

# **Pet-therapy – Ippoterapia emozioni – affetti**

**Romeo Lucioni**

Gli studi sulle conseguenze di un trauma acuto o di una situazione traumatica cronica hanno portato a evidenziare l'importanza dell'asse ipotalamo-ipofisi-ghiandole surrenali (C.B.Pert).

Le cellule dell'ipotalamo (nucleo che fa parte del sistema limbico) estendono i loro assoni sino all'ipofisi, liberando il neuropeptide CRF (fattore di rilascio corticale) che stimola la secrezione di ACTH (*adrenocorticotropina*) che, per via sanguigna, raggiunge le ghiandole surrenali

Questa stimolazione chimica porta alla liberazione di *adrenalina* implicata nella risposta difensiva di allarme-lotta-fuga.

Tale attivazione porta a risposte vegetative riferibili alla tensione:

??dilatazione pupillare;

??tachicardia;

??erezione dei peli;

??accelerazione del respiro.

Una situazione di *allarme cronico* e, quindi, elevati tassi di CRF e ACTH nei vari circuiti di biofeedback, alterano il comportamento ed i meccanismi psico-mentali ad essi sottesi.

Si possono osservare situazioni di blocco-psichico, caratterizzato da comportamenti stereotipi, impossibilità di liberarsi da una specie di circolo vizioso che mantiene e riattiva le situazioni stressanti. C.B.Pert ha preconizzato come queste esperienze traumatiche restino fissate nella memoria non solo nel cervello, ma in profondità, nel corpo, a livello cellulare. Sotto forti stress, il CRF aumenta, i suoi recettori specifici cominciano a desensibilizzarsi, diminuendo di dimensione e di numero.

Questi cambiamenti agiscono su molti sistemi ed organi diversi, interferendo con un normale equilibrio dell'intera *rete psicosomatica*.

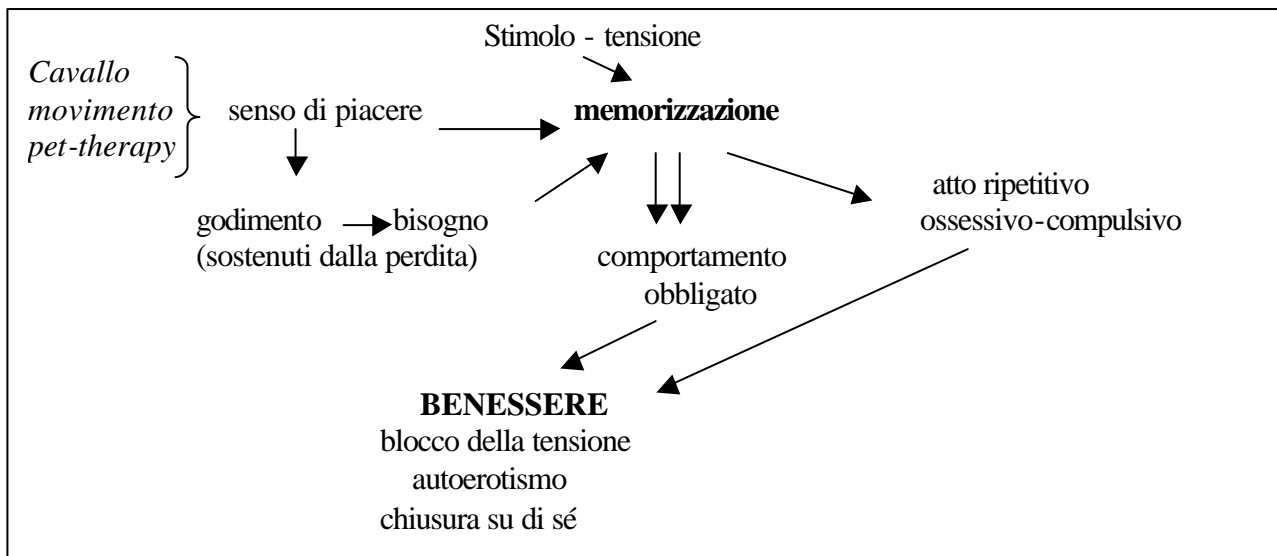
Queste considerazioni fanno pensare al fatto che per risolvere un problema di tensione cronica, sia necessario riequilibrare tutto il sistema reattivo, nell'ordine dell'emotività.

