



UANL FTSyDH



POLÍTICAS SOCIALES SECTORIALES
Buen vivir: Nueva Perspectiva de la Intervención Social



Efectos De La Psicoterapia Asistida Con Caballos En La Gestión y Mejora De Problemas Emocionales: Un Estudio De Caso.

Montserrat del Carmen Lara García⁴⁰

José González Tovar⁴¹

Resumen

La presente investigación tiene como objetivo indagar y comprender los efectos de la psicoterapia asistida con caballos (PAC) como intervención novedosa en la gestión y mejora de problemas emocionales en individuos. Se analizan patrones y cambios notables en el bienestar emocional a lo largo del proceso terapéutico. Se utilizará un diseño investigativo de naturaleza epistemológica hermenéutica con base en la teoría fundamentada, un alcance transversal y una selección por expertos. La investigación aborda un estudio de caso; la participante es una mujer de 47 años residente de Saltillo, Coahuila, México. Este estudio, con un enfoque orientado a la atención de la salud desde una perspectiva comunitaria y social, se enfoca en indagar sobre cómo contribuye la PAC a mejorar la calidad de vida. Al abordar problemas emocionales que afectan a los individuos, la PAC no solo tiene un impacto a nivel individual, sino también a nivel comunitario y social, pues La incorporación de la PAC en intervenciones individuales desafiará los estigmas sobre la enfermedad mental y terapias alternativas. Antes de practicar la PAC, la participante acudió a un proceso de psicoanálisis, y en cuanto a la PAC en sí, completó un total de cuatro sesiones. La participante experimentaba una sensación de vacío, a pesar de contar con suficientes recursos en su vida. A través de este estudio, se exploró cómo la PAC se convirtió en una herramienta terapéutica para abordar los patrones de auto boicot que impedían que la participante experimentara la satisfacción emocional deseada. Los hallazgos preliminares insinúan que la PAC desempeña un papel innovador y

⁴⁰ Universidad Autónoma de Coahuila montserratlara@uadec.edu.mx

⁴¹ Universidad Autónoma de Coahuila josegonzaleztovar@uadec.edu.mx



UANL FTSyDH

POLÍTICAS SOCIALES SECTORIALES

Buen vivir: Nueva Perspectiva de la Intervención Social



efectivo en la intervención terapéutica. Los resultados del estudio podrían contribuir a la adopción de la PAC como un recurso terapéutico consolidado y accesible, beneficiando así la salud psicosocial y emocional de las personas.

Palabras clave: *psicoterapia asistida con caballos, problemas emocionales, bienestar emocional, salud psicosocial, intervención terapéutica*



UANL FTSyDH



POLÍTICAS SOCIALES SECTORIALES
Buen vivir: Nueva Perspectiva de la Intervención Social



Introducción

La Psicoterapia Asistida con Caballos (PAC) es una forma de terapia en la que se incorporan caballos para trabajar el crecimiento emocional y el aprendizaje. Este enfoque no se centra en la equitación, sino en una variedad de actividades, desde el cuidado del caballo hasta la monta terapéutica y ejercicios de suelo (Bachi et al., 2012).

La terapia con caballos se utiliza para trabajar diversos trastornos físicos y psíquicos. Esto incluye, pero no se limita a, ansiedad, depresión, trastornos del espectro autista, trastorno por estrés postraumático y problemas de comportamiento. La terapia puede ser útil para personas de todas las edades, desde niños hasta adultos, y se puede adaptar para satisfacer las necesidades individuales de cada paciente (Hallberg, 2018).

Klontz et al. (2018) llevaron a cabo un estudio clínico abierto para examinar la efectividad de la terapia equina asistida por experiencias. Sus hallazgos indicaron que esta forma de terapia puede ser efectiva en el tratamiento de una variedad de condiciones de salud mental, incluyendo trastornos de ansiedad, depresión y trastorno por estrés postraumático.

Sin embargo, la eficacia de la terapia asistida con caballos no se limita a las condiciones de salud mental. Selby y Smith-Osborne (2018) llevaron a cabo una revisión sistemática de las terapias e intervenciones complementarias y adjuntas que involucran equinos. Los autores concluyeron que la terapia asistida con caballos puede ser beneficiosa para mejorar la movilidad física, la coordinación y el equilibrio.

Trotter et al. (2018) también exploraron la eficacia de la terapia de grupo asistida por equinos con niños y adolescentes en riesgo. Los autores notaron mejoras en la autoestima, las habilidades de afrontamiento y la resiliencia entre los participantes.

La psicoterapia asistida con caballos también ha demostrado ser beneficiosa para los pacientes que se recuperan de traumas. Yorke et al. (2018) destacaron el valor terapéutico de la vinculación equino-humana en la recuperación del trauma. Este hallazgo fue respaldado por Schultz et al. (2020), quienes encontraron que la psicoterapia asistida por equinos puede ser una intervención eficaz para los niños que han experimentado



UANL FTSyDH

POLÍTICAS SOCIALES SECTORIALES

Buen vivir: Nueva Perspectiva de la Intervención Social



violencia intrafamiliar. Los autores notaron una disminución en los síntomas de estrés postraumático y una mejora en la función social y emocional.

El modelo Técnicas Revelaciones Equinas (TRECC) es un modelo para el desarrollo personal que utiliza los caballos como catalizadores e identificadores de emociones, permitiendo un entendimiento real de las problemáticas personales que frenan nuestro desarrollo. Puede ayudar a individuos, parejas, miembros de una familia o grupos, a verse de una manera distinta e identificar la causa de los problemas que impiden el desarrollo personal (Netscher, s.f.).

Se basa sobre la sensibilidad extrema del caballo, el cual, siendo animal de presa, reacciona ante los estímulos de las personas. Es un modelo experiencial e involucra lo emocional, mental, físico y espiritual.

La PAC apoya el bienestar emocional a través de varios mecanismos de acción. Al relacionar la PAC con la Teoría del Bienestar o mejor conocido como modelo PERMA de Martin Seligman, podemos identificar cómo esta forma de terapia puede influir en los elementos clave del bienestar humano. El acrónimo PERMA representa cinco elementos esenciales que Seligman propone contribuyen al bienestar humano: Positividad (Positive emotions), Compromiso (Engagement), Relaciones (Relationships), Sentido (Meaning) y Logro (Accomplishment) (Seligman, 2011).

