

PROGRAMA ASISTIDO CON CABALLOS PARA LA ATENCIÓN  
PSICOPEDAGÓGICA DE UN ADOLESCENTE CON TDA-H  
*HORSE-ASSISTED PSYCHOPEDAGOGICAL PROGRAM  
FOR THE INTERVENTION ON AN ADHD TEENAGER*

Juan Vives Vilarroig\*

**juanvivesvilarroig@yahoo.es**

Paola Ruiz-Bernardo\*

**ruizma@uji.es**

\* Universitat Jaume I

**Resumen.**

A partir de los estudios que demuestran que los resultados más efectivos en la intervención con alumnos con TDA-H se obtienen cuando ésta se realiza desde un enfoque multimodal, podríamos incluir la intervención asistida con caballos como una forma más de aplicar las mismas estrategias psicopedagógicas que se están utilizando ya en la escuela, donde el caballo y su entorno podrían actuar como elementos mediadores en el tratamiento de estos niños al ser una actividad con un alto grado de motivación, que se realiza al aire libre en un entorno de naturaleza alejado de las cuatro paredes del aula, donde el aprendizaje en movimiento es un elemento importante y donde las tareas a realizar son altamente significativas, pues parten de situaciones reales y motivadoras para el alumno.

El objetivo de esta comunicación es compartir una experiencia de intervención psicopedagógica con caballos que ha servido para mejorar la autoestima y el afrontamiento de problemas en un alumno adolescente con TDA-H.

Los resultados cualitativos obtenidos evidencian una toma de conciencia de su realidad y del impacto de su conducta en su entorno social, lo que le permite autoregularse para mejorar sus relaciones sociales lo cual le eleva la autoestima personal.

**Palabras clave.** TDA-H, Autoestima, Intervención Psicopedagógica con Caballos, Innovación Educativa.

**Abstract.**

Current studies show that the most effective results in the intervention with students with ADHD are obtained when it is performed from a multimodal approach. Therefore, we included the assisted intervention with horses as a way to apply the same psychopedagogical strategies already used in the school, with the particularity that the horse and its surroundings would act as mediating elements in the treatment. This activity produces a high degree of motivation, as it is performed outdoors in a natural environment. In this situation, learning in movement is an important element, and the tasks to be performed are highly significant, because they start from real and motivating situations for the pupil.

The purpose of this communication is to share an experience of psychopedagogical intervention with horses that have served to improve the self-esteem and coping with problems of a teenager with ADHD.

The qualitative results obtained show an awareness of his reality and the impact of his behavior on the social environment, which allowed him to self-regulate and improve his social relations, which increased his self-esteem.

**Key Words.** ADHD, Self-Esteem, Psychopedagogical Intervention with Horses, Educational Innovation

## 1. INTRODUCCIÓN

A partir de los estudios que demuestran que los resultados más efectivos en la intervención con alumnos con TDA-H se obtienen cuando ésta se realiza desde un enfoque multimodal (Loro-López, Quintero, García-Campos, Jiménez-Gómez, Pando, Varela-Casal, Campos & Correas-Lauffer, 2009), podríamos incluir la intervención asistida con caballos como una forma más de aplicar las mismas estrategias psicopedagógicas que se están utilizando ya en la escuela, donde el caballo y su entorno podrían actuar como elementos mediadores en el tratamiento de estos niños al ser una actividad con un alto grado de motivación, que se realiza al aire libre en un entorno de naturaleza alejado de las cuatro paredes del aula, donde el aprendizaje en movimiento es un elemento importante y donde las tareas a realizar son altamente significativas, pues parten de situaciones reales y motivadoras para el alumno.

