

Hipoterapinin Rehabilitasyon Çalışmaları ve Psikoloji Üzerine Etkileri

Neslihan BAL¹ , Mehmet AYDOĞAN² 

¹ Üsküdar Üniversitesi Uygulamalı Psikoloji Anabilim Dalı Tezli Yüksek Lisans Programı, İstanbul, Türkiye

²İstanbul Gelişim Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, İstanbul, Türkiye

Derleme Makale/ Review		DOI:10.5281/zenodo.19248753
Gönderi Tarihi/ Received:	Kabul Tarihi/ Accepted:	Online Yayın Tarihi/ Published:
24.01.2026	12.03.2026	29.03.2026

Öz

Bu derleme çalışmasının amacı, at destekli terapi yaklaşımları içinde yer alan hipoterapinin rehabilitasyon uygulamalarındaki kullanım alanlarını ve psikolojik çıktılar üzerindeki olası etkilerini literatür temelinde değerlendirmektir. Hipoterapi; atın simetrik ve ritmik yürüyüşünden kaynaklanan çok boyutlu hareket girdisi ile ısı/duyusal uyarımı klinik hedeflere göre düzenleyerek merkezi sinir sistemi, postüral kontrol ve lokomotor işlevler üzerinde destekleyici etkiler oluşturmayı amaçlayan bir yöntemdir. İncelenen çalışmalar, özellikle denge, postür, kaba motor performans ve fonksiyonel kapasite gibi alanlarda olumlu değişimlerin rapor edildiğini; bazı gruplarda motivasyon, sosyal etkileşim, iletişim ve duygudurum göstergelerinde de gelişim eğilimleri bulunduğunu göstermektedir. Uygulamanın güvenliği ve etkililiği; seans protokolünün planlanması, eğitilmiş çok disiplinli ekip yapısı, uygun at seçimi ve hayvan refahı ilkelerinin gözetilmesiyle yakından ilişkilidir. Mevcut kanıtlar, örneklem büyüklüğü ve protokol çeşitliliği nedeniyle sınırlılıklar içerse de hipoterapinin çeşitli klinik gruplarda tamamlayıcı rehabilitasyon seçeneği olarak değerlendirilebileceğini düşündürmektedir.

Anahtar Kelimeler: Hipoterapi, rehabilitasyon, psikoloji, at destekli terapi

The Effects Of Hippotherapy On Rehabilitation Interventions And Psychological Outcomes

Abstract

This narrative review aims to evaluate the use of hippotherapy within rehabilitation settings and to discuss its potential psychological outcomes based on the available literature. Hippotherapy is a clinician-directed intervention that utilizes the horse's rhythmic and symmetrical gait together with multisensory input—to modulate postural control, locomotor function, and related neuromotor processes. The reviewed studies generally report favorable trends in balance, posture, gross motor performance, and functional capacity, while several reports also indicate improvements in motivation, social interaction, communication, and mood-related indicators in selected populations. Safety and clinical impact depend on standardized session planning, a trained multidisciplinary team, appropriate horse selection, and adherence to equine welfare principles. Although the strength of evidence is constrained by heterogeneous protocols and limited sample sizes, hippotherapy may be considered a complementary option across diverse rehabilitation contexts.

Keywords: Hippotherapy, rehabilitation, psychology, horse-assisted therapy

Sorumlu Yazar/ Corresponded Author: Mehmet AYDOĞAN, E-posta/e-mail: m.aydgn66@gmail.com

GİRİŞ

Geçmişten günümüze insan-hayvan ilişkisi; ekonomik üretim, ulaşım, güvenlik, bakım ve sosyal destek gibi farklı işlevler üzerinden dönüşerek gelişmiş; hayvanlar giderek sosyal sistemin daha görünür bir bileşeni hâline gelmiştir (Yanardağ, 2020). Güncel sağlık yaklaşımlarında da hayvanların yalnızca eşlik eden varlıklar değil; uygun koşullar sağlandığında terapötik süreçleri destekleyebilen “canlı ortaklar” olarak ele alınabildiği görülmektedir. Bu çerçevede hayvan destekli müdahaleler; planlı hedefler, uzman uygulayıcılar ve güvenlik/etik standartlarıyla yapılandırıldığında rehabilitasyon ve psikososyal destek alanlarında tamamlayıcı bir uygulama hattı sunabilmektedir.

İnsanların evcilleştirdiği erken dönem hayvanlardan biri olan atın, medeniyetlerin büyüme ve örgütlenme süreçlerinde ulaşım, tarım ve askerî kullanım üzerinden belirleyici bir rol oynadığı ifade edilmektedir. Atları konu alan çalışmalarda bilişsel süreçler (öğrenme, bellek), duygulanım ve çevresel uyaranlara verilen tepkiler gibi başlıklarda geniş bir araştırma çizgisi oluşmuştur. Bu literatür; atların insanın yüz ifadesi, ses tonu ve davranışsal ipuçları gibi çoklu sinyalleri ayırt edebildiğini ve buna göre davranışını düzenleyebildiğini göstermektedir.

Atların insana ilişkin duygusal ipuçlarını algılaması, terapötik etkileşimde güven, eşzamanlılık ve geri bildirim mekanizmalarını güçlendirebilecek bir zemin üretmektedir. Bu nedenle atların terapötik amaçlı kullanımına dönük ilgi son yıllarda artmış; uygulamalar farklı isimlerle sınıflandırılmıştır. Alanyazında terapötik binicilik, at destekli psikoterapi, at destekli terapi, kolaylaştırılmış at destekli terapi ve hipoterapi gibi uygulamalar birbirinden ayrılan kavramsal ve mesleki çerçeveler içinde ele alınmaktadır (Köseman & Şeker, 2015).

Atların sağlık alanında kullanımına ilişkin tarihsel referanslar Antik Yunan’a kadar götürülmektedir. At binmenin “doğal egzersiz” kapsamında bedensel yararlarına ilişkin değerlendirmelerin, Hippokrates’e atfedilen metinlerde yer aldığı; modern anlamda klinik uygulama hattının ise 20. yüzyılın ikinci yarısından itibaren rehabilitasyon disiplinleri içinde daha sistematik biçimde geliştiği belirtilmektedir.

