

# Il mondo sconosciuto della Pet Therapy

*Le Terapie Assistite con il cane: definizione, metodologia e finalità*

**FRANCESCA ALLEGRUCCI**

Responsabile scientifico dell'ANUCSS (Associazione Nazionale Utilizzo del Cane per Scopi Sociali)

**BARBARA SILVIOLI**

Psicologa dell'età evolutiva, ANUCSS

**L**a tendenza dell'uomo a servirsi degli animali per gli scopi più disparati e a vivere a stretto contatto con essi è diffusa in tutte le culture e società. Tale tendenza è legata al principio del benessere psico-fisico, che ha come punto d'origine il rapporto affettivo che l'animale è in grado di instaurare con l'essere umano.

Il rapporto uomo-animale alle origini fu favorito dalla somiglianza delle rispettive strutture sociali, in quanto entrambi vivevano in gruppi e cacciavano gli animali, formando vere e proprie bande.

Varie sono le ipotesi che cercano di spiegare come siano nati i primi contatti tra l'uomo e il cane; quella più accreditata ipotizza un incontro casuale, probabilmente durante la caccia, con dei lupacchiotti che una volta portati nella dimora umana avrebbero interagito con l'essere umano, e in particolare con i bambini e da lì sarebbe cominciata la prima domesticazione. In effetti diversi sono i documenti storici dai quali è possibile affermare che la relazione tra l'uomo e il cane è basata su un legame atavico, legame che coinvolge diversi aspetti: cane come collaboratore per la caccia e quindi per la sopravvivenza della specie, cane come oggetto da venerare avente funzioni magiche e propiziatorie, cane come compagno con cui avere uno scambio affettivo sereno e gratificante.

## ESORDI DELLA PET-THERAPY

La storia dell'utilizzazione degli animali come coadiuvanti alle normali terapie mediche può essere fatta risalire già al tempo della preistoria. Il gran numero di animali citati nella mitologia e i numerosi dipinti di domesticazione degli animali provano che l'interazione tra l'uomo e l'animale in realtà non è frutto di nuove scoperte ma che tale rapporto è esistito da sempre.

I primi resoconti documentati risalgono al 1792 quando in Inghilterra, presso il York Retreat Hospital, lo psicologo William Tuke, insieme ad alcuni suoi collaboratori, incoraggiò i suoi pazienti malati di mente ad accudire gli animali per potenziarne l'autocontrollo e lo scambio affettivo. Nel 1942 il Pawling Army Air Force Convalescent Hospital utilizzò gli animali da compagnia, ritenendoli efficaci nel modulare positivamente lo stato psichico dei pazienti. Nel 1970 presso l'Ospedale Psichiatrico Infantile del Michigan venne adottato un cane come sostegno psicologico per i bambini ricoverati.

La Pet-Therapy nasce in America grazie al neuropsichiatra

infantile Boris Levinson, il quale notò che la presenza del proprio cane aveva effetti positivi durante le sedute con i suoi piccoli pazienti. Documentò il modo in cui l'animale da compagnia fungeva da «ponte» tra il professionista e il paziente, favorendo il costituirsi di un'alleanza terapeutica e fornendo al paziente la motivazione a partecipare attivamente al processo terapeutico stesso. L'animale forniva al bambino la possibilità di proiettare il proprio mondo interiore, difficilmente esprimibile, ed era occasione di scambio affettivo e di gioco che rendevano più gradito l'incontro terapeutico.

Grandi personalità nel campo della ricerca psicologica ed etologica, come Bowlby e Lorenz, sottolineano l'importanza dello scambio affettivo ed emozionale per il benessere e la salute di un individuo, e sono proprio queste le variabili principali che entrano in gioco nella relazione uomo-animale.

Secondo Guttaman gli animali esercitano un effetto positivo anche a livello dei processi comunicativi, aiutando il bambino a superare il delicato passaggio dal linguaggio orale al linguaggio scritto.