### 1.1- El enfoque multimodal

El enfoque multimodal del TDAH propone un modelo de intervención en el que se aborda el tratamiento de estos alumnos combinando los siguientes aspectos de manera coordinada, entre los diferentes profesionales implicados, con el objetivo de lograr conseguir la mayor eficacia posible durante el proceso de intervención:

- tratamiento farmacológico: efectivo para reducir los síntomas nucleares del TDA-H (déficit de atención, hiperactividad e impulsividad).
- tratamiento cognitivo-conductual: o también, tratamiento psicológico que ayudaría fundamentalmente a la mejoría de las funciones ejecutivas (habilidades cognitivas como empezar tareas, organizarse, planificar cosas...).
- tratamiento psicoeducativo: que implique no sólo a los alumnos sino también a padres y profesores, para adaptar el entorno a las necesidades de cada momento.

Desde este abordaje multimodal queremos presentar el trabajo realizado desde el tratamiento psicológico y desde el tratamiento psicoeducativo en los que hemos introducido a los caballos y su entorno como elementos mediadores utilizados por el psicopedagogo.

## 1.2. La intervención psicopedagógica asistida con caballos.

Esta propuesta favorece el poder aprender más allá de las aulas, promoviendo aprendizajes holísticos que traspasen entornos y contextos condicionados por estructuras tan estáticas como lo son las escuelas.

Para Franquet (2017).

*"La intervención psicoeducativa asistida con caballos (Ipsiac) constituye un espacio de actuación pedagógica en que el eje vertebrador es la doble mediación establecida a la par con el caballo y el adulto con intención educativa. Partimos, pues, de una vinculación afectiva en que se pondrán de manifiesto miedos, ilusiones, expectativas, superación personal y un sinfín de elementos que acompañarán al alumno en su crecimiento integral gracias a la salida de su zona de confort. El discurso empoderador de la Ipsiac parte de las necesidades y habilidades competenciales del educando, y surge como propuesta pedagógica más allá de la terapéutica o rehabilitadora que ofrece la tradicional hipoterapia, cuyo discurso tiende a ser limitante al partir del análisis de las carencias del educando, quedando a menudo escondido tras la etiqueta de su diagnóstico."*

El diseño de una intervención psicopedagógica con caballos implica tener en cuenta una serie de elementos que ayuden a la consecución del objetivo que la guía. Estos elementos son:

a) El contexto: Es un espacio de mediación pedagógica para activar procesos de aprendizaje estimulado por un mediador (el caballo) y un facilitador (el educador) (Franquet, 2017). Existe una mediación inconsciente que el caballo en su medio —por su etología y su particular biomecánica—ofrece, y otra mediación consciente e intencional del educador, conocedor profundo de ambas realidades: la equina y la del desarrollo personal integral del educando. He aquí la esencia de la intervención psicoeducativa asistida con caballos, que parte de la potencia de la doble mediación simultánea que recibe el jinete-educando: la del caballo y su contexto natural y la del educador conocedor de las herramientas pedagógicas necesarias.

b) El caballo como recurso: por sus características biomecánicas, etológicas y de necesidad contextual, como por ejemplo el ser un animal presa,

facilita que el sujeto deba exigirse en algunas habilidades (autoregularse) favoreciendo la mejora de la autoestima y los vínculos sociales sanos y más equilibrados (Franquet, 2017).

c) Un componente motivacional: la relación con otro ser vivo tiene sus principios en la biofilia (amor a la vida), lo que combina emoción y motivación en dirección a alcanzar un aprendizaje vivencial y autónomo en interacción con el medio natural.

d) La metodología y la organización de las sesiones: se orientan por los objetivos marcados previamente. Habitualmente incluyen actividades que en función de las competencias y necesidades del alumno suelen ir en progresión, situando al alumno en una Zona de Desarrollo Próximo (ZDP) que le motive a salir de su Zona de Confort. Para Franquet (2017):

“La tarea del educador se centra en ayudarle a revisar las habilidades propias y ponerlas en marcha para superar cada conflicto. Una vez pasado, se trabajará la metacognición, es decir, la toma de conciencia de las estrategias personales empleadas para poder transferirlas al día a día.”

Puesto que el objetivo de esta comunicación es compartir una experiencia de intervención psicopedagógica con caballos que han servido para mejorar la autoestima y el afrontamiento de problemas en un alumno adolescente con TDA-H, a continuación se presentará un programa diseñado bajo el enfoque multimodal y teniendo en cuenta los elementos que incluyen la intervención psicopedagógica asistida con caballos.

