

*Lino Cavedon*

# INTERVENTI ASSISTITI CON L'ANIMALE

Manuale introduttivo



*Collana diretta da*  
Lino Cavedon

The Erickson logo features a small white square above the word 'Erickson' in a white, serif font, all set against a red square background.

**G**li interventi assistiti con gli animali domestici (IAA) sono una disciplina giovane, ma oggi organizzata in contenuti teorici e modelli comportamentali, con professionalità definite, che si offre come una risorsa originale, variegata e con setting di estrema ampiezza. È tuttavia fondamentale che l'operatore che sceglie di realizzare questo tipo di intervento abbia una conoscenza profonda delle peculiarità dell'animale e delle dinamiche psichiche che è in grado di favorire, per consentire il dispiegamento delle sue potenzialità di cura e il rispetto del singolo utente. Nel testo viene quindi delineato lo scenario ricco, diversificato, a disposizione del paziente e del suo terapeuta per svolgere un percorso riabilitativo efficace, e anche divertente, impiegando l'animale come co-operatore. Il volume si rivolge alle diverse figure professionali che compongono un'équipe di pet-therapy, ma risulterà utile a chiunque voglia approfondire origini, caratteri e potenzialità degli interventi assistiti con gli animali. In appendice vengono inoltre riportate le Linee guida nazionali per gli IAA, accompagnate da un articolato commento dell'autore.



### LINO CAVEDON

Laureato in Psicologia clinica, specializzato in psicoterapia, è stato Responsabile in Consultori familiari e in un Servizio Tutela Minori. Insieme ad altri colleghi, ha avviato un Centro pet-therapy presso l'ULSS Alto Vicentino. Direttore medico-psicologo del Centro di Referenza Nazionale per gli Interventi Assistiti con gli Animali, ha contribuito alla stesura delle Linee guida nazionali per gli Interventi Assistiti con gli Animali.

€ 24,00

ISBN 978-88-590-1426-3



9 788859 014263

[www.erickson.it](http://www.erickson.it)

# INDICE

|   |     |
|---|-----|
| LA COLLANA EDITORIALE DEDICATA<br>AGLI INTERVENTI ASSISTITI CON GLI ANIMALI | 9   |
| RINGRAZIAMENTI  | 11  |
| PRESENTAZIONE <i>(F. Martini)</i>   | 15  |
| PREAMBOLO   | 19  |
| PREMESSA  | 23  |
| 01. LA RELAZIONE CON L'ANIMALE CON FINALITÀ CURATIVE                        | 25  |
| 02. CONOSCIAMO GLI ANIMALI: ASPETTI ETOLOGICI E PSICOLOGICI                 | 43  |
| 03. IL NUOVO SETTING CON LA MEDIAZIONE DELL'ANIMALE                         | 71  |
| 04. AMBITI DI ATTUAZIONE DEGLI IAA  | 89  |
| 05. GLI IAA NELLA PSICOTERAPIA  | 97  |
| 06. IL TRANSFERT NELLA RELAZIONE CON L'ANIMALE                              | 129 |
| 07. GLI ELEMENTI DI BASE PER LA IAA COME LAVORO D'ÉQUIPE                    | 145 |
| 08. IAA IN UN'OTTICA BIO-PSICO-SOCIALE                                      | 169 |
| CONCLUSIONI   | 177 |
| BIBLIOGRAFIA  | 179 |
| APPENDICE - COMMENTO ALLE LINEE GUIDA NAZIONALI                             | 185 |

# LA COLLANA EDITORIALE DEDICATA AGLI INTERVENTI ASSISTITI CON GLI ANIMALI

Questo volume dà l'avvio a una collana dedicata agli Interventi Assistiti con gli Animali (IAA). Pensiamo infatti sia arrivato il tempo in cui valorizzare le esperienze di lavoro di alcuni colleghi, competenti professionisti e profondi e appassionati conoscitori delle caratteristiche psicologiche di alcuni animali, che in questo decennio hanno realizzato studi ed esperienze cliniche con impostazione scientifica.

La ricerca clinica non beneficia oggi di contributi economici sostanziosi; pertanto ci si deve affidare alla intraprendenza di professionisti e di operatori motivati. Pur disponendo di numeri contenuti, la significatività dei risultati dei progetti realizzati legittima ampiamente la scelta di raccontare la metodologia impiegata, al fine di abbozzare primi protocolli di lavoro per specifiche patologie. È il rigore scientifico assunto dalle varie équipe che ci consente di considerare validi i risultati ottenuti, pur nella consapevolezza che sono auspicabili ulteriori successivi apporti esperienziali e confronti metodologici.

In base alla tipologia di utenza è poi imprescindibile che si debba scegliere il tipo di animale che meglio si addice al caso, nel rispetto della persona e dell'animale. Sono infatti evidenti le diverse esigenze di un anziano allettato rispetto a un adolescente con diagnosi di ADHD, di un bambino affetto da patologia rara rispetto a un tossicodipendente in fase di recupero. Ad esempio, la problematica dello spettro autistico è stata affrontata in due diversi progetti con la mediazione del cavallo e del cane; verrà pertanto raccontata descrivendo le peculiarità delle due diverse esperienze che, nella loro unicità, forniranno validissimi contributi.

Anche i contesti di realizzazione degli IAA esigono scelte differenziate: lavorare in un reparto ospedaliero, in una casa di riposo, in una scuola o nel contesto di un maneggio o di una fattoria richiede l'impiego di animali che vanno inseriti in maniera pertinente.

A queste esperienze si potrà attingere per replicare i modelli di lavoro, aumentando casistica e significatività degli stessi protocolli concepiti e sperimentati con specifiche patologie. Si potranno altresì utilizzare questi lavori per apportare migliorie, far salire di livello la valenza terapeutico-riabilitativa degli IAA e garantire maggiormente gli utenti nelle loro attese e aspirazioni verso il benessere.

C'è un pullulare di iniziative nelle vari regioni d'Italia; molti professionisti e operatori si sono formati o stanno acquisendo competenze al riguardo. Ci sono anche impegnativi e qualificati master proposti da alcuni Atenei italiani. Le Linee guida nazionali, approvate a marzo 2015 in Conferenza Stato-Regioni, sono state recepite da tutte le regioni e dalle province autonome italiane.

Intendiamo risultare utili arricchendo sempre più la collana di esperienze realizzate. Queste non avranno mai la pretesa della perfezione — pretesa così inquietante — ma sempre della serietà professionale, dell'entusiasmo e dell'onestà nel farsi carico di bisogni e nel promettere risultati. La collana accoglierà esperienze rivolte alle persone con finalità educative, formative e di cura, ricerche dedicate agli animali e alla loro formazione, esperienze di pazienti che hanno beneficiato della relazione con gli animali. Saranno sicuramente maggiori le esperienze di interventi assistiti con il cane e con il cavallo; rimane la totale apertura a raccontare progetti realizzati con l'asino e con i piccoli animali, il gatto e il coniglio.



# PRESENTAZIONE

Dalla intraprendenza di un gruppo di professionisti dell'Unità socio-sanitaria dell'Alto Vicentino ha preso avvio nel 2006, nella splendida cornice di Villa Nieve a Montecchio Precalcino, una sperimentazione nel campo della pet-therapy, con il sostegno entusiasta del suo direttore dr. Domenico Mantoan. I risultati ottenuti con un primo gruppo di pazienti hanno alimentato una notevole fiducia e la consapevolezza che gli interventi con la mediazione dell'animale domestico rappresentassero una frontiera da esplorare, con rigore scientifico. L'ULSS dell'Alto Vicentino ha creato così un'équipe di pet-therapy diretta dal dr. Lino Cavedon.