La interacción con los caballos en la terapia puede fomentar emociones positivas, como la alegría, la calma y la satisfacción, pero se requiere de un alto compromiso, ya sea cuidando al caballo, aprendiendo a montar o participando en actividades terapéuticas, generando así relaciones significativas con los animales y los terapeutas. Esto puede proporcionar un sentido de propósito y significado a las personas, pues el cuidado de los caballos puede dar a las personas la sensación de que están contribuyendo al bienestar de otro ser vivo; aprender a cuidar y montar un caballo son tareas que requieren tiempo, esfuerzo y perseverancia. Cuando las personas logran estas tareas, pueden experimentar un sentido de logro y competencia, lo que puede ser especialmente beneficioso para las personas que están luchando con problemas de autoestima o motivación (Seligman, 2011).



UANL FTSyDH

POLÍTICAS SOCIALES SECTORIALES

Buen vivir: Nueva Perspectiva de la Intervención Social



Además, el modelo de calidad de vida de Berdugo Alonso puede ser aplicado de manera efectiva para evaluar la eficacia de la Psicoterapia Asistida con Caballos (PAC). Este modelo se basa en la premisa de que la calidad de vida es un concepto multidimensional que abarca varios dominios interrelacionados (Verdugo et al., 2009).

El bienestar emocional, las interacciones sociales, el bienestar físico, el desarrollo personal, la autodeterminación, los derechos y el bienestar material son los siete dominios clave que influyen en la calidad de vida de una persona (Verdugo et al., 2009).

Estos dominios están interconectados y se influyen mutuamente, lo que significa que cada aspecto de la vida de una persona puede impactar su bienestar general y su calidad de vida.

Por ejemplo, las dificultades en el bienestar emocional pueden afectar las interacciones sociales y el desarrollo personal de un individuo. Asimismo, mantener un buen estado de salud física puede tener un efecto positivo en el bienestar emocional y en las relaciones sociales, demostrando cómo estos dominios se refuerzan entre sí para promover un mayor bienestar y satisfacción con la vida en general (Verdugo et al., 2009).

El presente estudio, con un enfoque orientado a la atención de la salud desde una perspectiva comunitaria y social, se centra en investigar los efectos específicos de la psicoterapia asistida con caballos en la gestión y mejora de problemas emocionales en individuos, analizando los cambios en la calidad de vida y el bienestar emocional a lo largo del proceso terapéutico. Se contó con la participación de una mujer de 47 años que experimentó la terapia en el Centro Ecuestre de Revelaciones Equinas en Arteaga, Coahuila. Durante la terapia exploró aspectos conflictivos de su vida, y reflexionó sobre cómo experiencias pasadas y expectativas familiares influyeron en su autoestima y percepción de éxito.

Planteamiento De La Investigación

Objetivos

Objetivo general:



UANL FTSyDH



POLÍTICAS SOCIALES SECTORIALES

Buen vivir: Nueva Perspectiva de la Intervención Social



Investigar y comprender los efectos específicos de la psicoterapia asistida con caballos en la gestión y mejora de problemas emocionales en individuos, identificando patrones y cambios notables en su bienestar emocional a lo largo del proceso terapéutico.

Objetivos específicos

1. Evaluar la influencia de la psicoterapia asistida con caballos en la reducción de síntomas en una participante.
2. Estudiar los cambios en la autoestima y el auto concepto de la participante antes y después de participar en un programa de psicoterapia asistida con caballos.
3. Investigar la mejora en habilidades sociales y de comunicación tras un ciclo de intervención con psicoterapia asistida con caballos.
4. Analizar la percepción de la participante sobre la psicoterapia asistida con caballos, recolectando datos cualitativos a través de entrevistas semiestructuradas para comprender su experiencia subjetiva.

Preguntas

1. ¿Cómo influye la psicoterapia asistida con caballos en la reducción de los síntomas en la participante?
2. ¿Qué cambios se observan en la autoestima y el auto concepto de la participante antes y después de participar en un programa de psicoterapia asistida con caballos?
3. ¿Cómo mejora la psicoterapia asistida con caballos las habilidades sociales y de comunicación de la participante?
4. ¿Cómo percibe la participante la psicoterapia asistida con caballos y cuál es su experiencia subjetiva durante el proceso terapéutico?

Justificación

La psicoterapia asistida con caballos ha surgido recientemente como una intervención complementaria prometedora para las personas con problemas emocionales. Esta modalidad de terapia ofrece una alternativa única y efectiva a las intervenciones tradicionales, proporcionando un enfoque terapéutico que puede ser particularmente



UANL FTSyDH



POLÍTICAS SOCIALES SECTORIALES
Buen vivir: Nueva Perspectiva de la Intervención Social



atractivo para aquellos que pueden no responder bien a las formas convencionales de terapia (O'Haire, 2013).

La terapia asistida con animales, y en particular con caballos, puede ofrecer beneficios significativos en términos de accesibilidad y aceptación. Los caballos son animales grandes y poderosos, pero también son increíblemente sensibles y receptivos, lo que puede facilitar un ambiente terapéutico único y efectivo (Kern-Godal, et al., 2015).

Los problemas emocionales, incluyendo la ansiedad y la depresión, están aumentando en todo el mundo. Según la Organización Mundial de la Salud, alrededor de 280 millones de personas sufren de depresión y se calcula que el 4% de la población mundial padece actualmente un trastorno de ansiedad (OMS, 2023). A medida que estos números continúan aumentando, es esencial explorar y validar nuevas formas de intervención.

Además, los estudios han demostrado que la psicoterapia asistida con caballos puede tener un impacto positivo en una variedad de resultados, incluyendo la reducción de los síntomas de ansiedad y depresión, y la mejora de la autoestima y las habilidades sociales (EAGALA, 2018). Sin

Por lo tanto, el estudio de la psicoterapia asistida con caballos como una intervención complementaria en personas con problemas emocionales tiene el potencial de contribuir significativamente a la literatura existente y proporcionar una nueva perspectiva sobre las formas efectivas de abordar estos problemas emocionales prevalentes. La integración de la PAC en tratamientos individuales desafiará las percepciones negativas sobre la salud mental y las terapias no convencionales, contribuyendo así a romper estigmas y promover una mayor aceptación de enfoques terapéuticos innovadores en la sociedad.

