



Apresentação Método Kiron® -Intervenções assistidas por equinos

O **Método Kiron®** é uma metodologia de intervenções assistidas por equinos. É uma abordagem única que conjuga as qualidades e as capacidades naturais do cavalo com as competências e a experiência do terapeuta, coach ou facilitador formado com esta metodologia.

Áreas de intervenções

- a psicoterapia assistida por equinos
- o coaching assistido por equinos
- a aprendizagem assistida por equinos
- o desenvolvimento humano assistido por equinos

Definição desta abordagem

«Um método terapêutico de aprendizagem vivencial que emprega os equinos (cavalos e/ou pôneis) como mediadores entre um paciente ou cliente e um psicoterapeuta ou facilitador, formados nesta didáctica. Permite tratar pessoas com problemáticas ligadas à saúde mental (psicoterapia) ou que queiram alcançar objectivos existenciais bem definidos (coaching; aprendizagem; desenvolvimento pessoal)»

O Método Kiron® apoia-se em três alicerces fundamentais

- 1. A aprendizagem vivencial** entre humanos e equinos através de exercícios simples. Está provado que 80% do que executamos fica registado/memorizado em nós, o que torna este método muito eficaz em todas as intervenções, tanto em áreas da saúde mental como em áreas do desenvolvimento humano. Estudos internacionais confirmam que intervenções assistidas por equinos aumentam a rapidez e o sucesso do processo terapêutico quando comparado com outras abordagens mais "clássicas". Verificamos o mesmo com a utilização do Método Kiron®.
- 2. A Etologia equina.** O estudo da Psicologia e do comportamento dos equinos no seu ambiente natural é fundamental para compreender as suas atitudes dentro das sessões com humanos. A nossa referência em termos de Etologia

equina é o trabalho das zoólogas britânicas, Dra. Lucy Rees e Dra. Marthe Kiley-Worthington. No Método Kiron® trabalhamos com equinos em liberdade e em manada de modo a manter o seu bem-estar físico e mental. Assim possibilitamos que a sua interacção com os humanos seja genuinamente fiel àquilo que são naturalmente. Em termos da preparação dos equinos como co-facilitadores, temos a nossa própria metodologia derivada do “*natural horsemanship*”, nomeadamente da abordagem em liberdade da Dra. Carolyne Resnick e do Dr. Klaus Hempfling.

- 3. O cavalo-espelho e mediador.** Explica como os equinos se convertem em poderosos “parceiros-terapeutas” dos facilitadores humanos, ajudando a “traduzir” aos pacientes/clientes as suas dinâmicas criadas em sessão de modo a efectuarem dentro de si as mudanças necessárias.

No cavalo-espelho, o equino, através dos seus comportamentos sempre assertivos revela atitudes não conscientes do paciente/cliente. Advêm dos aspectos morfológicos, emocionais e comportamentais. Deste modo é facilitado diferentes tipos de projecções por parte do paciente, relacionados com a qualidade das imagos parentais (mãe/pai) e atributos do seu mundo interno (tipo de angústias, mecanismos de defesa, dinâmica relacional, capacidade de resiliência). O cavalo, pela “devolução” através do seu comportamento, das emoções que nele são projectadas, ajuda à tomada de consciência da realidade afectiva do paciente, contribuindo para a sua transformação.

No cavalo mediador, a sua capacidade relacional e a sua apetência inata em interagir com os humanos, permite que facilmente adere e participa no espaço físico e psíquico (afectivo, emocional) da relação terapêutica, mediando a interacção entre os vários intervenientes: pacientes e técnicos. A função terapêutica do cavalo de “objecto de transição” à designação de “objecto transicional” (Donald Winnicott, 1951), definido pelo autor como o mecanismo que vai ajudar a criança na transição da relação fusional (etapa de indiferenciação mãe/bebé) para a relação objectal (consciência da separação - fase de individuação). As projecções inconscientes do paciente inscrevem-se sempre nas características mais imaturas/precoces e/ou patológicas do desenvolvimento e são “colocadas” no cavalo - “objecto transicional”.