Türkiye’de kurumsal ölçekte at temelli uygulamaların görünürlüğü 2000’li yıllarla birlikte artmış; 2004 yılında TSK Elele Vakfı bünyesinde profesyonel ekiplerle uygulama seanslarının başlatıldığı ve farklı kurumların desteğiyle çalışmaların sürdüğü ifade edilmektedir (Ün, 2020).

Rehabilitasyon süreçlerinde at temelli yöntemler içinde özellikle “hipoterapi” kavramı öne çıkmaktadır. Terim köken olarak Yunanca hippos (at) ve “therapy/terapi” bileşenlerinin

birleşimiyle açıklanmakta; uygulama ise atın üç boyutlu, ritmik ve tekrarlayıcı yürüyüş paterninin (çoğunlukla adeta yürüyüşü) bir “tedavi aracı” olarak kullanılması şeklinde tanımlanmaktadır. Hipoterapi; binicilik öğretiminden farklı olarak, lisanslı sağlık profesyonellerinin (fizyoterapi, ergoterapi ve dil-konuşma terapisi alanları) klinik akıl yürütme ile at hareketini amaçlı biçimde düzenleyip işlevsel hedeflere yönlendirdiği bir rehabilitasyon yaklaşımıdır.

Hipoterapinin klinik uygulama alanı geniştir. Nöromotor bozukluklar (ör. serebral palsy), gelişimsel farklılıklar ve nörolojik durumlar başta olmak üzere; postüral kontrol, denge, gövde arke stabilitesi ve motor planlama gibi çıktılarda ilerlemeyi hedefleyen programlarda kullanıldığı bildirilmektedir. Ayrıca otizm spektrum bozukluğu, konuşma/dil sorunları, multiple skleroz, Down sendromu, öğrenme güçlüğü ile merkezi ve periferik sinir sistemi kökenli bazı işlev kayıplarında yardımcı bir yöntem olarak planlanabildiği belirtilmektedir (Köseman & Şeker, 2015). Bu etkilerin dayandığı mekanizma; at hareketinin pelvis ve gövde üzerine çok düzlemli duyu-motor girdiler sağlaması, terapistin hız/tempo/yön gibi parametreleri klinik hedeflere göre ayarlayabilmesi ve seansın ölçülebilir hedeflerle izlenebilmesidir.

Uygulayıcıların eğitim düzeyi ve ekip koordinasyonu güçlendikçe hipoterapinin çocuk ve yetişkin gruplarda kullanımı artmaktadır. Atın terapötik amaçla kullanımı; bireyin seanslara aktif katılımını desteklemesi, hareket repertuarını çeşitlendirmesi ve bazı psikososyal alanlara (özgüven, motivasyon, sosyal etkileşim) dolaylı katkı sağlayabilmesi nedeniyle özellikle rehabilitasyon programlarında tercih edilebilmektedir (Ün, 2020). Bununla birlikte uygulamanın etkililiği; hedef grubun özellikleri, seans sıklığı/süresi, kullanılan protokol ve ölçüm araçlarına duyarlıdır; dolayısıyla hipoterapi programlarının standartlaştırılmış hedefler ve güvenlik ilkeleriyle yürütülmesi önem taşır.

Hipoterapi Kavramı ve Uygulayıcıları

Hipoterapi kavramının tarihsel kökleri Antik Yunan’a kadar uzanır. “Hipoterapi” terimi, Yunanca *hippos* (at) sözcüğünden türemiş olup at hareketinin tedavi süreçlerinde araç olarak kullanılmasını ifade eder. Antik dönemde at binmenin beden sağlığı ve iyilik hâli üzerindeki etkilerine ilişkin erken değerlendirmelerin yer aldığı; modern anlamda disiplinleşmiş hipoterapi yaklaşımının ise özellikle 1960’lı yıllardan itibaren Avrupa’da (özellikle Almanya ve Avusturya’da) fizyoterapi uygulamalarına yardımcı bir yöntem olarak daha görünür hâle geldiği bildirilmektedir (Öztürk, 2019; Koca & Ataseven, 2016).

Güncel literatürde hipoterapi, “atla yapılan her etkinlik” ile eş anlamlı kullanılmaz. Hipoterapiyi diğer at temelli uygulamalardan ayıran temel özellik, klinisyen (fizyoterapist/ergoterapist/dil ve konuşma terapisti) tarafından amaçlı biçimde yönlendirilen ve fonksiyonel hedeflere odaklanan bir rehabilitasyon stratejisi olmasıdır. Amerikan Hipoterapi Derneği’nin tanımı, hipoterapiyi; klinik akıl yürütme ve kanıta dayalı uygulama ilkeleriyle at hareketinin terapötik amaçla manipüle edilmesi şeklinde konumlandırır. Bu yönüyle hipoterapi, binicilik becerisi öğretmeyi hedefleyen “terapötik binicilik” uygulamalarından ayrılır (Uzunçayır & İlhan, 2020; American Hippotherapy Association, 2025; Koca & Ataseven, 2016).

Hipoterapi; atın özellikle adeta (walk) yürüyüşü sırasında ortaya çıkan ritmik, tekrarlayıcı ve üç boyutlu hareket örüntüsünün, danışanın postüral kontrol, denge reaksiyonları, gövde arke stabilitesi, duyuşal işleme ve motor planlama süreçlerini uyarması mantığına dayanır. At yürüyüşünün pelvis hareketine benzer çok düzlemli girdiler üretmesi, terapistin hız/tempo/yön gibi parametreleri ayarlayarak kişiye özgü “dozlanmış” bir nöromotor uyarım sağlamasına imkân verir (Ün, 2020; Koca & Ataseven, 2016; Koç, Altınkaya, & İnanç, 2023).

Hipoterapinin hedefleri klinik gereksinime göre çeşitlenir; uygulama planı çoğunlukla denge ve postürün iyileştirilmesi, gövde arke kontrolünün artırılması, kaba motor fonksiyonların desteklenmesi, koordinasyon ve yürüme parametrelerinin geliştirilmesi gibi nöromüsküler çıktılara odaklanır. Bunun yanında bireyin terapide aktif katılımını artıran motivasyonel bileşenler, sosyal etkileşim ve özgüven alanına yansıyan psikososyal kazanımları da destekleyebilir (Ün, 2020; Koç ve ark., 2023). Hipoterapinin serebral palsili çocuklarda kaba motor fonksiyon ve bazı yürüme parametrelerinde ek kazanımlar sağlayabildiğini gösteren randomize kontrollü çalışmalar ve derleme bulguları mevcuttur (Yıldırım Şık ve ark., 2012; Sterba, 2007; Zadnikar & Kastrin, 2011; Moraes ve ark., 2016).