Método

Diseño de la Investigación

Se decidió que en el diseño de la investigación se utilizara una perspectiva epistemológica hermenéutica. La percepción del conocimiento se basó en la teoría



UANL FTSyDH

POLÍTICAS SOCIALES SECTORIALES
Buen vivir: Nueva Perspectiva de la Intervención Social



fundamentada, un enfoque de investigación que guía el proceso científico hacia la generación de conocimiento a partir de la interpretación de los datos (Glaser y Strauss, 1967). Esto implica una profunda inmersión en los datos para la construcción de significados y la generación de teorías sustentadas en la información recopilada (Corbin & Strauss, 2015).

En consecuencia, la metodología que se aplicó fue cualitativa, ya que el foco del investigador se centra en las experiencias de los participantes tal como las han vivido (o las están viviendo) (Sherman y Webb, 1988).

Para esta investigación, se utilizó un diseño de estudio de caso único. Al optar por un estudio de caso único seleccionado por criterios de expertos, se buscó profundizar en la comprensión de un caso específico a través de un análisis detallado y riguroso, lo que permitió explorar en profundidad las dinámicas y complejidades inherentes a dicho caso (Coffey & Atkinson, 2016).

El alcance de la investigación fue transversal. Se recogieron datos en un punto específico en el tiempo para evaluar los cambios en la autoestima, el auto concepto, las habilidades sociales y de comunicación, y la percepción de la participante sobre la terapia. Esto proporcionó una instantánea de los efectos de la terapia (Creswell & Creswell, 2017). Además, permitió abordar de manera exhaustiva los datos recolectados, lo que facilitó la identificación de patrones y la generación de insights significativos (Strauss & Corbin, 2017).

Participantes

En este estudio, se contó con la participación de una mujer que experimentó la psicoterapia asistida con caballos en el Centro Ecuestre de Revelaciones Equinas en la ciudad de Arteaga, Coahuila.

La participante es una mujer de 47 años, casada, con formación en ingeniería mecánica. Reside en Arteaga, Coahuila y se dedica a las tareas del hogar.



Antes de iniciar la terapia asistida con caballos, llevó a cabo sesiones de psicoanálisis entre 2012 y 2015, sin tener experiencia previa en terapias que involucrasen animales. Descubrió la terapia asistida con caballos a través de Facebook y participó en sesiones desde agosto hasta diciembre de 2023, enfocándose en aspectos conflictivos de su vida, entre ellos:

Un sentimiento constante de vacío. Contrario a lo que se podría pensar, la participante aclara que no buscó esta terapia debido a un problema específico, sino que surgió su interés después de haber estado en psicoanálisis, lo cual le permitió tomar conciencia de varios aspectos de su vida que anteriormente no había considerado.

Los caballos representan los roles de las personas involucradas en una circunstancia de vida particular, o los elementos necesarios para clarificar una situación o elegir una opción de vida (Netscher, s.f.).

“Me presentaron tres caballos en una arena grande. La terapeuta, me pidió que identificara cuál de los caballos me representaba a mí. Inmediatamente supe cuál era: un caballo bayo. Luego, me pidió que observara a los otros dos caballos y que dijera en quién pensaba al verlos. El caballo blanco, el más grande, me recordó a mi mamá, y el caballo café a mi papá.” (V. Saldaña, comunicación personal, 12 de abril, 2024).

La participante sintió miedo e intimidación hacia el caballo que simbolizaba a su madre, lo que reflejaba su percepción de la figura materna como estricta y exigente.

Sin embargo, el caballo que le brindaba protección y tranquilidad era el que la representaba a ella misma. Sintió una protección que nunca antes había experimentado, como si la protección viniera de ella misma; esta interpretación la llenó de satisfacción y le hizo sentir que estaba a cargo de su propia vida.

Durante la terapia, se dio cuenta de que muchas situaciones y comportamientos de su infancia, así como la exigencia de sus padres, tuvieron un impacto profundo en ella.

También abordó la influencia de las expectativas familiares severas y cómo estas han afectado sus estándares de éxito y su percepción de suficiencia. Además, discutió las



UANL FTSyDH



POLÍTICAS SOCIALES SECTORIALES

Buen vivir: Nueva Perspectiva de la Intervención Social



consecuencias de vivir bajo presión constante, lo cual ha tenido un impacto negativo en su autoestima y su capacidad para valorar sus éxitos de manera adecuada.

Dado el diseño del estudio y los objetivos de la investigación, se utilizó una selección por expertos. La selección por expertos para participar en el estudio permitió recopilar datos de alta calidad y profundidad, ya que los expertos aportaron su experiencia y conocimientos especializados sobre el tema en cuestión (Servera Barceló, 2017).

Los criterios de inclusión requerían que la participación estuviera limitada a una sola persona, sin distinción de género. Asimismo, se especificó que la persona interesada en formar parte del estudio debía haber experimentado el proceso de psicoterapia asistida con caballos en el Centro Ecuestre de Revelaciones Equinas, ubicado en el municipio de Arteaga, Coahuila. Además, se consideró fundamental que el individuo hubiera tenido previamente sesiones de psicoterapia convencional, lo que permitiría comparar y contrastar las experiencias terapéuticas.

Por otro lado, se excluyeron aquellos individuos que no habían participado en la PAC en el centro mencionado o que habían completado la terapia hace más de tres años, ya que se consideró que sus recuerdos de la experiencia podrían no ser precisos.

Instrumento

Para la recopilación de datos, se aplicó el cuestionario "Evaluación Integral de la Experiencia en Psicoterapia Asistida con Caballos" (elaboración propia). Este instrumento consta de 13 preguntas. La primera pregunta se enfoca en el motivo por el que la participante decidió asistir a un proceso de psicoterapia asistida con caballos. Las siguientes 12 preguntas se dividen en las cinco dimensiones del modelo PERMA de bienestar de Seligman (2011) y seis de las 7 dimensiones del modelo de calidad de vida de Verdugo Alonso (2005), descartando la dimensión "interacciones sociales" debido a que esta temática se abordó anteriormente en la dimensión "relaciones" del modelo PERMA de Seligman, (2011).



Este instrumento permitió evaluar de manera integral la experiencia de la participante en la psicoterapia asistida con caballos, así como los cambios percibidos en su bienestar y calidad de vida como resultado de la terapia.

