

LA PET THERAPY: CHE COS'È

A cura di: A.N.U.C.S.S. ONLUS (www.anucss.org)

Il termine "Pet Therapy" viene comunemente usato per indicare le Attività e le Terapie svolte con l'ausilio di alcuni animali. Esse costituiscono un supporto, un'integrazione ed un elemento motivante alle terapie mediche e neuro-psicologiche, per la riabilitazione psico-fisica e il miglioramento della qualità della vita.



Questo termine, per quanto semplice e molto utilizzato, è tuttavia generico e può dare adito a diversi fraintendimenti:

1. Non spiega chi sia il fruitore della terapia, se l'uomo o l'animale;
2. La parola inglese "pet" si riferisce agli animali domestici (cani, gatti, uccelli etc); ma ciò non significa che tutti gli animali domestici possono venir utilizzati per le Attività e Terapie;
3. Genera l'errata convinzione che l'incontro "spontaneo" tra l'uomo e l'animale generi sempre e comunque una relazione benefica e terapeutica.

Molteplici ricerche hanno dimostrato che la presenza di un animale domestico può migliorare lo stato psico-emozionale del proprietario. Ma quando parliamo di "Pet Therapy" ci riferiamo ad una relazione uomo-animale in prospettiva *terapeutica*, che si svolge in un contesto clinico specifico e non certo al parco o tra le mura di casa. C'è un'importante differenza tra il rapporto



con il proprio animale d'affezione e quello che si instaura tra la persona e l'animale all'interno di un setting di Pet Therapy. Nella relazione con il proprio animale d'affezione, la reciprocità relazionale che si instaura è del tutto spontanea, non nasce dall'intenzione di ottenere risultati terapeutici specifici e tutti gli effetti piacevoli che la caratterizzano sono esiti naturali della relazione stessa. Nel contesto relazionale di Pet Therapy, invece, l'incontro tra la persona e l'animale nasce e ha come obiettivo quello di contribuire al benessere psico-fisico-sociale di quella persona. La relazione tra i due non è del tutto spontanea, viene mediata e

supervisionata da professionisti esperti di comportamento animale e di comportamento umano, segue un protocollo strutturato e si svolge in un setting predisposto ad hoc.

Dunque, *fare Pet Therapy* non vuol dire, per esempio, far vivere un animale con un bambino autistico o far giocare un anziano con un cane. L'animale non è un terapeuta né una medicina: è il contesto relazionale ad essere terapeutico.

Per questi motivi è più corretto utilizzare una definizione più specifica: **Attività e Terapie Assistite con l'Animale.**



Boris Levinson, neuropsichiatra americano, è conosciuto come "il padre della Pet Therapy" in quanto fu lui a coniare questo termine. Ma già prima di lui altri medici e psicologi avevano intuito come la presenza di un animale portasse dei benefici nella cura di certe malattie.

I primi resoconti documentati dei benefici ottenuti dall'utilizzo di animali domestici

risalgono al 1792: lo psicologo inglese William Turke incoraggiò i suoi pazienti a prendersi cura di alcuni animali, per potenziarne l'autocontrollo e lo scambio affettivo. Nel 1867 in un ospedale tedesco vennero inseriti animali nei programmi terapeutici per pazienti epilettici, mentre in Francia nel 1875 si iniziò ad usare l'equitazione con pazienti affetti da problemi neurologici.

I cani vennero impiegati per la prima volta nel 1919, negli Stati Uniti e in Francia, per alleviare la depressione e i disturbi post-traumatici da stress di cui soffrivano molti soldati reduci dalla 1° Guerra Mondiale.

Nel 1953 Boris Levinson notò che, durante le sedute con bambini affetti da autismo, la presenza del suo cane aveva effetti positivi nella relazione con i piccoli pazienti. Il cane fungeva da "ponte relazionale" tra lui e i bambini, favorendo un'alleanza terapeutica e fornendo ai pazienti una motivazione maggiore alla partecipazione attiva al processo terapeutico.

Nel 1962 Levinson pubblicò lo scritto "Il cane come co-terapeuta" nel quale si evidenziano alcuni studi degli effetti benefici degli animali da compagnia, su persone affette da vari disagi psichici.