Assim,

- No cavalo-espelho, temos uma posição aparentemente passiva, “de reflexo”, em que o cavalo adquire os conteúdos emocionais projectados.
- No cavalo-mediador, temos uma posição activa e participativa no espaço terapêutico, pelo “agir” comportamental em resposta aos “papéis” e projecções efectuados inconscientemente pelo paciente/cliente.

Em ambos os casos, a resposta/comportamento real do cavalo (aproximação, distanciamento, indiferença, interesse, estabelecimento/ausência de vínculo e de que qualidade, agressividade), propicia ao paciente a consciencialização das suas problemáticas, abrindo o caminho para a transformação evolutiva (passagem do registo de dependência depressiva e/ou narcísica para um modelo de relação objectal, com consciência individual e aceitação e respeito pela diferença e autonomia do outro).

Porquê os equinos?

O cavalo é um ser vivo com elevada presença, em constante comunicação com os seus pares fazendo-o com o ser humano do mesmo modo. Na relação terapêutica assistida por equinos, o cavalo cria um espaço aberto de comunicação com o paciente, a nível externo (corporal) e interno (emocional), facilitando a superação de conflitos e as tomadas de consciência sobre as formas de ser e estar do paciente.

Perante os cavalos estamos mais presentes, mais conscientes das nossas atitudes e dos nossos gestos, o que permite clarificar a nossa comunicação não-verbal, tornando este método altamente poderoso em termos psico-corporal. Está provado que a comunicação entre humanos tem a influência de três componentes: a palavra (7%), o tom da voz (38%) e a linguagem corporal (55%). Com a ajuda dos terapeutas/facilitadores humanos, estes benefícios transpõem-se facilmente para a nossa vida, proporcionando melhores relações interpessoais e facilitando a execução dos nossos projectos pessoais e profissionais. Devido à sua grande sensibilidade, os cavalos são poderosos espelhos dos nossos comportamentos, são grandes reveladores das nossas problemáticas e também competências porque lêem com uma precisão surpreendente os comportamentos não-verbais dos humanos. Além disto, os cavalos vivem numa construção social muito parecida com a nossa, o que oferece quando interagimos com eles ricas informações sobre a nossa vida em família, no trabalho e as nossas relações interpessoais.

Como não mentem, são uma fonte fiável de informações concretas que integradas num processo terapêutico ou de desenvolvimento pessoal permitem transformações poderosas. A comunicação implícita estabelecida entre humanos e equinos possibilita a ligação com a nossa verdadeira intenção e postura e, conseqüentemente, nos obriga a melhorar os nossos comportamentos incongruentes.

Onde?

Para desenvolver este método foi necessário criar um espaço terapêutico adequado, uma vez que trabalhamos maioritariamente com cavalos e pôneis em liberdade de modo a que possam ser “verdadeiros equinos”. Na *Quinta do cavalo Kiron*, em Fontanelas-Sintra, os equinos vivem em pequenas manadas, em semi-liberdade, para recriarmos as condições de existência similares ao seu estado livre, de modo a poderem viver saudáveis, física e mentalmente. A equipa humana é constituída por um especialista equino, psicólogos e psicoterapeutas, *coaches*, conselheiros e facilitadores de desenvolvimento pessoal. Todos formados neste método e utilizando com rigor o seu código deontológico.

Não havendo necessidade de se montar o cavalo (salvo em certos casos bem específicos, como por exemplo determinados quadros depressivos ou em distúrbios alimentares) as intervenções com os equinos são realizadas no chão. Os nossos cavalos e pôneis são especialmente preparados para este método, totalmente seguros e calmos. A nossa metodologia de preparação dos equinos encontra-se baseada na etologia equina e no *horsemanship* adaptados às nossas necessidades específicas.

Percurso

Desde 2008 que exercemos consultas diárias ao nível individual, familiar e de casais, grupos e empresas. Embora consideremos que cada caso seja um caso, referenciamos aqui as patologias que foram tratadas em psicoterapia assistida por equinos:

- distúrbios do humor;
- perturbações de ansiedade;
- perturbações do comportamento alimentar;
- perturbações do sono;
- perturbações disruptivas do comportamento e de défice de atenção;
- comportamentos de adicção como a toxicoddependência,
- certas perturbações da personalidade como o comportamento delinvente;
- algumas perturbações psicóticas;
- disfunções no casal e/ou na família.

