes en donde parecían distanciados de sí mismos y del resto, esta reacción es informada por los profesionales como las más frecuente en los adolescentes.

> *"Como todo adolescente en un principio es bastante cerrado y bastante desconfiado" (GA, 23.08.18)*

Además indican que otro de estos patrones de comportamiento que se observa es la Ira/Fastidio y agresión hacia el equipo, así como constantes reproches y autoreproches. No se manifiesta presencia de agresiones físicas hacia el equipo o caballos.

> *"A través del caballo él liberaba ciertas rabias que él tenía" (S.G, 09.11.18)*

Dentro de las observaciones durante una sesión de Equinoterapia, las adolescentes expresaron (en menor medida) reacciones de Coping tales como Dar la razón.

Primera sesión de monta donde ambas hermanas están en el ruedo. CP (14) crítica a MP (13) por acercarse con el caballo, ofendiéndola y amenazando con golpearla, mientras que ésta última le daba la razón riendo y aceptando su ofensa. (OBC, Chile, Noviembre 2018).

A partir del lenguaje de los profesionales se da cuenta de reacciones de disociación en menor medida que las otras reacciones, siendo ésta definida por los entrevistados como la sensación de no ser uno mismo, presentando dificultades para poder registrar sus emociones, advirtiendo además ciertos niveles de inconsciencia de sus propias acciones.

Sin embargo, durante las observaciones del proceso equinoterapéutico de las adolescentes, se presenciaron reacciones de coping diferentes en cada una de ellas.

Al inicio de la terapia, la menor de las adolescentes KP (10), manifestó agresividad, sobreadaptación, impulsividad, toma de distancia mediante bromas y actitud impertinente. MP expresó reacciones como retirarse, huir, llamar la atención, rebeldía, relaciones sobre intensificadas y ponerse del lado del agresor. Por otro lado la mayor de las adolescentes CP presentó automutilación, agresividad, impulsividad y frustración (OBC, Chile, Junio 2018).

A lo largo del proceso, las reacciones de coping fueron cambiando y disminuyendo de forma variada en cada adolescente. Las adolescentes que menos veces fueron abusadas sexualmente, progresaron significativamente en relación a su capacidad reflexiva y en la regulación de impulsos. La paciente con mayor cantidad de experiencias de abuso sexual, avanzó en el manejo de la ansiedad y dejó de automutilarse, aunque permanecieron reacciones de autoagresiones distanciadas en el tiempo e ira intensa.

De acuerdo a las OBC, a la fecha las adolescentes han presentado cambios en su forma de relacionarse, dejando atrás algunas de las Reacciones de Coping presentadas al comienzo de la terapia, sin embargo, han aparecido nuevos

comportamientos de defensa. Por su lado KP presenta copings de toma de distancia mediante bromas y actitud impertinente. MP ha demostrado presentar cambios en relación a su desarrollo biológico y personalidad dando cuenta de conductas promiscuas. Por su lado CP presenta autoagresiones, agresividad y amnesia disociativa selectiva (OBC, Chile, Noviembre 2018).

Resultados emergentes

El caballo

Una de las temáticas emergentes perteneciente al discurso de los participantes tiene relación con que uno de los principales aportes del caballo en la equinoterapia es la capacidad de comunicarse a través del lenguaje corporal, leyéndolo y demostrando a su dupla en la terapia (el equinoterapeuta), la emocionalidad del adolescente con quien forma el vínculo. El caballo tiene la habilidad de aprender las características de otra especie, estableciendo una impronta caballo-adolescente que de acuerdo a los profesionales moviliza a este último a comunicarse, en donde debe esforzarse por comprender al otro y a la vez darse a comprender por él mismo, considerando la barrera del lenguaje.

