

Una relazione speciale

PET THERAPY E BAMBINI ADHD



Corso Avanzato per Referente di Progetto negli Interventi Assistiti con gli animali – TAA

Elaborato Finale
Elisabetta Macchi
Novembre 2020



SOMMARIO

INTRODUZIONE:.....	3
Che Cos'è La Pet Therapy?	3
Équipe Multidisciplinare Per Gli Iaa:	6
IL MIO PROGETTO CON BAMBINI ADHD:.....	8
Mi presento	8
L'associazione Aifa Onlus:	9
Che Cos'è L'adhd?.....	9
Équipe Multidisciplinare Coinvolta.....	11
Il Ruolo Del Referente Eaa Di Progetto.....	11
Il Progetto Con Bambini Adhd	11
Struttura Del Progetto.....	13
CONSIDERAZIONI CONCLUSIVE:	15
BIBLIOGRAFIA:	16
SITOGRAFIA:.....	16

“I cani ci amano in modo sincero, senza calcoli o un proprio tornaconto, da farci sentire quasi in colpa. Nemmeno io riesco a capire quanto sia stato aiutato dal mio amato cane”

Takashi Murakami

INTRODUZIONE:

CHE COS'È LA PET THERAPY?

Negli ultimi anni in Italia si sente sempre più spesso parlare di "*Pet Therapy*", definizione utilizzata in diverse accezioni e in diversi ambiti (scuole, case di riposo, ospedali). Ma esattamente cosa significa e qual è il suo scopo?

La definizione "*Pet Therapy*" deriva dal mondo anglosassone. Il termine "*Pet*" ha due significati, il primo utilizzato come sostantivo per indicare l'animale domestico, il secondo come verbo: "*to pet*" significa "*accarezzare, coccolare*". Il termine "*Therapy*" indica la "terapia", ovvero la cura, e ciò implica necessariamente la presenza di una figura professionale (medico e/o psicologo) che conduca il progetto. Quindi il neologismo "*Pet Therapy*" denota tutta una serie di attività ludico, educative e/o terapeutiche eseguite con gli animali da compagnia. È altresì necessario specificare che si tratta di una co-terapia che affianca (soprattutto nelle TAA) sempre un altro tipo di terapia (quale ad esempio una psicoterapia e/o una terapia farmacologica) per trasmettere sollievo e sensazione di benessere ad una persona in un determinato momento; la persona impara a prendersi cura dell'animale e, di conseguenza, anche di se stessa.

Gli effetti della pet therapy sono molteplici e sono stati scientificamente comprovati: si hanno infatti risultati positivi sia a livello fisico che a livello psicologico-comportamentale. Nello specifico:

- **A livello fisico:** una diminuzione del battito cardiaco e della pressione sanguigna (Blascovich e colleghi, 2002); una diminuzione del livello di cortisolo, comunemente detto "ormone dello stress" (Cole e colleghi, 2007); un aumento del livello di ossitocina, comunemente detto "ormone dell'amore" (Odendaal e colleghi, 2000)

- A **livello psicologico-comportamentale**: riduzione della paura e dell'ansia (Barker e colleghi 2003); miglioramento del tono dell'umore e diminuzione della depressione (Miller e colleghi 2007); riduzione dell'aggressività (Hergovich e colleghi, 2002); miglioramento dell'apprendimento (Gee e colleghi, 2009)

Tali risultati si sono riscontrati principalmente nei paesi nordeuropei e nordamericani, dove la pet therapy viene ampiamente ed efficacemente utilizzata sia con i bambini che con gli anziani. In Italia non esiste tuttora una normativa che la tuteli, ma dal 2015 sono state approvate dal Ministero della Salute le **Linee Guida per gli Interventi Assistiti con Animali**, al fine di regolamentare in modo sistematico tale attività.

