العلاج بالخيول: دراسة تكشف أسباب استخدامه في العلاج النفسي

تأليف

مدرس الدكتور محمد لوتي

مارس 26, 2026

اقتبس من هذا المقال

مدرس الدكتور محمد لوتي (2026). العلاج بالخيول: دراسة تكشف أسباب استخدامه في العلاج النفسي. عرب سايكلوجي. تم الاسترجاع من https://arabpsychology.com/?p=120102

ARABPSYCHOLOGY.COM

تخيل أنك تعاني من صدمة عاطفية عميقة، تجد صعوبة في التعبير عن مشاعرك بالكلمات، وتشعر بالعزلة والانفصال عن الآخرين. قد تبدو الجلسات التقليدية للعلاج النفسي غير كافية. هنا، يظهر دور العلاج بمساعدة الخيول كبديل واعد، يرتكز على قوة العلاقة غير اللفظية بين الإنسان والحيوان.

منهجية البحث

سعياً لفهم الأسباب التي تدفع المعالجين النفسيين إلى دمج الخيول في ممارساتهم العلاجية، أجرى باحثون دراسة نوعية متعمقة. ركزت الدراسة على استكشاف وجهات نظر المعالجين ذوي الخبرة حول هذا النهج العلاجي المتنامي. قام الباحث ن. كوغستاد بإجراء مقابلات معمقة مع عشرة معالجين نفسيين (ثماني إناث واثنان من الذكور) يمثلون مختلف التوجهات النظرية في العلاج النفسي. لم تقتصر الدراسة على جمع البيانات، بل اعتمدت على تحليل انعكاسي موضوعي (reflexive thematic analysis) للبيانات التي تم جمعها، وهو أسلوب يركز على تحديد الأنماط والموضوعات المتكررة في أقوال المعالجين، مع الأخذ في الاعتبار السياق الذي تم فيه التعبير عن هذه الأقوال.

النتائج

كشفت الدراسة عن أربعة موضوعات رئيسية تبرز الأسباب التي تدفع المعالجين إلى استخدام الخيول في العلاج النفسي. الموضوع الأول، "الحضور الداعم والوصول إلى جوهر الأمور بسرعة"، يوضح كيف يرى المعالجون أن وجود الحصان يخلق حضوراً علاجياً قوياً، ويسرع عملية الوصول إلى المشاعر الأساسية لدى المريض. يعتبر الحصان بمثابة مرآة تعكس مشاعر المريض، مما يسهل عملية الاستكشاف والتعبير عنها.

أما الموضوع الثاني، "العلاقة مع الحصان كعامل أساسي"، فيؤكد على أهمية العلاقة غير اللفظية التي تنشأ بين المريض والحصان. يصف المعالجون هذه العلاقة بأنها "مختبر ارتباطي" (attachment laboratory)، حيث يمكن للمرضى استكشاف أنماط التعلق لديهم، وتطوير الثقة، وتعزيز الوعي الجسدي (somatic awareness). فالحصان، بحكم طبيعته، لا يصدر أحكاماً، ولا يقدم نصائح، بل يقدم حضوراً مشروطاً وغير انتقادي، مما يخلق بيئة آمنة للمريض للتعبير عن نفسه بحرية.

الموضوع الثالث، "التعمق والاستكشاف الإضافي"، يوضح كيف يساعد الحصان المعالج والمريض على الغوص في أعماق المشاعر والتجارب. يصف المعالجون الحصان بأنه "شريك" يقدم الدعم والتوجيه والديناميكية اللازمة للعملية العلاجية. يمكن استخدام الحصان كرمز أو استعارة لاستكشاف قضايا معقدة، أو كجزء من تمارين تجريبية تهدف إلى تعزيز الوعي الذاتي وتطوير مهارات التأقلم.

أخيراً، الموضوع الرابع، "الحصان كشريك يقدم الدعم والتوجيه والديناميكية"، يسلط الضوء على الفوائد التي تعود على المعالج نفسه من خلال العمل مع الخيول. أفاد المعالجون أن العمل مع الخيول لا يفيد المرضى فحسب، بل يدعم أيضاً حضورهم وقدراتهم في العلاج، ويزيد من رضاهم المهني، بل وقد يوفر حماية ضد الإرهاق المهني (clinician burnout). فالحصان، بصفته شريكاً في العملية العلاجية، يساعد المعالج على البقاء متصلاً بحواسه، وعلى الحفاظ على حضور واعي ومركّز.

دلالات

تُظهر هذه الدراسة أن العلاج بمساعدة الخيول ليس مجرد تقنية علاجية جديدة، بل هو نهج شامل يرتكز على قوة العلاقة بين

ARABPSYCHOLOGY.COM

الإنسان والحيوان. تؤكد النتائج على أهمية العلاقة غير اللفظية في العلاج النفسي، وكيف يمكن للحصان أن يكون وسيلة فعالة لتعزيز الوعي الجسدي، وتطوير الثقة، واستكشاف المشاعر العميقة. بالإضافة إلى ذلك، تسلط الدراسة الضوء على الفوائد التي تعود على المعالج نفسه من خلال العمل مع الخيول، مما يشير إلى أن هذا النهج العلاجي يمكن أن يكون مستداماً ومرضياً على المدى الطويل. قد تفتح هذه النتائج الباب أمام المزيد من الأبحاث حول فعالية العلاج بمساعدة الخيول، وتطوير برامج تدريبية متخصصة للمعالجين الذين يرغبون في دمج هذا النهج في ممارساتهم العلاجية.

Reference

Kogstad N. (2025). *Therapists' reasons for including horses into psychotherapy, a qualitative study*. BMC Complementary Medicine and Therapies, 26(1), 20-20.

DOI: 10.1186/s12906-025-05185-2

ARABPSYCHOLOGY.COM