

QUANDO GLI ANIMALI AIUTANO



Si è appena concluso un progetto di intervento educativo assistito con animali organizzato dall'AIAS di Milano Onlus.

Rivolto a quattro bimbi che frequentano il Centro di riabilitazione, l'iniziativa di pet therapy ha prodotto numerosi benefici, sia dal punto di vista sociale che affettivo.

a cura di: **Olivia Ninotti**, Neuropsichiatra Infantile, Psicoterapeuta SISPI, Direttrice Sanitaria AIAS di Milano Onlus; **Daniela Costanzo**, Neuropsichiatra Infantile, Responsabile Sanitaria sede di Milano AIAS di Milano Onlus

Nell'autunno del 2018 l'AIAS di Milano Onlus ha attivato in collaborazione con **Spazio per noi** un progetto di intervento educativo assistito con animali rivolto a 4 piccoli utenti del Centro riabilitativo milanese. I bambini, due maschi e due femmine, sono stati scelti di età compresa tra i 9 e gli 11 anni, con caratteristiche di ritardo psicomotorio e cognitivo simili nel profilo sintomatologico anche se eziopatogeneticamente diversi. Il progetto ha avuto una durata di 5 mesi, con incontri a cadenza settimanale per la durata di un'ora. L'equipe multidisciplinare che ha partecipato attivamente al progetto si è composta di un referente d'intervento e responsabile d'attività, un coadiutore dell'animale e un referente di struttura, oltre ad un coadiutore del cane in formazione come peraltro previsto dalle Linee guida nazionali per gli interventi assistiti con gli animali dell'anno 2015. Attore principale del progetto un simpaticissimo esemplare femmina di Border Collie: **Lucy**. Per i bambini partecipanti al progetto, l'ambiente circostante in tutte le sue sfaccettature gioca un ruolo fondamentale. L'autismo, i disturbi comportamentali, le patologie sindromiche sono patologie per le quali ci si può avvalere dell'importante e proficua azione co-terapeutica animale, come emerge anche da molti recenti studi. Il rapporto che si stabilisce tra persona ed animale aiuta tutti coloro che per motivi di disabilità psichica o fisica tendono a confinarsi nell'isolamento, che presentano un ritardo cognitivo o comunicativo e che hanno limitate autonomie personali e sociali. In questa situazione un animale, attraverso il gioco ed il processo di accudimento, crea im-



portanti e utili canali di interazione e può diventare uno stimolo nei piccoli, rinforzando il legame affettivo e la comunicazione e stimolando la relazione interpersonale. Anche l'area dell'autonomia viene sollecitata, sia su di sé che sul "pet", che necessita di accudimento da parte del bimbo stesso. Lucy è stata mediatrice e catalizzatore di un meraviglioso processo di relazione. Ha costituito uno stimolo nuovo alla curiosità, rendendo possibile il contatto e una forma di comunicazione non convenzionale, che non conosce rigide regole sociali né soprattutto atteggiamenti competitivi. I principali obiettivi del progetto avevano come area di intervento quella del benessere psico-fisico e dell'integrazione. Nello specifico si è intervenuti nel migliorare le capacità interattivo-relazionali e la gestione e regolazione delle emozioni e si è lavorato per incentivare la prosocialità e l'attenzione all'ambito della cura verso sé e verso gli altri. Sono stati

anche individuati obiettivi personali per ogni bambino, declinati sulle singole specificità e caratteristiche del soggetto (avvicinamento al cane, rimodulazione delle attitudini oppostive, riconoscimento delle emozioni, ampliamento delle competenze comunicative). La strutturazione degli incontri si è sempre svolta secondo un cliché ripetuto ad ogni incontro: un momento di accoglienza, la presentazione dell'attività programmata, la declinazione dell'attività in sé che ha spesso visto coinvolta Lucy e la chiusura con sintesi finale, per verificare che i bambini avessero compreso quanto vissuto. Nel dettaglio gli incontri sono iniziati con una presentazione del progetto ai genitori e un'attività che ha favorito la conoscenza dei bimbi tra loro e del cane.