Nel 2007, in qualità di Assessore Regionale alle Politiche Sanitarie, e dal 2008, divenuta Sottosegretario di Stato al Ministero della Salute, peraltro con una delega specifica alla Medicina veterinaria, benessere animale e riabilitazione, ho deciso di procedere con la diffusione delle buone prassi in materia fino a istituire per primo in Europa il Centro di Referenza Nazionale per gli Interventi Assistiti con gli Animali.

Obiettivo fondamentale è stato quello di un concreto potenziamento delle collaborazioni fra medicina umana e veterinaria per individuare sinergie operative e di ricerca in grado di garantire un miglioramento dei risultati delle attività svolte nel settore della pet-therapy, promuovendo la ricerca per la standardizzazione di protocolli operativi per il controllo sanitario e comportamentale degli animali impiegati nei programmi di interventi assistiti con gli animali, diffondendo sul territorio nazionale le conoscenze circa l'applicabilità di tali interventi in determinate categorie di pazienti, attraverso l'organizzazione di per-

corsi formativi e una raccolta di dati in collegamento con la comunità scientifica internazionale.



Francesca Martini, il Sottosegretario al Ministero della Salute che ha fatto nascere il Centro di Riferenza Nazionale per gli IAA, con Attilio Romita, giornalista RAI (a sinistra) e Lino Cavedon (a destra).

A novembre 2011, in un importante convegno a Verona nel contesto di Fieracavalli, ho presentato con soddisfazione le Linee guida nazionali riguardanti gli Interventi Assistiti con gli Animali. La definitiva approvazione è poi avvenuta a marzo 2015, con successivo recepimento da parte di tutte le regioni e province autonome italiane.

Il valore terapeutico degli animali è riconosciuto da secoli, ma la sanità ufficiale necessita di una validazione scientifica della disciplina, al fine di proporla ai pazienti che più possono trarne giovamento. È stato pertanto un passaggio epocale quello di definire l'approccio scientifico alla terapia con la standardizzazione del metodo e attraverso il consolidamento delle professionalità.

Dobbiamo, pertanto, far sì che le terapie assistite con gli animali entrino a far parte dei Livelli Essenziali di Assistenza, affinché tutti coloro che hanno bisogno di interventi riabilitativi con gli animali possano accedervi. Infatti, anche attraverso la relazione uomo-animale si costruisce un valido percorso di cura per gli esseri umani centrato sulla persona e non sulla patologia.

Lino Cavedon, nel suo ruolo di «direttore medico-psicologo» all'interno del Centro di Referenza Nazionale, ha creato negli anni passati una valida rete di contatti con i Centri più qualificati in Italia, nel realizzare progetti clinici con valida impostazione scientifica.

Esprimo, pertanto, un vivo apprezzamento per l'avvio di una collana editoriale dedicata in maniera esclusiva agli interventi con gli animali. I professionisti che in questi anni si sono formati nel campo degli IAA necessitano infatti di potersi ispirare ai modelli di lavoro già sperimentati e che vengono presentati nelle varie pubblicazioni che la collana voluta da Erickson metterà a disposizione. Vi saranno anche testi dedicati all'educazione degli animali che vengono impiegati nel campo degli IAA.

Un grazie particolare a Lino, che si sta impegnando per organizzare una letteratura specifica a garanzia degli utenti e a disposizione di quanti intendono diventare preparati professionisti nella riabilitazione mediata dagli animali domestici nel loro ruolo di co-terapeuti.

Il presente testo che apre la collana è un valido aiuto a quanti necessitano di avere un approccio consapevole, a impostazione clinica, verso il mondo delle terapie realizzate con la mediazione degli animali.

Sono orgogliosa che tale disciplina, cui io ho voluto dare legittimazione con l'istituzione del Centro di Referenza Nazionale, abbia raggiunto oggi risultati davvero lusinghieri. Garantisco il mio costante impegno affinché vi sia una ulteriore e costante crescita, nel rispetto degli animali e a favore delle persone sofferenti nel corpo e nell'animo.

*On. Dott.ssa Francesca Martini  
già Sottosegretario al Ministero della Salute*



# PREAMBOLO

È difficile comprendere a fondo le ragioni di un incontro. Ricordo in modo netto il senso di saturazione interiore, di affaticamento emotivo e di frustrazione che si erano radicati in me dopo cinque anni di lavoro come responsabile di un Servizio tutela minori. In esso ci si occupa di bambini o adolescenti che hanno subito maltrattamenti, trascuratezze gravi o che sono stati vittime di abusi sessuali.

Gli adulti che si macchiano di tali colpe verso figli, nipoti, sorelle o piccole creature innocenti appaiono semplicemente orribili. Ti procurano disgusto. I bambini, infatti, da loro vengono profanati. Nel corpo, ogniqualvolta rimangano ematomi e fratture; nel cuore, allorquando ne soffra il vissuto di amabilità; nell'intimo sessuale, nei casi in cui si oltrepassi la soglia della tenerezza, della dolcezza, dell'affetto e si irrompa nell'avidità di godere del corpo di una creatura in crescita che sta transitando in passaggi evolutivi fisiologici che vengono bruscamente deturpati.

Quelle abusate sono quasi sempre femmine, quasi sempre vittime di un maschio; molto spesso si tratta di abuso intrafamiliare. Questo significa che, in modo drammatico, una bambina viene segnata nel suo vissuto di attaccamento. La stessa bambina, gravemente ingannata, si ritrova suo malgrado a dover rinunciare al ruolo protettivo di un adulto particolarmente significativo per lei, con cui quasi sempre preesisteva un legame affettivo.

Il trauma che la vittima patisce è devastante. Nella mente, perché da quel trauma uscirà con la convinzione che dei maschi non si può più fidare; nel cuore, perché ad essi non si potrà più affidare; nell'intimo sessuale, perché non riuscirà a immaginare che l'organo genitale di un maschio possa entrare

dentro di lei senza procurarle ferite; nel corpo, perché le rimarrà appiccicato un vissuto di sporco.

Le sue braccia non saranno più disinvolute nel catturare benefici e caldi abbracci, ma si contrarranno, e le mani diventeranno pugni per tenere lontani altri maschi, qualsiasi tipologia di maschio. Solo con cautela accetterà che mani di maschio si appoggino, anche dolcemente, sul suo viso, che braccia di maschio possano abbracciare il suo corpo. L'urlo interno richiama l'irrinunciabile urgenza di non correre altri rischi, di far sì che non si ripeta un altro trauma.

Immaginate pertanto cosa può fare uno psicoterapeuta maschio in una relazione così intrisa di dolore e così carica di paura o di terrore. Si deve il massimo rispetto al bisogno di una bambina abusata di tenerti distante perché tu, maschio, evochi il trauma procurato da un maschio di cui la bambina si fidava ciecamente, da cui non poteva subire inganni. Una bambina abusata si crea così una corazza emozionale. Giusta, comprensibile, necessaria per ripartire e per rimodulare un rapporto con la vita.

La vita però, se non si ripara questo danno subito, non sarà più la stessa. La mente non avrà più freschezza e ariosità, ma i pensieri saranno avvelenati dalle intrusioni perenni di quanto successo, le emozioni si staglieranno di più su una venatura di malinconia o tristezza; se si ha la forza di non precipitare in depressione, il distacco evolutivo dai genitori sarà rallentato, l'approccio al mondo esterno ne patirà grandemente. Il già noto risulterà incredibilmente necessario e rassicurante; l'ignoto, quanto di nuovo si può incontrare in nuove e corroboranti esperienze di vita, verrà pesantemente frenato o rifiutato.