> *"El (caballo) tiene algo que además de captar lo esencial y percibir mis emociones, lee mi lenguaje corporal" (GA, 23.08.18)*

KP lleva a Ana (yegua) desde las pesebreras al ruedo. Tiene una manera muy respetuosa de saludarse y presentarse. Desde adelante, se pone a su altura y se va acercando poco a poco. Ana demuestra sentirse a gusto con esta forma. Durante la

limpieza KP está sonriente y es cuidadosa. También le pide apoyo al ayudante con las pezuñas. También realiza vueltas al ruedo con Ana. Se esperan mutuamente para ir al mismo ritmo y cerca. (OBC, Chile, Junio 2018)

El tratamiento

De acuerdo a los entrevistados, en cuanto a las formas de diagnóstico en Equinoterapia, al ser una terapia complementaria, la mayoría de las veces señalan que los pacientes llegan con un diagnóstico por parte del profesional que deriva, principalmente pediatras y psicólogos. Así, el objetivo terapéutico está predefinido.

Cuando no existe una derivación previa, el diagnóstico se realiza con el caballo, en el ruedo donde puede evaluar el equinoterapeuta o un equipo multidisciplinario compuesto por un psicólogo (cuando se trata de salud mental) y un terapeuta ocupacional o kinesiólogo o psicopedagogo, cuando se necesita de la evaluación de otras dimensiones. A partir de esto, los entrevistados señalan que establecen metas u objetivos terapéuticos: algunos reevalúan esto sesión a sesión, la mayoría vuelve a ponderar los objetivos propuestos luego de tres meses de trabajo equinoterapéutico.

"también teníamos psicólogos que hacían una evaluación inicial y después al término del programa, nosotros creemos que es importante un mínimo de 12 sesiones, 3 meses para ver un progreso." (SG, 10.11.18)

Los entrevistados señalan distintas metodologías para la evaluación de sus pacientes en los centros ecuestres donde se desempeñan. Se encuentran técnicas

diversas tales como hipótesis derivadas de la observación de los caballos y en otro extremo, el uso de tests estandarizados.

"Nosotros hacemos una evaluación inicial en la que solemos aplicar tests dentro del área" (BI, 23.10.18)

También señalan que la Equinoterapia es muy prolífica en cuanto a la cantidad y diversidad de ejercicios terapéuticos con los que planifican la intervención. Para el abordaje psicológico, de acuerdo a las OBC los ejercicios terapéuticos pueden ser en monta o desde el suelo, dependerá tanto del objetivo terapéutico como de la autoconfianza del paciente y del vínculo con el caballo.

> *"hay un montón de actividades que son diseñadas especialmente para trabajar diferentes temas, a partir del tema inicial que te enmarca el ejercicio diagnóstico (...) son miles". (GA, 23.08.18)*

"realiza todas las etapas de la limpieza incluidas las pezuñas. (...) Se le pide que instale los conos en el ruedo y que Jacinta (el caballo) logre seguirla sin cuerda. (...) El asistente en pista la ayuda a subir a pelo (monta sin montura). Él conduce al caballo con la cuerda. Dan dos vueltas al ruedo. (La paciente) Sonríe durante el ejercicio." (OBC, Junio 2018).

Discusión

La importancia de la Equinoterapia en el proceso de desarrollo de la Autoestima en adolescentes, permite avanzar en la rehabilitación (en caso de trauma) y construcción de su identidad personal. En este entramado correspondiente a distintas áreas y condiciones que componen la Autoestima, surgen desde la mirada del AE, objetivos y perspectivas terapéuticas comunes con la Equinoterapia. Éstas guardan relación con el aspecto dialógico de la formación de la Autoestima (CE y CI), la apertura fenomenológica y la búsqueda de la autenticidad. De esta forma la Equinoterapia podría complementar como terapia alternativa, el ejercicio clínico con adolescentes, área incipiente en el AE.