La definizione "Interventi assistiti con gli animali" (IAA) rivela la molteplicità di interventi che si possono svolgere in tale campo con gli animali da compagnia. Le IAA, a loro volta, si suddividono in tre sottocategorie, che specificano le diverse tipologie di intervento:

- * AAA: Attività assistite con gli animali
- * EAA: Educazione assistita con gli animali
- * TAA: Terapia Assistita con gli animali

AAA (attività assistite con gli animali): specificano interventi con finalità ludico-ricreative e di socializzazione che hanno come obiettivo il miglioramento della qualità della vita e la corretta interazione uomo-animale. I programmi AAA sono rivolti sia al singolo individuo che ai gruppi; non sono necessariamente legati ad una terapia, ma è auspicabile una fase progettuale e organizzativa che tenga conto delle esigenze e del benessere degli utenti e degli animali coinvolti. In tale fase è necessario definire gli obiettivi di riferimento per lo svolgimento del programma stesso: quindi, i programmi di AAA devono essere condotti da personale (per esempio insegnanti e educatori) opportunamente formato da conduttori professionisti. Gli obiettivi proposti possono essere estremamente semplici o generici, come ad esempio: vivere un'esperienza piacevole e trarre giovamento

dalle visite degli animali, migliorare la qualità della vita, stabilire relazioni di fiducia. Rientrano dunque nelle AAA le attività di "conoscenza" e di "relazione" con l'animale svolte nelle case di riposo per anziani, negli ospedali pediatrici, nelle comunità di minori o nelle carceri. All'interno dei suddetti ambiti applicativi dei programmi di AAA, le interazioni uomo-animale possono arrecare i seguenti benefici: empatia, capacità di relazione e di fiducia reciproca, accettazione, divertimento, socializzazione.

EAA (educazione assistita con gli animali): sono interventi di tipo educativo che hanno lo scopo di promuovere, attivare e sostenere le risorse e le potenzialità di crescita e progettualità individuale, di relazione e inserimento sociale delle persone in difficoltà. L'intervento può essere individuale o di gruppo e promuove il benessere delle persone nei propri ambienti di vita, particolarmente all'interno di istituzioni in cui l'individuo deve mettere in campo capacità di adattamento. L'EAA contribuisce a migliorare la qualità della vita e a rinforzare l'autostima del soggetto a cui è rivolta. Attraverso la mediazione degli animali domestici vengono attuati anche percorsi di rieducazione comportamentale. Questi programmi hanno obiettivi specifici, che rientrano nell'ambito educativo: vengono proposti e attuati dagli insegnanti o dagli educatori in collaborazione con l'équipe multidisciplinare IAA. I soggetti coinvolti nelle EAA sono principalmente alunni in età scolare e prescolare: l'idea ottimale è quella di un lavoro di sinergia tra conduttori ed insegnanti, nel quale la visita dell'animale in classe venga integrata da programmi paralleli sugli animali domestici (per esempio comportamento – socialità- alimentazione). Le strutture coinvolte sono dunque gli istituti scolastici (di ogni ordine e grado), i centri di aggregazione giovanile e socioeducativi, le ludoteche. Tra gli obiettivi che si possono raggiungere attraverso programmi di EAA: interazione con un animale; osservazione e apprendimento del significato dei comportamenti animali; acquisizione di nuovi concetti e conoscenze; miglioramento della capacità di rispettare le regole; incremento della capacità di problem solving; offerta di modelli di comportamento.

TAA (terapie assistite con gli animali): intervento a valenza terapeutica finalizzato alla cura di disturbi della sfera fisica, neuro e psicomotoria, cognitiva, emotiva e relazionale, rivolto a soggetti con patologie fisiche, psichiche, sensoriali o plurime, di qualunque origine. Le TAA vanno effettuate sempre e solo in presenza di operatori di riferimento (psicologo, infermiere, educatore) sotto la costante supervisione di professionisti della salute e del benessere umano (medico e/o psicologo psicoterapeuta). Tali programmi, inoltre, richiedono un'accurata fase progettuale personalizzata per ogni singolo paziente e vanno costantemente valutati e monitorati con relazioni scritte e questionari di feedback. Gli ambiti di applicazione sono diversi e per diverse fasce di età (dalla prima infanzia fino alla geriatria), e vedono il coinvolgimento dell'animale domestico come mezzo privilegiato e facilitatore relazionale. Si possono svolgere in più ambiti quali case di riposo e centri diurni per anziani, centri diurni e/o residenziali per persone disabili o affette da patologie psichiatriche; ospedali pediatrici; istituti riabilitativi ed educativi. Obiettivo generale delle TAA è favorire il miglioramento o il mantenimento delle funzioni fisiche, cognitive e sociali dei singoli individui.

