

A.I.D.I.R.E. ed IPPOTRAPIA SCIENTIFICA

Romeo Lucioni

L'A.I.D.I.R.E. (Associazione Italiana di Ippoterapia e Riabilitazione Equestre) è stata fondata per affrontare i problemi della disabilità fisica, psichica e sensoriale.

Il lavoro che si svolge in favore dei disabili è sempre un motivo di incontro e di confronto, la possibilità di stringere legami e creare "luoghi" dove sviluppare le potenzialità personali, ma, soprattutto, cercare i mezzi più idonei perché la disabilità si trasformi veramente in una ricchezza ed in una risorsa.

Il trasferimento a programmi strutturati dei risultati ottenuti con la pratica riabilitativa globale e dei vissuti dei pazienti, diventa una possibilità concreta di acquisire nuove conoscenze sul tema delle "pari opportunità" e di dare una risposta concreta agli interrogativi:

~~///~~ che fare per l'handicap?

~~///~~ quale futuro per i disabili?

Riconosciute l'importanza e la dimensione del problema diventa automatica la necessità di confrontarsi in un ampio raggio di esperienze e di culture per dare una risposta ai bisogni, ma anche per strutturare una visione "globale" sul tema della disabilità psichica e, soprattutto, per cercare una risposta concreta, utile e strutturabile in un processo pragmatico di intervento.

Si tratta di scoprire quella "poetica della vita" che dà senso, significato e valore alla quotidianità dell'esistere e dell'incontrarsi che, di fronte alla disabilità, assume i caratteri della "eticità" e del principio delle "pari opportunità".

L'ippoterapia, intesa come intervento riabilitativo e strutturata su basi scientifiche, può essere considerata tra le metodiche medico-assistenziali utili per affrontare il problema della disabilità.

Dopo molti anni di studi fondati sulle esperienze pratiche condotte sotto la guida di medici, psichiatri, fisiatristi, psicoterapeuti, psicologi, educatori ed istruttori equestri, si è potuto strutturare un modello di intervento capace di indurre non solo miglioramenti della sintomatologia psicopatologica, ma anche recuperi funzionali e globali, ripristino delle funzioni psichiche, se non alla guarigione.

Sebbene questi risultati siano ottenibili integrando l'ippoterapia in programmi complessi che prevedono interventi di psicoterapia, controlli medico-fisiatrici ed esercitazioni psico-cognitive, resta però ben documentata l'importanza della "riabilitazione per mezzo del cavallo".

IPPOTERAPIA

Fin dagli albori della civiltà il legame tra l'uomo ed il cavallo è sempre stato importante; in molti luoghi questi animali erano considerati sacri; tra i Sumeri, gli Egizi, i Celti, i Galli, i Greci ed i Romani il cavallo ha rivestito un proprio ruolo, non solo perché era, in pratica, l'unico mezzo di locomozione, ma anche per il legame affettivo che si stabiliva con il cavaliere.

Tenendo conto di queste considerazioni, alcuni specialisti hanno pensato di utilizzare il cavallo per organizzare attività ludiche, ricreative ed anche terapeutiche. Se in un primo tempo si poteva ritenere che questa "utilità" del cavallo per svolgere pratiche terapeutico-riabilitative fosse piuttosto intuitiva ed anche quasi "augurabile" come "ultima spiaggia", piano piano l'impiego è risultato più meditato assumendo i caratteri di una impostazione veramente scientifica.

L'**ippoterapia**, praticata con rigore e sotto la guida di personale esperto, porta grandi benefici a coloro che sono affetti da disturbi motori (emiparesi, paraparesi, monoparesi), difficoltà di coordinazione, di equilibrio e di sostenere il capo eretto, mancanza di coscienza del proprio corpo.

Questa attività riabilitativa può essere utilizzata non solo per affrontare problematiche neuro-muscolari, ma è utile anche nei disturbi psichici, in quelli comportamentali ed anche nei casi di deficit psico-affettivo o nelle problematiche che riguardano le difficoltà dello sviluppo psico-mentale.

Lunghi anni di esperienza pratica hanno dimostrato che questa tecnica è particolarmente importante per favorire lo sviluppo delle strutture profonde della personalità e per permettere la riabilitazione psico-sociale di giovani affetti da autismo, sindrome di Down, X-fragile, insufficienza mentale, psicosi giovanile, sindromi regressive di innesto, oltre che da particolari espressioni patologiche che richiedono un intervento "globale" come il caso della Sindrome di Joubert.

Tutto questo però si ottiene utilizzando l'ippoterapia in un contesto terapeutico-riabilitativo ampio e globale che implica anche l'uso di tecniche psicoterapeutiche e riabilitative più mirate e precise.

Il paradigma di questo modello operativo consiste nel compattare e ristrutturare le funzioni emotive, affettive e cognitive che sono la base del funzionamento adattivo-volitivo dell' IO.