Nell'impossibilità di realizzare questo meccanismo, si instaura una ostruzione nella rete psico-somatica, un blocco del flusso delle sostanze chimiche (neuropeptidi) che supportano il benessere vitale e l'equilibrio comportamentale.

Da questo si desume perché risulti difficile affrontare situazioni di tensione emotiva cronica con terapie verbali o farmacologiche e, al contrario, come possano risultare maggiormente favorevoli le terapie alternative che mirano allo sfogo somatico-emotivo attraverso il contatto corporeo e/o il linguaggio del corpo (*psicoterapia corporea*).

Per comprendere meglio i meccanismi psico-emotivi attivati dalle situazioni di attivazione o di malessere, possiamo intraprendere il cammino dell'analisi dei processi sottesi agli interventi cosiddetti "beatificatori", tra i quali: il massaggio, gli abbracci, il contatto e, non ultima, la pet-therapy. Interventi che ci riportano all'idea delle "*emozioni che curano*".

Schematicamente possiamo rappresentare questi meccanismi con:



Il comportamento obbligato o l'atto compulsivo diventano *sintomo* che, come ricorda J.-D.Nasio, ha un effetto liberatorio e pacificante, diventando l'aspetto principale del *godimento*.

Quando il cavallo si ferma, sorge un sentimento di perdita che stimola il bisogno e, quindi, la dipendenza dal godimento.

La coazione a ripetere è l'espressione del bisogno e della richiesta del godimento che, seppure nel benessere, dimostra la "voragine insanabile e insaziabile" che spinge alla ricerca del piacere. Da qui si comprendono le parole di J.-D.Nasio "...il sintomo è sia pena, sia sollievo: sofferenza per l'Io (coazione ossessiva) e benessere per l'inconscio".

La teoria del godimento di Lacan:

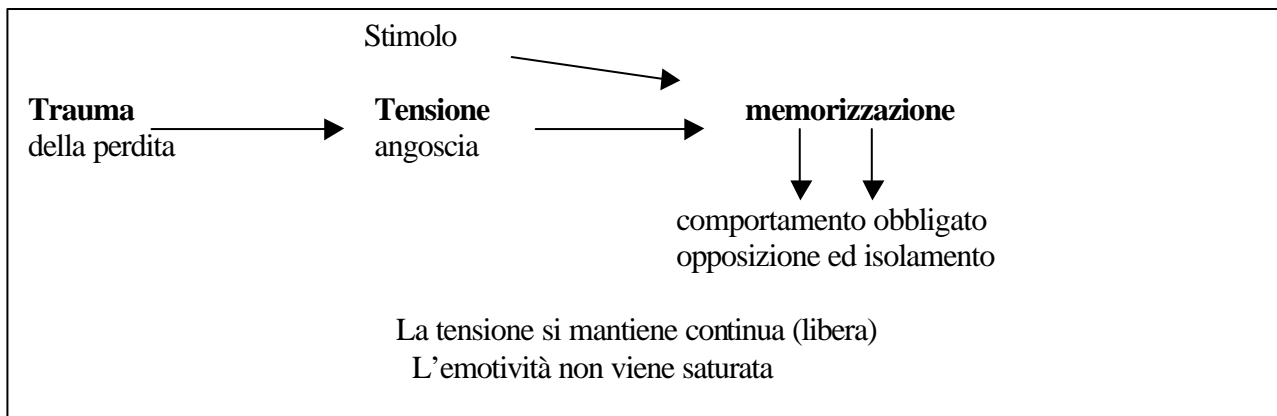
- ??evoca l'idea di *voluttà* (che per nulla si riferisce al tema dell'orgasmo);
- ??si riallaccia all'aspirazione costante di *felicità assoluta* (Freud);
- ??genera uno stato di tensione (esacerbata dal senso di "perdita");
- ??è frenato dalla *rimozione* (senso di colpa) che, quanto più è intransigente, tanto più fa aumentare la tensione ed il bisogno).