Em coaching, aprendizagem e desenvolvimento humano assistido por equinos os temas trabalhados são:

- comunicação eficaz
- liderança
- dinâmicas de grupos

- objectivos profissionais e pessoais
- medos
- falta de confiança própria e alheia
- limites
- a clareza de intenção
- força interior
- determinação e outros temas.

Em 2010 nasce a formação certificada no Método Kiron®.

A formação completa corresponde a 500 horas realizadas presencialmente e à distância, sendo que os formandos dispõem de dois anos para completar a formação.

O curso é o único deste género em Portugal e está aberto a:

- Técnicos de saúde (psicólogos, psicoterapeutas, terapeutas ocupacionais, conselheiros);
- Consultores, coaches, facilitadores de desenvolvimento pessoal;
- Monitores de equitação ou especialistas equinos.

Os requisitos para a obtenção de certificação final são numerosos. É fundamental:

- elaborar uma monografia sobre o método,
- cumprir com determinado número de presenças na Quinta do cavalo Kiron de forma a conviver com o quotidiano dos cavalos,
- efectuar aulas de aprendizagem assistidas por equinos na Quinta do cavalo Kiron,
- estudar os módulos teóricos e realizar os respectivos exercícios (de modo a confirmar a aprendizagem) e finalmente
- participar em workshops presenciais obrigatórios.

Além disto, consideramos necessário realizar várias horas de terapia assistidas por equinos e algumas horas de supervisão.

É imprescindível que os futuros facilitadores invistam no seu próprio processo terapêutico utilizando esta abordagem. Assim compreenderão e transformarão a sua problemática pessoal de modo a entenderem possíveis contra-transferências futuras nos seus pacientes/clientes, para além de certas projecções nos equinos.

(Como nota referimos que o título da formação refere-se ao centauro Kiron, famoso mestre da mitologia grega que simboliza o arquétipo do terapeuta ferido e a necessidade de todos os terapeutas se disponibilizarem a realizar o seu trabalho terapêutico pessoal.)

Em 2013, o Método Kiron® fez parte da pós-graduação em Equitação com fins terapêuticos, dentro da Área Científica: 726 - TRB – Terapia e Reabilitação. O curso foi ministrado em parceria académica e científica com a ESTAL - Escola Superior de Tecnologias e Artes de Lisboa, a EPAP – Ensino Profissional avançado e Post-graduação, a ENE - Escola Nacional de Equitação, A Associação de Paralisia Cerebral de Lisboa e a QCK - Quinta do cavalo Kiron.

Em Agosto de 2013 iniciámos a colaboração com a clinica de adicções *Heritage Counseling* de Cascais, parceria que tem sido um sucesso terapêutico.

A partir de 2014, criámos uma entidade jurídica de modo a facilitar colaborações e parcerias com entidades institucionais de vários géneros, tais como: universidades, empresas e outras estruturas. Assim nasce em Novembro de 2014 a *Associação Kiron para o desenvolvimento do humano e do equino*, associação sem fins lucrativos.