Seans sırasında atın yürüyüş ritmi, danışana dakikada çok sayıda tekrarlayan postüral uyarın iletir; bu tekrar sayısının, kısa seanslarda dahi yüksek düzeyde motor yanıt fırsatı oluşturduğu vurgulanmaktadır (Ün, 2020; Yazıcı ve ark., 2025). Ayrıca hipoterapi uygulamalarında yalnızca biyomekanik girdiler değil; vestibüler, proprioseptif ve dokunsal girdilerin bir arada sunulması nedeniyle duyuşal bütünleme ve motor öğrenme ilkeleriyle ilişkili bir rehabilitasyon mantığı da öne çıkar (Koç ve ark., 2023).

Hipoterapi uygulama süreci, güvenlik ve klinik etkinlik açısından planlı ve denetimli

yürütülmelidir. Uygun donanıma sahip tesis, uygun nitelikte at ve eğitimli yardımcı personel (at lideri/side-walker) yanında, tedavi hedeflerini belirleyen ve seansı klinik olarak yöneten uzman sağlık profesyonellerinin bulunması beklenir. Uygulayıcı ekipte psikologlar, ergoterapistler, hekimler, rehabilitasyon uzmanları ve at antrenörlerinin yer alabildiği belirtilmektedir (Köseman & Şeker, 2015; Koca & Ataseven, 2016).

Hipoterapi seansları çoğu programda 20–40 dakika aralığında planlanmakta ve uygulama akışı belirli bir yapı içinde yürütülmektedir. Seansların; atla tanışma/uyum, ısınma, hedefe yönelik egzersizlerin uygulandığı çalışma bölümü, gevşeme ve vedalaşma aşamalarından oluşabildiği ifade edilmektedir (Ün, 2020; Tercan, 2010). Seans yapısının standardizasyonu, hedeflerin ölçülebilirliğini artırdığı gibi güvenlik ve izlem açısından da önem taşır.

Hipoterapide Kullanılan Atların Özellikleri

Hipoterapide at, yalnızca “biniş aracı” değil; uygulamanın güvenliğini ve terapötik girdinin kalitesini doğrudan belirleyen bir “canlı tedavi ortağıdır”. Bu nedenle at seçimi; mizaç (temperament), eğitim düzeyi, yürüyüş kalitesi, konformasyon–sağlamlık (soundness), çevresel uyaranlara tolerans ve hayvan refahı ölçütleri birlikte değerlendirilerek yapılmalıdır (Ün, 2020; Köseman & Şeker, 2015).

- 1) Mizaç ve çevresel uyaranlara tolerans:** Hipoterapide kullanılacak atın düşük reaktiviteye sahip olması beklenir: ani ses, beklenmedik hareket, farklı ekipmanlar (rampa, blok, yürüteç vb.) ve katılımcının öngörülemeyen davranışları karşısında sakinliğini koruyabilmelidir. Bu özellikler, yalnızca “iyi huyluluk” değil; sistematik duyarsızlaştırma (desensitization), güvenli elleçleme ve merkez prosedürleriyle sürdürülen bir eğitim–izlem sürecinin parçasıdır (Ün, 2020). Uluslararası rehberler, equine-assisted services alanında görev alacak atların seçimi ve eğitiminde davranışsal uygunluğun temel belirleyicilerden biri olduğunu vurgular.
- 2) Eğitim düzeyi ve işte tutarlılık:** Atın temel eğitim seviyesini tamamlaması, komutlara öngörülebilir ve tutarlı yanıt vermesi, dur–yürü–dönüş gibi geçişlerde “yumuşak” kalması ve lider/yan yürüyücü (side-walker) desteğiyle kontrollü çalışabilmesi gerekir. Hipoterapide terapi hedeflerine göre hız, ritim ve yön parametreleri bilinçli biçimde değiştirilebildiği için atın bu değişimlere stres göstermeden uyum sağlaması önemlidir.
- 3) Yürüyüş kalitesi, simetri ve sağlamlık:** Hipoterapide asıl terapötik girdi çoğunlukla

adeta yürüyüşünden sağlandığından, atın yürüyüşünün ritmik, simetrik ve düzenli olması beklenir. American Hippotherapy Association yayınladığı iyi uygulama ilkelerinde, terapide kullanılan atın yürüyüş (walk/trot/canter) sırasında topallık (lameness), fiziksel rahatsızlık ve belirgin stres bulguları göstermemesi gerektiğini açıkça belirtir. Bu nedenle; doğuştan ya da sonradan gelişmiş ortopedik sorunlar, kronik ağrı, dengesiz/bozuk yürüyüş paternleri hipoterapi için ciddi bir kısıt oluşturur (Köseman & Şeker, 2015). Seanslar ilerledikçe atın iş yükü ve sağlık durumu düzenli izlenmeli; davranış sorunları ve sağlamlık kaybı, emeklilik (retirement) nedenleri arasında en öne çıkan başlıklardır.

4) Yaş, vücut ölçüsü ve katılımcıya erişilebilirlik: Sahada sık kullanılan ölçütlerden biri, atın olgunlaşmış bir çalışma mizacına sahip olması ve temel eğitimini tamamlamış bulunmasıdır. Metninde yer verdiği “7 yaş ve üzeri” vurgusu bu mantıkla uyumludur (Ün, 2020). Bununla birlikte uygun yaş aralığı; ırk, eğitim geçmişi, iş yoğunluğu ve sağlık durumuna göre değişebilir; tek başına yaş yeterli bir seçim ölçütü sayılmaz (Rankins ve ark., 2021). Cidago yüksekliğinin 140–160 cm aralığında önerilmesi, özellikle çocuklar ve transfer/montaj kolaylığı açısından pratik bir kriterdir (Ün, 2020). Ancak merkez altyapısı (rampa/blok), katılımcı antropometrisi ve hedeflenen postüral girdiye göre daha küçük ya da daha büyük atlar da uygun olabilir; kritik nokta güvenli biniş/iniş ve seans boyunca stabil taşıma kapasitesidir.