L'immagine di sé, lo sviluppo dell'identità, un proprio progetto di vita, il rispettare i tempi di una crescita sana e vincente ne patiranno e tutto, tutto non sarà più come sarebbe potuto essere.

Il senso del troppo l'ho provato quando abbiamo fatto la sconvolgente scoperta che un padre aveva abusato delle sue tre figlie femmine.

Ho voluto presentare tale situazione non per creare suggestioni stucchevoli, ma per dare la precisa descrizione della condizione psicologica della bambina abusata e del grave senso di scoramento da me provato. Ebbene, in questa situazione ho pensato di ricorrere all'aiuto del cane. Ho immaginato che una bambina profanata si potesse abbandonare all'abbraccio del cane, creando il ponte con la propria affettività ferita; che potesse sentire il suo corpo caldo, godere della sua allegria, del suo bisogno di relazione, di

contatto, di attaccamento; che potesse liberare temi del profondo portandoli in superficie, facendoli diventare, con il mio aiuto, pensieri chiarificatori, consapevolezze liberatorie, percorso di guarigione al fine di sbriciolare la cisti di dolore trattenuta nella memoria del corpo. Dal dolore si può passare a incontrare una salutare rabbia per andare poi incontro a una condizione di pace. L'evento traumatico viene pertanto circoscritto a una persona che ha procurato il danno, a un tempo preciso e a un luogo circoscritto. Lo «spazio psicologico di libero movimento» (Petter, 1972) consente poi di riaprire scenari nuovi per una nuova ripartenza sana, energica, fiduciosa, pulita.

Entrambi, io e il cane, con competenze diverse e ruoli complementari, stavamo stabilendo un'alleanza straordinaria che avrebbe prodotto un legame d'amore, di conoscenza profonda, di rispetto e di gratitudine. Io e il mio co-terapeuta, nuovo protagonista nella scena del prendersi cura di altri sofferenti.

Avrei potuto pensare anche ad altri animali, quali il gatto, il coniglio, l'asino o il cavallo, ma non erano, dieci anni fa, così radicati dentro la mia storia, così familiari, immediati, così complementari a me.

Non vorrei però palesare torti ad altre creature, ognuna delle quali mi trasmette invece emozioni particolari e intense.



Lino Cavedon con Guido e Chopper.

# PREMESSA

In questo libro parto da quanto per me hanno significato gli Interventi Assistiti con gli Animali (IAA) ed espongo le mie convinzioni a riguardo. Il volume dunque non è un trattato che raccoglie in modo analitico le varie teorie esposte da autori che a livello internazionale hanno dato il loro contributo clinico o scientifico. La fonte principale di ispirazione di questo lavoro è stata l'esperienza clinica mia e dei colleghi, con cui ho condiviso un percorso di ricerca e di rimodulazione costante del tipo di approccio, di presa in carico dei bisogni della persona, coadiuvati dalla presenza del cane.

Il filo conduttore del nostro lavoro è sempre stato l'assunzione di responsabilità verso chi porta un bisogno di guarigione o l'esigenza di convivere in modo più leggero e dignitoso con una patologia, con una disabilità, con una condizione invalidante. La mia *forma mentis* professionale è da sempre terapeutica; quindi, anche con l'inserimento del cane nelle sedute c'è sempre stata, fin dall'inizio, l'esigenza di scoprire i meccanismi, le leve di efficacia, il guadagno di cura fornito dalla presenza del cane come co-terapeuta. Racconterò pertanto i valori, le idee, le letture e le convinzioni che hanno alimentato la mia crescita culturale e che hanno ispirato l'azione clinica nel campo degli IAA, legittimando in modo consapevole specifiche scelte operate.

## **Le Linee guida nazionali per gli Interventi Assistiti con gli Animali**

Le abbiamo sudate. Oggi, pur imperfette e perennemente perfezionabili, le Linee guida nazionali rappresentano la legittimazione di una disciplina e

il riconoscimento delle aspirazioni di quanti credono nel valore pregnante della relazione con l'animale domestico. In esse si è puntato in alto, ossia si è voluto rappresentare al meglio la funzione riabilitativa degli IAA, sia in relazione all'ambito educativo che in relazione all'ambito terapeutico. È una sfida complessa che vorrebbe collocare il lavoro con la mediazione degli animali nell'ambito della sanità pubblica. Si è infatti previsto che le terapie vengano prescritte dal medico di famiglia. Il che significa che gli IAA non sono la risorsa buona per tutte le problematiche, ma vanno concepite in modo mirato per situazioni per cui le consuete proposte riabilitative, già in essere, risultano deficitarie, poco coinvolgenti e poco incisive.

Nulla vieta che si possa continuare a svolgere la semplice, ma utile, attività con gli animali, impiegando risorse meno professionalizzate. Non comprendo però quanti rivendicano la pretesa di lavorare con volontari in seduta, quanti vorrebbero essere considerati tuttologi e poi si lamentano perché la parcella che percepiscono è bassa, non copre le spese, non consente di trasformare tale passione in professione.

Vogliamo puntare alla qualità; il che significa che, nel campo degli IAA, ci devono essere professionisti validi, adeguatamente formati, che credono nel lavoro di équipe, che accettano di valutare scrupolosamente il proprio operato e che sanno lavorare in rete, perché il progetto riabilitativo non può frammentare la persona in tanti rigagnoli autoreferenziali. Pure gli animali devono garantire requisiti di idoneità; occorre quindi che siano adeguatamente preparati, monitorati, rispettati nei loro vissuti e nelle loro predisposizioni relazionali. Accanto a un animale valido ci deve essere sempre un coadiutore che sa muoversi in seduta con delicatezza e incisività, perché negli IAA l'animale è la risorsa innovativa, che offre pertanto un plusvalore non presente in altre discipline.

Ho considerato attentamente il documento redatto nel 2005 dal Comitato Nazionale per la Bioetica, dal titolo *Problemi bioetici relativi all'impiego di animali in attività correlate alla salute e al benessere umani*. Esso ha rappresentato una base importante cui anche le Linee guida hanno fatto riferimento. Posso assicurare che mai ho trovato colleghi disattenti nel rispetto dell'animale né professionisti poco consapevoli della responsabilità che si assumevano nei confronti dei pazienti proponendo questa tipologia di approccio.

Ho ritenuto utile allegare in Appendice le Linee guida con un mio commento, avendole percorse fin dalla stesura della prima bozza.

# LA RELAZIONE CON L'ANIMALE CON FINALITÀ CURATIVE

## Il senso del nostro rapporto con gli animali

L'animale è anima, è *anemos*, ossia vento, soffio. È mistero, è organismo dotato di straordinari sensi che si muove nel creato. L'etimologia della parola mette in evidenza un aspetto che è trasversale tra i viventi e molto affratellante: il respiro. Pennella lo sbocciare della vita che prende vigore con il primo soffio, che si configura come tratto accomunante di tutti gli esseri viventi, che attraversa e unisce misteriosamente tutte le grandi culture umane.

L'animale spartisce con gli umani il respiro della vita e con essi in qualche modo condivide condizione, dipendenza e destino: quasi fratelli, con ruoli e destini che ci vedono per molti versi affiancati. Certamente egli (molto meglio di «esso», che si riferisce alle cose) è straordinario portatore della pienezza rotonda degli istinti, memoria atavica di modelli comportamentali radicati e lineari.