Procedimiento

Se realizaron los siguientes pasos:

Se estableció contacto inicial con el centro ecuestre, se seleccionó a una participante adecuada, se diseñó una entrevista abordando aspectos sociodemográficos y modelos de bienestar y calidad de vida, se obtuvo el consentimiento informado, se recopilaron los datos de la entrevista, se transcribió la entrevista utilizando Microsoft Word y se analizaron los datos manualmente mediante un enfoque de codificación sistemática.

Se evaluaron los resultados en términos de reducción de síntomas, autoestima y habilidades sociales, y se exploró la percepción de la participante sobre la psicoterapia asistida con caballos para comprender su experiencia subjetiva.

Resultados

Tabla 1

Bienestar

Problemática atendida
Mi interés surgió después de haber estado en psicoanálisis, lo cual le permitió tomar conciencia de varios aspectos de su vida que antes no había considerado (consecuencias de un auto boicot)
Categoría
Positividad
Descripción de categoría
Contiene respuestas sobre las emociones positivas experimentadas durante las sesiones de terapia en los participantes. Se explora cómo estas emociones positivas influyen en el bienestar emocional y en el progreso terapéutico de los individuos.
Respuesta



La transformación de sentir miedo y dolor a la sensación de seguridad, de protección, de tranquilidad, de serenidad y de gratitud de esperanza, también enormes. Entonces, creo que el haber experimentado todas esas sensaciones de una forma tan fuerte, yo para mí eso lo considero como emociones positivas

Categoría

Compromiso

Descripción de categoría

Se busca identificar si los individuos se sienten más involucrados y comprometidos con sus tareas y responsabilidades diarias como resultado de la terapia.

Respuesta

estoy, sé, tengo la certeza de que estoy más comprometida conmigo misma.

Durante gran parte de mi vida hice muchas veces más cosas por otras personas ya fuera para quedar bien, por compromiso, para quedar bien o por complacer, dejando de lado lo que yo necesitaba o lo que yo deseaba.

Categoría

Relaciones

Descripción de categoría

Incluye respuestas sobre cambios en la forma en que se establecen y mantienen relaciones saludables, así como en la forma en que los participantes se relacionan con los demás en su entorno social.

Respuesta

Creo que me relajé muchísimo, me aligeré, me aligeré mucho. o sea, las actitudes que puedo tener hacia las personas más cercanas, sobre todo con las que convive uno todo el tiempo, creo que me relajé bastante, creo que empecé a desarrollar un poco de empatía y también a ser un poco más respetuosa respecto a su forma de pensar y de las acciones que llevan a cabo sus decisiones. Creo que entendí un poco que cada quien vive su vida y está en un proceso en ese momento y, bueno, yo, al yo relajarme en el mío, creo que me relajé con mis semejantes.

Categoría



Sentido
<p>Descripción de categoría</p> <p>Explora si la terapia ha ayudado a fortalecer la sensación de propósito y dirección en la vida de los participantes. También se busca conocer si ha habido cambios en la perspectiva o actitud hacia la vida desde el inicio de la terapia.</p>
<p>Respuesta</p> <p>Puedo decir abiertamente que a raíz de la psicoterapia asistida con caballos, de lo que experimenté en ella, creo más en mí. Y sé que lo que voy a lograr va a ser exponencial, o sea, voy a llegar a mi objetivo, pero sé que al llegar a ese objetivo estoy matando dos pájaros de un tiro, porque querrá decir que es porque cada vez tengo más confianza y seguridad en mí misma, en lo que estoy haciendo y de lo que soy capaz.</p> <p>La vida es un ratito y no sé si me quedan tres días o si me quedan 30 años. Da igual, pero esos tres, tres días o esos 30 años yo los voy a vivir con, con plenitud, con, con entusiasmo, con disfrutando, disfrutando la vida y ya dejando de lado todo aquello que en su momento no ha hecho más que estorbar,</p>
<p>Categoría</p> <p>Logro</p>
<p>Descripción de categoría</p> <p>Se busca determinar si ha habido algún cambio o progreso en el logro de las metas individuales identificadas durante el proceso terapéutico.</p>
<p>Respuesta</p> <p>Vuelvo a lo mismo, la palabra que me viene son como sueños, porque son cosas que en algún momento me llamaron la atención, despertaron mi interés, me eran atractivas, pero que fui dejando a un lado por dejarme influenciar por el entorno que me rodeaba. Entonces, como que todas esas cosas que se fueron quedando ahí medio olvidadas, hoy estoy como retomándolas, precisamente porque en esta ligereza en la que últimamente me siento, quiero como celebrarme.</p>

El impacto profundo de las emociones positivas se manifiesta de manera significativa en el bienestar emocional y el avance terapéutico de la participante. Estas emociones actúan



UANL FTSyDH

POLÍTICAS SOCIALES SECTORIALES

Buen vivir: Nueva Perspectiva de la Intervención Social



como pilares emocionales que sostienen su proceso de sanación y crecimiento, nutriendo su espíritu y fortaleciendo su resiliencia interna.

La conexión entre el compromiso personal y la mejora en la autoestima y el autocuidado se revela como un vínculo inquebrantable que impulsa a la participante a valorarse a sí misma y a priorizar su bienestar emocional y mental. Este compromiso consigo misma desencadena un efecto transformador que se refleja en una autoimagen más positiva y en una mayor atención hacia sus necesidades personales. Esto se relaciona con el cambio positivo en las relaciones interpersonales, como consecuencia indirecta de la terapia, pues ha descubierto que, al renunciar al control, se libera a sí misma del peso innecesario y da espacio a la autenticidad en sus relaciones, estableciendo así conexiones más satisfactorias con los demás.

Puede ahora experimentar una sensación de libertad y alivio, permitiendo que las cosas fluyan y que las personas sean ellas mismas, sin intentar moldearlas según sus expectativas. En este proceso de soltar y confiar, logra un reencuentro consigo misma y una paz interior que había estado buscando desde hace mucho tiempo, pues la verdadera fortaleza no radica en el control, sino en la capacidad de adaptarse y abrazar la espontaneidad de la vida.

Por otra parte, el fortalecimiento de la confianza en sí misma y en su capacidad de alcanzar metas personales otorga a la participante un sentido renovado de poder y determinación. Este aumento en la autoconfianza y la autopercepción positiva la impulsa a perseguir sus objetivos con convicción y a abrazar un futuro lleno de posibilidades y logros.