5) Konformasyon, ekipman uyumu ve refah (welfare): Konformasyonun “minimum standartları” karşılaması, uygun eyer/pad seçimi, düzenli nalbakım–dış–veteriner kontrolleri ve seans yoğunluğunun refahı zedelemeyecek biçimde planlanması gerekir. Equine-assisted services alanında seçim ve refah uygulamalarına ilişkin çalışmalar, pratisyenlerin at seçerken en çok kişilik/uyum, güvenlik, tekme–ısıрма eğiliminin olmaması ve sağlık/sağlamlık ölçütlerine ağırlık verdiğini raporlamaktadır. HETİ etik çerçevesi ve IAHAIO eğitim/uygulama kılavuzları da, at refahının korunmasını (stres izlemi, uygun barınma, dinlenme, iş yükü planı) uygulamanın temel bileşenleri arasında ele alır.

Hipoterapi Uygulamasında Atın Hareketi

Atlar saatte ortalama olarak 6-7 km hızla yürümektedirler. Atın yürüyüş paterni adeta yürüyüş, süratli yürüyüş ve dörtünl yürüyüş olmak üzere üç başlık altında ele alınır.

1. Adeta Yürüyüş: Adeta yürüyüş, aynı bölgedeki ayakların birlikte hareket ettiği ancak

aynı anda hareket etmediği yürüyüş biçimidir. Arka bacak itildiğinde at anlık bir şekilde hızlanır, adım attığında ise hızlanmaktadır. Hipoterapi uygulamasında atın adeta yürüyüş biçimi kullanılmaktadır (Köseman & Şeker, 2015).

2. **Süratli Yürüyüş:** Atın Süratli yürüyüşü ortalama olarak saatte 14-15 km olarak ölçülmüştür. Adeta yürüyüş biçiminden çok daha hızlı ve atın ön-arka ayaklarının çapraz bir biçimde olduğu yürüme biçimidir (Köseman & Şeker, 2015).
3. **Dörtünl Yürüyüş:** Atın Hızının saatte ortalama 20-30 km olduğu çok hızlı bir şekilde hareket ettiği yürüme biçimidir. Aşırı hareketlilik hali olmasından kaynaklı hipoterapi uygulamalarında kullanılmamaktadır (Köseman & Şeker, 2015).

Hipoterapi Uygulamasında Olması Gereken Ekipmanlar ve Uzmanlar

Hipoterapi seanslarının güvenli ve klinik hedeflere uygun biçimde yürütülmesi, iki temel bileşene dayanır: (i) uygun ekipman ve çevresel düzenek, (ii) net rol tanımları olan eğitimli ekip. Seans sırasında kullanılan her ekipman, hem atın kontrolünü hem de katılımcının güvenliğini ve terapötik hedeflere yönelik pozisyonlamayı destekler. Bu nedenle hipoterapi uygulamalarında yular, sevk ipi ve yardımcı ekipmanlar ile klinik uygulayıcı-at lideri-yan yürüyücü koordinasyonunun birlikte planlanması önerilmektedir (Ün, 2020).

1. **At kontrol ekipmanları (idare ve sevk):** Seansın ilk güvenlik halkasını, atın idaresi ve sevk için kullanılan ekipmanlar oluşturur. Yular (halter) ve sevk ipi (lead rope) at liderinin atı kontrollü biçimde yönlendirmesini sağlar; hız, duruş, dönüş ve çizgi takibi gibi hareket parametreleri bu kontrol üzerinden standardize edilir. Uygulamanın içeriğine göre başlık/halter tipi, bağlantı noktaları ve sevk ipinin uzunluğu; tesis alanı, atın eğitim düzeyi ve katılımcının özellikleri dikkate alınarak seçilmelidir. Uluslararası iyi uygulama ilkeleri, atın kontrolünün tutarlı ve düşük riskli ekipmanla sağlanmasını, ani çekiş-sert düzeltme gibi davranışlardan kaçınmayı ve her seans öncesi ekipmanın kontrol edilmesini özellikle vurgular. (americanequestrian.com)
2. **İniş/oturuş ekipmanları (terapötik pozisyonlama ve stabilite):** Hipoterapi uygulamalarında ekipman seçimi, “binicilik konforu”ndan çok terapötik hedefe uygun postüral girdiyi sağlamayı amaçlar. Bu nedenle seanslarda kullanılabilecek temel ekipmanlar şunlardır: eyer, keçe/pad, voltej kolanı (surcingle) ve üst kolan (Ün, 2020).
 - Eyer: Katılımcının seans hedeflerine göre stabil oturuşunu destekleyebilir; bazı durumlarda daha fazla destek ve güvenlik sağlar.
 - Keçe/pad: Basınç dağılımını düzenleyerek hem katılımcı hem de at açısından konforu artırır; sürtünme ve lokal basınç riskini azaltır.

- Voltej kolanı (surcingle): Tutunma noktaları ve terapiye uygun yardımcı ekipmanların (tutacak/halka vb.) kullanımını kolaylaştırır; terapistin hedeflediği göve arke kontrolü ve denge çalışmaları için işlevsel bir araç olabilir.
- Üst kolan: Ekipmanın at üzerinde sabitlenmesini ve güvenli sürdürülmesini destekler.