Da questo si desume come:

- ~~la~~ *ripetitività* equivale alla scarica che dissipa l'energia e, quindi, la tensione;
- ~~la~~ *ritenzione* tende a conservare una parte di energia (residuale) che sostiene il bisogno e, quindi, l'espressività sintomatologica.

J—D.Nasio ricorda come l'energia residuale si collochi all'interno del sistema psichico e così *sovraccita le zone erogene e iperattiva il livello di tensione interna*.

La tensione residuale impedisce il raggiungimento della "*felicità assoluta*" e di una totale soddisfazione e, quindi, il senso di benessere viene rivolto sul Sé per cercare di aumentare un *senso di auto-sufficienza* (autoerotismo) che entra nel sistema mnesico.



Per superare questa situazione di impasse, definibile come conflittiva e perturbante, devono intervenire altre organizzazioni psichiche che sono sottese da strutture cerebrali diverse dal sistema limbico, ma che con questo restano strettamente connesse.

Le osservazioni di A.Damasio hanno portato a identificare questa organizzazione superiore nei lobi frontali e pre-frontali che la neurofisiologia ha riconosciuto come depositari di quelle funzioni che sono state chiamate "affetti" e che fanno parte del mondo timologico o dei valori. Questi non si riferiscono più solamente alla ricerca dell'omeostasi ed all'adattamento del soggetto che cerca il suo "benessere" e la risoluzione dei propri impulsi, delle tensioni libidiche.

Gli affetti sono indicati come "*i sentimenti*" che inducono un salto di qualità che a volte viene indicato nel termine di *umanizzazione* che si riferisce alle relazioni sociali, alle correlazioni con l'Altro e, quindi, a dinamiche che portano alla capacità di condividere, di agire con altruismo, con generosità, con senso di giustizia e di riconoscenza. In altre parole, gli affetti sono il fondamento della relazione, dell'incontro e dello sviluppo sociale.

C.B.Pert ricorda, nel suo libro sulle molecole di emotività, il detto "*chi semina vento, raccoglie tempesta*" che si traduce in un riflesso paradigmatico di valori etici che dovrebbero organizzare la convivenza e la società degli umani.

Per raggiungere questi obiettivi, il primo importante passo è quello di "*prendere coscienza di Sé*", scelta che riguarda l'essere più che il *fare* e che comprende l'operazione di approfondire non solo la conoscenza delle emozioni proprie, ma anche di quelle che corrispondono all'Altro.

Una buona autocoscienza si fonda sulla relazione perché il "*senso di verità*" si nasconde nell'occhio dell'Altro.

Ecco che assume una importanza fondamentale la "*visibilità*" che è vedere e farsi vedere e poi l'ascolto e la comunicazione, l'autosoddisfazione, ma anche il rispetto di sé e dell'Altro.