Di norma l'umano, dotato di intelligenza superiore, guarda all'animale con superiorità e distacco, legittimato a *usarlo* per i propri interessi e convenienze. Ma Gregory Bateson, nel suo libro *Verso un'ecologia della mente* (1976), denuncia la necessità di concepire l'uomo come facente parte di quell'insieme più ampio che è la società, inserito a sua volta nell'insieme ancora più vasto della natura e del creato.

Abbiamo bisogno di un diverso, più saggio e forse più mistico concetto degli animali — scrive Henry Beston (1928-1992) nel libro *The Outermost*



*House*. Li proteggiamo per la loro incompletezza, per il loro tragico destino di aver assunto delle forme così tanto al di sotto delle nostre. E qui sbagliamo e sbagliamo gravemente. Perché gli animali non devono essere giudicati dall'uomo. Loro si muovono in un modo finito e armonioso, in un mondo più antico e più completo del nostro, dotati di un'estensione dei sensi che noi abbiamo perduto o non abbiamo mai raggiunto, ascoltando voci che noi non sentiremo mai. Essi non sono nostri fratelli, non sono nostri subalterni; sono diversi, catturati con noi nella rete della vita e del tempo, nostri compagni di prigionia in una terra splendida e travagliata. (Beston, 1992)

Quali intimi bisogni trovano soddisfazione nella relazione con l'animale? Perché l'animale continua a influenzare così profondamente i sogni, l'immaginario, il catalogo simbolico e il nostro modo di rappresentare il mondo? (Marchesini, 2000)

Quale tasto tocca il cane dentro di noi? Avviene sempre qualcosa di magico nell'incontro tra il cane e una persona: tra i due si crea un campo mutuo e disamorfo ovvero una forma di osmosi in cui avviene nel contempo che i soggetti in relazione si perdono e conservano la propria identità. Il cane non è umano, ma il cane scatena sentimenti ed emozioni particolari afferenti all'umano. (Sangalli, 2003)

In *Totem e tabù* Sigmund Freud scrive:

Il bambino ancora non mostra segni dell'orgoglio che spinge l'uomo adulto civilizzato a porre una profonda linea divisoria tra la sua natura e quella di tutti gli altri animali. Il bambino non esita ad attribuire piena uguaglianza agli animali; probabilmente si sente più strettamente legato all'animale che all'adulto, indubbiamente misterioso, nella libertà con cui riconosce i propri bisogni. [...] C'è poi un altro territorio sconfinato nel quale gli animali vivono con tutta la ricchezza dei loro significati simbolici: quello dei sogni. Se la simbologia animale è così significativa nel mondo fantasmatico infantile, altrettanto importante è la sua rilevanza espressiva nel mondo dei sogni, dove si è in diretto contatto con l'inconscio. Gli animali — dai topi ai lupi, dagli uccelli ai cavalli, dai ragni alle farfalle — sono infatti rappresentazioni privilegiate degli istinti primordiali, delle emozioni più primitive e delle angosce più profonde. Anche senza che sia possibile definire una simbologia fissa, gli animali

nei sogni costituiscono uno scenario interiore che arricchisce la nostra possibilità rappresentativa degli eventi e delle emozioni fondamentali della vita: dall'aggressività all'amore, dalla sessualità all'angoscia di morte. (Freud, 1975a)

Il nostro rapporto con l'animale frequentemente non è un rapporto paritario; poiché noi gli diamo cibo, un tetto, calore, riteniamo giustificato mantenere con lui un rapporto di dipendenza, da cui prendiamo in modo supponente e frettoloso. [...] Nel nostro ciclo evolutivo nel nostro ciclo filogenetico noi stiamo perdendo parte delle nostre prerogative che sono ancora presenti negli animali, nel cane nel caso specifico, e che soltanto lui può insegnarci e può farci imparare a riconquistare nuovamente. Si intende fare riferimento allo sviluppo sensoriale con l'apporto straordinario che i sensi forniscono a uno sviluppo caldo, ricco di colore e di calore. (Ferrauti, 2003)

Lo psicanalista Massimo Recalcati sul quotidiano «La Repubblica» scrive un illuminante articolo dal titolo *Per sentirci liberi sogniamo una vita animale* (2016). Ne riporto alcuni concetti, a mio giudizio preziosi, per aiutarci a comprendere quelle dinamiche misteriose che si attivano tra umano (spesso il paziente) e animale, producendo risultati benefici, inaspettati ed eclatanti.

L'antropocentrismo dell'Occidente ha situato l'animale come un essere vivente inferiore a disposizione dell'uomo. Oggi questa superiorità di una specie (quella umana) su di un'altra (quella animale) viene denominata «specismo». [...]

La vita dell'animale resta un tabù inaccessibile per quella umana: mentre la vita animale è una vita piena, regolata dalla forza infallibile dell'istinto, quella umana appare come una vita ferita, limitata dalle leggi della Cultura, separata irreversibilmente dalla Natura.

Diversamente da quello che l'ideologia specista ritiene, la vita umana è afflitta da una menomazione più che da un primato. La vita animale è vita senza vergogna, disinibita, priva di Legge e di senso di colpa. Quella umana è invece vita vincolata, sottomessa, assoggettata alle regole sociali, alienata nel linguaggio, dominata dal senso di colpa e dalla vergogna. Per liberarsi da queste costrizioni inevitabili che la Civiltà impone, perversi e psicotici — in modo diverso — hanno immaginato un ritorno regressivo alla vita animale come forma di vita non ancora corrotta dalla Legge. La vita animale incarna l'ideale di una vita senza costrizioni e pienamente libera.

L'animale sembra assomigliare a una sorta di Dio che non necessita di nulla se non della pienezza di una vita che obbedisce alla sola legge

dell'istinto. L'animale esprime la forza di una vita piena di vita, mentre la nostra vita è sempre mancante di vita.

È proprio perché la vita umana ha perduto l'immediatezza in cui vive la vita animale che può interrogare il mistero della vita. [...] Diversamente per l'uomo il suo essere non coincide mai con se stesso. Prega, scrive, genera arte, filosofia e scienza, guerra e distruzione perché non può venire a capo di quel mistero che invece per l'animale non esige alcuna ricerca. Non è il caso che il punto di massima prossimità tra l'uomo e l'animale sia legato alla sofferenza. L'animale sofferente e malato è più umano dell'animale che si mostra nella sua assoluta presenza. Assomiglia alla nostra mancanza, la ricorda come fondo comune che nessuna prepotenza antropocentrica può cancellare. (Recalcati, 2016)

Per le suddette ragioni, diversi psicotici, a giudizio di Massimo Recalcati, in un delirio di trasformazioni, immaginano di diventare un gatto o una belva feroce. È una forma di riscatto da prescrizioni mortificanti, realizzata aspirando a un'esistenza priva dei sensi di colpa, di inadeguatezza e di vergogna, visti come specifici della dimensione patetica di un essere umano.

Se la patologia può essere la risultante di una vita deludente, stressata, carica d'ansia o di angoscia, con le ferite provocate dal giudizio e dalla condanna sociale, allora sì che il farsi contagiare dalla relazione con l'animale apre uno scenario di grande respiro, con tratti intrinsecamente riabilitativi e rigeneranti.