Bu ekipmanların seçimi ve uygulanması sırasında iki nokta kritik kabul edilir: (1) katılımcının güvenli pozisyonlanması, (2) atın sırt sağlığını koruyacak şekilde doğru yerleşim ve düzenli kontrol. EAS (equine-assisted services) alanındaki kılavuzlar ve etik çerçeveler, ekipman kullanımının at refahını zedelemeyecek biçimde planlanmasını ve her seans öncesi–sonrası kontrollerin kayıt altına alınmasını önerir. (iahaio.org)

3. Güvenlik ve acil durum hazırlığı: Hipoterapide risk yönetimi, “kriz olursa müdahale” yaklaşımının ötesinde, seans tasarımına yerleşen sistematik bir güvenlik planını gerektirir. Bu kapsamda; katılımcının sağlık durumu, düşme riski, transfer gereksinimi, davranışsal öngörülemezlik ve çevresel stresörler seans öncesinde değerlendirilmelidir. Metninde belirttiğin gibi olası acil durumlar için uzman sağlık personelinin erişilebilir olması ve ekibin acil durum prosedürlerini bilmesi önem taşır (Ün, 2020). Kurumsal iyi uygulama dokümanları, görev dağılımının seans başlamadan netleştirilmesini; “kim karar verici, kim at lideri, kim yan destek” sorularının standart prosedüre bağlanmasını önerir. (americanequestrian.com)

4. Ekip rolleri ve uzmanlar: Hipoterapi uygulamalarında ekip rolleri, seans güvenliği ve klinik etki açısından ayrıştırılır:

- **Hipoterapi uygulayıcısı (klinik profesyonel):** Terapötik hedefleri belirler, seans içeriğini yapılandırır, at hareketini klinik amaçlarla “dozlar” ve ilerlemeyi ölçülebilir biçimde izler.
- **At lideri / at antrenörü:** Atın sevk ve idaresinden sorumludur; atın ritim, hız ve yönünü seans planına uygun biçimde sürdürür. Metninde vurguladığın “atı yönlendirecek, yönetecek antrenör” rolü bu nedenle zorunlu kabul edilir (Ün, 2020).
- **Yan yürüyücüler (side-walkers/spotters):** Katılımcının güvenliğini, postürünü ve gerektiğinde denge desteğini sağlar; katılımcının hareketini kısıtlamadan güvenli sınırlar içinde kalmasına yardımcı olur (uygulama

protokolüne göre).

- **Sağlık personeli/ilk yardım yetkinliği:** Tesisin ve uygulamanın risk düzeyine göre sahada bulunması veya hızlı erişilebilirliği sağlanır; özellikle yüksek riskli gruplarda acil durum kapasitesi kritik görülür (Ün, 2020).

Uluslararası eğitim ve uygulama kılavuzları, ekipte görev alan kişilerin eğitim düzeyinin belgelendirilmesini; at refahı, katılımcı güvenliği, etik ve kriz yönetimi modüllerinin kurum içi standartlara bağlanmasını önermektedir. (iahaio.org)

Hipoterapinin Rehabilitasyon Alanında Kullanıldığı Çalışmalar

Hipoterapi yöntemi gelişim geriliği olan, öğrenme güçlüğü olan bireylerde, zihinsel-ruhsal bozukluğu olan bireylerde ve kas, vücut, denge koordinasyonunda güçlük çeken bireylerde tedavi yöntemi olarak uygulanmaktadır. Otizm, Serebral Palsi, Multiple Sklerozu, Down Sendromu hipoterapinin kullanıldığı bazı rahatsızlıklara örnek gösterilebilir.

Araştırmalara göre Multiple Sklerozlu hastalarda hipoterapinin iyileşme süreci üzerinde etkilerinin olumlu olduğu görülmüştür. Hipoterapi uygulanan bireylerde omurga ve pelvisi harekete geçirmede etkili olduğu görülmüştür (Köseman & Şeker, 2015).

Uzunçayır & İlhan'ın (2021) İstanbul şehrinde yaşayan özel gereksinimli çocuğa sahip olan 7 ebeveyn ile yaptığı çalışmada, hipoterapi uygulamasına katılan özel gereksinimli çocuklarının zihinsel gelişimine, ruhsal duygu durumalarına ve çocukların sosyal gelişimine olumlu etkileri olduğu sonucuna ulaşmışlardır.

Öztürk'ün (2019) Hipoterapi simülatörü ile 18-65 yaş arası 26 inme tanısı alan hasta bireylerin denge, mobilite, fonksiyonel kapasite ve bağımsızlık düzeylerini ölçme amaçlı yaptığı çalışmada hipoterapinin inmeli hastaların tedavi sürecinde denge ve fonksiyonel kapasiteyi arttırabilmek amacıyla konvansiyonel egzersizler eşliğinde kullanılabileceği sonucuna ulaşmıştır.

Otizm Spektrum Bozukluğu bireylerde dil gelişimi, sosyal etkileşim ve davranışsal gecikmeler ile kendini gösteren nöro- gelişimsel bozukluktur. Hayvan destekli tedavilerin bu bozukluğa sahip bireylerde öğrenme, eğitim ve tedavi sürecini hızlandırdığı ve kolaylaştırdığı meta-analiz, derleme çalışmalarıyla desteklendiği görülmektedir (Karataş ve ark., 2023)

Binicilik egzersizleri serebral palsili çocuklarda denge üzerinde ve postürel kontrol üzerinde olumlu etkileri olduğu ortaya koyulmuştur. Çocuklarda sensorimotor deneyimlerini arttırmada ve motorik becerileri geliştirmede, bilişsel, davranışsal, iletişimsel gelişimlerine

olumlu katkı sağladığı görülmüştür (Tazegül ve ark., 2020).

Tercan'ın (2010) 9 otizm spektrum bozukluğuna sahip çocukla 8 hafta boyunca haftada 3 defa hipoterapi uygulamasının yapıldığı çalışmada çocukların davranışsal bozukluklarında (küfretme, tekme atma, bağırma, emme, başkalarına ve kendine zarar verme) pozitif anlamda bir değişim olduğu görülmüştür.

Hipoterapinin Psikoloji Üzerine Etkileri

Hipoterapi uygulamalarının rehabilitasyon programlarında yardımcı bir müdahale olarak kullanılmasına ilişkin araştırmalar, özellikle kaba motor fonksiyon, denge ve postüral kontrol alanlarında klinik açıdan anlamlı iyileşmeler rapor etmektedir (De Guindos-Sanchez ve ark., 2020; Menor-Rodríguez ve ark., 2021). Hipoterapiyi cazip kılan yönlerden biri, atın ritmik ve tekrarlayıcı yürüyüş paterninin seans boyunca sürekli duyuusal-motor girdi sağlaması ve bu girdinin bireyin kapasitesine göre “dozlanabilmesidir”. Bu yapı, geleneksel rehabilitasyon egzersizlerine ek bir uyarıcı çeşitliliği sunar ve özellikle hareket repertuarı kısıtlı bireylerde oturma kontrolü, gövde arke stabilitesi ve koordinasyon üzerine odaklanan hedeflerle uyum gösterir (Ün, 2020; Menor-Rodríguez ve ark., 2021).

