

Pet-Therapy, quando l'animale d'affezione incontra l'uomo e le sue fragilità

di Laura Furlani, 27 gennaio 2024

Un po' di storia

La nascita della Pet-Therapy, come co-terapia nei trattamenti di persone con particolari patologie e problematiche psicologiche, avvenne casualmente nel 1953 nello studio dell'accademico e psicologo clinico statunitense Boris Mayer Levinson.

Levinson aveva in cura da diverso tempo un bambino con disturbo dello spettro autistico ma la terapia era ad un punto morto a causa della completa chiusura nella comunicazione del piccolo paziente. La relazione tra i due non si era creata.

Un giorno il bambino e i suoi genitori arrivarono dallo psicologo con un certo anticipo e si accomodarono nello studio in attesa che il dottore concludesse un altro lavoro. Nella stanza era presente il cane di famiglia Jingles che Levinson aveva dimenticato di far uscire.

Il cane ed il bambino nel giro di pochi attimi si avvicinarono l'uno all'altro ed il bimbo si mise ad accarezzare e a coccolare Jingles. Mai prima di quel momento il bambino aveva creato un legame così coinvolgente e gioioso.

Dal quel momento gli incontri con lo psicologo furono molto diversi grazie alla presenza del cane Jingles. Il piccolo paziente manifestò attivamente e con passione la volontà di tornare in studio per giocare col cane: questo fu uno dei pochi desideri espressi fino a quel momento della sua vita. Solo così lo psicologo riuscì ad inserirsi nel gioco creando un nuovo ed intenso rapporto col bambino, che non si sarebbe mai creato senza la presenza del suo cane.

Levinson da questa esperienza sviluppò la teoria della "*Pet-oriented child psychotherapy*" dove il cane, presente in terapia, diventa un co-terapeuta facilitante nella psicoterapia infantile. (Loiacono E.A. 2022)

La Pet-Therapy oggi

Da quegli anni ad oggi si sono notevolmente sviluppate le terapie che prevedono la presenza di un animale come co-terapeuta, non solo in ambito psicologico ma anche in quello medico-riabilitativo.

Si sono studiati tutti gli effetti benefici dell'interazione tra uomo ed animali d'affezione. Si sono individuate le specie più adatte a creare una relazione emotiva ed affettiva e si sono affinate le tecniche di educazione degli animali che lavorano in questo ambito.

In Italia il Ministero della Salute ha emanato delle *Linee Guida* nel 2015 definendo queste attività come "*Interventi Assistiti con gli Animali (IAA)*", e proponendo una metodologia operativa. Gli

IAA devono necessariamente essere progettati e realizzati da équipe multidisciplinari abilitate e gli animali coinvolti devono essere preparati e certificati a tale scopo. In Italia si possono far entrare nei progetti di IAA i cani, gli asini, i cavalli, i coniglietti, le cavie ed i gatti che abbiano come caratteristica predominante un carattere socievole e disponibile nei confronti dell'uomo e siano educati da operatori esperti.

I progetti IAA

La costruzione di un progetto parte dai bisogni reali della persona coinvolta. Generalmente gli obiettivi riguardano il benessere psicologico e la facilitazione all'esperire le emozioni, ma possono essere anche più specifici come l'aumento dell'uso del linguaggio verbale, la riabilitazione medica di qualche patologia, la stimolazione della memoria, l'interazione con altri soggetti e così via.

Chi si occupa della realizzazione del progetto IAA è, come si diceva, un'équipe multidisciplinare che ha ricevuto una formazione specifica ed una abilitazione attestata dal Ministero della Salute. I componenti dell'équipe IAA sono:

- il Responsabile di Progetto;
- il Coadiutore (conduttore) dell'animale;
- il Referente di Intervento (per la parte umana);
- il Veterinario esperto in comportamento.

Il Responsabile di Progetto elabora il Progetto in tutte le sue parti definendo gli obiettivi, i tempi, le modalità di valutazione e tiene i contatti tra tutti gli attori coinvolti.

Durante gli incontri IAA il ruolo del Coadiutore è quello di guidare l'animale, di valutarne lo stato di benessere o di stress e di favorire l'incontro con l'utente.

Il ruolo del Referente di Intervento è quello di incoraggiare e sostenere la persona nell'avvicinamento all'animale, valutare le reazioni psico-fisiche ed il grado di benessere o malessere dell'utente. Spesso in questo è aiutato da operatori che conoscono bene il soggetto. Si occupa di riportare l'andamento della seduta su griglie di valutazione che permetteranno di stabilire l'efficacia del progetto.

Dove viene svolta

Sempre più progetti di Interventi Assistiti con gli Animali vengono realizzati negli ospedali, nelle scuole, nelle residenze per anziani, nelle Comunità di persone con gravi disabilità, problemi psichiatrici o affetti da dipendenze, negli Istituti di pena ed in Centri specializzati in IAA.

E' soprattutto nelle scuole che si incontrano bambini con le più svariate problematiche. Qui vengono realizzati molti progetti rivolti a bambini o ragazzi che per le loro difficoltà, faticano a partecipare alle attività della classe, gli animali da compagnia infatti, possono essere importanti mediatori nei processi educativi.