La vita animale, nell'immaginario di chi ha patito danni provocati dagli umani, potrebbe incarnare davvero l'ideale di una vita senza costrizioni e pienamente libera. Basta in effetti pensare alla risonanza emozionale che gli eventi e le relazioni hanno dentro di noi; esse determinano il nostro status di benessere o malessere e sono un cibo fondamentale per la nostra crescita. Consideriamo poi i temi dell'affettività, molto spesso compromessa a causa di adulti distratti o immaturi, che va a incidere pesantemente sul vissuto di attaccamento e di amabilità.

Il cane, ad esempio, è capace di amare senza che si instauri obbligo alla gratitudine; il cane è semplice nel suo modo di funzionare e di relazionarsi e quindi induce ad avere lo sguardo attento a ciò che conta, a ciò che ha valore, a quell'indispensabile evolutivo che favorisce lo sviluppo delle varie tappe di maturazione.

All'interno del rapporto che si analizza nello sviluppo della crescita dell'essere umano, abbiamo scoperto che il rapporto tra bambino e animale è un rapporto che dà al bambino dei modelli di crescita, dei sistemi di

sviluppo, dei sistemi relazionali presumibilmente più coinvolgenti e quindi più facili da metabolizzare.

Dalla narrazione di molte persone abbiamo avuto prove della significatività della presenza del cane nella formazione dell'identità. Alcuni operatori, magari figli unici, l'hanno inserito nel loro genogramma, quale fratello o sorella con cui hanno condiviso un tempo della loro vita con complicità e affetto.

Non è mia intenzione dare una visione esaustiva del senso del nostro rapporto con gli animali, perché comprendo che è un tema troppo complesso. Mi interessa soltanto prospettare spunti di approfondimento, indicare uno scenario che va infinitamente oltre a quella visione banale che colgo, a volte, in chi è convinto che la pet-therapy consista nell'accarezzare e nello spazzolare dolcemente l'animale.

### **Le principali tappe storiche della relazione uomo-animale**

La relazione uomo-animale ha radici che affondano nell'antichità. Ne ripercorriamo alcune tappe significative.

In una remota fase arcaica o magica-totemica, agli animali veniva attribuito il ruolo di divinità o di loro messaggeri o, ancora, di figure ancestrali e iniziatrici di una stirpe umana e per questo da venerare e commemorare.

In epoche più caratterizzate da una visione economico-funzionalistica dell'animale, si è affermato il concetto dell'uomo «dominus», padrone anaffettivo e fruitore asettico. L'animale veniva trattato come strumento e sfruttato come fornitore di alimenti e/o forza lavoro. Era considerato una sorta di schiavo totalmente asservito alle necessità umane, un oggetto senza capacità cognitive e diritti.

Nella recente fase si è sviluppata una pregevole concezione etica dell'animale: l'animale è un essere senziente, portatore di diritti e in grado di percepire gioia e dolore. Nasce una legislazione a tutela dell'animale. Si assiste al tentativo di creare un rapporto comunicativo con l'animale in un processo di scambio e di crescita comuni.

In quale epoca in verità si è cominciato ad attribuire all'animale funzioni benefiche o curative a favore dell'uomo?

Il vero e proprio impiego dell'animale da compagnia, come supporto ad altre forme di terapia, risale ai tempi di Ippocrate (460-360 a.C.), il quale lo consigliava per sintomi legati allo stress e per superare problemi d'insonnia che provocava una conseguente mancanza d'energia.

Nel 1676, Thomas Sydenham nelle *Observationes medicae* affermava che la cosa migliore per rendere più energetico il sangue e per fortificare la mente era montare a cavallo ogni giorno, facendo lunghe passeggiate, consigliando quindi questa attività come trattamento ideale anche per la tubercolosi, le coliche biliari e le flatulenze, arrivando a mettere a disposizione dei propri pazienti indigenti i cavalli di sua proprietà.

Georg E. Stahl (1660-1734), medico personale di Maria Teresa d'Austria, suggeriva di praticare assiduamente l'equitazione, affermando che risultava efficace per l'ipocondria e l'isteria.

Nel 1704, Francis Fuller, nell'opera *De medicina gymnastica*, presentava l'equitazione come metodo valido contro l'ipocondria, avendone personalmente tratto benessere.

Nel 1719, Friedrich Hoffmann, nelle *Istruzioni approfondite su come una persona può mantenere la sua salute e liberarsi di gravi malattie tramite esercizi fisici*, definiva l'andatura del passo come la più salutare.

Storicamente la prima vera cura di malati con il supporto di animali risale al 1792 presso la casa di cura di York Retreat (Inghilterra), dove William Tuke incoraggiava i pazienti con disturbi mentali a prendersi cura di animali, riscontrando il vantaggio di incentivare l'autocontrollo e l'influenza umanizzante di questi ultimi.

Nel 1867 un istituto per pazienti epilettici (Bethel) inserisce cani, gatti e altri animali nei suoi programmi terapeutici.

Nel 1875 un medico francese, Chessigné, prescrive l'equitazione a pazienti con problemi neurologici, ritenendola efficace per migliorare l'equilibrio e il controllo muscolare.

Nel 1936, grazie a K. Lorenz, K. von Fish e N. Tinbergen, nasce l'etologia, disciplina che si dedica allo studio dei comportamenti degli animali, soprattutto alle differenze tra comportamenti istintivi e appresi, la possibile derivazione genetica dei comportamenti e il comportamento comparato con altre specie.

Nel 1942 a New York, in un ospedale per feriti da guerra con disturbi da stress post-traumatico e quindi traumi emozionali, sono stati impiegati animali da compagnia e d'allevamento, ritenendoli efficaci nel «normalizzare» i pazienti.

Nel 1952 Lis Hartel, una donna della Danimarca, colpita nove anni prima dalla poliomielite, si classifica seconda nella gara di dressage alle Olimpiadi di Helsinki. La storia di questa donna tenace e straordinaria merita di essere conosciuta.

Lis Hartel è la prima civile a vincere una medaglia in una disciplina che fino all'edizione precedente era strettamente riservata agli ufficiali di cavalleria. Nel momento della premiazione, Lis indossa tuba, giacca scura e pantaloni a sbuffo; nella foto sulla pedana si asciuga una lacrima. Lis Hartel era una civile ma non era estranea alle battaglie. Quelle gambe nascoste dalla forma a sbuffo dei pantaloni sono paralizzate da sotto al ginocchio a causa della poliomielite contratta all'età di 23 anni, quando era in attesa della sua seconda figlia.

Fu paralizzata quasi completamente. Messa in sella del cavallo, con tenacia e con intuizioni proprie, Lis è riuscita a riconquistare a poco a poco la percezione del movimento dell'animale e, attraverso questi, a risvegliare i propri muscoli, guadagnando ogni giorno un po' d'indipendenza motoria e psicologica. Attraverso la propria sudata esperienza, Lis Hartel ha gettato le basi della futura ippoterapia, facendo perno sugli effetti positivi che il cavallo suscitava al proprio sistema di controllo posturale.

Nel momento in cui i vincitori si recano al podio, gli spettatori, sbalorditi, vedono Henri Saint Cyr, l'ufficiale svedese vincitore della medaglia d'oro, portare la Hartel in braccio.

Non soltanto una donna raggiunge la medaglia al primo tentativo, ma è una donna con una disabilità agli arti inferiori che nessuno, durante la competizione, aveva notato e che, anche sulla pedana della premiazione, fatica visibilmente a stare in piedi. Jubilee era il nome della cavalla che ha cavalcato alle Olimpiadi. La performance olimpica di Lis Hartel, che aveva conquistato la medaglia d'argento, fu un'impresa stupefacente che aprì la strada non soltanto all'equitazione femminile ma anche agli studi nel campo della riabilitazione con la mediazione del cavallo.