ÉQUIPE MULTIDISCIPLINARE PER GLI IAA:

Gli IAA, in particolare le TAA e le EAA, prevedono il coinvolgimento di un'équipe multidisciplinare in grado di gestire la complessità della relazione uomo-animale, composta da diverse figure professionali, sanitarie e non, e operatori che concorrono alla progettazione e alla realizzazione dell'intervento, ognuno per le proprie competenze, lavorando in stretta collaborazione. La scelta dell'équipe multidisciplinare rappresenta un momento fondamentale, in quanto deve essere diversificata in base agli ambiti e obiettivi di intervento, alle specifiche esigenze del paziente/utente e dell'animale impiegato.

Tutti i componenti dell'équipe devono avere una specifica formazione e l'attestazione di idoneità relativa agli IAA.

Per tutte le tipologie di interventi IAA sono previsti:

- Medico veterinario esperto in IAA: che collabora con il responsabile di progetto, o dell'attività (nel caso di AAA). Nella scelta della specie animale e della coppia coadiutore-animale valuta i requisiti sanitari e comportamentali dell'animale impiegato e indirizza alla corretta gestione dello stesso assumendone le responsabilità.
- Coadiutore dell'animale: prende in carico l'animale durante le sedute. In tali fasi assume la responsabilità della corretta gestione dell'animale ai fini dell'interazione e provvede a monitorare lo stato di salute e di benessere, secondo i criteri stabiliti dal medico veterinario al quale riferisce eventuali sintomi di malattia e di disturbi del comportamento.

Per le TAA in particolare:

- Responsabile di progetto: coordina l'équipe nella definizione degli obiettivi del progetto, delle relative modalità di attuazione e valutazione degli esiti. È un medico specialista o uno psicologo-psicoterapeuta.
- Referente di intervento: prende in carico la persona durante la seduta ai fini del raggiungimento degli obiettivi del progetto. Il responsabile di progetto, per poter ricoprire tale ruolo, deve essere un professionista (psicologo o educatore professionale) e deve avere una documentata esperienza relativa alle IAA e all'oggetto/obiettivi del progetto in essere.

Per le EAA:

- Responsabile di progetto: assume lo stesso ruolo del responsabile TAA con la differenza che può essere anche un pedagogo, educatore professionale, psicologo o psicologo-psicoterapeuta.
- Referente di intervento: prende in carico la persona durante la seduta ai fini del raggiungimento degli obiettivi del progetto. Il responsabile di progetto, per tale ruolo, individua una figura

professionale in possesso di diploma di laurea triennale (o titolo equipollente) in ambito sociosanitario, psicologico o educativo oppure in possesso di documentata esperienza e competenza in relazione agli obiettivi del progetto stesso, assumendosene la responsabilità.

Per le AAA infine:

- Responsabile di Attività: organizza e coordina le attività. Il ruolo di responsabile nelle AAA può essere ricoperto da figure professionali e operatori con esperienza e competenza in relazione agli obiettivi dell'attività stessa

IL MIO PROGETTO CON BAMBINI ADHD:

MI PRESENTO

mi chiamo Elisabetta Macchi e sono una psicologa; ho lavorato per diversi anni in altri campi professionali, poi mi sono dedicata alla formazione del personale ed infine alla libera professione. Ma il mio "sogno nel cassetto" è sempre stata la pet therapy: mi piacciono da sempre gli animali, soprattutto cani e gatti e sono sempre stata affascinata dai lavori di pet therapy svolti principalmente all'estero. Pochi anni fa ho avuto la fortuna di incontrare sulla mia strada la Presidente dell'AIFA Lombardia e con lei ho avviato un progetto EAA a favore dei bambini ADHD. Con me hanno collaborato un validissimo coadiutore dei cani e un veterinario, la cui figura è stata essenziale per monitorare costantemente lo stato ottimale di salute dei cani da noi utilizzati.