Nel 1981 nacque la Delta Society, un'associazione americana che si prefisse lo scopo di studiare l'interazione uomo-animale. Fu la prima a gettare le basi per definire le

caratteristiche generali delle Attività e Terapie, a cui poi hanno fatto riferimento le altre realtà.

In Italia si iniziò a parlare di questo argomento nel 1987, durante un Convegno Interdisciplinare a cui parteciparono esperti del rapporto uomo-cane. Furono diverse le realtà che iniziarono ad effettuare le prime esperienze pionieristiche in materia di Attività e Terapie con gli animali.

Il cane è considerato uno degli animali più adatti a svolgere tali Attività e Terapie, per la sua innata vicinanza all'uomo. Il rapporto uomo-cane è caratterizzato da una spontaneità reciproca che evita la creazione di barriere e favorisce la comunicazione a tutti i livelli. L'incontro con il cane diventa quindi per il paziente un'occasione di svago e di contatto con la realtà, di movimento, stimolo a parlare, a confrontarsi, a uscire dal proprio "guscio" senza paura del giudizio o delle aspettative. La facilità di comunicare emozioni e di inviare stimolazioni sensoriali reciproche, costituisce per molti soggetti, inibiti proprio in questo tipo di scambio, un grosso veicolo di facilitazione alla espressione delle emozioni in una relazione.



Nelle Attività e Terapie, il cane accompagna il paziente nelle passeggiate, fornendogli una motivazione al movimento per scopo riabilitativo e/o di svago. Si fa accarezzare e spazzolare per favorire il rilassamento, la coordinazione fine-motoria e per stimolare il piacere dell'accudimento. Alcuni esercizi e giochi servono per accrescere l'autostima, favorire la concentrazione, motivare e divertire. I pazienti imparano a gestire il cane con i comandi di base, compiono brevi percorsi motori presi dalle discipline di agility e obedience, giocano con lui lanciando un gioco per farselo riportare o nascondendolo per farglielo trovare.

Anziani ripiegati nella loro solitudine trovano nella relazione col cane un'occasione per incuriosirsi al mondo e riscoprono il gusto dello svago e della condivisione. Ragazzi usciti dal coma trovano maggiore forza e determinazione nell'effettuare i loro complessi percorsi riabilitativi quando ad accompagnarli negli esercizi è un amico peloso. I bambini ricoverati in ospedale dimenticano per un attimo le siringhe e il sapore amaro degli antibiotici se ad attenderli in sala giochi trova esseri vivi e scodinzolanti pronti a giocare.

Attualmente si distinguono gli ambiti in cui applicare le Attività e le Terapie e le diverse tipologie degli interventi nel seguente modo:

- ATTIVITA' ASSISTITE CON GLI ANIMALI – AAA

Sono Attività di tipo ricreativo e rieducativo, che mirano a migliorare la qualità della vita incrementando, grazie all'incontro con l'animale, lo stato di benessere e favorendo la socializzazione.

Le AAA si basano sulla spontaneità e in genere si svolgono in un setting di gruppo. La loro durata non è programmata, così come non vengono seguiti specifici programmi per ogni sessione.

- TERAPIE ASSISTITE CON GLI ANIMALI – TAA

Sono interventi di co-terapia che hanno come obiettivo il miglioramento delle condizioni fisiche, emotive e sociali dell'utente.

Gli interventi sono progettati e realizzati da un'equipe multidisciplinare integrata e hanno una durata prestabilita. In genere vengono svolti in setting individuali e sono documentati e valutati da personale specializzato, attraverso monitoraggi e strumenti sperimentali.

- EDUCAZIONE ASSISTITA ATTRAVERSO L'ANIMALE – EAA

Sono interventi educativi nei quali l'animale diventa un mediatore per lo sviluppo delle capacità cognitive, affettive e relazionali del bambino.

Si distinguono in:

- Educazione assistita all'animale

Lo scopo è di educare ad un corretto rapporto con tutti gli animali, promuovere la conoscenza del giusto comportamento verso quelli domestici e la cultura del rispetto della biodiversità.

- Educazione assistita attraverso l'animale

Lo scopo è di utilizzare la presenza dell'animale come mediatore per affrontare tematiche umane a partire dal funzionamento animale quali ad esempio la sessualità, la riproduzione, l'aggressività, etc.