## GLI IAA NELLA PSICOTERAPIA

La parola terapia richiama l'idea di un flusso energetico che coinvolge la persona, la quale diviene così attiva nel processo di cambiamento e di cura. La persona quindi collabora attivamente e con tutta se stessa al fine di produrre incremento di sviluppo dell'Io. Le terapie attive necessitano di forme diverse di mediazione, scelte dal terapeuta in base a convinzioni e propensioni personali e modulate in base alle aspettative e alle affinità del paziente.

Scegliendo il mediatore più idoneo, il soggetto è posto nelle condizioni di relazionarsi efficacemente prima e di interiorizzare poi a livelli sempre più incisivi quanto scopre di sé in virtù delle risonanze che il mediatore ha prodotto.

La valenza della mediazione risulta pertanto fondamentale. I mediatori si possono dividere in quattro grandi categorie; è fondamentale cogliere la specifica cooperazione che l'animale domestico può fornirci al fine di produrre movimento benefico verso la meta terapeutica prefissata.

1. *Lesperienza diretta* svolta in uno specifico setting; l'animale viene percepito quale dato presente ai sensi, visto, toccato, udito, odorato, magari baciato. È l'animale reale che, nel qui e ora, fornisce alla persona stimolazioni «fresche», coinvolgenti, che stimolano apertura verso un nuovo essere con tutte le sue risorse e peculiarità.
2. *Lesperienza analogica*: qui l'animale diviene veicolo di informazioni diverse, tipo quelle che derivano da simulazioni di gioco e di relativa trasformazione in immagine, in evento cognitivo. L'animale comincia pertanto a esistere sotto forma di rappresentazione mentale.

3. *L'esperienza iconica*: l'animale suscita vissuti in quanto oggetto di ricordi derivanti da esperienze personali, narrazioni, letture, immagini o video. Da un punto di vista cognitivo l'animale contribuisce a costruire una specifica categoria mentale, con cui potersi relazionare.
4. La *valenza simbolica* assunta dall'animale; il simbolo è il primo passo verso una più evoluta capacità di rappresentazione, riferendosi alla capacità di astrazione, ai processi logici di pensiero, alla deduzione, all'induzione, aspetti che consentono un'elaborazione critica della realtà. La capacità simbolica è alla base dell'elaborazione e costruzione del pensiero.

Questi sono i quattro grandi mediatori di cui ci si serve in ambito didattico, educativo o terapeutico, quando cioè vogliamo che un soggetto passi da una situazione di incapacità di interazione con una specifica realtà a una situazione di capacità (pur graduale e con funzione di ponte) di interazione e rappresentazione mentale della realtà. L'apprendimento che non avviene in assenza dell'animale avviene in presenza dell'animale.

L'individuo che ha patito un trauma si organizza — pur attraverso un sintomo o una patologia — per tenere le distanze dalla parte di sé che ne conserva la memoria. Produce così una sorta di omeostasi fittizia e puntellata, ma sopravvive e presta costante attenzione affinché non si ripeta ulteriormente il trauma.

L'animale si inserisce stimolando processi di sviluppo e di cambiamento che agiscono a livello pre-simbolico. L'animale riesce a porsi, tramite elementi affettivi pre-verbali, in relazione con il soggetto, bypassando i vincoli della parola come mediatore pre-simbolico.

Gli animali, soprattutto quelli domestici, si sono rivelati dei mediatori pre-simbolici estremamente capaci non solo di agganciare la sensorialità e la sensibilità affettiva di soggetti con deficit e disabilità intellettive, ma anche di influire efficacemente su molti aspetti della loro personalità.

A seguito di progetti di pet-therapy realizzati con il cane rivolti a soggetti con disabilità intellettiva, è stato riscontrato un livello di attivazione mentale in presenza del cane che ha consentito ad alcuni soggetti di cercare l'animale se nascosto alla vista, di orientarsi in uno spazio strutturato, di seguire una sequenza di comandi e di operare delle scelte. L'aspetto stupefacente è che questi elementi nella quotidianità non emergessero, nonostante interventi mirati. La pre-simbolizzazione è stata rilevata nella capacità di prevedere un'azione, di adattarsi al cambiamento, di generalizzare un'esperienza, di

cercare l'oggetto scomparso, di conservare l'immagine del cane anche in sua assenza, di anticipare già la sera prima l'incontro con il cane.

Il rapporto bambino-cane favorisce il processo di imitazione, incentiva il processo di identificazione, consente di apprendere sensibilità nella comunicazione non verbale.

Quindi l'animale abilita e favorisce l'abilitazione del bambino e dell'adulto. Può essere fattore di riabilitazione allorquando siamo interessati a intervenire su aree di sofferenza, su blocchi evolutivi, su nuclei di disagio che non sono stati affrontati e risolti con le normali strategie riabilitative.

La corretta presa in carico di un paziente richiede che venga effettuata una profonda e ampia anamnesi. Essa consentirà di delineare il ciclo di vita dell'individuo, a partire dalla sua vita intrauterina. Già il concepimento, frutto di casualità e di distrazione o di un atto aggressivo oppure cercato con amore e senso di responsabilità, traccia un punto di partenza della propria storia che ha differenze sostanziali. Il vissuto della madre, che può essere di rabbia, di delusione o di immensa gioia, connota il tempo della gravidanza. Eventuali traumi, abbandoni, lutti durante la gravidanza possono lasciare traccia nella memoria sensoriale ed emozionale del feto.

Il travaglio e il parto delineano il passaggio dal dentro materno al fuori sociale. Dal momento della nascita si susseguono le varie tappe evolutive, su cui non ci soffermiamo. È però fondamentale che immaginiamo il nostro paziente in questo percorso di crescita, cercando di intercettare eventuali anomalie, arresti evolutivi con le possibili ripercussioni negative nella maturazione dei vari passaggi.

Pertanto, con la pet-therapy quale evento traumatico andiamo a intercettare? Quale strappo evolutivo andiamo a riparare, quale ferita? Quale interruzione nella crescita psicoaffettiva abbiamo necessità di andare a smuovere? Quali bisogni disconosciuti, frustrati o inibiti possiamo riprendere in mano per restituire benessere alla persona?

## **I bisogni fondamentali della persona**

Ci aiuta a rappresentare in modo chiaro i diversi livelli di bisogni Abraham Maslow, la cui piramide (figura 5.1) fotografa in modo chiaro i passaggi che in genere compie l'individuo nel suo ciclo di vita al fine di sentirsi adeguatamente realizzato. Maslow fu un esponente di spicco

della «psicologia umanistica». Nella sua opera *Motivazione e personalità* (ed. or. 1954) espose la teoria di una gerarchia di motivazioni che muove dalle più basse (originate da bisogni primari, fisiologici) a quelle più alte (volte alla piena realizzazione del proprio potenziale umano, l'autorealizzazione).