## **2. PROGRAMA DE INTERVENCIÓN**

Objetivo General: Mejorar el autoconcepto de un alumno adolescente con TDA-H, que en consecuencia ayudaría a disminuir los problemas de conducta y de interacción social.

Etapas y cronología: El programa se desarrolló durante dos meses a razón de tres sesiones por semana, dos de ellas con una duración de dos horas cada una y una tercera

con una duración de cuatro horas. La duración total del programa fue de unas 160 horas aproximadamente.

Actividades: En este sentido, dentro de cada uno de los bloques, se diseñaron diferentes actividades siguiendo la pedagogía del éxito (Bircea, 1998) reduciendo la

posibilidad de error, de manera que le permitiesen verse a sí mismo como una persona capaz de realizar algo positivo y productivo al margen de los resultados académicos.

En la tabla 1 presentamos el plan que se siguió durante el programa.

Tabla 1: Desarrollo de tareas

Plan de Trabajo Semanal	
Jueves:	Responsable del material. Monitor ayudante de equitación para niños con discapacidad física. Alimentación y cuidados de los caballos. Reflexión. Trabajo de las emociones.
Viernes:	Aseo y alimentación de los caballos. Domador de caballos. Responsable del material. Equitación. Monta de caballos. Reflexión. Trabajo de las emociones.
Sábado:	Aseo y alimentación de los caballos. Domador de caballos. Responsable del material. Monitor ayudante de equitación para niños. Reflexión. Trabajo de las emociones.

Fuente: Elaboración propia.

### Intervención Psicopedagógica asistida con caballos

Presentamos algunos ejemplos de cómo se ha trabajado en un entorno en el que los caballos y la naturaleza nos sirven como centro de interés para alcanzar los objetivos propuestos (ver tabla 2):

Tabla 2: Diseño del programa y actividades trabajadas

<b>Área: AUTOCONTROL</b>
Actividades: Equitación.
Objetivos: Que el alumno sea capaz de: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Entender las consecuencias de sus propias acciones.</li> <li>- Aprender a reconocer nuestra parte de responsabilidad en las cosas que nos ocurren a través del espejo que nos muestran los caballos.</li> <li>- Aprender a sentirse orgulloso del trabajo bien realizado</li> </ul>

**1) Trabajo de condicionamiento previo.**

*Aprovechando las ganas que el alumno tiene de montar a caballo, le enseñamos a comportarse como un domador, de manera que nada más bajar del coche no salga corriendo de manera descontrolada hacia ningún lado. Nos ponemos a su lado y comenzamos a andar hacia las cuadras, de manera que si se adelanta nosotros nos paramos y le pedimos que vuelva a nuestro lado para volver a retomar la marcha juntos, de manera que entienda que cuanto más tiempo tarde en realizar correctamente este ejercicio, más tiempo tardará en llegar a ver al caballo. Paradójicamente el alumno aprende que, cuanto más espacio anda, más pronto ve a su caballo.*

**2) Desplazarse por el picadero cantando retahílas**

*Se aprovecha una actividad cualquiera para realizar pie a tierra para que el alumno aprenda a moverse cantando una retahíla sencilla de manera que cada sílaba de ésta coincida con un paso. Al principio se acompaña al alumno y es el adulto quien la va cantando, invitando al niño a que lo haga al mismo tiempo.*

*Un ejemplo sencillo sería para la actividad de cepillar al caballo, en la que el alumno tiene que ir andando a la caja de cepillos, coger el cepillo y desplazarse hasta el caballo para asearlo. Durante la actividad el adulto está a su lado y va cantando An-do-des-pa-ci-to, an-do-des-pa-ci-to (así sucesivamente) haciendo que cada sílaba coincida con un paso. De este modo aprende a darse una autoinstrucción a la vez que elimina pensamientos distractores.*