El reporte de los participantes sustenta que la Equinoterapia habilita el desarrollo de las CE y CI. Teniendo por una de sus finalidades la adquisición del tacto y el contacto con un otro, las prácticas equinoterapéuticas son fértiles ya que estimulan aptitudes relacionales del sujeto (reeducación relacional) y ponen directamente en movimiento mecanismos complejos de regulación de la acción (control comportamental) y contribuyen a restablecer capacidades para comunicarnos con nuestro entorno. Esta práctica puede ser de difícil manejo para el adolescente como para el terapeuta, ya que pone en juego las capacidades motoras, intelectuales y psicoafectivas del sujeto, generando una alternancia entre momentos de frustración y satisfacción en el manejo con el caballo. Esta alternancia es la materia prima del terapeuta con la que debe gestionar de cerca la disponibilidad de la dupla paciente-caballo.

Con respecto a la condición única de los animales en relación a que no pueden juzgar, tanto los entrevistados como las OBC sugieren que los pacientes suelen estar cohibidos inicialmente debido a deficiencias físicas o autopercepciones negativas. Los caballos se convierten entonces en un recurso valioso para quienes necesitan ser aceptados sin condiciones. Así lo plantea Fine (2003): *"La gran utilidad de los animales en las terapias, es que logran (...) romper un tipo de esquema fijo de comportamiento, muy cerrado, que no les sirve para comunicarse con los demás (...). De esta manera, el animal logra despertar el interés del niño y relacionarse con él, lo cual significa muchas veces un primer e importantísimo contacto".* Las terapias asistidas por caballos proporcionan a los jóvenes la posibilidad de mostrar su ternura y afecto y les ayuda a controlar y regular su propia conducta al desarrollar sentimientos de empatía hacia otros seres vivos. Gracias a sus éxitos con el animal, los adolescentes son capaces de mejorar su Autoestima y así tener más confianza al enfrentarse a nuevas tareas (Ibid, 2003).

De acuerdo a los resultados, el caballo reacciona al estado emocional del paciente, por lo que se estimulan las capacidades de observación, se fomenta la autoconciencia, habilitando la autopercepción, el detenimiento y contacto interior. Si bien se pueden evidenciar otras capacidades estimuladas como la autopercepción, la autorreflexividad, éstas derivan de una primera instancia que es el intercambio con el caballo. Se despliegan entonces facultades relacionales y personales derivadas del vínculo entre el adolescente, el caballo y el equinoterapeuta -este último como mediador- propiciando en el paciente la capacidad de sopesar entre el exterior y el interior para definir su actuar y con ello, a sí mismo. Este ejercicio terapéutico donde entran en juego las CE y las CI habilitando aspectos estructurales de la personalidad

como el criterio de realidad, la regulación de los mecanismos de protección y la integración de la identidad (Längle, 2007). El criterio de realidad se configuraría en esta práctica por la apertura al otro y a la escucha de sí mismo. Las reacciones de coping (o mecanismos de defensa y/o protección) serían abordados por medio de la reflexividad y la regulación de los impulsos. La integración de la identidad se conformaría a través de sostener el contacto entre la consciencia, los sentimientos y la estabilidad de esta forma de actuar consigo mismo y los demás. A lo largo del proceso equinoterapéutico, el potenciar la autoimagen estabilizará la identidad y su integración.

El respeto y la distancia surgen en la práctica equinoterapéutica como necesarios para que en el trato con el otro se pueda ver y ser visto de forma definida y real habilitando la apertura fenomenológica.

A este respecto se observa que para la apertura fenomenológica, es preciso poder vivenciar un poder ser-y-estar-aquí sin amenazas (Längle, 2007). Los caballos amortiguan el impacto de hechos estresantes. La percepción corporal de los impulsos rítmicos y regulares provoca en el paciente toda una gama de experiencias psicosensoriales que se aprovechan en el área psicológica (Gross, 2006). La sensación de dejarse llevar y poder avanzar sin aplicar una acción propia, podría ser un factor clave en la relajación psíquica y en la rehabilitación de la confianza primaria en sí mismo y en el mundo que rodea al paciente. La sensación de impulso hacia delante y avance restablecen la confianza en el propio yo, por lo que el paciente experimenta nuevas reacciones psicológicas en relación con él mismo y su entorno *(Gross, 2006).*