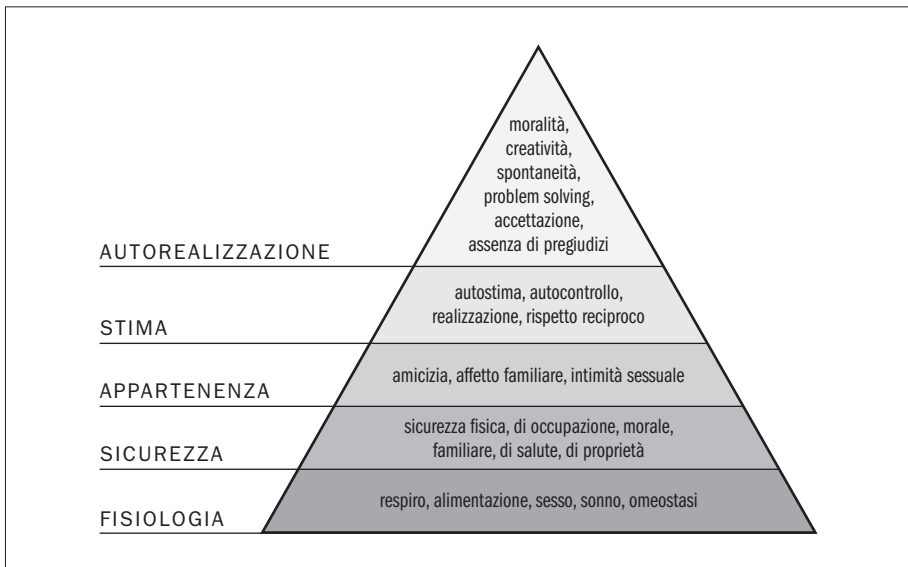


FIG. 5.1 La piramide dei bisogni di Maslow (1973).

*I bisogni fisiologici.* Nella scala delle priorità i bisogni fisiologici sono i primi a dover essere soddisfatti: alla base infatti vi è l'istinto di sopravvivenza, il più potente e universale motore dei comportamenti sia negli uomini che negli animali.

*I bisogni di sicurezza.* Riguardano la capacità di mantenere il corpo in salute, di mantenerlo in una buona forma fisica, con uno stile di vita sano. A questo si aggiunge l'esigenza di disporre di una casa, un ambiente protettivo, che consenta il riposo e l'intimità con i propri cari. A questo livello troviamo anche l'esigenza di un lavoro stabile e adeguatamente retribuito (i moderni lavori interinali non sono certamente rassicuranti) con conseguenti sicurezza economica e autonomia di scelte.

*I bisogni di appartenenza e di amore.* Sono i bisogni sociali, di relazione, di cooperazione, di intimità, di affetto. Appartenenza e amore sono bisogni legati alla relazione con i genitori e con la famiglia di origine; essi consentono il radicamento nella propria storia. Attraverso il legame con i genitori il figlio sviluppa il vissuto di amabilità, la consapevolezza di meritare di essere amato che ha poi ricadute positive in altri legami.

*I bisogni di stima.* Lo sguardo degli altri e il riscontro che essi danno all'individuo costituiscono un fattore di partenza notevolmente importante. Ne beneficiano l'autostima, la possibilità di ricavarne soddisfazione con un riscontro crescente delle proprie capacità e competenze. La considerazione di sé si sviluppa attraverso i risultati positivi, i successi, con una parallela capacità di autocontrollo. All'autostima si arriva dopo avere sviluppato una bella coscienza di sé che rende autonomi rispetto al giudizio degli altri.

*I bisogni di autorealizzazione.* Sono quei bisogni che si estrinsecano quando si riesce a sganciarsi psicologicamente dai modelli di funzionamento genitoriali e si riesce a essere creativi, fantasiosi, liberi nell'esprimere in modo originale la propria identità, i tratti più profondi e autentici del proprio io. Tutto questo è frutto di un'accettazione e successiva valorizzazione di se stessi, con una buona integrazione nel contesto di vita. L'autorealizzazione è l'appagamento più elevato e nel contempo la spinta primaria e la ragion d'essere dell'individuo. Questa rappresenta la premessa per garantirsi il diritto/dovere irrinunciabile alla felicità e alla realizzazione del proprio destino.

## **I saperi del corpo**

Nel trattamento del paziente, la presenza dell'animale crea le condizioni perché ci sia una presa in carico globale; non è infatti possibile che le dinamiche relazionali siano ispirate e vadano ad attuarsi esclusivamente con l'attenzione al sintomo. Gli IAA garantiscono un approccio che coinvolge la persona nella sua interezza. L'aspetto straordinario, che non è consentito abitualmente a uno psicoterapeuta, è il contatto con il corpo. Il corpo, in virtù degli eventi negativi che ha patito l'individuo, ha dovuto più volte rimodularsi per ritrovare equilibrio, per reggere gli sbandamenti psicologici. In questo percorso il corpo inibisce o penalizza alcune abilità che sono particolarmente presenti nel bambino.

L'Io, inteso come fenomeno psichico che media tra il mondo esterno e il mondo interno, è infatti il frutto maturo di un'evoluzione progressiva. La profonda conoscenza di sé è l'inizio della trasformazione o rigenerazione. Per comprendere se stessi e per tendere a uno sviluppo armonioso, ci devono essere l'intenzione e la capacità di vivere il corpo nella sua interezza: pensieri, emozioni, sensazioni, pulsioni dialogano infatti tra loro.

In virtù di una sua saggezza, il nostro organismo tende a ripristinare l'equilibrio mente-corpo, chiamato *omeostasi psicofisiologica* (Cannon, 1956). In realtà l'omeostasi fisiologica è più naturale e funziona molto meglio dell'omeostasi psicologica: è più facile infatti sputare un cibo avariato che «sputare il rospo», un modo di essere, un'abitudine consolidata, un trauma (Trevisani, 2007). Risulta infatti facile e normale evacuare le scorie fisiologiche, ma c'è chi trattiene per una vita le «feci dell'anima».

Il nostro corpo è pertanto dotato di un efficace sistema di autoregolazione (Issartel e Issartel, 1992); esso consente di ritornare all'equilibrio anche dopo aver subito un trauma fisico o emotivo di una certa importanza. Questo ritorno all'equilibrio avviene con facilità quanto più l'intero organismo è libero da disfunzioni e glielo consente.

La cultura sanitaria prevalente tende ad avere una visione sintomatica della malattia, non andando a esplorare la sua valenza simbolica.

All'interno della medicina c'è una conoscenza straordinariamente scarsa del corpo visto come un sistema auto-correttivo, organizzato in modo cibernetico e sistemico. Le sue interdipendenze interne sono pochissimo comprese. (Bateson, 1976)

Di fatto l'organismo umano funziona come un network, una rete integrata, dotata di un linguaggio comune.

Che siano circuiti cerebrali attivati da emozioni e pensieri, oppure circuiti nervosi vegetativi attivati da sollecitazioni o da feedback di organi o sistemi, che siano organi endocrini o immunitari a emettere messaggi, questi, nella loro parte fondamentale, verranno riconosciuti da tutte le componenti della rete. Il linguaggio è unico, il collegamento è stringente e a doppio senso di marcia. (Bottaccioli, 2005)

Questo modello ha delle notevoli ripercussioni pratiche: sulla concezione dei disordini psichiatrici e sulla loro cura [... In un'ottica preventiva] vanno altresì considerati gli studi che dimostrano gli effetti della felicità,



del buonumore e del contatto fisico sul sistema dello stress e, per suo tramite, sul sistema immunitario e sulla salute in generale. (Kandel, 2007)

L'animale psicologicamente sano conserva invece un modo autentico di funzionare; tramite esso si sprigionano stimoli e sollecitazioni positive che possono consentire di liberare i *saperi del corpo*, con uno straordinario beneficio per l'individuo che ritrova così un suo equilibrio. Elenchiamo alcuni tra questi saperi del corpo che ci sembrano particolarmente forieri di benessere per l'individuo alla ricerca del proprio benessere.