**3) Pasear al caballo atado de un "hilo"**

*Invitamos al alumno a pasear al caballo con un hilo, de manera que si se mueve muy brusco, éste se puede romper. El hilo no se romperá pero la sensación que tiene el alumno es de que tiene que desplazarse despacio y controlando sus movimientos. Una variante de dificultad añadida es colocarle, además, una tarjeta sobre su cabeza, de manera que debe realizar el desplazamiento controlando sus movimientos para que ésta no se caiga. El adulto va al lado sujetando al caballo para solventar cualquier posible eventualidad.*

**4) Transporte de objetos encima del caballo**

*Jugamos a desplazarnos por el picadero con el juego de la cuchara, donde el alumno tiene que transportar una pelota pequeña con una cuchara que sujeta con las manos mientras el caballo marcha al paso llevado del ramal. Una variante que hacemos es jugar a ver cuántos cubos apilados puede transportar montando a caballo. Comenzamos con dos cubos y paulatinamente vamos aumentando la cantidad.*

**5) Dar cuerda al caballo:**

*Ayudado por el adulto, el alumno da cuerda al paso a la vez que va verbalizando lo bien que está portándose el caballo, lo tranquilo que está, lo bien que anda el caballo. Tranquilo!, despacio!, te estás portando muy bien!. A medida que el alumno va verbalizando las instrucciones, éste se va autoprogramando de forma que las interioriza durante el ejercicio.*

**6) Autoinstrucciones**

*Aprovechamos actividades cotidianas de la actividad como vestir al caballo, ducharlo, darle de comer, limpiar las cuadras, etc., para aplicar el método de las autoinstrucciones. Complementamos el trabajo realizado en la escuela para que, guiado por el adulto, el alumno aprenda a seguir la siguiente secuencia.*

- ¿Cuál es mi trabajo?
- ¿Cómo lo puedo hacer?
- ¿Estoy siguiendo mi plan?
- ¿Cómo lo hice?

*Esta estrategia la combinamos con el juego del semáforo, en el que propone que el alumno siga una secuencia de "paro, pienso, actúo". Utilizamos para ello el dibujo del semáforo, donde, antes de realizar una actividad, señala el disco rojo diciéndose a sí mismo la palabra "Paro". A continuación le*

enseñamos a señalar el disco naranja para que diga, "Pienso", en esta fase le invitamos a que se pregunte cuál es su trabajo y cómo lo puede hacer. Acto seguido se le invita a que señale el disco verde y diga, "Actúo". Para que pueda realizar la actividad. Durante el proceso de actividad, le invitamos varias veces a que señale el disco rojo para que se pregunte, ¿Cómo lo estoy haciendo?, de manera que aprenda a monitorizar su comportamiento. Finalmente le invitamos a que realice una autoevaluación de la tarea realizada.

### 7) Autoevaluación

Pactamos previamente unas normas que debe cumplir el alumno durante la sesión con caballos y las plasmamos en una hoja de registro. Al finalizar ésta, le ayudamos a que realice un ejercicio de autoevaluación que, en caso necesario puede ser implementada con algún tipo de reforzador.

## Área: ATENCIÓN

**Actividades:** Juegos de Atención:

Objetivos: Que el alumno sea capaz de:

- Desarrollar habilidades de atención básicas.
- Observar atentamente para seguir montado en el caballo.

### 1) Hacer parejas

Disponemos en el picadero una serie de fotos que tengan algún tipo de relación entre ellas. Subimos al alumno encima del caballo y le pedimos que busque las que sean iguales, complementarias o contrarias.

### 2) Montar la mesa de invitados

Jugamos a montar una mesa para unos invitados imaginarios que van a venir a comer. Cada comensal necesitará un cuchillo, un tenedor, una cuchara, un plato y una taza del mismo color. Cogemos varios servicios completos, cada uno de un color, y los repartimos desordenadamente por todo el picadero. El alumno monta a caballo y debe ir paseándose con una cesta para ir escogiendo: un plato, una taza, un tenedor, una cuchara y un cuchillo del mismo color. Cuando los ha conseguido se dirige a la mesa para montarlo ordenadamente, en el trayecto debe ir con cuidado para que no se le caiga la bandeja donde lleva el servicio. Acto seguido vuelve a repetir la acción y montar otro servicio. Así hasta que la mesa quede montada.