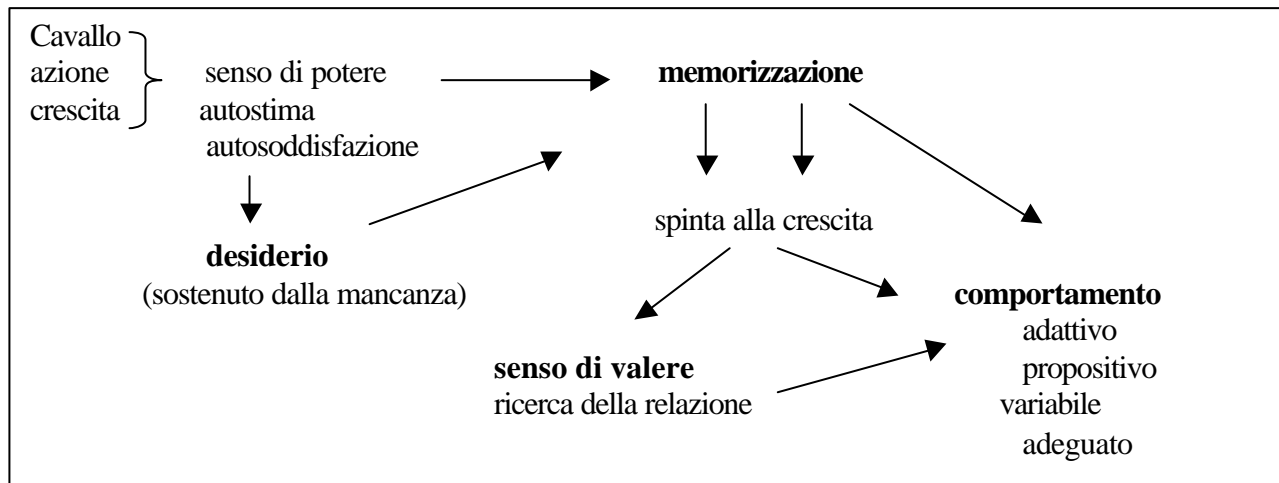
L'organizzazione dei sentimenti, dei valori e della vita sociale, seguendo le considerazioni di A.Damasio, comincia intorno ai due anni, quando le strutture frontali e pre-frontali raggiungono la maturazione funzionale.

Ci chiediamo in che cosa consista questa organizzazione superiore e molte osservazioni portano a considerare:

- ✍ la funzione modulatrice e di controllo delle *funzioni emotive* espletate dal sistema limbico nel quale si trovano fino al 90% e più dei recettori dei neuropeptidi (mentre nella corteccia frontale sono ben pochi);
- ✍ la organizzazione del *sistema affettivo* che dà significato e importanza alla socializzazione;

☞ trasferire queste elaborazioni al *sistema cognitivo*, più precisamente relazionale e simbolico, che si organizza con l'interessamento di tutta la corteccia cerebrale.

A questo punto, il nostro emblematico cavallo entra a far parte di quella attività riabilitativa che è stata chiamata "ippoterapia scientifica" o "riabilitazione per mezzo del cavallo", nella quale si scopre una relazione a tre, una triade -animale-terapeuta-cavaliere- nella quale si formano relazioni, si creano visibilità, si organizzano vissuti, dipendenze, correlazioni, vibrazioni ed immagini profonde, compromessi, scelte, elaborazioni consce ed inconsce.



Da quanto sopra, è evidente come:

la **pet-therapy** si basa sulle emozioni e sul godimento (corpo), sulla risoluzione libidica degli impulsi, sul senso di benessere personale e, quindi, sull'autosoddisfazione e sull'autoerotismo che non risolve i problemi profondi della dipendenza dal bisogno che restano come "nucleo irrisolto" (energia residuale) che mantiene un elevato tono di emotività ed un "senso di bisogno di felicità". Questo quadro psico-mentale si avvicina ad una *situazione regressiva* che ha un nucleo centrale basato sull'egocentrismo, sull'onnipotenza e sul narcisismo primario sostenuto da processi pre-edipici.

La **ippoterapia** si basa sui valori e su una elaborazione psico-affettiva che trova le sue giustificazioni in:

- ☞ autovalorizzazione basata sul senso di realtà;
- ☞ autosoddisfazione che si fonda nel narcisismo secondario; senso di verità che il soggetto scopre nella relazione; predominio del desiderio fondato non sulla perdita, ma sulla mancanza che spinge a saturare le risposte emotive attraverso una elaborazione conscia affettiva e razionale.

L'ippoterapia apre le porte alla crescita, allo sviluppo, alla ricerca di un programma per il futuro e, in questo modo, utilizza le forze attive e positive che derivano dalla funzione "Nome del Padre" che permette il superamento delle problematiche edipiche e, quindi, uno sviluppo psico-affettivo e psico-cognitivo validi, integrati e che danno valore, egemonia ed indipendenza.

