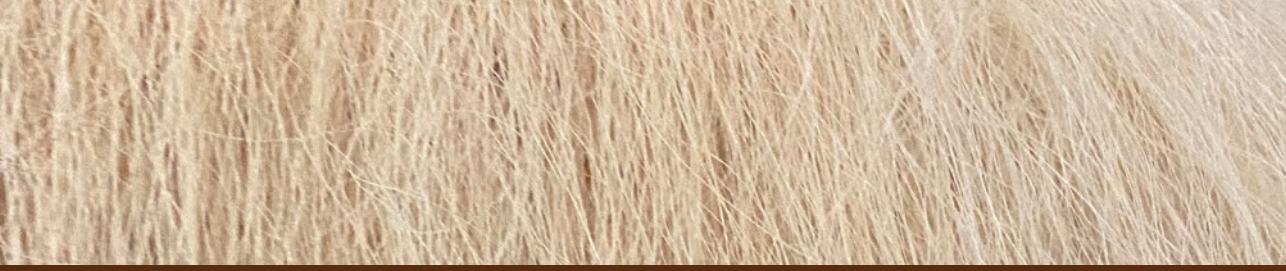


Maria Grazia Lonardi

TRA MENTE E CORPO: L'ESSENZA DEL VOLTEGGIO TERAPEUTICO

Un viaggio di connessione tra equilibrio emotivo e fisico attraverso il movimento

IAA Interventi assistiti con gli animali

Collana diretta da
Lino Cavedon

Erickson

Il libro presenta una disciplina poco nota e poco diffusa, il volteggio equestre, che prevede lo svolgimento di esercizi di ginnastica artistica a cavallo con un sottofondo musicale. L'esperienza dell'autrice ha consentito di trattare la disciplina in un'ottica innovativa, mostrandone la possibilità di applicazione all'interno di progetti riabilitativi con valore terapeutico.

Il volteggio equestre terapeutico apre nuovi orizzonti negli Interventi Assistiti, in quanto si caratterizza per il fatto di creare un ambiente sicuro, accogliente e non giudicante, dove i partecipanti hanno la possibilità di esplorare e sviluppare le proprie capacità. La natura ritmica e prevedibile del movimento del cavallo fornisce un input sensoriale che può aiutare a regolare il sistema nervoso, migliorare la coordinazione e favorire la calma. Il cavallo agisce inoltre come un mediatore che facilita la comunicazione non verbale e aiuta a superare le barriere relazionali.

Il volume non si rivolge solo agli «specialisti», ma a tutte le figure che condividono il modello bio-psico-sociale della salute e della malattia, recepito e sostenuto con forza dall'Organizzazione Mondiale della Sanità.

MARIA GRAZIA LONARDI

Laureata in Psicologia Cognitiva e Comportamentale Applicata, sociologa e educatrice professionale, ha unito la sua passione per i cavalli e il suo impegno nella formazione e nel benessere sociale. Come responsabile di progetto e referente per gli Interventi Assistiti con gli Animali, promuove il valore terapeutico dell'interazione tra esseri umani e animali. È cofondatrice dell'Associazione «A cavallo tra le stelle», che opera a Balconi di Pescantina (Verona).

€ 16,00

9 788859 043119

www.erickson.it

INDICE

LA COLLANA EDITORIALE DEDICATA
AGLI INTERVENTI ASSISTITI CON GLI ANIMALI 7

PREFAZIONE *(E. Iannotti)* 9

INTRODUZIONE 11

01. STORIA DEL VOLTEGGIO EQUESTRE E BENEFICI PSICO-FISICI 17

02. IL MITO DEL CAVALLO IN CHIAVE PSICOLOGICA 25

03. IL VOLTEGGIO TERAPEUTICO NEGLI IAA 35

04. VOLTEGGIO TERAPEUTICO:
UN APPROCCIO INTEGRATO CON LA NEUROPSICOMOTRICITÀ 39

05. STRUMENTI PER LA RACCOLTA DATI, VALUTAZIONE INIZIALE, MONITORAGGIO
E FASE DI RESTITUZIONE IN PROGETTI DI VOLTEGGIO TERAPEUTICO 47

06. *CASE STUDY* INDIVIDUALE E DI GRUPPO 53

CONCLUSIONI 91

BIBLIOGRAFIA 93

APPENDICE: IL FEEDBACK DEI GENITORI 97

PREFAZIONE

Questo libro nasce da un'esigenza forte, in un momento storico in cui abbiamo la forte necessità di connessione con il mondo naturale, un forte bisogno di contatto e incontro con il mondo animale. Abbiamo la necessità di incontrare una parte emozionale e nascosta in noi che spesso trascuriamo.