Il cane e l'Autismo

Nell'ambito dell'Autismo sono stati svolti degli studi sugli IAA nel 2013 a cura del prof. O'Haire M. E., riportati sulla rivista "*Journal of autism and developmental disorder*", con soggetti dai 3 ai 17 anni. Tali studi hanno dimostrato come gli IAA siano uno strumento efficace per l'attivazione dell'interazione sociale e dell'uso del linguaggio. E' risultata significativa anche la riduzione dei problemi comportamentali come l'aggressività fisica e verbale.

I cani nello specifico (gli animali più frequentemente utilizzati), possono avere la funzione di "catalizzatori sociali" grazie ai comportamenti semplici, altamente ripetitivi e prevedibili ed al loro linguaggio non verbale proattivo ed empatico. Sono indicati per le attività relazionali, affettive e di cura. Hanno una gamma di stimolazioni molto estesa, non hanno paura, sentono le emozioni del bambino e sanno rispettare i suoi tempi.

I cambiamenti affettivi e relazionali che produce l'interazione col cane sono sintetizzati nei seguenti punti (*Padoan S., Chinaglia A., Dal Negro A. 2021*):

1. **Apertura relazionale.** I bambini mostrano un'accelerazione sul piano relazionale attraverso azioni semplici di accudimento come accarezzare l'animale o nutrirlo. L'interazione poi con un altro essere vivente, di cui non conoscono bisogni e volontà, li fa uscire dai propri schemi e li sfida dal punto di vista empatico.
2. **Tempi di attenzione più lunghi.** E' un miglioramento che comporta la capacità via via più lunga dei bambini di focalizzarsi sull'animale e di non distrarsi.
3. **Maggior aggancio oculare.** I bambini autistici hanno uno sguardo spesso sfuggente con gli adulti. Con gli animali però alcune difficoltà non ci sono, perché il bambino si sente meno giudicato e più a suo agio e così fissa più facilmente negli occhi l'animale.
4. **Riduzione dell'ansia e delle stereotipie.** La presenza di un animale ha un'azione contenitiva e rilassante e questo ha una ricaduta positiva anche sui movimenti ripetitivi che alcuni bambini autistici mostrano come, per esempio, lo sfarfallio delle mani, le ecolallazioni o il camminare in punta di piedi.
5. **Miglioramento motorio.** Migliora la coordinazione e la capacità di compiere azioni complesse e fini, dallo sganciamento del guinzaglio al salire in groppa ad un cavallo o alla delicatezza necessaria per pulire un asino. Un animale porta motivazione dove non c'è e sprona ad impegnarsi di più.
6. **Comunicare con intenzionalità.** Può succedere che degli utenti che utilizzano poco il linguaggio verbale, inizino a dire qualche parola attinente all'animale con intenzionalità comunicativa.

Conclusioni

Realizzare bene un incontro tra l'animale e la persona con disabilità o fragilità, permette un miglioramento reale nella qualità della vita dei soggetti coinvolti. Soprattutto quando si opera con i bambini ed adolescenti, se si prevedono percorsi di una certa durata e continuità nel tempo, l'esperienza può essere così importante e significativa da dare, in modo permanente, un'impronta positiva al loro processo di crescita.

Per concludere vengono di seguito evidenziati i benefici che solitamente la Pet-Therapy apporta:

- accrescere l'autostima e la gratificazione di prendersi cura di un altro essere vivente;
- stimolare il linguaggio e la comprensione di nuove parole ed azioni;
- essere di supporto nel processo di socializzazione, aiutando a confrontarsi e ad interagire;
- abbassare l'ansia e risolvere la paura nei confronti dell'animale, soprattutto il cane;
- stimolare la mente soprattutto nell'elaborazione, nelle associazioni, nel confronto e nelle attività della memoria;
- aiutare a riabilitare il corpo con attività specifiche fatte con l'animale;
- stimolare le attività sensoriali;
- avere un effetto calmante sull'attività cardiaca e la pressione arteriosa;
- stimolare la gioia dei partecipanti all'incontro. (Fazion, 2022).

I punti sopra esposti danno la misura di quanto sia importante questa pratica. Pianificare e realizzare al meglio gli incontri con gli animali è garanzia di un'esperienza relazionale ed emotiva senza eguali.

Bibliografia

Claut L. (2022). *Disturbi dello Spettro dell'Autismo e Interventi Assistiti con gli Animali: studio di un progetto che affronta la cinofobia*. Tesi di Laurea.

Dal Negro A. (2016). *Il potere terapeutico degli animali*. Macro Edizioni.

Ministero della Salute. (2015). *Interventi Assistiti con gli Animali (IAA). Linee Guida Nazionali*.

Levinson B. M. (1969). *Psicoterapia dell'età evolutiva assistita con animali*. Erickson - Traduzione italiana 2019.

Loiacono E.A. (2022). <https://medicinaonline.co/2022/07/15/levinson-e-la-pet-therapy-quella-volta-in-cui-il-cane-jingles-curo-un-bambino-autistico/>

O' Haire M.E. (2013). Animal-assisted intervention for autism spectrum disorder: a systematic literature review. *Journal of Autism and Developmental Disorder*.

Padoan S. (2021). <https://www.nostrofiglio.it/bambino/salute/pet-therapy-e-autismo-benefici> .

Satriano R. (2021). <http://www.tieniamente.it/2021/04/autismo-pet-therapy/> .