Molti psicologi hanno compiuto osservazioni per verificare l'utilità pratica dell'impiego della Pet-Therapy. In un'indagine condotta negli Stati Uniti, su oltre 400 psicoterapisti la maggior parte di essi ha affermato di avere utilizzato tale approccio, soprattutto con i bambini. Bernard (1989) ha rilevato, su bambini mentalmente ritardati, l'effetto maggiormente stimolante della presenza di un cane rispetto a un giocattolo. Analogamente Pelletier (1989) ha ipotizzato come la presenza di un animale familiare potesse determinare in bambini affetti da Sindrome di Down uno sviluppo significativo di comportamenti sociali positivi verso l'animale e una diminuzione significativa di comportamenti sociali negativi.

Il meccanismo che entra in gioco in questi casi è semplice: l'animale, attraverso il gioco e la comunicazione non verbale, esercita sui bambini difficili, nei momenti più critici dello sviluppo, una funzione sia educativa che terapeutica.

## DIFFERENZE TRA AAA, TAA, EAA

Pet Therapy – in italiano Uso Terapeutico degli Animali da Compagnia (UTAC) – è un termine generico che indica un supporto ai metodi di cura che interessano alcune patologie con l'ausilio degli animali. Tale termine, se da un lato ha il vantaggio di essere breve e facilmente memorizzabile, nasconde ambiguità che possono dare adito a fraintendimenti concettuali:



non fa capire bene chi sia il fruitore della terapia, se l'uomo o l'animale, e può far pensare che si utilizzino esclusivamente animali da compagnia come cane o gatto. In realtà in questo tipo di interventi «l'elemento terapeutico» è la relazione che l'animale è in grado di instaurare con l'essere umano e l'uomo è il «fruitore» dell'intervento. Gli animali utilizzati negli interventi sono molteplici e variano a seconda delle specifiche esigenze (cavallo, delfino, cane, animali da cortile, gatto, ecc.).

La Pet Therapy si presenta sotto diverse forme: le Attività Assistite con gli Animali (AAA), le Terapie Assistite con gli Animali (TAA), l'Educazione Assistita con gli Animali (EAA). Non sempre la linea di confine tra queste tipologie risulta chiara. Sebbene diverse ricerche abbiano dimostrato che il contatto con gli animali – per gli input emotivo/sensoriali gioiosi e rilassanti che offre – di per sé può avere effetti terapeutici dal punto di vista psicofisiologico, non sempre si può parlare di Pet Therapy. Da questo punto di vista anche l'adozione di un animale domestico ha un risvolto «terapeutico», che costituisce un apprezzabile plusvalore, ma non si tratta di Pet Therapy. Altra confusione molto diffusa è quella che ha indotto a definire «terapie» iniziative che, per l'assenza di una precisa intenzionalità terapeutica e delle necessarie figure professionali, si pongono piuttosto nel campo delle «attività» con animali (Giuseppini, 1997).

### ATTIVITÀ ASSISTITE CON GLI ANIMALI (AAA)

Le Attività Assistite con gli Animali (AAA) consistono in attività di tipo ricreativo e rieducativo che mirano a migliorare la qualità della vita incrementando, per mezzo dell'animale, lo stato generale di benessere di alcune categorie di persone. Per esempio gli anziani o i malati terminali soffrono spesso a causa della solitudine in cui il loro status li costringe. Un animale in questo caso offre amicizia, compagnia, è fonte di allegria e spesso stimola e motiva al gioco e alle passeggiate che, a loro volta, facilitano i contatti sociali. L'AAA si esprime in una varietà di azioni condotte da professionisti, paraprofessionisti e volontari in associazione con animali che presentano determinate caratteristiche e criteri (ovviamente il personale deve possedere specifiche conoscenze sugli animali e sulla popolazione con cui interagisce). L'AAA può essere sia attiva-diretta, prevedere cioè il contatto fisico con l'animale, che attiva-indiretta. Nell'ultimo caso la persona, pur non toccando l'animale, trae ugualmente benefici dalla sua presenza, dall'osservarlo e/o dai suoni da lui emessi. A tal riguardo ricordiamo gli esperimenti condotti presso studi dentistici dove l'introduzione di un acquario, in alcuni casi, ha addirittura evitato il ricorrere all'anestesia nel curare i pazienti: la varietà dei colori, il rincorrersi dei pesci, il simpatico suono prodotto dalle loro bollicine provoca, infatti, uno stato di relax profondo e intenso.