Hipoterapi yalnızca fiziksel alanla sınırlı kalmayan bir etki örüntüsüne sahiptir. Gelişimsel bozukluklara yönelik programlarda, seansların “aktivite temelli” bir yapıda ilerlemesi, özellikle çocukların süreçte katılımcı kalmasını kolaylaştırır. Seansın doğası gereği oyunlaştırılabilen görevler, açık alan deneyimi ve hayvanla etkileşim; çocuğun dikkatini sürdürmesini, çaba göstermesini ve terapötik görevleri daha az “yük” olarak algılamasını destekleyebilir. Bu yönüyle hipoterapi, çocuğun doğal merakını harekete geçiren ve olumlu duyu durumunu güçlendiren bir müdahale çerçevesi sunar (Ün, 2020). Nöropediyatrik örneklerde yapılan güncel çalışmalar, hipoterapide hedeflerin yalnızca fiziksel işlevlerle sınırlanmadığını; eğlenme, motivasyon ve sosyo-duyuusal ihtiyaçların da seans çıktıları içinde anlamlı bir yer tuttuğunu göstermektedir (Hediger ve ark., 2025).

Özel gereksinimli bireylerde atla kurulan temasın; özgüven, kişilik gelişimi, iletişim becerileri ve sosyal gelişim gibi psikososyal alanlarda destekleyici olabildiği bildirilmektedir (Uzunçayır & İlhan, 2021). At destekli uygulamalar üzerine yapılan sistematik derlemeler de özellikle otizm spektrum bozukluğu olan çocuklarda sosyal iletişim, sosyal biliş ve bazı davranışsal alanlarda iyileşme eğilimine işaret etmektedir (Xiao ve ark., 2023; Madigand ve ark., 2023). Binicilik aktivitesinin duyuusal ve sosyal yönden olumlu etkilerinin rapor edilmesi (Öztürk, 2019), hipoterapinin çoklu duyuusal girdi sunan yapısıyla birlikte düşünüldüğünde,

motivasyon ve katılımı artıran bir müdahale zemini oluşturur. Nitekim hipoterapinin özel gereksinimli bireylerde motivasyonu yükselten ve dikkati sürdürmeyi kolaylaştıran bir süreç olabildiği belirtilmektedir (Tazegül ve ark., 2020).

Seans deneyiminin öznel yönü, özellikle çocuk ve ebeveyn açısından tedaviye devamlılık üzerinde belirleyici olabilir. Seansın “zaman algısını” farklılaştırması, uygulayıcı ve at antrenörünün seans boyunca bireyle sürekli etkileşimde olması, uygulamayı daha sıcak ve sürdürülebilir bir deneyime dönüştürebilir. Bu özellikler, hem çocuğun terapiye yönelik istekliliğini artırır hem de ebeveynin süreci daha yönetilebilir ve umut verici görmesine katkı sağlayabilir (Ün, 2020). Bununla birlikte alanyazın; örneklem özellikleri, seans sıklığı-süresi, kullanılan ölçüm araçları ve protokol farklılıklarının sonuçların genellenebilirliğini sınırlayabildiğini de göstermektedir. Bu nedenle hipoterapi uygulamalarının, hedeflerin net tanımlandığı ve izleme ölçütlerinin standartlaştırıldığı programlarla yürütülmesi; fiziksel ve psikososyal çıktıları aynı anda değerlendiren daha güçlü araştırma tasarımlarının geliştirilmesi önem taşır (De Guindos-Sanchez ve ark., 2020; Xiao ve ark., 2023).

TARTIŞMA SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu derleme, hipoterapinin atın ritmik ve üç boyutlu hareket örüntüsü üzerinden duyuşal-motor sistemleri uyarak rehabilitasyon hedeflerine katkı sağlayabilen, aynı zamanda katılım ve motivasyonu güçlendiren bir uygulama alanı olduğunu göstermektedir. Literatürde özellikle denge, postüral kontrol, göve arke stabilitesi ve kaba motor fonksiyon gibi çıktılarda olumlu değişimler bildirilmektedir (Menor-Rodríguez ve ark., 2021; De Guindos-Sanchez ve ark., 2020). Klinik sonuçların yanı sıra, atla kurulan etkileşimin çocuk ve aile açısından seans deneyimini daha sürdürülebilir hâle getirebildiği; sosyal iletişim, özgüven, motivasyon ve duygudurum alanlarında destekleyici bir çerçeve sunabildiği görülmektedir (Ün, 2020; Uzunçayır & İlhan, 2021; Xiao ve ark., 2023). Bu yönüyle hipoterapi, yalnızca fiziksel iyileşmeyi hedefleyen bir yaklaşım olarak değil, işlevselliği çok boyutlu ele alan rehabilitasyon programlarına entegre edilebilecek bütüncül bir müdahale olarak değerlendirilebilir.

Bununla birlikte kanıtlar, yöntemsel farklılıklar nedeniyle aynı güçte değildir. Seans süresi ve sıklığı, uygulanan protokol, örneklem klinik profili, kullanılan değerlendirme araçları ve kontrol koşulları çalışmadan çalışmaya değişmekte; bu durum etki büyüklüklerinin karşılaştırılmasını ve genellenebilirliğini zorlaştırmaktadır (De Guindos-Sanchez ve ark., 2020; Menor-Rodríguez ve ark., 2021). Ayrıca Türkiye’de uygulama merkezlerinin sınırlı sayıda ve çoğunlukla büyükşehirlerde bulunması, erişim ve süreklilik açısından önemli bir

eşitsizlik üretmektedir (Ün, 2020). Hipoterapinin uzman ekip, uygun tesis altyapısı, güvenlik protokolleri ve hayvan refahı ilkeleri gerektiren maliyetli bir uygulama olması, hizmetin yaygınlaşmasını doğrudan etkileyen yapısal bir değişken olarak öne çıkmaktadır (Köseman & Şeker, 2015; IAHAIO, 2021).