Partendo dalle esperienze personali e dai vissuti dei bambini, li si è accompagnati a scoprire il mondo di Lucy, per alcuni versi simile al loro, per altri molto differente. Si è quindi passati dal confrontarsi sulle modalità di approccio e di contatto tra persone alle modalità più idonee per avvicinarsi a Lucy e ai cani in genere (come e dove accarezzarli e perché). È stata poi analizzata la struttura della giornata di un bambino e la si è confrontata con quella del cane: bisogni simili, ma anche differenti tra uomini e pet. Proseguendo nelle attività, sono stati creati per Lucy alcuni doni: dalla copertina sulla quale accucciarsi ai biscotti alla banana di cui Lucy è particolarmente ghiotta. Queste attività hanno favorito ed incentivato il lavoro di gruppo; hanno contribuito al rafforzamento delle abilità fini oltre che sviluppato un'attenzione all'altro nella logica di quanto sia importante prendersi cura dell'altro. Si è creata l'occasione di proporre alcuni giochi che a Lucy sono molto graditi: ricerca di oggetti, scambio con la palla, percorsi e salti. Ciò è diventata occasione per stimolare i bimbi ad interagire con il cane, ad accettare i suoi tempi, a rispettare i turni e i ritmi di gioco dei partecipanti al gruppo. Si è infine introdotto il tema delle emozioni: quali sono, come vengono espresse da noi uomini, come le esprime il cane e come possono essere riconosciute negli uomini e in Lucy. Si è lavorato sulle modalità più appropriate per gestire la rabbia piuttosto che la paura, sulle modalità di manifestazione della gioia, della sorpresa, della tristezza e anche quali occasioni/situazioni le possono suscitare. Alla fine del percorso, sono state evidenziate positive evoluzioni in tutti e quattro i bambini che hanno partecipato al progetto:

- dal punto di vista affettivo è aumentato il livello di autostima, c'è stato un maggior riconoscimento di sé e dei propri bisogni, è aumentata la capacità di prendersi cura di sé e dell'altro, si è sviluppata una maggiore prosocialità.
 - dal punto di vista sociale sono migliorate le capacità interattivo-relazionali e comunicative, i bambini hanno imparato a collaborare e a condividere delle regole ed è aumentato il livello di attenzione ed ascolto all'altro.
- L'ultimo incontro ha consentito di realizzare una mostra conclusiva nella quale sono state raccolte tutte le atti-

I BENEFICI DELLA PET THERAPY

Con il termine pet therapy si indica una serie complessa di utilizzi del rapporto uomo-animale in campo medico e psicologico (ISTISAN 07/35, 2007). In particolare agli animali d'affezione o da compagnia (dal vocabolo "pets" "nella lingua inglese" si riconosce un effetto catalitico (aumentano la socializzazione), di sostegno psicologico (sono induttori di sorrisi e di buonumore), di riequilibratore psicologico (la presenza dell'animale riduce lo stress psicologico, l'ansia e la depressione) e cardioprotettivo (riducono la pressione arteriosa e il rischio di alcuni problemi cardiaci come l'infarto). È però importante sottolineare che l'animale di per sé non ha una funzione terapeutica, ma è il rapporto che si stabilisce fra lo stesso ed il paziente che sortisce i risultati auspicati. La soddisfazione dei bisogni di affetto, sicurezza e relazione necessari per il mantenimento di un buon equilibrio psico-fisico è uno degli scopi della pet therapy. Questa pratica offre, attraverso alcune Attività Assistite dagli Animali (AAA), una possibilità in più per migliorare la qualità della vita e dei rapporti umani. La pet therapy può anche contribuire, affiancando ed integrando le terapie mediche tradizionali, al miglioramento dello stato di salute di chi si trova in particolari condizioni di disagio, attraverso Terapie Assistite dagli Animali (TAA) o interventi Educativi Assistiti dagli Animali (EAA), che mirano a favorire il raggiungimento di funzioni fisiche, sociali, emotive e/o cognitive. È stato infatti rilevato da studi condotti già negli scorsi decenni e oggi comprovati da sempre più numerose esperienze, che il contatto con un animale, oltre a garantire la sostituzione di affetti mancanti o carenti, è particolarmente adatto a favorire i contatti inter-personali offrendo spunti di conversazione, di ilarità e di gioco, l'occasione, cioè, di interagire con gli altri per mezzo suo. Può svolgere la funzione di ammortizzatore in particolari condizioni di stress e di conflittualità e può rappresentare un valido aiuto per pazienti con problemi di comportamento sociale e di comunicazione, specie se bambini o anziani, ma anche per chi soffre di alcune forme di disabilità e di ritardo mentale e per pazienti psichiatrici. L'intervento degli animali è mirato quindi a stimolare l'attenzione, a stabilire un contatto visivo e tattile, a sviluppare un'interazione sia dal punto di vista comunicativo che prettamente emozionale. L'attività con l'animale favorisce il rilassamento e aiuta a controllare ansia e eccitazione, consente di esercitare la manualità anche per chi ha limitate capacità di movimento. Prendersi cura del cane può inoltre facilitare l'aspetto riabilitativo, rendendo gli esercizi e i movimenti meno noiosi e più stimolanti: accarezzando l'animale si facilita ad esempio la mobilitazione degli arti superiori, mentre attraverso la canonica "passeggiata col cane" si impegnano gli arti inferiori.

vità, i cartelloni e gli elaborati prodotti. La mostra, aperta ai genitori, ha consentito ai bambini stessi una nuova esperienza: la condivisione del progetto con le loro famiglie. Tutti e 4 i bimbi serbano un bellissimo ricordo dei pomeriggi d'inverno passati insieme a Lucy e agli operatori, tante emozioni, carezze e scoperte che hanno fatto di questo percorso di pet therapy un'esperienza unica.