### 3) ¿En qué se parecen?, ¿En qué se diferencian?

Utilizando el centro de interés que hemos creado alrededor del caballo y su entorno. Le presentamos al alumno dos fichas grandes donde se representa en cada una a un caballo con unas diferencias que, en función de las características personales del niño, pueden ser muy evidentes o hacerlas cada vez más sutiles. Colocamos cada ficha en una punta del picadero. El ejercicio consiste en que preste atención para descubrir en qué se diferencian los dibujos. Yendo y viniendo tiene que ir fijándose para descubrir cuáles son las diferencias o semejanzas que presentan ambos dibujos. Cada vez que descubra una la dirá en voz alta.

### 4) ¿Dónde está?

El alumno tiene que buscar a Pipo, un determinado objeto de entre los diferentes que hay esparcidos por el picadero. Para este juego iremos añadiendo tantos objetos y tanto espacio del picadero como grado de dificultad queramos añadir.

### 5) Identificación de intrusos

El alumno sale del picadero mientras colocamos una serie de objetos o láminas. Cuando vuelve a entrar con su caballo, debe ir mirándolos y decir qué objeto o qué lámina no tiene nada que ver con el resto de los que he puesto. Por ejemplo: Pongo en el picadero una manzana, una zanahoria, una remolacha, un transistor, poco de hierba fresca, una lechuga y un poco de paja. A poco que se fije el alumno descubrirá qué objeto no es el que entra dentro de las cosas que le gusta comer al caballo.



*Podemos variar el grado de dificultad haciendo diferencias más o menos sutiles.*

**6) El caballo memorión**

*Distribuimos boca abajo por el picadero diversas parejas de imágenes a tamaño A4. El juego consiste en conducir el caballo hasta una de las fotos y girarla para ver qué imagen contiene. Una vez visualizada, continuamos el paseo hacia otra foto para hacer lo mismo hasta conseguir hacer una pareja.*

**7) El pintor copión**

*El alumno sube al caballo y le presentamos una lámina de una escena con diferentes detalles. Le retiramos la lámina y le invitamos a realizar un pequeño circuito por el picadero. Al final del mismo le esperamos con una lámina en blanco, donde tiene que dibujar en la misma posición, el máximo número de elementos posibles que ha visto en la ficha que le hemos presentado al inicio del ejercicio.*

**8) ¿Qué se ha movido?**

*Disponemos distintos objetos sobre el picadero (Tantos como grado de dificultad quiera poner al ejercicio) y hacemos que el alumno entre con el caballo para que los visualice y los pueda memorizar. Acto seguido le hacemos que salga del picadero y cambiamos uno, dos o varios objetos (tantos objetos como grado de dificultad queramos poner al ejercicio). Hacemos que el alumno vuelva a entrar en el picadero y que visualice la nueva situación, de manera que nos diga qué cosas han cambiado de lugar. Una variante de este juego es que el alumno debe atender para memorizar una serie de objetos, salir del escenario y cuando vuelve otra vez decir qué objeto falta en la colección, o qué objeto se ha añadido. El grado de dificultad se lo pondremos nosotros.*

**9) Ejercicios para localizar datos**

*Le damos al alumno una tarjeta donde por ejemplo pone la palabra "Casco". La ponemos delante de su cinchuelo para que la vea en todo momento y repartimos por todo el recinto fichas donde pone las siguientes palabras. (Cusca, Cosco, Casca, Casco Cucso, Cacso, Sasco). Posteriormente le invitamos a que pasee con su caballo buscando la ficha que contenga la misma palabra que lleva él. Podemos hacer variantes con números de dos cifras o con sílabas, en función del grado de dificultad que queramos añadir.*

**10) Ejercicio de secuencias**

*Le enseñamos una tarjeta con una secuencia ( colores, letras, números..) el alumno debe guiar a su caballo y buscar las tarjetas que se encuentran distribuidas por todo el picadero. Una vez las tiene, se acercará a nosotros y colocará las tarjetas en el mismo orden en el que se las presentamos.*

**Área: RELAJACIÓN**

**Actividades:** Técnicas de relajación sobre el caballo.

Objetivos: Que el alumno sea capaz de:

- Autoregularse para mantenerse vinculado al caballo.
- Controlar su respiración al tiempo que controla la relación con el caballo.
- Aprender técnicas de relajación que puede aplicar en diferentes contextos.