La repetición de las palabras "comprometida" y "quedar bien" en relación con el compromiso personal destaca la determinación y la conexión profunda que la participante desarrolló consigo misma (V. Saldaña, comunicación personal, 12 de abril, 2024). Esta repetición revela un compromiso renovado hacia su crecimiento personal y su autocuidado, subrayando su compromiso inquebrantable hacia su bienestar integral.

Las palabras repetidas "relajé", "aligeré" y "creo" en la descripción de las relaciones señalan la transformación personal vivida por la participante (V. Saldaña, comunicación



personal, 12 de abril, 2024). La sensación de relajación sugiere un cambio significativo en su actitud hacia los demás, mientras que la frecuente afirmación de "creo" indica una renovación de sus pensamientos y convicciones más profundas.

La repetición de "con", "vida" y "objetivo" en la categoría de Sentido resalta el fortalecimiento de la plenitud, la autoconfianza y la seguridad interna de la participante (V. Saldaña, comunicación personal, 12 de abril, 2024). Estas palabras clave subrayan un cambio fundamental en su percepción personal y en su enfoque hacia la vida en general.

Por último, la repetición de "dejar" y "como" en la categoría de Logro enfatiza la importancia de recuperar sueños y aspiraciones pasadas (V. Saldaña, comunicación personal, 12 de abril, 2024). Estos términos repetidos revelan un redescubrimiento de metas personales y una renovada dedicación hacia la celebración personal y el logro de metas individuales, evidenciando un nuevo impulso para alcanzar lo que le apasiona.

Tabla 2

Calidad de vida

Problemática atendida
Mi interés surgió después de haber estado en psicoanálisis, lo cual le permitió tomar conciencia de varios aspectos de su vida que antes no había considerado (consecuencias de un auto boicot)
Categoría
Bienestar emocional
Descripción de categoría
Se busca explorar y analizar los posibles cambios en las emociones de los participantes y cómo estas han sido influidas por el proceso terapéutico.
Respuesta
Pues creo que ya lo dejé muy claro, mucho muy claro, o sea, es una sensación de más tranquilidad, de más ligereza o relajación, pero de, de también de confianza y seguridad en mí misma, de sentirme como protegida, como, como acompañada y como de haberme quitado también ciertos, pues llamémosle es la palabra que me viene ahorita de pronto a la mente, algunos, algunos rencores o resentimientos que no sabía yo que estaban tan incrustados, pero



que ya con los caballos lo pude ver claramente, creo que también es, o sea, creo que parte del peso que me quité es eso, resentimientos que toda la vida estuvieron ahí como muy, muy incrustados y hoy ya no, es la única palabra que me viene a la mente, ligereza.

Categoría

Bienestar Físico

Descripción de categoría

Se busca obtener información sobre la experiencia física de los participantes durante las sesiones y cómo esta terapia ha afectado su bienestar físico en general.

Respuesta

Experiencia única y extraordinaria. Extraordinaria en el sentido de que algo muy fuera de lo común y extraordinaria en cuanto a que fue maravillosa.

Algunas de las emociones o de las sensaciones, mejor dicho, que experimenté no fueron agradables y fueron sumamente fuertes e intensas. Muy en específico, en una ocasión muy, muy fuerte, experimenté una sensación de dolor.

Fueron alrededor de unas ocho o diez semanas en donde literalmente me sentía a flotar, me sentía sumamente ligera, amanecía ligera, durante el día me sentía ligera y me recostaba en la noche ligera.

Categoría

Desarrollo personal

Descripción de categoría

Se busca obtener información sobre cómo la terapia ha mejorado su capacidad para enfrentar desafíos y problemas en su vida diaria. Se busca recopilar información detallada y específica sobre los cambios notados en las habilidades de afrontamiento, la resiliencia y la autoeficacia.

Respuesta

Pues nuevamente, o sea, hay momentos en los que siento inseguridad o muchos nervios o mucha pena también, pero, pero sé, yo sé que es que esos, esos, yo les quiero llamar como vicios, ¿no? Este, se fueron creando a lo largo de la vida y es un poco difícil, o sea, no es nada más de pensarlo y ya, ¿no? O sea, tiene uno que constantemente reafirmarse, pero creo que hoy estoy



haciéndolo, o sea, yo sé que voy a poder, yo sé que no va a ser de un día para otro, pero yo sé que lo voy a conseguir, yo sé que lo voy a lograr y mientras tanto lo voy a disfrutar, o sea, estos, estos retos que hoy me he puesto, me he propuesto, que son sueños que se habían quedado ahí en un cajón, este, abandonados y que hoy, y que hoy me he decidido a, no me voy a quedar con las ganas.

Categoría

Autodeterminación

Descripción de categoría

Se busca obtener información sobre cualquier cambio percibido en el sentido de pertenencia o inclusión de los pacientes desde el inicio de la terapia. Los participantes deben reflexionar sobre si se han sentido más integrados o aceptados en su entorno social y comunitario como resultado de la terapia.

Respuesta

creo que hoy encajo donde debo encajar. Esta costumbre de querer quedar bien o de querer complacer a otras personas, pues supongo que a lo mejor era buscando la aceptación o el reconocimiento. Hoy me pertenezco y me incluyo yo a mí misma.

Categoría

Derechos

Descripción de categoría

Cómo la terapia ha influido en la satisfacción general con la vida de los pacientes. Los participantes deben reflexionar sobre si han experimentado cambios en su nivel de satisfacción y cómo estos pueden estar relacionados con la terapia. Es importante recopilar información detallada sobre los aspectos de la terapia que han contribuido a esta mejora en la satisfacción y cualquier impacto en la calidad de vida en general.

Respuesta

Pues nuevamente me siento ligera, me siento que floto, me siento que te me dejo llevar como una pluma que el viento va empujando. Así, o sea, como ya no estoy poniendo tanta resistencia, me estoy dejando llevar, me estoy dando gusto, me respeto más a mí misma, estoy más



comprometida conmigo misma. Creo que todo lo que eso representa me beneficia en cuanto a que las personas que están más cerca de mí, de alguna manera terminan como salpicadas, ¿no? Porque entonces, como yo me siento bien conmigo misma, doy menos lata a los demás, y entonces hay como más armonía, ¿no? Esto que comenté también en otro momento, la empatía o el respeto que puedo sentir hacia lo que otras personas hacen o deciden.