Ricostruire il senso di sé, l'autovalorizzazione e l'autosoddisfazione significa produrre un cambiamento della visione del Sé di fronte a se stesso, alla famiglia ed al mondo e permettere di costruire una metafora percettiva semplice, ma pregnante e significativa: **IO POSSO**

Da questo si evince come il processo di "crescita" diventa autoapprendimento, nella misura in cui si delinea come spinta soggettiva e come volontà di rispettare e credere nelle proprie potenzialità. Proprio per questo l'ippoterapia permette di superare tentennamenti e blocchi psico-mentali che si sono strutturati come reazioni "inevitabili" a:

- frustrazioni
- colpevolizzazioni (depressione)
- ansie ingiustificate
- paura di sbagliare
- angoscia di fronte ai rifiuti
- sensi di inadeguatezza
- ricordi di traumi infantili
- sensazione di non poter controllare le proprie emozioni ed i sentimenti più profondi.

Il modello terapeutico-riabilitativo si compone di diversi momenti che corrispondono ad altrettante aree di strutturazione personologica e si riferiscono a:

?? **integrazione senso-motoria**: che sviluppa le funzioni sensoriali e percettive mettendole in relazione con le capacità motorie semplici e complesse, oltre che con lo schema corporeo inteso come Sè e come Sè nello spazio;

?? **integrazione emotivo-espressiva**: che concerne la capacità di modulare le proprie emozioni e di esprimerle con il corpo, la postura, gli atteggiamenti, la motricità;

- ?? **integrazione emotivo-affettivo**: rappresentata dalle possibilità di mettere in relazione emozioni e sentimenti, cioè di comunicare sensazioni intime all'Altro che ci sta osservando e che ci accompagna;
- ?? **integrazione affettivo-relazionale**: si tratta di acquisire la capacità di tenere conto del feedback relazionale e valorizzare l'esperienza dell'Altro;
- ?? **integrazione cognitiva**: che interessa lo sviluppo delle capacità cognitivo-intellettive, considerando anche l'ambiente, le relazioni e le risposte emotive.

Le attività riabilitative con l'uso del cavallo (ippoterapia) si sono specializzate per proporre gli interventi più idonei alla riabilitazione ed al recupero, attraverso metodiche psico-fisiche, personalizzate e capaci di sfruttare le potenzialità, assolute o relative, di ciascuno.

Nel tempo ha strutturato il suo impegno operativo non solo sulle basi teoriche dello studio delle neuroscienze, della psicologia e della psicoanalisi, ma, soprattutto, su fondamenti etici quali:

- ≠ diritto alle pari opportunità sia nell'ambito scolastico-educativo che sociale;
- ≠ rispetto della persona e dell'individuo nelle dinamiche relazionali;
- ≠ sensibilizzazione della società per dare ad ogni bambino la possibilità di crescere e di autovalorizzarsi;
- ≠ sviluppo della solidarietà e della sussidiarietà intese, non come semplice "aiuto", ma come mezzo perché anche un disabile si riconosca come "soggetto" capace di inserirsi attivamente nel proprio contesto familiare ed in quello scolastico e sociale.

Come in tutte le attività riabilitative anche nell'ippoterapia scientifica mira a:

- ≠ *Contenere le risposte emotive esagerate e poco controllabili perché sostenute da situazioni conflittive e/o disturbanti che si "organizzano" soprattutto in maniera intrapsichica:*
 - ?? reazioni abbandoniche
 - ?? espressioni dimostrative sostenute da sensi di frustrazione e di incapacità
 - ?? crisi di ansia e/o di angoscia determinate da stimoli insignificanti e/o rispondenti a un "sistema rappresentazionale" abnorme e, quindi, incomprensibile e non-condivisibile
- ≠ *stimolare la funzione affettiva puntando decisamente al ripristino e/o allo sviluppo di:*
 - ?? il senso di sé
 - ?? l'autovalorizzazione attraverso
 - ?? l'utilizzazione delle iniziative personali
 - ?? lo sviluppo delle capacità individuali contro l'inibizione e le sensazioni profonde di inadeguatezza
 - ?? il riconoscimento delle proprie "capacità", percettive, deduttive e di coordinazione motoria
 - ?? l'utilizzazione della "visibilità" del soggetto per migliorare le valenze della comunicazione verbale e non verbale, espressa o empatica
 - ?? lo sviluppo del senso di desiderio, cercando di contenere, nel contempo, le dinamiche del "piacere"
- ≠ *allargare e ampliare le funzioni mentali (cognitive ed intellettive) fondate su:*