Il cavallo, animale dotato di un cervello sociale, riesce a strutturare un accordo emozionale con la persona con cui entra in contatto. Durante gli incontri con il cavallo la persona impara a riconoscere le sensazioni corporee ed emotive generate dal contatto e a dare loro un nome; nel volteggio terapeutico tutto questo avviene attraverso l'integrazione armonica di mente, corpo e spirito.

Il volteggio terapeutico è una proposta riabilitativa fortemente focalizzata sulla percezione dello schema corporeo, tramite l'esecuzione di figure via via più complesse, sull'organizzazione dei movimenti e sulla coordinazione oculo-manuale. È un'attività riabilitativa di tipo plurisensoriale che permette di lavorare parallelamente sulla dimensione motoria (coordinazione, controllo posturale, propriocezione), cognitiva (attenzione, memoria, pianificazione) e relazionale (relazione con i pari). Un aspetto interessante di quest'attività è che insegna a gestire il contatto con l'altro attraverso l'affidamento fisico ad esso supportato dal contatto corporeo.

Inoltre, nel contatto diretto con il cavallo, c'è la necessità di muoversi in sincronia con esso; questo movimento contemporaneo e armonioso ha il vantaggio di influenzare positivamente l'evoluzione dello schema corporeo, l'organizzazione spazio-temporale e l'equilibrio del movimento.

Ho conosciuto Grazia Lonardi durante il suo percorso di formazione magistrale in Psicologia cognitiva e applicata e ho scoperto in lei una donna straordinaria, appassionata al suo lavoro. L'interesse comune verso la disciplina degli Interventi Assistiti con gli Animali e, nello specifico, della Riabilitazione Equestre mi ha portato ad accogliere la richiesta di lavorare insieme sul suo progetto di tesi. Ho avuto modo, così, di entrare in contatto con il suo mondo e di conoscere l'attività di volteggio terapeutico che svolge presso il suo centro «A cavallo tra le stelle» di Verona. Non ho potuto fare a meno di apprezzare l'impegno e la serietà dimostrata in un lavoro così strutturato, non facile e, soprattutto, non frequente. Sono rimasta stupita dalla «magia» di questa attività, dall'efficacia e dai risultati ottenuti.

Il volume ha il pregio di trattare una disciplina poco nota e poco diffusa in un'ottica assolutamente innovativa, mostrando la possibilità di applicazione della disciplina del volteggio all'interno dei progetti riabilitativi con valore terapeutico. Vengono mostrati i benefici psicologici e i risultati riabilitativi derivanti dalla relazione con il cavallo e l'imponente funzione regolatrice dell'attività di volteggio; vengono offerti, inoltre, suggerimenti operativi che tengono conto della necessità di conciliare la dimensione teorica con le indicazioni riabilitative. Il volume vuole rivolgersi non solo agli «specialisti», ma a tutte le figure che condividono il modello bio-psico-sociale della salute e della malattia, recepito e sostenuto con forza dall'Organizzazione Mondiale della Sanità.

Elena Iannotti
Prof.ssa di Psicologia della Disabilità e della Riabilitazione –
Università «G. Fortunato»
Psicologa-Psicoterapeuta Cognitivo Comportamentale

INTRODUZIONE

Il volteggio equestre rappresenta per me molto più di una semplice disciplina sportiva o terapeutica; è un ponte tra mente e corpo, un viaggio di crescita e scoperta attraverso il movimento e la connessione con il cavallo. È una disciplina che mi ha sempre appassionata fin da piccola, anche se all'epoca era poco conosciuta.

Ho sempre amato tutto ciò che riguarda ritmo, musica, capriole e piroette, ginnastica e movimento, soprattutto in compagnia di altri bambini. L'amore per i cavalli ha creato, nel mio immaginario di bambina, la sinergia perfetta e questa passione si è realizzata nel tempo diventando una specializzazione professionale.