Categoría

Bienestar material

Descripción de categoría

Contiene descripciones sobre la percepción de los participantes de su calidad de vida antes y después de iniciar la terapia, incluyendo posibles cambios en áreas como la salud física, las relaciones interpersonales, la satisfacción laboral y el bienestar financiero.

Respuesta

Contiene descripciones sobre la percepción de los participantes de su calidad de vida antes y después de iniciar la terapia, incluyendo posibles cambios en áreas como la salud física, las relaciones interpersonales, la satisfacción laboral y el bienestar financiero.

Nota. Es importante tener en cuenta que algunas respuestas no coinciden con las categorías específicas. Además, no se proporcionaron respuestas relacionadas con el bienestar material. A pesar de que la categoría de bienestar material no presenta respuestas directas, la metáfora de “estar atascada en el lodo hasta flotar en el aire” sugiere una profunda transformación en su percepción de la calidad de vida y en el alivio de cargas emocionales (V. Saldaña, comunicación personal, 12 de abril, 2024), resaltando así un proceso de liberación y renovación personal.

En el análisis profundo de la situación, se destacan tres conceptos clave que reflejan la complejidad y la importancia de la experiencia de la participante en la psicoterapia:

1. Bienestar Integral. Se resalta la importancia de mantener un equilibrio entre el bienestar emocional, físico y relacional para el desarrollo personal óptimo. Este concepto



UANL FTSyDH

POLÍTICAS SOCIALES SECTORIALES

Buen vivir: Nueva Perspectiva de la Intervención Social



subraya la interconexión de estos aspectos fundamentales en la vida de la participante, enfatizando la necesidad de atender cada área. En cuanto a las categorías de bienestar emocional, bienestar físico, derechos y bienestar material, la recurrencia de términos como "ligera" y "flotar" señala una transformación integral en la participante, indicando una sensación de liviandad y libertad emocional. Esta repetición refleja una experiencia de liberación de cargas emocionales contribuyendo a una mayor sensación de bienestar y una mayor calidad de vida.

2. Auto aceptación y Resiliencia. La capacidad de aceptarse a uno mismo y superar desafíos con resiliencia se posicionan como pilares esenciales en el camino hacia una mayor fortaleza emocional. La autoaceptación implica reconocer y abrazar todas las facetas de uno mismo, mientras que la resiliencia desempeña un rol crucial en la capacidad de sobreponerse a desafíos y adversidades, fortaleciendo la capacidad de la participante para afrontar las dificultades con determinación y optimismo.

3. Autonomía y Armonía. La búsqueda de autonomía interna y armonía en las relaciones interpersonales se erigen como aspectos fundamentales en el crecimiento personal. La autonomía interna implica el desarrollo de una sensación de independencia y autodeterminación, mientras que la armonía en las relaciones destaca la importancia de mantener relaciones interpersonales saludables y enriquecedoras, basadas en la comprensión, el respeto mutuo y la colaboración positiva.

A través de palabras como "confianza" y "tranquilidad" en el ámbito del bienestar emocional, se aprecia un cambio positivo en su seguridad y en su capacidad para mantener la calma (V. Saldaña, comunicación personal, 12 de abril, 2024).

En el desarrollo personal, la repetición de "sé" sugiere un aumento en la autoconfianza y en la claridad de sus metas y capacidades personales. La presencia de "lograr" apunta a un enfoque en superar retos y alcanzar objetivos, indicando un proceso de crecimiento personal y de superación de desafíos internos (V. Saldaña, comunicación personal, 12 de abril, 2024).



En la autodeterminación, la repetición de "querer" y "encajar", refleja una sensación anterior de falta de identidad y pertenencia propia, logrando con la terapia un fortalecimiento en el auto aceptación (V. Saldaña, comunicación personal, 12 de abril, 2024).

La repetición de palabras clave "misma", "siento" y "respeto" en la categoría derechos de la tabla revela aspectos significativos sobre la percepción y la evolución de la participante en relación con su propia identidad, emociones y valores en el contexto de la terapia (V. Saldaña, comunicación personal, 12 de abril, 2024).

La repetición de "misma" sugiere un foco en el auto aceptación y la identidad propia de la participante. Esta repetición refleja un proceso de comprensión y aceptación de uno mismo, lo que puede indicar un mayor nivel de autoconciencia y empoderamiento personal.

La repetición de "siento" resalta la importancia de las emociones y sensaciones internas de la participante. Esta repetición sugiere una mayor conexión con sus sentimientos y una mayor conciencia emocional, señalando posibles cambios en la percepción y gestión emocional tras el proceso terapéutico.

La repetición de "respeto" refleja un énfasis en la valoración y consideración hacia uno mismo y hacia los demás. Esta repetición indica un cambio en la actitud de la participante hacia sí misma y hacia su entorno, promoviendo un ambiente de respeto mutuo y armonía en sus relaciones interpersonales.

Conclusiones

Después de un profundo análisis del estudio de caso, se logra concluir que la psicoterapia asistida con caballos ha tenido un impacto transformador en su vida. A pesar de su entrada en esta forma de terapia sin un problema específico, sino por un interés surgido después de sesiones de psicoanálisis, la participante ha descubierto y abordado aspectos conflictivos de su vida de manera profunda y reveladora.

Los objetivos marcados en la investigación, que se enfocaron en evaluar cómo la terapia afectó la gestión de problemas emocionales, la autoestima, las habilidades sociales



UANL FTSyDH

POLÍTICAS SOCIALES SECTORIALES

Buen vivir: Nueva Perspectiva de la Intervención Social



y la percepción subjetiva de la participante, se han cumplido de manera satisfactoria. A lo largo de las sesiones de psicoterapia asistida con caballos, se ha evidenciado un progreso notable en la participante en diversos aspectos clave de su bienestar emocional y personal.

La participante evidenció un proceso de autodescubrimiento y crecimiento personal, donde la terapia le permitió explorar y comprender aspectos ocultos de su ser. La integración del psicoanálisis previo con la terapia con caballos facilitó la conciencia de patrones negativos adquiridos durante su infancia y el impacto de las expectativas familiares en su autoestima y percepción de éxito.

A través de la terapia, la participante desarrolló una mayor conexión consigo misma, mostrando una evolución emocional hacia sensaciones reconfortantes de seguridad, tranquilidad y gratitud. Su compromiso renovado consigo misma y una actitud positiva hacia el futuro resaltan los beneficios de la terapia en la autoaceptación y el autocuidado.