Como efecto de esta actitud dialógica surge la comprensión. El comprender se compondría de aspectos tanto contextuales como internos relacionados a valores, experiencias e ideas que conmueven a la persona (Längle, 2006). Cognitivamente refleja mayor flexibilidad para el afrontamiento de diferentes problemáticas presentes a lo largo de la vida (Simkin, et al. 2014). En este ejercicio se ubican y reordenan tanto aspectos conocidos y pasados como nuevas conexiones. Esto tiene como consecuencia la actualización y la permanencia del sentimiento de sí mismo. Así los adolescentes transitan a lo largo del proceso equinoterapéutico hacia una adolescencia más activa y consciente. La consecución de esta actitud dialógica entre sí mismo y la existencia, tiene como resultado el Fortalecimiento de la Autoestima. Es en la incorporación de los buenos tratos recibidos, que se produce una plataforma interior y de sus vínculos como buenos de ser vividos. Y es en la capacidad de autoevaluarse donde se crea la autoridad natural de la persona, porque ejerce una decisión activa de contar consigo mismo y acompañarse a través de las diversas circunstancias de la existencia. Por medio de la práctica equinoterapéutica y el constante ejercicio de hacerse cargo del caballo, de la organización del cuerpo, la emocionalidad y la tarea de, por ejemplo, prácticas de Delimitación, se desarrollan capacidades que deben llevarse y afirmarse. A partir de su ejercitación, lo que es propio puede converger más fácilmente. Esto ocurre durante los primeros cinco meses de Equinoterapia, pues con el paso del tiempo, tanto los pacientes como sus terapeutas reportan sentimientos de mayor madurez y autonomía, donde los adolescentes van asumiendo compromisos, roles y responsabilidades respecto de su autocuidado y su entorno. De ello derivan 4 afirmaciones de la persona: Como un ser actuante (público), la Persona como oposición (habiendo tomado posición), la doble apertura de la persona (hacia sí mismo y el mundo) y el no-cierre de la persona: la

apertura al desarrollo (Längle, 2007). Relacionado a la apertura fenomenológica la cuarta afirmación sienta el alcance de la Autenticidad mediante el diálogo interior constante, así como con el exterior y delimitado por la toma de posición.

En relación a la Autenticidad, “la madurez es uno de los frutos de la autenticidad:(...) manifiesta sin rastro de temor, (...) una actitud interna y externa de serenidad, nacida del orden interno, de la estabilidad, (...) irradiando una cierta y siempre relativa plenitud humana.” (Yepes,1997, p.90). En la investigación se mencionan como productos de la Equinoterapia, un mayor contacto interior (CI) en constante diálogo con el exterior (CE) y la Toma de posición previa a la acción. La combinación de estos tres elementos conduce por medio de la jerarquía y orden tanto de las percepciones, conductas y valores personales, a habilitar una conciencia y con ella un “sentimiento intuitivo” (Längle, 2007). Éste no es lógico, no es imaginado, surge de la observación tanto interna como externa, permitiendo actuar en sí para “observar conjuntamente” (Ibid, 2007). Referido a esto, la necesidad de coherencia entre el sentir y actuar señalado por los entrevistados y las OBC habilitan un sentimiento de concordancia que surge en el adolescente. Esta sintonía que aparece en la convivencia equinoterapéutica, aparece como liberadora a la vez que ancla a la persona a sí misma.

Finalmente, es necesario apuntar que en el análisis de los resultados obtenidos, la práctica equinoterapéutica potenciaría el proceso de habilitación de la Autoestima movilizando a los Adolescentes a explorar por medio del vínculo con el caballo, aspectos cruciales para el desarrollo de su construcción yoica. Transitan así desde la Consideración recíproca, al Aprecio de su propio valor, estabilizando la personalidad por la capacidad de autoevaluarse, separar lo propio de lo ajeno y

actuando de forma progresivamente más consciente y responsable, como una unidad personal y con una dirección ética mediada por la interacción con el caballo.