La mia prima cavalla, Fhally, di razza Haflinger, ventidue anni, è al mio fianco da vent'anni. Il nostro percorso insieme non è stato sempre facile, ma ogni sfida ha rafforzato il legame speciale che ci unisce. Abbiamo costruito, passo dopo passo, una relazione profonda che ci ha condotto a una sorta di simbiosi: Fhally sembra leggere i miei pensieri, anticipando i miei desideri...

Il mio sogno di condividere questa magia che lega cavalli e umani si è realizzato quindici anni fa, quando è nato il centro «A cavallo tra le stelle», del quale sono attualmente presidente. Nel centro abbiamo dodici cavalli: dieci sono addestrati per l'ippoterapia, quattro di questi in particolare per il volteggio, mentre due sono specializzati nel dressage.

Per i progetti dedicati ai più piccoli, abbiamo a disposizione due pony Shetland e due pony Falabella, ideali per favorire un primo approccio al mondo degli animali. Attraverso il contatto diretto con questi pony, i bambi-

ni hanno l'opportunità di sviluppare una relazione empatica e consapevole, imparando a conoscere il loro comportamento e le loro necessità.

Le attività proposte non si limitano al semplice cavalcare, ma includono anche momenti di accudimento, come la cura del mantello, la pulizia degli zoccoli e la preparazione del cibo, favorendo così lo sviluppo del senso di responsabilità e l'acquisizione di competenze emotive e sociali. In questo modo si possono esplorare aspetti importanti della cura e del rispetto verso l'altro, coltivando abilità di osservazione, pazienza e comprensione dei bisogni degli animali.

Il mio percorso nel mondo dell'equitazione è iniziato sin dall'infanzia. Già allora privilegiavo la relazione con il mio pony, facevo tante domande ricevendo poche risposte; non mi piaceva trovare il pony già sellato e pronto, inoltre avrei voluto stare con lui alla fine e portarlo a mangiare l'erba.

Pensavo che se avessi avuto, da grande, un maneggio, avrei fatto fare tutto questo ai bambini.

Ho iniziato una vita professionale nel mondo del lavoro ma in parallelo ho mantenuto la grande passione per i cavalli, sperimentando su me stessa i benefici fisici e, soprattutto, emotivi di questa relazione.

Con il conseguimento del brevetto di Istruttore per l'età evolutiva e con il corso propedeutico per gli Interventi Assistiti è iniziato il mio percorso formativo. Successivamente ho acquisito quello di guida equestre e di tecnico di equitazione per persone con disabilità, a cui sono seguiti quelli di volteggio equestre, con i vari livelli e specializzazioni per il volteggio terapeutico presso l'Associazione ANIRE di Milano.

Ho successivamente completato tutto l'iter formativo previsto dalle Linee Guida nazionali per gli Interventi Assistiti con gli Animali; sono responsabile di progetto per le EAA (Educazione Assistita con gli Animali) e referente di intervento per le EAA e le TAA (Terapia Assistita con gli Animali).

Il nostro Centro è ufficialmente riconosciuto come un punto di riferimento per gli Interventi Assistiti con gli Animali, grazie al nulla osta ottenuto dalla AULSS 9 Scaligera in data 25 marzo 2019. Questo importante riconoscimento garantisce che il nostro Centro operi in conformità con gli standard previsti dalle normative sanitarie e di sicurezza, assicurando la massima qualità degli interventi. L'autorizzazione della USL attesta che le nostre strutture, il personale qualificato e i programmi di intervento sono conformi ai requisiti necessari per offrire terapie assistite di elevato valore terapeutico e educativo.

FIG. 6.5 Denise, esercizi di volteggio su Quincy.

La valutazione motoria e funzionale, attraverso l'osservazione diretta, ha consentito di analizzare come Denise interagisse con il cavallo, con i terapeuti e con l'ambiente circostante durante le prime sessioni. Abbiamo esaminato il suo livello iniziale di coordinazione motoria, equilibrio, capacità di seguire le istruzioni e reazioni emotive al contesto.