La participante experimentó una transformación en sus relaciones interpersonales, mostrando un sentido de empatía y respeto hacia los demás. Además, la terapia le brindó un enfoque renovado en la consecución de metas personales, celebrando su capacidad de perseguir sus sueños con determinación.

En términos de bienestar emocional, la participante logró una mayor tranquilidad y confianza en sí misma, liberándose de cargas emocionales pasadas. Su desarrollo personal y empoderamiento reflejan un camino hacia el auto aceptación y la resiliencia, fortaleciendo su capacidad de afrontar desafíos con optimismo.

La autonomía interna y la armonía en sus relaciones se posicionan como aspectos esenciales en el crecimiento personal de la participante. Su evolución refleja una búsqueda de identidad y pertenencia propias, promoviendo relaciones interpersonales más saludables y enriquecedoras.

Desde una perspectiva de género, la mujer, al enfrentar normas de género arraigadas y expectativas culturales relacionadas con su papel en la sociedad, puede internalizar ciertos patrones de comportamiento y creencias sobre su valía y capacidades. En el contexto de este estudio, la influencia de que la participante sea mujer es un aspecto relevante a



considerar. Es posible que la participante haya explorado cómo estas influencias de género impactaron en su autoestima, en su forma de relacionarse con los demás y en su capacidad de expresar emociones de manera auténtica.

Además, la participante, al ser mujer, puede haber enfrentado desafíos particulares relacionados con su identidad de género, como la presión de cumplir con expectativas tradicionales de género, la lucha contra estereotipos o roles predefinidos y la necesidad de encontrar su propia voz y empoderamiento en un contexto social que puede limitar sus oportunidades de desarrollo pleno.

En este sentido, la perspectiva de género en el estudio destaca la importancia de considerar cómo las experiencias y vivencias de las mujeres pueden ser moldeadas por el entorno sociocultural en el que se desenvuelven.

Discusión

Los beneficios observados en el estudio de caso resaltan el potencial transformador de la psicoterapia asistida con caballos en la vida de las personas, adaptándose para satisfacer las necesidades individuales de cada paciente (Hallberg, 2018), demostrando su capacidad para generar cambios positivos a nivel emocional, relacional y de autoconciencia. Esto se ve potenciado por la capacidad de los caballos de actuar como espejos efectivos de las emociones y comportamientos humanos en un entorno terapéutico. La interacción con los caballos permite a los individuos explorar aspectos ocultos de su ser, confrontar patrones negativos y desarrollar una mayor autoconciencia y aceptación de sí mismos. Como señalaron Bachi et al., (2012), la sensibilidad de los caballos proporciona una retroalimentación inmediata y no verbal que resulta invaluable en el proceso terapéutico.

La capacidad de los caballos para representar roles y emociones profundas se manifiesta en la identificación simbólica de la participante con un caballo bayo, reflejando su propia identidad y fortaleza interna. El miedo y la intimidación hacia el caballo materno revelan la complejidad de las dinámicas familiares, mientras que la sensación de protección



UANL FTSyDH



POLÍTICAS SOCIALES SECTORIALES

Buen vivir: Nueva Perspectiva de la Intervención Social



y empoderamiento con el caballo que la representa a ella misma resalta un proceso de autoconocimiento y autonomía emocional significativo en la participante. Esta experiencia ilustra el potencial transformador de la terapia asistida con caballos en la exploración y el fortalecimiento de la identidad y las relaciones familiares.

La mejora en el autoconcepto y la autoaceptación se ve favorecida por la psicoterapia con caballos, la cual impulsa el fortalecimiento y la autoestima de los participantes, promoviendo una mayor confianza en sí mismos y una actitud positiva hacia sus capacidades y logros personales. El proceso de aprender a cuidar y montar un caballo demanda tiempo, esfuerzo y perseverancia. Al lograr estas tareas, las personas pueden experimentar un sentido de logro y competencia, lo que resulta especialmente beneficioso para aquellos que enfrentan desafíos relacionados con la autoestima o la motivación, como señala Seligman (2011).

El desarrollo de habilidades sociales y emocionales se potencia a través de la interacción con los caballos en la terapia. La implicación activa en la terapia facilita el establecimiento de relaciones significativas con los animales y los terapeutas, lo que contribuye a fortalecer las habilidades de comunicación, empatía y relaciones interpersonales de los participantes. Este enfoque, como señala Seligman (2011), promueve una mayor armonía en las interacciones sociales y una mejor comprensión mutua entre los individuos involucrados en el proceso terapéutico.

Así mismo, la psicoterapia asistida con caballos brinda un espacio seguro para procesar emociones, liberar cargas emocionales pasadas y fortalecer la resiliencia emocional, proporcionando un camino hacia una mayor estabilidad emocional y un mayor bienestar y satisfacción con la vida en general (Verdugo et al., 2009).

Por último, mediante la terapia con caballos, los individuos pueden experimentar un crecimiento personal significativo, fortaleciendo su autonomía interna, liderazgo personal y capacidad para perseguir sus objetivos con determinación y convicción.

Desde una perspectiva comunitaria y social, el presente estudio ofrece importantes implicaciones y beneficios para la sociedad en su conjunto.



UANL FTSyDH



POLÍTICAS SOCIALES SECTORIALES

Buen vivir: Nueva Perspectiva de la Intervención Social



El estudio ayuda a sensibilizar a la comunidad sobre los beneficios de las terapias alternativas como la psicoterapia asistida con caballos. Al difundir los resultados y testimonios positivos de los participantes, se puede educar a la sociedad sobre nuevas opciones terapéuticas para el abordaje de problemas emocionales y el fomento del bienestar.

Al destacar los beneficios emocionales, sociales y cognitivos de la terapia con caballos, este estudio puede promover una mayor conciencia sobre la importancia de la salud mental y el autocuidado en la comunidad. Esto puede fomentar una cultura de apertura hacia la terapia y el bienestar emocional en la sociedad.

Por otra parte, la implementación de la psicoterapia asistida con caballos en entornos comunitarios emerge como una oportunidad valiosa para brindar apoyo a poblaciones vulnerables que han atravesado experiencias de traumas o dificultades emocionales profundas. Estos grupos específicos, que pueden incluir individuos que han sido víctimas de abusos, violencia, pérdidas significativas o situaciones de estrés postraumático, encuentran en la terapia asistida con caballos un espacio terapéutico único y eficaz para su recuperación. Tal como lo respaldan Schultz et al., (2020). Un ejemplo de población que experimenta un trauma son los niños que han vivido violencia intrafamiliar, destacando la efectividad de la terapia con caballos en el abordaje de traumas y sus secuelas emocionales en contextos comunitarios.