Gli obiettivi principali delle AAA sono quelli di favorire la socializzazione e fornire agli utenti un momento di svago e divertimento.

A differenza delle Terapie Assistite con gli Animali, le AAA non hanno obiettivi specifici programmati per ogni sessione; gli operatori, siano questi professionisti o volontari, non sono obbligati a raccogliere informazioni durante gli incontri, che vengono gestiti con spontaneità e la cui durata non è rigidamente programmata.

### LE TERAPIE ASSISTITE CON GLI ANIMALI (TAA)

Le Terapie Assistite con Animali, sono interventi finalizzati a curare la salute psicofisica degli individui. Si tratta di co-terapie rivolte a persone con problemi fisici e/o psichici, da affiancare ad altre cure. Viene precedentemente realizzato un progetto individualizzato, attraverso un'équipe multidisciplinare che collabora alla stesura, verifica e messa in opera del progetto stesso. Tale intervento prevede innanzitutto la scelta dell'animale adatto in base allo scopo da raggiungere.

Le TAA sono interventi co-terapeutici che hanno lo scopo di promuovere e migliorare le funzioni fisiche, sociali, emozionali e cognitive dell'uomo; gli animali vengono utilizzati a scopo terapeutico, nelle scuole, nelle prigioni, negli ospizi, negli ospedali, nei programmi di recupero per tossicodipendenti o per la riabilitazione di persone affette dal virus dell'HIV, da spina bifida, dal Morbo di Alzheimer, da sindrome di Down, da autismo, ecc. Essendo obiettivo di una co-terapia quello di inserirsi all'interno di un progetto terapeutico più ampio, al fine di contribuire a migliorare alcuni deficit legati alla patologia, o ridurre gli effetti negativi della salute del paziente, rispetto alle attività svolte con l'ausilio degli animali (AAA), le Terapie Assistite con gli Animali agiscono su una malattia che è stata diagnosticata seguendo un preciso protocollo terapeutico.

Dunque quello che distingue le Attività Assistite con gli Animali dalle Terapie è che le seconde prevedono necessariamente la collaborazione di molteplici figure professionali (dal neurologo al fisiatra, dallo psicologo al pedagogista, ecc.) che sono in grado di sfruttare al meglio le potenzialità del cane, dell'utente e della loro relazione; prevedono, inoltre, la presenza di una progettazione specifica in grado di garantire che l'attività tra l'animale e l'utente non avvenga per caso, solo per il fatto che essi interagiscono spontaneamente tra di loro. Centrale sarà quindi il «come» essi interagiranno, in modo che i risultati ottenuti siano stati in un certo senso programmati e attesi. Infine, altra sostanziale differenza è che mentre i risultati delle AAA non vengono misurati ed osservati empiricamente, nel caso delle TAA è prevista la raccolta dei dati e la sperimentazione al fine di effettuare una valutazione in termini di processo e di esito.

### EDUCAZIONE ASSISTITA CON L'AUSILIO DI ANIMALI (EAA)

L'EAA è una forma di educazione mediata dall'animale di tipo prettamente ludico, costituita da incontri che coinvolgono gli animali, appositamente preparati in contesti educativo-formativi. Per il bambino l'animale riveste un ruolo affettivo notevole, grazie alla capacità relazionale dell'animale stesso, che permette un continuo scambio emozionale.