- ?? attenzione
- ?? memoria operativa
- ?? autocoscienza
- ?? comprensione delle richieste
- ?? organizzazione delle deduzioni del problem solving
- ≠≠ *controllare i disordini comportamentali* che si esprimono con:
 - ?? ipercinesie
 - ?? eccitazione psicomotoria
 - ?? atteggiamenti oppositivi
 - ?? esplosività motoria e/o verbale
 e sono sostenuti da:
 - ?? sentimenti egocentrici ed onnipotenti
 - ?? predominanza delle pressioni libidiche e legate ai “bisogni” istintivi
- ≠≠ *sviluppare le funzioni immaginative* che fanno parte dell’ordine sociale in quanto richiedono la strutturazione di un pensiero affettivo sostenuto dai vincoli relazionali, dai vissuti e dalle memorie che partecipano a costituire una cultura, nella quale il soggetto si scopre come “nome e cognome”, come “partecipante”, ma anche come “elemento indispensabile” valorizzato e valorizzabile
- ≠≠ *organizzare le potenzialità simboliche* che rappresentano l’integrazione del pensiero concreto ed affettivo con i significanti elaborati dai processi di osservazione, di analisi, di deduzione e di generalizzazione. In questa visione integrativa le idee e gli ideali si fanno “corpo” e “discorso” passando a far parte della cosiddetta “normalità”. Proprio in questo “meccanismo” la singolarità e la pluralità si intrecciano strutturando vincoli che permettono l’interagire e l’arricchimento reciproco tra soggettività e cultura, cioè di quell’ordine psico-dinamico che chiamiamo “trama vincolare”.

CONCLUSIONI

Unire l’aspetto puramente equestre con quello ludico-sportivo presuppone una concezione dinamica (quindi non solo adattiva) dell’ippoterapia, per la quale l’intervento si prospetta come veramente terapeutico.

Nello svolgere attività a favore di determinati gruppi di persone o di soggetti che presentano qualche problema, più o meno disabilitante, sempre si deve scegliere un indirizzo che può essere ludico-ricreativo, ma, per altro, deve essere sviluppato su un versante specificamente riabilitativo e, si possibile, curativo.

In questa delimitazione concettuale, non si vuole certo togliere valore alla prima modalità, dal momento che il piacere, il sentirsi bene e/o soddisfatti ha, di per sé, un senso generico di “favorevole”, “benefico”, “positivo”, ma l’aspetto terapeutico ha finalità diverse. In questa ottica, ogni intervento acquista un valore o una prerogativa di scientificità strutturandosi su tre momenti:

- * la diagnosi, la valutazione e la precisazione degli obiettivi per l’intervento;
- * l’indicazione terapeutica specifica, mirata e personalizzata;
- * la quantificazione dei risultati e la riformulazione degli obiettivi e la programmazione di nuovi cicli operativo-terapeutici.

Queste modalità applicative portano ad adottare la strada degli obiettivi mutevoli e finalizzati alla crescita psico-fisica insita nella propensione ludica e sportiva.

Gli elementi riabilitativo-terapeutici dell'ippoterapia richiedono un'analisi appropriata e precisa per essere adattati, in forma personalizzata, a ciascun soggetto. L'uso di un determinato cavallo e delle sue spinte dinamiche nelle tre direzioni dello spazio (dx-sin; alto-basso; avanti-indietro) è valutato accuratamente da un fisiatra che tiene conto anche delle limitazioni neuro-artro-muscolari per tracciare il programma terapeutico.

Nello sviluppo dell'intervento valutano anche le possibilità di passare dal "passo", al "trotto" e al "galoppo", oltre che la velocità di esecuzione di ognuno di essi, non solo come possibilità fisica di evoluzione, ma anche come crescita psichica del "senso di potere".

Se questo iter è specifico per affrontare i deficit fisici (paraplegie, tetraplegie, spasmi muscolari, atresie cerebellari ed anche cecità), bisogna tenere in conto anche delle disabilità psichiche (autismo, psicosi, sindrome di Down e dell' X-fragile) che rappresentano più o meno il 50 % dei casi seguiti nell' A.G.R.E.S. e delle "reazioni" che accompagnano, in maggior o minor misura, anche i disturbi motori.

Possiamo considerare che le disabilità psichiche e fisiche portano ad un disadattamento se non ad una destrutturazione dell' Io. Questa funzione psichica si presenta come debole e/o inadeguata alle necessità della vita di relazione. Per questo motivo oggi l'ippoterapia viene attivata sulla base di una partecipazione multidisciplinare di specialisti che valutano le concomitanti psicologico-psichiatriche ed educative per poter affrontare eventuali situazioni di opposizione e di rifiuto alle proposte di crescita e di sviluppo.

A volte l'ippoterapia è fatta precedere da una attività psicoterapeutica personale proprio per favorire un adattamento psico-fisico al lavoro con il cavallo e, quindi, evitare inserimenti che diventano difficili, inutili o prematuri.

La ristrutturazione dell' Io è particolarmente importante per superare quel "falso sé", quegli elementi d'auto-svalorizzazione e di rifiuto a considerare le proprie capacità (assolute, relative e/o residue) per rifugiarsi in atteggiamenti autistici e/o regressivi.

Il rapporto con il cavallo è un elemento molte volte straordinario per poter recuperare il senso del "reale" e la coscienza delle proprie capacità psicomotorie, di reazione ed anche volitivo-affettive; esso è favorito dal coinvolgimento delle terapisti che, grazie alla loro lunga esperienza "terapeutica", riescono a cogliere subito sia i momenti di debolezza e di scoraggiamento, che richiedono un supporto; sia le attitudini corrette che devono essere utilizzate per spronare verso mete sempre più alte ed importanti.