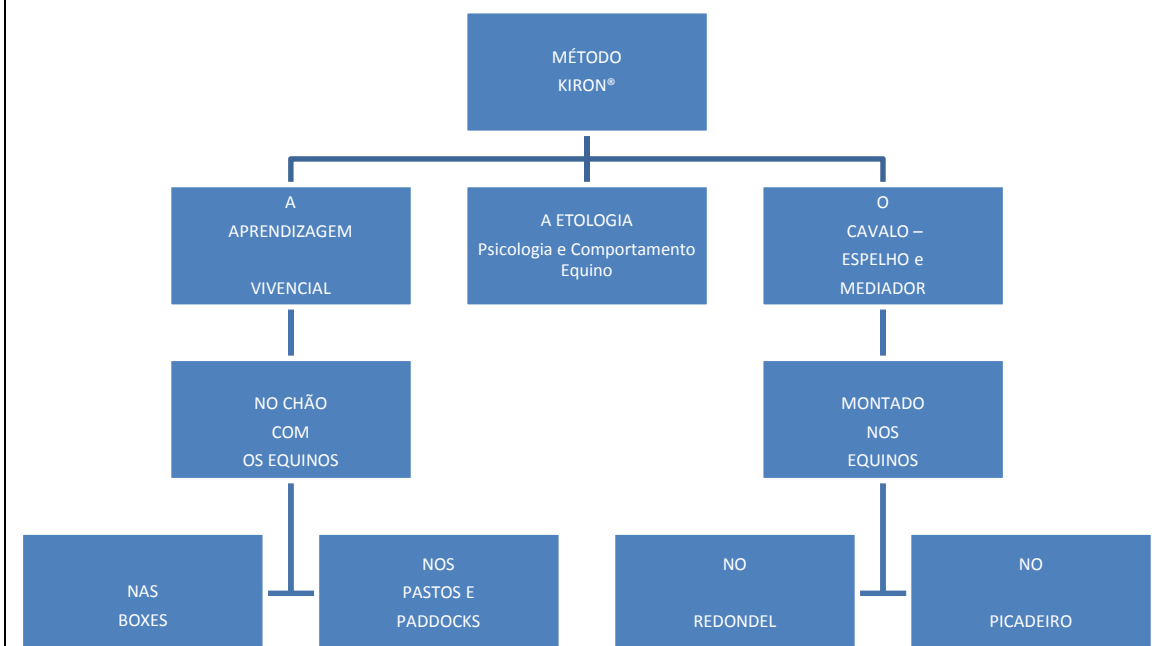
DIAGRAMA DO MÉTODO KIRON®

Faixa nº1: titulo

Faixa nº2: os três alicerces teóricos do Método Kiron®

Faixa nº3: os dois eixos de apoio do Método Kiron®

Faixa nº4: os quatro espaços terapêuticos do Método Kiron®



Texto escrito pela Dra. Nathalie Durel com a colaboração da Dra. Isabel Moura e da Dra. Susana Milheiro Silva

Bibliografia: Dra. Kiley-Worthington Marthe – Le comportement des chevaux

Dra. Rees Lucy – La logica del caballo

Dr. Winnicot Donald – The child and the family

Até hoje foram realizadas oito monografias que permitiram a certificação das respectivas formandas. Todas as monografias foram orientadas pela Dra. Nathalie Durel, criadora do Método Kiron®.

Monografias de Psicoterapia assistida por equinos: 2

Nome: Caroline Staedtler

Especialização: Psicóloga clínica; Psicoterapeuta em Bioenergética; Especialista equina

Título e tema da monografia: O resgate de si mesmo – o grounding através do cavalo

Introdução e/ou Resume:

O tema para esta monografia é a proposta de trabalho que quero desenvolver para o futuro enquanto Psicoterapeuta, unindo os dois métodos nos quais me estou a especializar – a Terapia e Coaching assistido por equinos colocando em prática o Método Kiron®. Usando estes dois métodos, poder fazer um diagnóstico mais preciso do paciente, podendo, assim, definir uma linha de trabalho mais precisa. Através desta união dos dois modelos criar riqueza na intervenção com o paciente e provar que ambos os métodos em conjunto fazem sentido serem usados, uma vez que trabalhamos em ambos com o corpo. Sendo assim, a hipótese para este trabalho é: Será que a união dos dois modelos faz sentido na intervenção com os pacientes e permite um diagnóstico mais preciso e uma maior mudança e insight no paciente?