Con l'animale i bambini instaurano un rapporto mimico e gestuale, riscoprendo la capacità non verbale di comunicazione e affinando la propria sensibilità e ricettività ai segnali esterni di piacere e di stress del compagno di giochi; questi rappresentano tutta una serie di fattori fondamentali anche nella vita sociale tra coetanei e adulti, quindi necessari per una strutturazione equilibrata della personalità.

### ANIMALI IMPIEGATI IN PET THERAPY

Gli animali che vengono solitamente coinvolti nella Pet



Therapy sono: asini, capre e mucche; criceti e conigli; uccelli; pesci; delfini; cavalli; gatti; cani.

- *Criceti, conigli*: sono animali molto diffusi nelle nostre case, perché piccoli e gestibili molto facilmente. Osservare, accarezzare, prendersi cura di questi animaletti può arrecare grande beneficio soprattutto ai bambini che stanno attraversando una fase difficile nella loro crescita.
- *Uccelli*: in particolare è stato rilevato l'effetto benefico derivato dal prendersi cura di questi animaletti.
- *Pesci*: è stato constatato che l'osservazione dei pesci di un acquario può contribuire a ridurre la tachicardia e la tensione muscolare, avendo una forte capacità rilassante.
- *Delfini*: in Pet Therapy occupano un posto privilegiato. Risultano particolarmente efficaci per pazienti affetti da depressione e disturbi della comunicazione, e soprattutto per i pazienti autistici, aiutandoli a uscire, almeno parzialmente dal proprio isolamento. Purtroppo i costi proibitivi delle strutture e del mantenimento degli animali impediscono l'utilizzo più ampio dei benefici di questa terapia.

Il contatto con i delfini stimola inoltre la motivazione, l'aumento di fiducia, la capacità motoria e comunicativa, la capacità di memorizzare e di elaborare concetti.

Non dimentichiamo inoltre che il luogo in cui viene effettuata fornisce un feedback positivo cinestesico e di riduzione dello stress.

- *Cavallo*: la terapia per mezzo del cavallo viene identificata come ippoterapia. Con questo termine intendiamo un insieme di attività equestri eseguite con una finalità terapeutica, diretta ai disabili fisici, psichici o con diverse problematiche socio-relazionali.

Interessa diverse aree:

- sviluppo e potenziamento muscolare;
- orientamento spaziale;
- abilità visuo-spaziali semplici e complesse;
- integrazione relazionale.

Nell'ambito dell'ippoterapia si riconoscono generalmente quattro fasi denominate: 1) ippoterapia; 2) riabilitazione equestre; 3) fase presportiva; 4) fase sportiva.

Non tutti i pazienti raggiungono la fase della riabilitazione, data la gravità della loro disabilità.

Si distingue nettamente la pratica sportiva per disabili, che non agisce specificatamente sulla menomazione e la disabilità, pur avendo un effetto favorevole sulla persona disabile.

- *Gatto*: per le sue caratteristiche di indipendenza e facilità di accudimento, lo si preferisce per persone che vivono sole e che non sono agevolate negli spostamenti.
- *Cane*: l'utilizzo del cane nella Pet Therapy è fortemente privilegiato poiché possiede caratteristiche che gli consentono di avere una grande capacità di relazionarsi con l'ambiente e con l'essere umano in modo del tutto particolare.

#### POTENZIALITÀ DELL'IMPIEGO DEL CANE NEI PROGRAMMI DI AAA E TAA

Laddove la capacità di comunicazione e/o di relazione tra uomo e uomo sono compromesse, il contatto con l'animale – caratterizzato da immediatezza, spontaneità, assenza di giudizio o critica – permette al paziente di superare molti timori e percezioni

di inadeguatezza. La fiducia e l'apprezzamento incondizionato che mostra il cane favorisce nel paziente lo sviluppo di un senso di sé positivo.