## CONCLUSIONI

Da più parti, ogni attività che utilizza gli animali viene immessa nell'area della *pet-therapy* cioè in quella sfera di attività cercano di dare alle persone sensazioni di piacere e di benessere.

L'uso del cavallo, però, richiede considerazioni molto speciali che lo distinguono da qualsiasi altra attività di questo tipo, proprio perché la pratica risale forse addirittura a millenni di storia che hanno visto il "migliore amico dell'uomo" anche come mezzo per dare benessere e per "curare".

L'ippoterapia, in questi ultimi anni, ha subito una rivoluzione concettuale e nella sua applicazione pratica ed inoltre è stata inclusa in programmi riabilitativi strettamente basati sulla scientificità delle regole applicative e della valutazione dei risultati.

Per questo la riabilitazione equestre ha perso quella semplicistica veste di applicazione ludico-ricreativa ed è entrata a pieno diritto tra le metodologie medico-sanitarie atte ad ottenere un recupero funzionale e globale di soggetti disabili, disagiati o disturbati da alterazioni dello sviluppo psico-mentale.

In questa logica, l'ippoterapia non può più essere annoverata tra le tecniche di *pet-therapy* che danno benessere o soddisfazione (per questo la *pet-therapy* può essere inclusa tra le terapie palliative che fanno bene, ma non cambiano la situazione di fondo).

L'ippoterapia è oggi una modalità terapeutico-riabilitativa che, se applicata secondo linee-guida precise e validate, con un ampio programma nel quale si trovano anche precisi interventi psico-terapeutici e di riabilitazione cognitiva e utilizzando professionisti (psicologi, psichiatri, medici ed educatori) specializzati, può portare ad indurre miglioramenti, recuperi ed anche risoluzione dei problemi di disabilità psico-affettiva.

Questo modello riabilitativo ha permesso di guardare alla disabilità psico-mentale non più come una malattia o come una spada di Damocle sospesa sulla testa di tanti bambini e giovani insieme alle loro famiglie che dovevano sopportare sofferenze, angosce, disillusioni ed anche lacerazioni profonde e dolorose.

Oggi bambini colpiti da gravi disturbi dello sviluppo come l'autismo, l'iperattività, i blocchi psico-mentali da traumi, le sindromi regressive sovrapposte a malattie genetiche come la sindrome di Down, dell'X-fragile, dell'ACC, di Joubert, ecc. possono affrontare i loro disagi con speranza ed anche con molte certezze per un miglioramento non solo comportamentale, ma anche funzionale e globale.

L'esperienza ci fa dire che molti bambini disabili per disturbi psico-fisici e/o psico-mentali che avevano come futuro una triste previsione di handicap, possono oggi essere presi per mano e ricondotti sulla via dello sviluppo e della crescita.

Per questo sarebbe un grave errore fare passi indietro, tornare a considerare l'ippoterapia una semplice parcella della *pet-therapy* e/o una banale applicazione ludico-ricreativa che dà benessere.

Non si vuole togliere nulla a tutte le pratiche della *pet-therapy* che aiutano a "sentirsi più felici" a molti anziani, malati gravi, disabili poco modificabili. Non dobbiamo però neppure dimenticarci di tutti i benefici che sono stati resi possibili con l'applicazione di una ippoterapia scientifica, una riabilitazione equestre che ha la possibilità di aiutare tanti bambini, facendoli uscire dal tunnel terribile dell'angoscia, riportando il sorriso in molte famiglie piombate nel baratro della disperazione il giorno che hanno conosciuta la diagnosi dei loro figli.

La speranza che tanti bambini mettono nella nostra capacità di studiare e di offrire metodiche nuove e rivoluzionarie, fondate sui principi medico-scientifici e sulla valutazione dei risultati, segnano le nostre attività con un marchio di eticità e con l'obbligazione di non perdersi in diatribe sterili, ma di trovare per loro tutti i mezzi utili per riconsegnarli alla vita ed al diritto della libertà e delle pari opportunità.