Nome: Maria Isabel Lourenço Moura

Especialização: Psicóloga clínica; Psicoterapeuta; Psicanalista

Título e tema da monografia: Estudo sobre a contribuição terapêutica dos equinos no processo de restauração narcísica

Introdução e/ou Resume:

A qualidade do desenvolvimento narcísico, a sua importância e condicionamento para a estruturação da identidade continuam a ser objecto de estudo de vários psicanalistas, a partir da observação clínica, análise e interpretação dos mecanismos de transferência e contra-transferência que ocorrem durante o processo psicanalítico. A equitação terapêutica é utilizada com fins terapêuticos nos sujeitos com deficiências motoras ou psicomotoras, autismo, paralisia cerebral, síndrome de Down. Em Portugal nunca foi investigada a possibilidade de alargar o âmbito desta intervenção,

ao contrário do que está a ser realizado noutros países com resultados positivos nos processos psicoterapêuticos em que tem sido utilizada, pelo que me parece relevante considerar essa hipótese. O objeto do presente estudo é avaliar a possibilidade de complementar a prática psicoterapêutica psicanalítica, equacionando o recurso à Psicoterapia Assistida por Equinos como instrumento adicional na problemática da restauração narcísica, questão que não foi ainda alvo de investigação.

Palavras-chave: Método Kiron; Etologia Equina; Narcisismo; Restauração Narcísica

Monografias de Desenvolvimento pessoal assistido por equinos: 2

Nome: Ana Pinheiro Costa

Especialização: Formadora; Coach sistémica

Título e tema da monografia: O resgate do poder pessoal com o Método Kiron®

Introdução e/ou Resume:

O propósito desta monografia é pôr em evidência a forma como o *Método Kiron*® é especialmente adequado para trabalhar a questão do resgate do poder pessoal.

Após enquadrar o conceito de poder pessoal à luz da Teoria dos Centros Energéticos e da Teoria do Desenvolvimento Emocional de D. Winnicott, em particular nos conceitos de *self* verdadeiro e o *self* falso, apresentarei o equino como um objecto transicional especial e um ser vivo possante e terapeuta.

Finalmente, mostrarei que através da construção e aplicação de exercícios específicos é possível desenvolver um processo de resgate do poder pessoal, de forma rápida e integrada.

Usei a metodologia de estudo-de-caso, explorando quer a minha própria experiência como paciente, quer o conjunto de consultas que realizei com uma cliente de *coaching*, usando o *Método Kiron*®.

Nome: Ana Cristina da Silva Rodrigues

Especialização: Terapeuta em terapias holísticas

Título e tema da monografia: Espaço de turismo rural, onde a natureza, o turismo e os cavalos se encontram

Introdução e/ou Resume:

Este trabalho pretende traçar as ideias gerais da implementação de um projeto pessoal e profissional ligado ao turismo e aos cavalos. Procuo demonstrar a forma de como os cavalos podem participar na vida de cada um de nós, através de uma abordagem diferente e transformadora.

Monografias de Coaching assistido por equinos: 3

Nome: Bianca Vilhena de Mendonça

Especialização: Consultora; Business & Life Coach; Gestora de projectos

Título e tema da monografia: O poder da Influencia – Liderar 360º com cavalos

Introdução e/ou Resume:

Workshop / Formação de 2 Dias de Liderança com Equinos

O projecto que se encontra desenvolvido em seguida, respeita à temática de liderança numa vertente transversal 360°. Procura-se fazer uma viagem pelas várias teorias de liderança procurando pontos de convergência que culminam na ideia principal de que um líder para ser uma referência e influenciar positivamente todos aqueles que estão à volta deve ter um bom autoconhecimento e maturidade emocional, naturalmente que para o obter implica uma aposta contínua no seu desenvolvimento pessoal e espiritual. Os equinos são sem dúvida grandes aliados neste processo de autodescoberta e tomada de consciência. Tornam-se uma ferramenta poderosa permitindo saltos quânticos e mudanças profundas internas que tornam-se visíveis ao nível do comportamento.

O projecto está composto por um enquadramento teórico onde são abordadas as teorias e dimensões da liderança, paralelamente é abordada a importância do cavalo como mediador do processo de aprendizagem e desenvolvimento de competências de liderança e por último é apresentado um modelo de aprendizagem dinâmica criado pela autora do projecto. Em torno deste modelo são dinamizados os exercícios e dinâmicas com cavalos que fazem parte do workshop vivencial.