L'aspetto più immediatamente corporeo del contatto ha un importante effetto su tutto l'apparato psicomotorio. Giocare con un cane significa essere stimolati a camminare o correre insieme a lui, lanciare e recuperare oggetti, rincorrerlo, toccarlo, accarezzarlo. Significa anche relazionarsi con l'animale, tenendolo in grembo, sedendosi o sdraiandosi vicino a lui, sentendo il calore e la morbidezza del suo pelo, apprezzando i colori e gli odori del manto, riuscendo a comprendere le espressioni e i diversi segnali che ci invia di gratificazione, di fastidio, di richiesta, ecc.

Si tratta di interazioni complesse, che coinvolgono l'apparato motorio-percettivo, così come quello emotivo-affettivo, che sviluppano la consapevolezza del «proprio essere nel mondo» e del proprio io-corporeo, favorendo l'evoluzione spontanea di capacità e conoscenze necessarie alla relazione.

Il cane, inoltre, è in grado di riconoscere la disabilità della persona con handicap, e riesce pertanto a modulare naturalmente il suo comportamento in modo da rispettarne le caratteristiche, esso è in grado di decidere quale comportamento adottare a seconda delle circostanze. A differenza dell'uomo, però, non dà un giudizio di valore su tali diversità: il suo comportamento non è influenzato da pregiudizi o implicazioni morali che possono condizionare negativamente i rapporti con gli umani. Certi aspetti quali un'eccessiva salivazione, forti odori, stridii e vocalizzi particolari, stereotipie comportamentali – che solitamente generano distanza nel rapporto tra esseri umani – sono elementi abituali nel mondo comunicativo-relazionale dei cani e quindi non solo non generano reazioni di rifiuto o fuga ma, spesso, ne catalizzano l'attenzione e l'interesse. La presenza dei deficit fisici, sensoriali e/o psichici spesso non è d'ostacolo alla comunicazione, in quanto il cane è capace di interagire a qualsiasi livello di gravità del soggetto e lo fa utilizzando soprattutto la corporeità e il linguaggio non verbale.

A livello cognitivo il cane può essere utilizzato per stimolare un bambino a contare le sue zampe o il numero di volte in cui riporta una palla; può insegnargli a rispettare i tempi di attesa tra un esercizio e l'altro, ecc.

A livello motorio il cane può stimolare azioni quali il correre o il lanciare oggetti, può accrescere la consapevolezza dell'intensità del tocco e favorire il coordinamento oculo-manuale, accarezzandolo o porgendogli un biscotto.

L'orientamento spaziale può essere sviluppato prevedendo la direzione in cui il cane correrà per recuperare l'oggetto o individuando la sua posizione rispetto al paziente.

La presenza del cane, a livello della socializzazione, intensifica la comunicazione verbale e le interazioni con le altre persone, si tratti dell'operatore, del terapeuta o di chiunque altro partecipi alle attività con l'animale.

Per quanto riguarda l'autonomia, l'acquisizione di capacità di accudimento, anche così semplice come dare il cibo o spazzolare l'animale, rendono il paziente molto più sicuro di sé e disponibile all'apprendimento di autonomie inerenti la propria vita quotidiana e l'autogestione. La presenza di un forte polo di attrazione come il cane è insostituibile: concentra a lungo l'interesse e aiuta a memorizzare e integrare apprendimenti diversi. Ed è proprio in virtù delle innumerevoli sollecitazioni che nascono dalla relazione con l'animale e che offre a tutti i livelli, fisici e



psichici, che il cane diventa un veicolo privilegiato che consente all'uomo di fare un'esperienza ricca, unica e irripetibile in cui emozioni e conoscenze nascono e si sviluppano in modo spontaneo e naturale.