L'ASSOCIAZIONE AIFA ONLUS:

L'Associazione onlus AIFA (Associazione Italiana Famiglie ADHD) è presente su tutto il territorio nazionale dal 2002: è prevalentemente costituita da genitori con bambini ADHD e ha come obiettivo quello di supportare le famiglie che hanno un bambino con tali caratteristiche. Il loro sito web (www.aifaonlus.it), costantemente aggiornato, specifica nella prima sezione relativa alla storia della nascita di tale Associazione il suo obiettivo primario: *"nasce così il Progetto ADHD "Parents for Parents": genitori che aiutano altri genitori. L'idea, cioè, parte dalla convinzione che anche qualcosa di tremendamente brutto, come potrebbe sembrare quella di avere "un figlio problematico", possa trasformarsi in qualcosa di bello se impariamo a condividere e ad aiutare chi, nella sofferenza, ci chiede una mano"*.

Mi è stato quindi chiesto da tale associazione di elaborare un progetto di intervento IAA con i cani a favore di bambini che vanno dai 6 anni ai 14 anni, ovvero bambini della scuola primaria di primo grado e scuola secondaria di primo grado.

CHE COS'È L'ADHD?

L'ADHD (*Attention Deficit Hyperactivity Disorder*) è un disturbo neurobiologico dovuto a uno squilibrio nelle concentrazioni dei neurotrasmettitori dei lobi frontali.

Le caratteristiche principali di tale disturbo sono essenzialmente tre: disattenzione, impulsività, iperattività.

Questi sintomi sono da riferirsi ad un disturbo nel sistema di regolazione dei processi emozionali, psicomotori e in parte anche cognitivi. Se non opportunamente aiutati da trattamenti

principalmente cognitivo-comportamentali e farmacologici, le persone con ADHD possono incorrere in ulteriori disturbi quali ansia, depressione o problemi comportamentali, tra i quali il più frequente è il DOP (disturbo oppositivo provocatorio).

Gli adulti ADHD spesso imparano nel corso della loro esistenza a trovare strategie di adattamento, più o meno efficaci. I bambini ADHD invece non riescono a adattarsi da soli, con la conseguenza di risultare agli occhi della società bambini maleducati, irascibili, capricciosi, e poco inclini alla socializzazione. Sono dunque quei bambini che, se non seguiti con una diagnosi ad hoc e con un lavoro di rete famiglia-scuola-società diventano spesso il capro espiatorio in classe, hanno improvvisi accessi di rabbia dovuti alla loro frustrazione, non vengono invitati alle feste di compleanno e così discorrendo.

Oltre al fattore neurobiologico bisogna sottolineare il fattore ambientale: la famiglia in cui vive spesso un bimbo ADHD ha un genitore o un familiare con le sue stesse caratteristiche: esiste il 40% di possibilità che uno dei suoi genitori abbia il suo stesso disturbo (Kutscher et al., 2005).

Per questo motivo considero il “lavoro di rete” essenziale per affrontare un disturbo ancora così poco conosciuto e sottovalutato: ho riscontrato nel corso degli anni come tali bambini vengano in diversi contesti (scuola, sport, vicinato ecc.) spesso etichettati come *bambini senza regole e non educati bene* e come i loro genitori siano considerati *incapaci di crescere un figlio*).

Per questo le finalità dell'Associazione AIFA risultano a mio avviso molto importanti : un lavoro di rete ben costruito tra famiglia-scuola-società e una maggiore conoscenza di tale disturbo, affiancati ai lavori da anni esistenti di “Child Training “ “Parent Training” e “Teacher Training” non possono che supportare in modo positivo e propositivo famiglie e bambini ADHD (per ulteriori approfondimenti consiglio di visitare il sito www.aifaonlus.it)

ÉQUIPE MULTIDISCIPLINARE COINVOLTA

Responsabile di progetto: “...”

Referente di intervento TAA: Elisabetta Macchi

Coadiutore del cane: “..”

Veterinario esperto in IAA: “..”

IL RUOLO DEL REFERENTE TAA DI PROGETTO

Secondo la definizione propria tratta dalle linee guida nazionali il referente di progetto è “la persona che prende in carico gli utenti tutelandoli e monitorandoli in tutte le fasi dell’intervento di TAA, dalla progettazione alla realizzazione” e per questi motivi, deve appartenere alle professioni di Psicologo o Educatore professionale. Il compito fondamentale del referente è quello di prendere in carico la/le persona/e coinvolta/e nel progetto e aiutarla a raggiungere, o quantomeno ad avvicinarsi al raggiungimento, gli obiettivi del progetto in corso, con l’aiuto dell’animale e del coadiutore. È importante che questo sia empatico e non giudicante nei confronti dell’utente durante le sessioni di lavoro, consapevole dei propri stati emotivi, coerente e soprattutto presente.