Öneriler

- Seans süresi, sıklığı, toplam uygulama dozu ve hedeflerin açık biçimde tanımlanarak protokollerin standardize edilmesi önerilmektedir.
- Ekip rolleri ile güvenlik prosedürlerinin (acil durum planı, seans öncesi kontrol listeleri, kayıt sistemi) kurumsal rutin hâline getirilmesi gerekmektedir (Ün, 2020). Atın sağlamlığı, stres göstergeleri, iş yükü planı ile düzenli veteriner ve nal bakımının sistematik biçimde izlenmesi önerilmektedir.
- Fiziksel çıktılarla birlikte psikososyal değişkenlerin (motivasyon, sosyal iletişim, ebeveyn yükü) ölçülmesi ve izlem değerlendirmelerinin yapılması önem taşımaktadır.
- Erişimi artırmak için kamu–üniversite–STK iş birliklerinin güçlendirilmesi ve teşvik modellerinin geliştirilmesi önerilmektedir.

KAYNAKLAR

- American Hippotherapy Association, Inc. (2012). *Hippotherapy vs. therapeutic riding*. Windrush Farm.
- American Hippotherapy Association, Inc. (2017). *Best practices: Statements of practice* <https://www.americanequestrian.com/pdf/American%20Hippotherapy%20Assn%20Best%20Practices%202017%20.pdf> Erişim Tarihi: 08/02/2026
- American Hippotherapy Association. (2025). *What is hippotherapy?* Retrieved February 23, 2026, from <https://www.americanhippotherapyassociation.org/what-is-hippotherapy>
- Baba, C., Kawai, M., & Takimoto-Inose, A. (2019). Are horses (*Equus caballus*) sensitive to human emotional cues? *Animals*, 9(9), 630. <https://doi.org/10.3390/ani9090630>
- Baxley, B. H., Rodriguez-Mori, H., & Anderson, N. C. (2024). Welfare and stress of horses used for equine-assisted services: A systematic review. *Applied Animal Behaviour Science*, 280, 106424. <https://doi.org/10.1016/j.applanim.2024.106424>
- Berg, E. L., & Causey, A. (2014). The life-changing power of the horse: Equine-assisted activities and therapies in the U.S. *Animal Frontiers*, 4(3), 72–75. <https://doi.org/10.2527/af.2014-0025>
- De Guindos-Sanchez, L., Lucena-Anton, D., Moral-Munoz, J. A., Salazar, A., & Carmona-Barrientos, I. (2020). The effectiveness of hippotherapy to recover gross motor function in children with cerebral palsy: A systematic review and meta-analysis. *Children*, 7(9), 106. <https://doi.org/10.3390/children7090106>
- Hediger, K., Lunzenfichter, M., Markzoll, E., Arnsköttler, W., Schauderk, M., & Kluger, G. (2025). Psychological

- aspects of hippotherapy for children with severe neurological impairment: An exploratory study. *PLOS ONE*, 20(4), e0320238. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0320238>
- Hyun, C., Kim, K., Lee, S., Ko, N., Lee, I.-S., & Koh, S.-E. (2022). The short-term effects of hippotherapy and therapeutic horseback riding on spasticity in children with cerebral palsy: A meta-analysis. *Pediatric Physical Therapy*, 34(2), 172–178. <https://doi.org/10.1097/PEP.0000000000000880>
- International Association of Human–Animal Interaction Organizations. (2021). *IAHAIO international guidelines on education and training requirements in equine-assisted services* (Version 1.0) [PDF]. Retrieved February 23, 2026, from <https://iahaio.org/wp/wp-content/uploads/2021/11/final-equine-education-and-training-guidelines.pdf>
- Karataş, N., İyi, Z., Düzgün, M. V., Demiralay Katırcıoğlu, Ş., Kaya, A., Keser, İ., & İşler, A. (2023). Otizim spektrum bozukluğu olan bireylere uygulanabilecek güncel bir yaklaşım: Hayvan destekli aktivite. In *8th International Aegean Conferences on Natural and Medical Sciences* (149–161). Ankara, Türkiye: IKSAD Publishing House.
- Koç, P., Altınkaya, N., & İnanç, G. (2023). Hipoterapinin terapötik yararları: Ergoterapi bakış açısı. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 12(1), 324–333. <https://doi.org/10.37989/gumussagbil.931263>
- Koca, T. T., & Ataseven, H. (2016). What is hippotherapy? The indications and effectiveness of hippotherapy. *Northern Clinics of Istanbul*, 2(3), 247–252. <https://doi.org/10.14744/nci.2016.71601>
- Köseman, A., & Şeker, İ. (2015). Atların terapötik kullanımı. *Annals of Health Sciences Research*, 4(2), 44–49.
- Köseman, A., & Şeker, İ. (2015). Hipoterapi ve terapide kullanılan atların özellikleri. *Erciyes Üniversitesi Veteriner Fakültesi Dergisi*, 12(3), 195–201.
- Madigand, J., Rio, M., & Vandeveld, A. (2023). Equine assisted services impact on social skills in autism spectrum disorder: A meta-analysis. *Progress in Neuro-Psychopharmacology & Biological Psychiatry*, 125, 110765. <https://doi.org/10.1016/j.pnpbp.2023.110765>
- Menor-Rodríguez, M. J., De la Cuerda, R. C., Tejada, M. C., & Alguacil-Diego, I. M. (2021). Role and effects of hippotherapy in the treatment of children with cerebral palsy: A systematic review of the literature. *Journal of Clinical Medicine*, 10(12), 2589. <https://doi.org/10.3390/jcm10122589>
- Meregillano, G. (2004). Hippotherapy. *Physical Medicine and Rehabilitation Clinics of North America*, 15(4), 843–854. <https://doi.org/10.1016/j.pmr.2004.02.002>
- Moraes, A. G., Copetti, F., Angelo, V. R., Chiavoloni, L. L., & David, A. C. (2016). The effects of hippotherapy on postural balance and functional ability in children with cerebral palsy. *Journal of Physical Therapy Science*, 28(8), 2220–2226. <https://doi.org/10.1589/jpts.28.2220>
- Neveux, C., Hockenhull, J., Barker, J., Allen, K., Mullan, S., & Valenchon, M. (2024). The selection, training and welfare of post-racing thoroughbreds and other breeds used in equine assisted services. *Animal Welfare*, 33, e44. <https://doi.org/10.1017/awf.2024.51>
- Öztürk, S. (2019). *Hipoterapi simülatorü ile yapılan egzersiz programının inmeli hastalarda etkinliğinin araştırılması*. PQDT-Global.
- Rankins, E. M., Wickens, C. L., McKeever, K. H., & Malinowski, K. (2021). A survey of horse selection, longevity, and retirement in equine-assisted services in the United States. *Animals*, 11(8), 2333. <https://doi.org/10.3390/ani11082333>
- Rigby, B. R., & Grandjean, P. W. (2016). The efficacy of equine-assisted activities and therapies on improving