**1). Técnica del globo**

*Le indicamos al alumno que ponga su mano en su abdomen, de manera que le explicamos que se imagine que es un globo que se hincha y se deshinch. Este ejercicio lo podemos hacer mientras va paseando con el caballo y también tumbado boca arriba sobre el mismo, en cuyo caso nos aseguraremos que ya tiene suficiente confianza para poder tumbarse.*

**2) "Revisiones médicas"**

*Jugamos a que somos veterinarios y vamos a encontrar la respiración del caballo o sus latidos. Con la*

ayuda de un estetoscopio el alumno debe encontrar los latidos del caballo y centrarse en el sonido que hacen. También podemos jugar a que acompañe su respiración con la que hace el caballo.

### **3) Sonidos de dentro, sonidos de fuera**

Invitamos al alumno a que se tumben boca abajo sobre el caballo y se ponga como si fuera de goma con los ojos cerrados. A la vez que le sugerimos que comience a respirar profunda y pausadamente le pedimos que se centre en los sonidos que oye de fuera, después le pedimos que se fije en los sonidos de dentro (de su cuerpo, del propio caballo...). Si el alumno ya está acostumbrado a esta actividad podemos iniciar la marcha a un paso lento y cadencioso que ayudará a relajar al niño. Es importante la figura de seguridad en este caso.

### **4) Carrera de caracoles.**

Jugamos a realizar una actividad cotidiana con el caballo, como puede ser cepillarlo, y lo hacemos junto a él proponiéndole una carrera de caracoles, es decir, gana el que más lento cepilla.

### **5) Dar un paseo en silencio.**

Invitamos al alumno a realizar un paseo a caballo con el propósito de que el movimiento cadencioso y rítmico del animal y el tiempo de paseo ejerzan un efecto relajante.

## **Área: AUTOCONCEPTO**

### **Actividades:**

Doma del caballo :

Objetivos: Que el alumno sea capaz de:

- Fomentar el sentimiento de seguridad en sí mismo.
- Aprender a encarar los problemas buscando una solución

Aseo y vestido del caballo.

Objetivos: Que el alumno sea capaz de:

- Aprendizaje de rutinas de trabajo en el aseo, cuidado y preparación del material.
- Fomentar el compromiso laboral y la satisfacción del trabajo bien realizado.
- Aprender a esforzarse para tener éxito.

Manejo pie a tierra

Objetivos: Que el alumno sea capaz de:

- Fomentar estrategias de afrontamiento de los problemas.
- Fomentar el sentimiento de autoeficacia.

Servicio a la comunidad

Objetivos: Que el alumno sea capaz de:

- Fomentar conductas prosociales.
  - Fomentar la empatía.
- Aprender a fijarse en lo positivo.

### **1) Domar al caballo**

Le proponemos actividades de doma sencillas para que el caballo esté preparado a la hora que vengan a montar otros niños. Con la ayuda del adulto el alumno debe darle cuerda hacia un lado y hacia otro, aprender a llevarlo del ramal y manejarlo de manera correcta. Bajo la supervisión directa del adulto, es el encargado de que los caballos estén bien domados. Este cargo se le presenta a los padres de los alumnos que vienen a montar y a sus amigos, permitiéndole que realice demostraciones prácticas.

### **2) Alimentación y aseo del caballo y sus instalaciones**

El alumno es el responsable del bienestar del animal, por lo que se encarga de tareas como darle

pienso, dar alfalfa, barrer el pajar, limpiar las cuadras, llenar las bañeras de agua o acompañar al adulto a comprar el pienso y las balas de paja. Lleva un registro sencillo de las actividades que se le han encargado con el objeto de verse responsable de un ser vivo como es un caballo. Esta actividad se realiza siempre bajo la supervisión directa del adulto, aunque el puesto de "encargado de los caballos" lo ostente el alumno. A través de estas actividades el alumno desarrolla actividades prelaborales, aunque sea en un cinco por ciento y el resto deba terminarlás el adulto una vez el alumno se haya ido a su casa.