IL PROGETTO CON BAMBINI ADHD

Tale intervento, di tipo prevalentemente individuale, rientra nella sottocategoria delle EAA (educazione assistita con gli animali). Prevede un lavoro di stimolo/risposta con rinforzo positivo, differente a seconda del soggetto da noi preso in carica. Il nostro obiettivo è favorire il benessere del bambino attraverso diverse

attività ludico-ricreative e come animale è stato utilizzato il cane. In tal modo il bambino, imparando a relazionarsi gradatamente con un altro essere vivente di cui deve prendersi cura, sposta la sua attenzione da se stesso ad " un altro", che ha, in quel momento bisogno di lui. Il bambino entra così in contatto con il cane e il suo mondo, impara a conoscerne e a rispettarne gli aspetti peculiari e le necessità, acquisendo la consapevolezza della propria capacità di prendersene cura: questo approccio favorisce e rafforza l'autostima individuale e la percezione di sé come persona competente.

Il progetto prevede 6 incontri individuali di un'ora circa (anticipati da un colloquio di conoscenza della psicologa con i genitori) in cui ciascun bambino impara a relazionarsi con il cane (per esempio spazzolandolo, portandolo a passeggiare, accarezzandolo, giocando con lui). Il contesto individuale garantisce un approccio personalizzato, con l'attenzione a variabili individuali che influenzano l'atteggiamento del bambino e dell'animale e quindi il tipo di attività svolta (per esempio: "E' stanco il bambino?" "E' stanco il cane?" "Il bambino impara a riconoscere quando anche il cane si stanca?"). L'ora viene suddivisa in un momento di saluto appena il bambino arriva, si preferisce il lavoro all'aria aperta e il lavoro con il cane (abbiamo utilizzato in prevalenza cani di razza pastore svizzero bianco – pastore tedesco – golden retriever) dura circa 30 minuti in un campo erboso. Successivamente io, in qualità di psicologa referente, conduco con il bambino e il coadiutore del cane un momento di riflessione sul lavoro svolto sul prato. Ci sediamo intorno a un tavolo e scriviamo tutti e tre cosa abbiamo imparato poco fa con il cane (per es. " il naso del cane si chiama tartufo " "il cane quando passeggia va tenuto alla tua sinistra perché deve essere protetto dai pericoli della strada" "non ci si avvicina ad un cane improvvisamente per strada ma bisogna prima farsi annusare e chiedere sempre al padrone se può essere accarezzato"). La sessione varia naturalmente in base al bambino che sta con noi e la relazione con il cane è libera e spontanea: di conseguenza si avverte è il cane che ha il ruolo essenziale di co-terapeuta. Mi è capitato infatti spesso di vedere bambini la cui necessità "qui ed ora" era di rimanere abbracciati al

cane e coccolarlo tutto il tempo; altri preferiscono e ci chiedono di fare una passeggiata per imparare a portare il cane a spasso e via discorrendo. Intorno al tavolo, infine, senza mai sforzare il bambino, si parla sulle emozioni sentite nello stesso momento da ognuno di noi: in tal modo si favorisce la capacità e la competenza del bambino di imparare a riconoscere le proprie emozioni, e come tali emozioni possono risultare diverse in ognuno di noi nello stesso momento.

Agli incontri individuali seguono 3 incontri di gruppo, di un'ora e mezza ciascuno, in cui vengono stimolate anche le abilità di socializzazione e condivisione. Il progetto comprende anche una continua attività di monitoraggio e di valutazione.

Alla fine degli incontri di gruppo si prevede un incontro finale di valutazione/restituzione con i genitori.