Per la valutazione motoria, abbiamo utilizzato la Scala per la Valutazione Psicmotoria APCM-2 (Abilità Prassiche e Coordinazione Motoria, 2ª Edizione). Per analizzare le emozioni, è stata impiegata la scala DERS–SF (Difficulties in Emotion Regulation Scale Short Form). Nel caso di Denise, parzialmente verbale, la somministrazione della DERS-SF ha richiesto un approccio altamente adattato, poiché la scala è progettata per l'autocompilazione e la riflessione su esperienze interne complesse, difficili da esprimere per bambini con gravi difficoltà comunicative. In questo caso, abbiamo ritenuto utile convertire la DERS-SF in una checklist di osservazione.

Sulla base dei risultati ottenuti, abbiamo definito, in équipe, il progetto terapeutico vero e proprio.

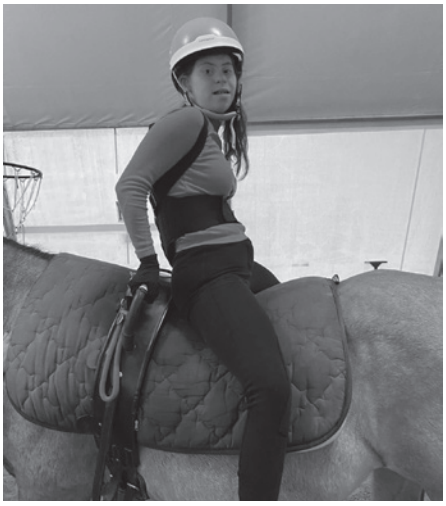
Il monitoraggio è avvenuto durante tutto il percorso terapeutico e ha permesso di valutare progressivamente i cambiamenti nel tempo con Schede di osservazione compilate dopo ogni sessione che hanno incluso informazioni sulla reattività di Denise al cavallo (ad esempio, la capacità di avvicinarsi, accarezzare, partecipare al grooming) e sul livello di partecipazione e coinvolgimento durante gli esercizi (figure 6.6-6.9).

APPENDICE:
IL FEEDBACK DEI GENITORI

Logan

Logan ha intrapreso un percorso di ippoterapia con l'obiettivo di superare diverse difficoltà personali, tra cui problemi di relazione, una scarsa autostima, difficoltà motorie e una significativa paura dell'altezza. Il cavallo Pilgrim è stato la chiave di svolta che ha permesso a Logan di acquisire fiducia in sé stesso, superare il timore di salire in groppa, prima al passo e adesso al trotto in autonomia, consentendogli di acquisire sicurezza anche nelle autonomie quotidiane.

Angelica



Angelica ha compiuto 15 anni e da 3 anni frequenta con entusiasmo inarrestabile il centro ippico «A cavallo tra le stelle», a cui non ha mai voluto rinunciare, anche se piena di impegni scolastici e agonistici per il nuoto. Grazia e Vincenzo, sono due professionisti oserei dire unici nel loro genere, dato che hanno proposto un approccio al cavallo che ha permesso ad Angelica e a tutti i ragazzi «unici» come lei di cogliere in questa avvincente «relazione» persona-animale un legame fatto di fiducia, di rispetto, di accudimento e, non da ultimo, di intenso affetto. Angelica ha iniziato con il centro estivo, un'esperienza lontana anni luce dalle possibilità che attualmente si riscontrano per i ragazzi con bisogni speciali; da allora si è sviluppato un percorso di apprendimento «olistico» senza precedenti. Angelica si fida del suo cavallo, si affida al suo cavallo, desidera migliorare e imparare, ama stare con Grazia e Vincenzo e con lo staff di cui si circondano. Angelica ha cominciato anche ad affidarsi alle sue compagne, con le quali condivide lezioni, attività reciproche di apprendimento teorico e pratico, ma anche momenti di convivialità! Questa filosofia di apprendimento per ragazzi con bisogni speciali ha sicuramente la peculiarità di essere in continua evoluzione. Vedendo e percependo Angelica così colma di gioia, non posso che ringraziare Grazia e Vincenzo per la loro «intuizione» di educare attraverso l'apprendimento partecipativo e condiviso. L'uomo e il cavallo instaurano una forma di comunicazione che permette loro di conoscersi nell'affettività reciproca e nell' accoglienza della «diversità».