Si bien uno de los propósitos de este estudio es realizar un primer acercamiento investigativo que releve los aportes de la Equinoterapia y la psicología por ser un área no investigada ni difundida, presenta limitaciones ya que sólo se basa en aspectos cualitativos recogidos en una primera etapa de investigación (una entrevista a cada participante, OBC en un centro ecuestre).

Algunos de los aportes de este trabajo son: presentar la efectividad a nivel psicológico de la Equinoterapia, específicamente en el desarrollo de la Autoestima; en cuanto a la relevancia clínica, el caballo no sólo se utiliza para influir en el entorno y en la relación entre el paciente y el terapeuta, sino que además el terapeuta puede observar cómo el paciente se relaciona e interacciona con el animal pudiendo proporcionar al terapeuta una fuente adicional de información que facilitará el diagnóstico; un nuevo acercamiento entre la psicología y el trabajo corporal así como el asistido por animales; la apertura clínica a terapias multidisciplinarias respondiendo a la relevancia y necesidad presentada por el sistema de salud; las similitudes en el abordaje terapéutico con el AE, presentando posibles implicaciones para futuras investigaciones tales como los resultados entre el Análisis Existencial Procesal (AEP) y el trabajo psicoterapéutico en Equinoterapia.

Agradecimientos

A nuestras parejas y familias que nos apoyaron de múltiples maneras a lo largo del proceso de investigación.

Al Centro Ecuestre “Alma Equina Pucón” por su generosidad para trabajar juntos todo el año. Así mismo al Hogar de menores “Betania” por confiar en nosotras y a todos los participantes de este trabajo.

A nuestro profesor Dr. Gabriel Traverso y a nuestras compañeras de seminario por el sostén intelectual y el ánimo por superarnos a nosotras mismas.

Referencias

- Aravena, F. (2011) *Psicomotricidad y Terapia Ecuestre, desde una perspectiva Humanista Gestáltica. Estudio de caso de un niño con Trastorno Generalizado del Desarrollo*. Tesis para el grado de Psicólogo UAHC, Santiago de Chile.

- Barría, M. (2015). *Cabalgata Terapéutica*. Recuperado de: http://www.acaballo.cl/wp-content/uploads/2015/03/Cabalgata_Terapeutica.pdf

- Caban, M.; Nieves, I.; & Álvarez, M. (2014) *Desarrollo de la terapia asistida por animales en la psicología.* Informes Psicológicos,Vol. 14 (2), pp. 125-144.

- Cardo, M. (Sin fecha) *El niño y el caballo desde una perspectiva psicológica*, tesis para el grado de Psicóloga, USAL, Argentina

- Croquevielle, M. (2009) *Análisis existencial: Sus bases epistemológicas y filosóficas. Castalia*, 15, 23-34

- Croquevielle M. & Cortés L. (2018) *Dificultades y sufrimientos infanto-juveniles*.

- Donas, S. (2001) *Adolescencia y juventud en América Latina*. Cartago: Libro Universitario Regional, pp. 489-499. Recuperado de http://www.binasss.sa.cr/adolescencia/Adolescenciayjuventud.pdf

- Eagala (2012) *Fundamentos para la práctica del modelo Eagala. Revista Eagala, Vol. 1-2, p. 16, Argentina.*

- Falke, G. (2009) *Equinoterapia, enfoque clínico, psicológico y social.* Revista de la Asociación Médica Argentina, Vol. 122, Número 2.

- Fine, A. (2003). *Manual de terapia asistida por animales.* Barcelona.Editorial: Fundación Affinity. Fondo Editorial. Páginas 211, 212

- Gross, E. (2006) *Equinoterapia: la rehabilitación por medio del caballo.* Sevilla. Editorial: Trillas. Páginas 22-23.

- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C. & Baptista Lucio, P. (2014). *Metodología de la Investigación.* Sexta Edición. Mc Graw Hill Education.

- Hernández, S. (2007) *Estudio descriptivo de la equinoterapia en la Región Metropolitana.* Universidad de Chile.

- Krause, M. (1995) *La investigación cualitativa - Un campo de posibilidades y desafíos.* Revista Temas de Educación Nº 7, pp. 19-39. Santiago, Chile.

- *Längle,* A. (2000) *Las Motivaciones Fundamentales de las Existencia.* Seminario llevado a cabo en Buenos Aires, Argentina.

- Längle, A. (2006) Libro de Texto de Análisis Existencial, *La 1era Motivación Fundamental, El poder-ser en el mundo*.

- Längle, A. (2007) Libro de Texto de Análisis Existencial, *La 3era Motivación Fundamental, La condición fundamental del ser persona -la facultad de ser uno mismo-*, 3era versión.

- Längle, A. (2009) *Las Motivaciones Personales Fundamentales. Piedras angulares de la Existencia*. Revista de Psicología de la Univ. Católica de Argentina Buenos Aires, No. 10, Vol. 5.

- Lorenz, K. (1985) *Consideraciones sobre las conductas animal y humana*, ed. Planeta-Agostini, México.

- Massei, H. & Vasen, J. (2006) *Reinserción social en adolescentes a través del programa "Cuidar -cuidando*. VERTEX Rev. Arg. de Psiquiatría, Vol. 17, pp 432-439

- Naranjo, M. (2007) *Autoestima: un factor relevante en la vida de la persona y tema esencial del proceso educativo*, Revista Electrónica "Actualidades Investigativas en Educación", Vol. 7, núm. 3, septiembre-diciembre, Universidad de Costa Rica, San Pedro de Montes de Oca, Costa Rica.

- Núñez, V. (2012) *Vivencias en la equinoterapia "Desde lo/as niños/as, padres y el equipo que participan" .* Universidad del Bío Bío Facultad de Humanidades Escuela de Psicología.

- Oñate, M. (1989) *El autoconcepto. Formación, medida e implicaciones en la personalidad*. Madrid, Ediciones Narcea

- Organización Mundial de la Salud. Recuperado en: http://www.who.int/maternal_child_adolescent/topics/adolescence/dev/es/

- Robert, J. (S/F) *Le cheval au service de la reéducation relationelle, Approche éthologiques* Francia, Recuperado en: http://latrace.free.fr/reeducation.pdf

- Siegel, D. (2013) *Tormenta cerebral*, editorial Alba, p. 6

- Simkin, H.; Azzollini, S.; Voloschin, C. (2014) *Autoestima y problemáticas psicosociales en la infancia, adolescencia y juventud*. pp. 59-96 Revista de Investigación en Psicología Social Vol. 1 | Número 1. | ISSN 2422-619X Recuperado en: http://publicaciones.sociales.uba.ar/index.php/psicologiasocial/article/download/595/538

- Thomas, D.; Gecas, V.; Weigert, A.; & Rooney, E. (1974) F*amily socialization and the adolescent: Determinants of self-concept, conformity, religiosity and counterculture values,* Lexington Books.

- Urra, F.J (s.f) *"Hipoterapia" al Sur del mundo. Historia de la equinoterapia en Chile".* Recuperado en: https://docplayer.es/30042271-Historia-de-la-equinoterapia-en-chile.html

- Vicente, B.; Saldivia, S.; & Pihán, R. (2016) Prevalencias y brechas hoy: salud mental mañana. *Acta bioethica*, Vol. *22*(1), 51-61. Recuperado en https://dx.doi.org/10.4067/S1726-569X2016000100006

- Yepes Stork, R., (1997), La persona como fuente de autenticidad, ACTAPHILOSOPHICA, Vol. 6, fasc. 1 -PAG. 83-100.