STRUTTURA DEL PROGETTO

NUMERO INCONTRI	CONTESTO	OBIETTIVO	ATTIVITA'	COSTO
1 con i genitori	INDIVIDUALE	Conoscere in modo approfondito la storia di vita del bambino, le sue emozioni, le sue aspettative (e quelle dei genitori)	Colloquio	
6 con il	INDIVIDUALE	Favorire la sensazione di	Imparare a relazionarsi	

<i>bambino</i>		<i>benessere nel bambino, rafforzare la sua autonomia, la sua autostima e la percezione di sé come persona competente. Valorizzare il rispetto reciproco.</i>	<i>con il cane con diverse attività: accarezzarlo, spazzolarlo, portarlo a spasso, giocare con lui. Attività didattiche finali di vario genere: per esempio disegno, gioco sul riconoscimento delle emozioni appena vissute.</i>	
<i>3 con il bambino</i>	<i>GRUPPO</i>	<i>Stimolare le abilità di socializzazione e condivisione. Valorizzare il rispetto reciproco.</i>	<i>Vedi attività individuali</i>	
<i>1 con i genitori</i>	<i>INDIVIDUALI</i>	<i>Restituzione e valutazione finale dei risultati ottenuti</i>	<i>Colloquio</i>	

CONSIDERAZIONI CONCLUSIVE:

Con questo progetto ho avuto la possibilità di trasformare in realtà il mio “sogno nel cassetto”: ciò che mi ha resa più felice è stata la richiesta da parte dei bambini di tornare da noi anche successivamente dopo il primo modulo di progetto. Alcuni di loro li ho visti crescere in pochi anni e trasformarsi da bambini insicuri e impacciati (ma anche e soprattutto con disturbo DOP assai evidente) a preadolescenti più sereni e consapevoli della loro caratteristica comportamentale. Ho riscontrato per esempio in tutti loro una profonda sensibilità e altruismo: negli incontri di gruppo, infatti, era molto bello vedere come i più grandi si prendessero cura dei più piccoli, per esempio aiutandoli nella passeggiata col cane, nell'imparare a condurre un cane o altre attività ludiche.

Racconto un episodio che ben ricordo e che ancora adesso mi emoziona e mi fa contemporaneamente ridere:

G., un ragazzino di 13 anni, durante un incontro di gruppo ha visto E., un bimbo di 7 anni, buttarsi a terra nel prato, calciare, piangere, disturbando in tal modo la lezione e tutti gli altri bambini presenti. G. lo ha guardato e mi ha detto “Betty, adesso vado a prenderlo e sta con me e Birillo (il cane), mi ricorda tanto che anch'io facevo così quand'ero piccolo come lui. Però poi tu lo sgridi, capito?”

Questo mio lavoro con l'AIFA è stato per me molto arricchente dal punto di vista emotivo e di crescita professionale e lo sarà sicuramente ancora. Per questo reputo il contributo dell'Associazione AIFA essenziale per aiutare i genitori e i bambini con questa caratteristica comportamentale (disturbo ADHD) a sviluppare un “lavoro di rete famiglia-scuola-società” che possa rendere la loro vita più semplice, “leggera” e piena di risate, come meritano tutti bambini del mondo.

BIBLIOGRAFIA:

Cirulli F., Animali terapeuti. Manuale introduttivo al mondo della pet therapy, Roma, Carocci Faber, novembre 2013

Pergolini L., Reginella R. (a cura di), Educazione e riabilitazione con la pet therapy, Trento, Erickson, ottobre 2010

Beetz A., Julius H., Kotrschal K., Turner D., Uvnäs-Molberg K., Mugnai F. (a cura di), L'attaccamento agli animali. Una visione integrata della relazione uomo-animale nella pet therapy, Firenze, Hogrefe, 2014

Kutscher M. L., Mio figlio è senza freni. Guida di sopravvivenza per genitori di bambini iperattivi, Trento, Erickson, settembre 2014

Neuhaus C., Gli adolescenti iperattivi e i loro problemi. Diventare adulti con ADHD. Cosa possono fare i genitori, Rignano Flaminio (RM), A.I.F.A Onlus, 2010

Colli M., Colli R., et al., Il mio diario delle emozioni. Comprendere ed esprimere rabbia, paura, tristezza e gioia, Gardolo (TN), Erickson, 2009

SITOGRAFIA:

http://www.salute.gov.it/imgs/C_17_opuscoliPoster_276_allegato.pdf

www.aifaonlus.it