## CON QUALE TIPOLOGIA D'UTENZA È PIÙ EFFICACE LA PET THERAPY?

In realtà non esiste un'utenza in particolare; l'impiego di programmi di AAA e TAA ha visto applicazioni dagli esiti soddisfacenti con patologie dell'infanzia e adolescenza (autismo, ADHD, ecc.), con disturbi sensoriali (sordità e cecità), con disturbi di personalità, disturbi dell'adattamento, disturbi d'ansia e d'umore, disturbi psicotici, disturbi psichiatrici, con le tossicodipendenze, gli immunodepressi e i malati terminali, con anziani, con i post comatosi, ecc. È importante però tener conto che possono esistere controindicazioni al suo impiego in particolare con patologie quali ipocondria, disturbo ossessivo-compulsivo, depressione grave, oligofrenia grave, qualsiasi patologia psichica che possa portare al maltrattamento dell'animale e zoofobia. Altri elementi da tenere in forte considerazione sono la presenza di allergie al pelo degli animali o assenza di interesse per l'animale. Ovviamente dietro ogni patologia c'è la persona, che è unica e irripetibile ed è quindi importante valutare di caso in caso e programmare interventi individualizzati.

Pet Therapy, dunque, non vuol dire prendere un cane con sé o averlo semplicemente accanto, per quanto piacevole possa essere la sua compagnia. Essa è una disciplina vera e propria. In quanto tale non è una panacea per tutte le patologie e deve essere applicata dopo attenta valutazione: essa non è universalmente efficace, ossia non è adatta a tutti gli individui e solo esperti e

professionisti con una specifica preparazione nel settore sono in grado di valutarne le possibilità e le modalità d'impiego.

## BIBLIOGRAFIA

- BALLERINI G.**, *Animali amici della salute. Curarsi con la pet therapy*, Milano, Xenia, 1993.  
*Animali terapia dell'anima*, Brescia, Ed. Fondazione Iniziative Zooprofilattiche e Zootecniche, 2000.
- BAUN M., BERGSTROM N., THOMAS L.**, *Physiological effect of human companion animal bonding*, «Nursing Research», 33, 1984, pp. 125-129.
- DEL NEGRO E.**, *Pet Therapy. Il metodo Zara: un programma di riabilitazione psicoaffettiva*, Milano, Franco Angeli, 1998.
- FRIEDMANN E., KATCHER A., LYNCH J., THOMAS S.**, *Animal companions and one-year survival of patients after discharge from a coronary care unit*, «Public Health Reports», 95, 1980, pp. 307-312.
- FRIEDMANN E., KATCHER A., LYNCH J., THOMAS S., MESSENT P.**, *Social interaction and blood pressure: influence of animal companions*, «Journal of Nervous and Mental Disease», 171, 1983, pp. 461-465.
- GIACON M.**, *Pet Therapy: psicoterapia con l'aiuto di amici del mondo animale*, Roma, Mediterranee, 1992.  
*L'animale nella cura del disabile*, «La rosa blu» - ANFFAS, genn.-febb. 2000, pp. 31-35.
- GIUSEPPINI M.**, «Terapie assistite da animali e delfinoterapia: metodologie e esperienze», Convegno SITACA, 1997.
- MESSENT P.R.**, *Pets as social facilitators*, «Veterinary Clinics of North America: Small Animal Practice», 15, 1985, pp. 387-393.
- MESSENT P. R.**, *Review of international conference on the human companion animal bond held at Philadelphia*, «Royal Society of Health Journal», 102, 1982, pp. 105-107.
- PAGEAT P.**, *Canì si nasce, padroni si diventa*, Milano, Nuova Pratiche Editrice, 2000.
- ROUSSELET BLANC V., MANGEZ C.**, *Gli animali guaritori*, Milano, Geo, 1993.
- WILSON C.C., NETTING F. E.**, *Companion animals and the elderly: A state-of-the-art summary*, «Journal of the American Veterinary Medical Association», 183, 1983, pp. 1425-1429.