

## Affrontare la paura.

Filippo è un bambino di 7 anni che ha iniziato a frequentare il centro durante l'animazione estiva, che si compone di attività giornaliere in gruppo, in mezzo alla natura e a contatto con gli animali. In particolare oltre ai laboratori e giochi, si vive il cavallo in toto: pulizia, preparazione, accudimento, monta, volteggio...

Filippo inizialmente era molto spaventato, tra grida e urla si rifiutava di salire a cavallo nelle attività di gruppo, spesso le evitava, era stato allora proposto alla madre di iniziare un percorso individuale, per aiutarlo ad affrontare le sue paure. Filippo non voleva salire a cavallo, aveva ancora una grande paura, ma si è trovato in un approccio diverso, dove il centro della seduta non era cavalcare ma lavorare insieme, e insieme al cavallo.

I primi tempi Filippo, molto timoroso, teneva le distanze, accettava di svolgere solo compiti semplici e sicuri. Poi il suo compito era quello di allenare il cavallo, condurlo da terra, fargli eseguire degli esercizi e delle figure all'interno del maneggio. Man mano che il percorso procedeva e Filippo si sentiva a suo agio a fianco del cavallo, si è rilassato e ha potuto notare e usare gli stimoli del maneggio (barriere, coni, giochi...), inventando lui stesso dei giochi da fare con il cavallo. Guidava il cavallo in percorsi da lui disegnati, fino ad arrivare a fargli superare degli ostacoli (al passo).

Per avvicinarlo nel salire a cavallo, è stato ancora una volta usato il pretesto di insegnare al cavallo dove andare, cosicché Filippo doveva accompagnare da solo il cavallo alla pedana. Anche qui a piccoli passi, dal semplice portare il cavallo, si è appoggiato al suo fianco, poi si sedeva, infine superava la linea della criniera con la gamba destra e abbracciava il cavallo dall'alto. Man mano poi ha iniziato ad acquisire sicurezza, passando dal cavalcare con qualcuno che lo supportasse vicino da terra, con un forte contatto fisico, al solo stringere la mano e infine al procedere da solo.

Questo momento è stato una conquista enorme, la linea di demarcazione nel suo percorso, non solo nel nostro Centro. La sicurezza acquisita con questa scalata finalmente riuscita lo ha infatti rafforzato anche nella sua vita scolastica e di relazione: riflesso della grandezza di quel gesto e di quella conquista, che finalmente hanno incrinato la paura di non riuscire. La madre riporta infatti che questo percorso la ha stupita per la portata dei molti piccoli cambiamenti di Filippo nel quotidiano, fuori dal Centro.

Il percorso di autonomia di Filippo è ancora lungo, ma grazie ai cavalli si è sentito un po' più alto, un po' più grande, capace di stare ben dritto e camminare a testa alta.