La terapia con caballos ofrece un enfoque único y holístico para el tratamiento de estos traumas emocionales, ya que la interacción con los animales y el entorno equino puede facilitar la expresión emocional, la conexión con uno mismo y la sanación de heridas internas. Para las poblaciones vulnerables, que a menudo enfrentan barreras para acceder a servicios terapéuticos convencionales, ya sean cognitivas como el estigma o sociales como la falta de accesos de salud mental o barreras lingüísticas y culturales, la psicoterapia asistida con caballos representa una alternativa innovadora y efectiva.

Al brindar nuevas oportunidades terapéuticas a estos grupos en situaciones de riesgo o vulnerabilidad, la terapia con caballos les permite explorar y procesar sus emociones de



UANL FTSyDH

POLÍTICAS SOCIALES SECTORIALES

Buen vivir: Nueva Perspectiva de la Intervención Social



manera segura y no invasiva. La presencia equina, conocida por su sensibilidad y capacidad para reflejar las emociones humanas, puede ayudar a generar un ambiente terapéutico empático y libre de juicios, promoviendo la confianza y la apertura en el proceso de sanación.

La continuidad de la investigación en terapias alternativas y su impacto en el bienestar emocional y social de los individuos puede abrir nuevas vías para el desarrollo de intervenciones comunitarias centradas en la salud mental y el crecimiento personal. Esto contribuiría a la mejora de los servicios terapéuticos disponibles para la comunidad en su conjunto.



Referencias

- Bachi, K., Terkel, J., & Teichman, M. (2012). Equine-facilitated psychotherapy: A theoretical model. *Journal of Clinical Psychology*, 68(4), 434
- Coffey, A. J., & Atkinson, P. (2016). *Investigación cualitativa y su lugar en la investigación social*. Editorial Universidad de Deusto.
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2017). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (5th Ed.). Sage Publications.
- EAGALA. (2018). *Efectos de la terapia asistida con caballos en la salud mental: un análisis de la literatura*. EAGALA Research.
- Glaser, B. G., & Strauss, A. L. (1967). *The discovery of grounded theory: Strategies for qualitative research*. Aldine Publishing Company.
- Hallberg, L. (2018). *The clinical practice of equine-assisted therapy: Including horses in human healthcare*. Routledge.
- Kern-Godal, A., Brenna, I. H., Arnevik, E. A., & Ravndal, E. (2015). More than just a break from treatment: How substance use disorder patients experience the stable environment in horse-assisted therapy. *Substance Abuse: Research and Treatment*, 9, SART-S31444. <https://doi.org/10.4137/SART.S31444>
- Klontz, B. T., Bivens, A., Leinart, D., & Klontz, T. (2018). The effectiveness of equine-assisted experiential therapy: Results of an open clinical trial. *Society & Animals*, 16(3), 295-305.
- Maxwell, J. A., & Chmiel, M. (2014). Generalization in and from qualitative analysis. En U. Flick (Ed.), *The SAGE handbook of qualitative data analysis* (pp. 540-553). Sage Publications.
- NOSOTROS / REVELACIONES EQUINAS*. (s. f.). REVELACIONES EQUINAS. <https://www.revelacionesequinas.com/nosotros>
- Nurenberg, J. R., Schleifer, S. J., Shaffer, T. M., Yellin, M., Desai, P. J., Amin, R., ... & Montalvo, C. (2018). Animal-assisted therapy with chronic psychiatric inpatients:



UANL FTSyDH

POLÍTICAS SOCIALES SECTORIALES

Buen vivir: Nueva Perspectiva de la Intervención Social



- Equine-assisted psychotherapy and aggressive behavior. *Psychiatric Services*, 66(1), 80-86.
- O'Haire, M. (2013). Animal-assisted intervention for autism spectrum disorder: A systematic literature review. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 43(7), 1606-1622. <https://doi.org/10.1007/s10803-012-1707-5>
- Schultz, P. N., Remick-Barlow, G. A., & Robbins, L. (2020). Equine-assisted psychotherapy: A mental health promotion/intervention modality for children who have experienced intra-family violence. *Health & Social Care in the Community*, 27(3), 1051-1063.
- Selby, A., & Smith-Osborne, A. (2018). A systematic review of effectiveness of complementary and adjunct therapies and interventions involving equines. *Health Psychology*, 27(3), 418-432.
- Seligman, M. E. P. (2011). *Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being*. New York, NY: Free Press.
- Servera, M., & Bernad, M. M. (2017). *Psicopatología Infantil. Síntesis*. ISBN: 8491710639.
- Sherman, R. R., & Webb, R. B. (1988). *Qualitative Research in Education*. Routledge. ISBN: 1850003807.
- Strauss, A., & Corbin, J. (2017). *El proceso de la investigación cualitativa*. Fondo de Cultura Económica.
- Trotter, K. S., Chandler, C. K., Goodwin-Bond, D., & Casey, J. (2018). A comparative study of the efficacy of group equine assisted counseling with at-risk children and adolescents. *Journal of Creativity in Mental Health*, 3(3), 254-284.
- Verdugo, M. A., & Schalock, R. L. (2009). Quality of life: From concept to future applications in the field of intellectual disabilities. *Journal of Policy and Practice in Intellectual Disabilities*, 6(4), 269-276. <https://doi.org/10.1111/j.1741-1130.2009.00230.x>
- World Health Organization: WHO. (2023, 27 septiembre). *Trastornos de ansiedad*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/anxiety-disorders>



UANL FTSyDH

POLÍTICAS SOCIALES SECTORIALES

Buen vivir: Nueva Perspectiva de la Intervención Social



World Health Organization: WHO & World Health Organization: WHO. (2023, 31 marzo). *Depresión*. [https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/depression#:~:text=Se%20estima%20que%20el%203,personas%20sufren%20depresi%C3%B3n%20\(1\).](https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/depression#:~:text=Se%20estima%20que%20el%203,personas%20sufren%20depresi%C3%B3n%20(1).)

Yorke, J., Adams, C., & Coady, N. (2018). Therapeutic value of equine-human bonding in recovery from trauma. *Anthrozoös*, 21(1), 93-106.