*La respirazione diaframmatica.* È uno dei principali fattori di regolazione generale dell'organismo. Il bambino respira naturalmente in modo diaframmatico; egli è infatti centrato esclusivamente su di sé e non ha alcun vissuto d'ansia verso il mondo. La respirazione profonda garantisce un apporto copioso di ossigeno al sangue che dispone così di maggiore energia. Lo stato emotivo dell'individuo si connota con un senso di pace perché il corpo non esprime alcun allarme e la respirazione profonda dà un senso di ritmo particolarmente tranquillo. La respirazione incide poi in maniera significativa sul buon funzionamento della mente; pertanto l'attenzione, la comprensione e la memorizzazione sono fortemente correlate al buon apporto di ossigeno.

*L'identità corporea.* Ogni individuo si esprime nell'incarnazione di un corpo unico e irripetibile. La nostra identità si innesta sul corpo e rappresenta la base per lo sviluppo dell'Io psichico. Frequentemente il rapporto con il corpo risente di vissuti di trascuratezza, di anaffettività o di abbandono da parte di figure genitoriali; risulta pertanto necessario recuperare e smantellare vissuti disturbanti del passato. In pari misura il coltivare le successive tappe della vita richiede di poter disporre di graduali basi e solidità evolutive. Il contatto con l'animale, in maniera eccelsa se si tratta del cavallo, consente di fare uno straordinario recupero di propriocezione corporea.

*Il corpo ponte con il mondo.* Il primo modo del bambino di «entrare» nel mondo della conoscenza si avvale del corpo: prioritariamente il contatto bocca-lingua e l'attaccamento al seno materno permettono al bambino di scoprire la prima zona erogena del suo corpo; successivamente il bambino porta alla bocca gli oggetti che arrivano nelle sue mani e riesce così a carpire le loro caratteristiche; questa è la prima forma di intelligenza che consente il contatto con il mondo esterno. Il bambino cattura poi il mondo con i gli altri organi: vede, tocca, ascolta, odora. Il muoversi a carponi gli consente

di esplorare lo spazio e di vedere gli oggetti da varie posizioni; la conquista successiva della posizione eretta fornisce al bambino una mobilità varia e più appagante. In questo senso il corpo può essere considerato il ponte con il mondo. Abitando piacevolmente il proprio corpo, sperimentando il vissuto di amabilità è possibile esplorare il mondo e le sue leggi. Diversamente il corpo sviluppa una sorta di corazza emozionale, come meccanismo di autoprotezione. In tali casi il mondo esterno non viene esplorato e vissuto, ma rifiutato e temuto con evidenti ripercussioni negative sulla crescita. L'animale domestico si offre con generosità e con un'ampia possibilità di sblocco psicofisico perché funziona con modalità esplorative uguali a quelle del bambino.

*L'investimento libidico.* Nell'economia libidico-edonistica il corpo è oggetto privilegiato di investimento narcisistico; i passaggi evolutivi che il bambino percorre sono stati ben descritti da Freud: la fase orale, anale, genitale; l'attaccamento edipico, la fase di latenza, la pubertà, il transitare verso l'adulthood. I modelli di funzionamento degli individui sono determinati dal come hanno vissuto e superato o non superato le suddette fasi.

*La resilienza.* In fisica è intesa come la capacità di un corpo di attutire i colpi mediante deformazioni elastiche, tramite le quali assorbe energia che poi restituisce quando riacquista la propria struttura originaria. Masten e Reed (2002) definiscono in chiave psicologica la resilienza come l'insieme dei fenomeni che caratterizzano un adattamento soddisfacente all'ambiente, pur in condizioni di avversità o di rischio elevato. La resilienza non è una dote innata dell'Io; in alcuni casi è tratto temperamentale, ma in prevalenza richiede di essere conquistata attraverso l'esperienza e la volontà.

*Il sintomo come narrazione di sé.* Il sintomo psicofisico racconta dell'individuo e dell'importanza che molte volte assume per lo stesso e per il sistema di relazioni cui appartiene. Frequentemente offre un'identità vicariante, è un luogo di rifugio. È d'uso comune, invece, al primo sintomo, ricorrere al farmaco: qualcosa di esterno che zittisca un prezioso segnale interno. Nella prassi medica la malattia ha un'eziologia, un decorso e un esito, quasi mai ha un senso. Un sintomo, una patologia, una disabilità rischiano però di alimentare un falso Sé, illusoriamente appagante; il percorso per lo sviluppo dell'identità sana e dell'autonomia e per la conquista della felicità richiede uno spostamento dal sintomo per andare a esplorare l'individuo nella sua interezza. Il coinvolgimento e la stimolazione delle aree resilienti sono fonte di riattivazione benefica e di un feedback di rinforzo e di gratificazione. Il

nostro paziente diventa così una persona, con un nome, un cuore, gusti, sogni, magari progetti. In tale ottica l'animale è straordinario perché non ha filtri, non rifiuta alcuna persona, è profondamente accettante e accogliente.

*Il corpo è comunicazione non verbale.* Il linguaggio che è segno o suono, con valenza simbolica, ha bisogno per una sua esaustività del linguaggio non verbale, corporeo, fatto di mimica, del corrugarsi della fronte, di un battito di ciglia, del ticchettio della mano, del dondolare di una gamba, di gestualità, di posture, fattori che rappresentano la forma di comunicazione più autentica. Solo così il linguaggio semantico, attraverso i segni logici convenzionali, acquisisce la sua compiutezza espressiva. La relazione con l'animale è un'alta scuola di apprendimento di quelle modalità di comunicazione che non si avvalgono della parola e rappresentano il canale più autentico di contatto con gli altri. Il «capirsi» con l'animale consente di avviare una comunicazione efficace e complice.

*Il corpo deve imparare a dialogare con il pensiero in una visione olistica.* Più siamo consapevoli e presenti, in ascolto di noi stessi, più il corpo-inconscio tenderà al recupero dell'equilibrio funzionale. Meno siamo consapevoli e presenti, più il corpo-inconscio compenserà dando luogo ad automatismi disfunzionali. Occorre pertanto vivere il corpo nella sua interezza; infatti l'Io, inteso come fenomeno psichico che media tra il mondo esterno e il mondo interno, è il frutto maturo di un'evoluzione progressiva. Freud parlava di «amnesie infantili»; gli ingorghi emozionali producono una sedimentazione nociva, sotto forma di vissuti latenti. La nostra infanzia si attualizza nel presente in forma corporea, umorale, comportamentale; pertanto, messaggi non verbali quali l'accelerazione cardiaca, il ritmo respiratorio, le variazioni toniche, gli stati emozionali impliciti, lo sguardo, l'espressione del viso, la postura, i micromovimenti slatentizzano la storia del sé-bambino immerso nel suo sistema di attaccamento pre-conscio. Questi segnali appartengono alla memoria implicita e contrassegnano la storia anteriore ai primi tre-sei anni di vita. La loro essenza è senso-motoria ed emozionale.

Nel corso della vita altri vissuti possono essere rimossi e rimanere memorizzati e trattenuti dal corpo in modo nocivo. S. Sands (1997) ha espresso un concetto fondamentale: «Poiché tali esperienze vengono trattenute in una forma somato-sensoriale non possono che essere comunicate e decodificate allo stesso modo».

Di conseguenza gli interventi con l'animale rappresentano un'opportunità straordinaria poiché la relazione corporea è immediata, fonte di