### **3) Participación como monitor voluntario en sesiones con niños**

El alumno no supe jamás la función de los monitores adultos pero, yendo a su lado y bajo supervisión directa, se encarga de ayudar a los niños a subir, a bajar del caballo, a acompañarles desde abajo para su seguridad, a ir a por los diferentes materiales didácticos que se utilicen en cada actividad, así como de recogerlos una vez terminada ésta. En definitiva desarrolla una actividad en la que hace un servicio a la comunidad.

Los padres de los niños que vienen a montar ya son conocedores de la actividad que realiza el alumno y mantienen conversaciones con él acerca de la importancia de su labor.

### **4) Demostraciones prácticas**

El alumno presenta su trabajo ante su familia o sus compañeros, explicándoles todas las tareas que realiza, presentándose así como una persona capaz de realizar un buen trabajo. Para realizarlo de una forma inclusiva en la escuela se puede organizar un día donde todos los compañeros de su clase expongan un trabajo en el que muestren alguna habilidad o cualidad en la que destaquen. El alumno, como uno más, presenta su trabajo con los caballos.

## **Área: EDUCACIÓN EMOCIONAL**

### **Actividades:**

Reflexión posterior fuera de las cuadras

Objetivos: Que el alumno sea capaz de:

- Aprender a reconocer emociones propias y saber gestionarlás.
- Aprender a reconocer emociones en los otros.
- Aprender a reconocer cómo nuestros actos influyen en las emociones de los demás.
- Fomentar la reflexión como punto de partida para la mejora.

### **1) Diario de trabajo**

El alumno escribe a diario las actividades realizadas, se le invita a que, sobre todo, pueda expresar las sensaciones que percibe y las emociones que siente al realizar un trabajo de ayuda a los demás. Anota las anécdotas del día con los comentarios de sus compañeros de trabajo y los padres de los chicos que vienen a montar.

También se le invita a que anote las interacciones que el alumno realiza tanto los niños a los que ayuda, así como el vínculo que mantiene con los caballos a los que cuida y de los que es "responsable". Por último se le invita a que exprese cómo se siente y cómo cree que los demás lo ven a él al realizar la actividad. A través de este diario se le enseñará a expresar e identificar emociones básicas, a manejar emociones, a reconocer las emociones de los demás, a motivarse a sí mismo y a tener gestos que fomenten las buenas relaciones con los demás.

### **2) Identificación de emociones básicas.**

Para las actividades que tiene que realizar el alumno, lleva unas tablas en las que están descritas las cuatro emociones básicas (tristeza, ira, miedo, alegría) y, durante las diferentes actividades que debe realizar se le enseña a que pueda marcar la emoción que está sintiendo en ese momento.

### **3) Manejar las emociones**

Sobre todo para aprender a manejar la ira, le entrenaremos en distintas técnicas como la tortuga o el semáforo para que, trabajando con caballos pueda controlarse y reconducir cualquier situación que

<p><i>podiera presentársele. En el diario también plasmará cómo ha sido capaz de manejar estas situaciones a través del uso de las técnicas aprendidas.</i></p>
<p><b>4) Reconocer las emociones de los demás</b> <i>A través de la reflexión diaria, le vamos induciendo para que manifieste cómo se sienten el resto de compañeros, los niños a los que ayuda, los padres de los niños, o incluso sus propios padres ante el trabajo y la actitud que él toma ante las actividades que realiza.</i></p>
<p><b>5) Motivarse a sí mismo.</b> <i>A través de la lectura del diario, aprende a ver el trabajo que está realizando y poder así motivarse por la realización de un trabajo bien hecho.</i></p>
<p><b>6) Aprender a tener buenas relaciones con los demás.</b> <i>En el diario también anotará la actitud que toma a la hora de interactuar con los niños, con los monitores o con los padres de los niños. Se le invita a que les diga cosas amables cada vez que les hable, a que les haga bromas o incluso que les traiga pequeños regalos, con el objeto de que aprenda la necesidad de aprender a ser amable con las personas con las que interactúa.</i></p>

Tabla 2: Diseño de Programa de Intervención Psicopedagógica con Caballos incluidas las actividades. Elaboración Propia.