Palavras-Chave: Liderança, Cavalos, Equinos, Coaching, Desenvolvimento Pessoal, Desenvolvimento Profissional, Formação Vivencial, Formação Experiencial, Equipa, Grupo, Referência, Etologia, Método Kiron®

Nome: Sofia Pascoal Monteiro

Especialização: Life Coach; Terapeuta PNL; Especialista Equina

Título e tema da monografia: Coaching Assistido por Equinos para adolescentes segundo o Método Kiron®.

Introdução e/ou Resume:

O presente trabalho surgiu da intenção de estudar a psicologia do adolescente e os benefícios da utilização do Método Kiron® na área do Coaching assistido por Equinos, em adolescentes. O Coaching Assistido por Equinos é uma metodologia criada pela Dr^a Nathalie Durel, onde o cavalo é utilizado como co-terapeuta actuando em benefício do ser-humano. Nesta relação Homem/ Animal integra-se o desenvolvimento emocional, físico, mental e espiritual, proporcionando uma interacção dinâmica e bastante reveladora das problemáticas dos nossos clientes. Os cavalos agem assim como catalisadores, servindo de mediadores ou espelho entre cliente e Coach. A Dinâmica privilegiada nesta abordagem é a da aprendizagem vivencial, onde se aprende basicamente fazendo. O objectivo geral deste estudo é analisar a influência e benefícios do Coaching Assistido por Equinos no desenvolvimento saudável do adolescente. Apresento neste trabalho, estudo de casos de adolescentes que assisti entre os anos de 2010 e 2012.

Palavras – chave: Adolescente, Terapia com cavalos, Coaching

Nome: Ana Sofia Santos

Especialização: Formadora; Business & Life Coach

Título e tema da monografia: Coaching assistido por Cavalos: Estará Portugal preparado para este novo mundo?

Introdução e/ou Resume:

Esta monografia espelha os meus primeiros passos na tentativa de enquadrar o curso do Método Kiron® no coaching num projeto profissional novo. O que senti necessidade de fazer primeiro foi mesmo pesquisar, abrir horizontes e perceber melhor o mundo dos cavalos. Mas assim que o comecei a fazer percebi que isso será um trabalho contínuo, pois é realmente um mundo! Esta monografia tem por objectivo proporcionar uma visão global dessa pesquisa, que vai ajudar-me a direccionar e a cimentar o meu projeto profissional de Coaching assistido por Cavalos.

Monografias de Aprendizagem assistido por equinos: 1

Nome: Isabel Castejon

Especialização: Life Coach; Conselheira em adição em formação

Título e tema da monografía (en Espanhol): La desconexión con la Madre Tierra, causa de la enfermedad, y como el caballo va a propiciar la reconexión entre paciente y naturaleza.

Introdução e/ou Resume:

Este es un trabajo de investigación sobre conocimientos ya existentes, sean estos publicados o no, respecto a cómo la desconexión con la madre tierra afecta a los seres humanos en su salud y felicidad. Cuando nos separamos de la naturaleza nos separamos de nuestra fuente. La naturaleza nos reintegra. Unifica nuestra luz y nuestra sombra y nos obliga a conectarnos con nosotros y por lo tanto con los otros. Para hacer un trabajo más específico, me centré en una enfermedad en concreto, la enfermedad de la adicción.

En esta monografía vamos también a ver como el caballo por sus características especiales, es un elemento fundamental en este proceso de reconexión entre el enfermo y la naturaleza. El caballo, un animal que ha estado tan presente en la historia y evolución del hombre.

Todos sabemos que el contacto con la naturaleza es saludable para el hombre y recomendado en la recuperación de muchas enfermedades, pero no es sólo desde este prisma que vamos a tratarla aquí, sino desde los ojos de la conciencia. Nosotros los seres humanos somos parte de la naturaleza, la biomasa de este planeta y solo teniendo conciencia de que somos parte de la totalidad nos conoceremos plenamente, tomaremos contacto con nuestra verdadera esencia y la sanación ocurrirá naturalmente.