- physical function. *The Journal of Alternative and Complementary Medicine*, 22(1), 9–24. <https://doi.org/10.1089/acm.2015.0171>
- Sterba, J. A. (2007). Does horseback riding therapy or therapist-directed hippotherapy rehabilitate children with cerebral palsy? *Developmental Medicine & Child Neurology*, 49(1), 68–73. <https://doi.org/10.1017/S0012162207000175>
- Tazegül, Ü., Atar, Ö., & Tazegül, M. F. (2020). Serebral palsi ve egzersiz. *TOTBİD Dergisi*, 20, 352–357.
- TSK Elele Vakfı. (2015, December 19). *Hippoterapi / atlı terapi dersleri*. Retrieved February 23, 2026, from <https://elele.org.tr/hippoterapi-atli-terapi-dersleri/>
- Tseng, S.-H., Chen, H.-C., & Tam, K.-W. (2013). Systematic review and meta-analysis of the effect of equine assisted activities and therapies on gross motor outcome in children with cerebral palsy. *Disability and Rehabilitation*, 35(2), 89–99. <https://doi.org/10.3109/09638288.2012.687033>
- Ün, A. E. (2020). Binicilik antrenörü gözünde hippoterapi. *Turkish Journal of Agriculture–Food Science and Technology*, 8(10), 2131–2138. <https://doi.org/10.24925/turjaf.v8i10.2131-2138.3604>
- Uzunçayır, D., & İlhan, L. (2021). Hippoterapi ve özel gereksinimli çocuklar: Ebeveyn görüşleri doğrultusunda nitel bir araştırma. *Sportmetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 19(2), 32–50.
- Xiao, N., Shinwari, K., Kiselev, S., Huang, X., Li, B., & Qi, J. (2023). Effects of equine-assisted activities and therapies for individuals with autism spectrum disorder: Systematic review and meta-analysis. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(3), 2630. <https://doi.org/10.3390/ijerph20032630>
- Yanardağ, U. (2020). Hayvan ve insan arasındaki bağ temelli sosyal çalışma. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 31(2), 743–763.
- Yazıcı, C. G., Özden, F., Çoban, O., Tarakçı, D., Aydoğdu, O., & Sarı, Z. (2025). The effect of hippotherapy simulator-assisted therapy on motor and functional outcomes in children with cerebral palsy. *Medicina (Kaunas)*, 61(10), 1811. <https://doi.org/10.3390/medicina61101811>
- Yıldırım Şık, B., Çekmece, Ç., Dursun, N., Dursun, E., Balıkcı, E., Altunkanat, Z., ... (2012). Hippoterapi serebral palsili çocukların rehabilitasyonunda yararlı mıdır? *Türkiye Klinikleri Journal of Medical Sciences*, 32(3), 601–608. <https://doi.org/10.5336/medsci.2011-22465>
- Zadnikar, M., & Kastrin, A. (2011). Effects of hippotherapy and therapeutic horseback riding on postural control or balance in children with cerebral palsy: A meta-analysis. *Developmental Medicine & Child Neurology*, 53(8), 684–691. <https://doi.org/10.1111/j.1469-8749.2011.03951.x>

KATKI ORANI CONTRIBUTION RATE	AÇIKLAMA EXPLANATION	KATKIDA BULUNANLAR CONTRIBUTORS
Fikir ve Kavramsal Örgü <i>Idea or Notion</i>	Araştırma hipotezini veya fikrini oluşturmak <i>Form the research hypothesis or idea</i>	NB
Tasarım <i>Design</i>	Yöntem ve araştırma desenini tasarlamak <i>To design the method and research design.</i>	MA,NB
Literatür Tarama <i>Literature Review</i>	Çalışma için gerekli literatürü taramak <i>Review the literature required for the study</i>	MA,NB
Veri Toplama ve İşleme <i>Data Collecting and Processing</i>	Verileri toplamak, düzenlemek ve raporlaştırmak <i>Collecting, organizing and reporting data</i>	MA
Tartışma ve Yorum <i>Discussion and Commentary</i>	Elde edilen bulguların değerlendirilmesi <i>Evaluation of the obtained finding</i>	MA
Destek ve Teşekkür Beyanı/ Statement of Support and Acknowledgment		
Bu çalışmanın yazım sürecinde katkı ve/veya destek alınmamıştır. <i>No contribution and/or support was received during the writing process of this study.</i>		
Çatışma Beyanı/ Statement of Conflict		
Araştırmacıların araştırma ile ilgili diğer kişi ve kurumlarla herhangi bir kişisel ve finansal çıkar çatışması yoktur. <i>Researchers do not have any personal or financial conflicts of interest with other people and institutions related to the research.</i>		
Etik Kurul Beyanı/ Statement of Ethics Committee		
Bu çalışma bir derleme makalesi niteliğinde olduğundan, insan/ hayvan katılımcılar üzerinde yeni bir veri toplama süreci yürütülmemiş, müdahale uygulanmamış ve kişisel/kimliklendirilebilir veri kullanılmamıştır. Bu nedenle ilgili mevzuat ve kurumsal yönergeler doğrultusunda etik kurul onayı gerekmemiştir. <i>As this study is a review article, it did not involve the collection of new data from human or animal participants, any experimental intervention, or the use of identifiable personal data. Therefore, in accordance with relevant institutional and regulatory guidelines, ethics committee approval was not required.</i>		



Bu eser [Creative Commons Atıf-Gayri Ticari 4.0 Uluslararası Lisansı \(CC BY 4.0\)](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/) ile lisanslanmıştır.