### 3. RESULTADOS Y EVALUACIÓN DEL PROGRAMA DE INTERVENCIÓN

Los resultados se han obtenido de la observación directa y del registro del diario que el alumno y el psicopedagogo llevaban conjuntamente, pudiendo observar que, después de la intervención ha habido una mejora especialmente en el autoconcepto, tal como se había propuesto en el objetivo general del programa. Los registros del diario recogen:

*"He aprendido a ser domador. He aprendido a trabajar. Mi trabajo sirve para ayudar a los niños."*

*"Me he sentido útil. Si yo no salto, mis compañeros no saltan." "Me siento bien ahora no me ven tan bullas como antes."*

También se ha observado una mejora en la toma de conciencia de las consecuencias de sus conductas, tanto en el ámbito escolar como en el familiar. En el diario se recoge:

*"Nota de campo: 18 Abril. Comenta: "Yo soy el responsable de que los caballos quieran estar conmigo, si me ven tranquilo quieren estar conmigo."*

*"Mis padres y mis compañeros opinan que soy trabajador y saben que estoy haciendo cosas importantes."*

En cuanto al afrontamiento de problemas se destaca también una mejora, especialmente en lo relativo a lo social, pues aporta soluciones para mejorar su relación con su entorno social. Pero no tiene el mismo discurso en el ámbito académico.

*"Nota de Campo: 4 mayo. Comenta que está intentando hacer como en las cuadras, cuando está más tranquilo todo le va mejor."*

*"Mis padres dicen que soy muy bueno en los caballos y piensan que soy trabajador. Sé hacer cosas importantes. Mis tíos y mis abuelos me dicen que me estoy haciendo más responsable."*

*"Quiero estudiar un módulo de infantil para ayudar a los niños."*

#### **4. CONCLUSIONES Y PROPUESTAS DE CONTINUIDAD**

Como conclusiones de esta intervención se hace evidente que el programa diseñado mediante la Intervención Psicopedagógica Asistida con Caballos (Ipsiac) ha sido efectiva, teniendo en cuenta que este tratamiento se combina con el farmacológico desde un enfoque multimodal.

La Ipsiac ha favorecido el aprendizaje como un proceso que ha ayudado paulatinamente a salir de la Zona de Confort, movilizándolo al alumno a una zona de dominio de sus propias competencias. Empoderándolo para elevar y reafirmar su autoestima, a mejorar su tolerancia a la frustración y a construir una autopercepción positiva, sintiéndose más capaz de ser útil a su entorno social (Franquet, 2017).

Sería conveniente contemplar la necesidad de observar si todos estos resultados obtenidos perduran en el tiempo y en qué medida y con qué frecuencia sería necesario mantener el programa de trabajo con los caballos.

#### **5. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.**

Bircea, C. (1998). *La pedagogía del éxito*. Barcelona: Gedisa.

Franquet, B. (2017). *Hojarasca en otoño, amapolas en primavera, caballos todo el año*. Barcelona: Fonoll.

HiLoro-López, M., Quintero, J., García-Campos, N., Jiménez-Gómez, B., Pando, F., Varela-Casal, P. & Correas-Lauffer, J. (2009). Actualización en el tratamiento del trastorno por déficit de atención/hiperactividad. *Rev neurol*, 49(5), 257-264.

Vives, J. y Ruiz, P (2016) Una propuesta de innovación pedagógica: Programa de intervención asistida con caballos para un alumno con TDAH. XIII Congreso Internacional y XXXII Jornadas de Universidades y Educación Inclusiva. Albacete. Pendiente de Publicación.