

ENRICO MAGRI*, CONCETTA DE PASQUALE**

PET THERAPY E DISTURBO POST TRAUMATICO DA STRESS

PET THERAPY AND POST TRAUMATIC STRESS DISORDER

RIASSUNTO

Siamo “stranamente consapevoli” della ricchezza che un animale riesce a donare, ma restiamo sempre colpiti dalle interminabili sorprese che essi riescono a regalarci. Il modo attraverso cui comunicano, il modo in cui ci fanno sentire vicini a loro, ha molto di più da dire, molto di più da conoscere. Il nostro intento è quello di mostrare il potere della connessione uomo-animale e il suo valore terapeutico. Inoltre, considerando la prospettiva ecologica e multi-componenziale, non si può ignorare il ruolo giocato dal contesto sullo sviluppo e sulla percezione del singolo. Le componenti (Microsistema, Mesosistema, Esosistema e Macrosistema) definite dallo psicologo statunitense Urie Bronfenbrenner definiscono, passo dopo passo, l’interconnessione esistente tra i diversi sistemi interazionali.

E’ dunque in quest’ottica dinamica che il lavoro qui proposto vuole essere uno strumento di sensibilizzazione rivolto alla comunità scientifica rispetto a forme co-terapeutiche, catalizzatrici del benessere psicofisico. Le A.A.T. (animal assisted therapy) ormai prendono sempre più il largo, trovando un loro spazio, anche nel campo adulto, secondo la prospettiva dell’evidence-based.

SUMMARY

We are “strangely aware” of the wealth that an animal can donate, but we are always struck by the endless surprises that they give to us. The way in which they communicate,

* Dottore in Scienze e Tecniche Psicologiche. Dipartimento di Scienze della Formazione. Università di Catania.

** Docente di Metodi e Tecniche della riabilitazione psicopatologica. Dipartimento di Scienze della Formazione. Università di Catania.

and make us feel close to them, has much to say, and much more to know. Our purpose is to show and demonstrate the power of human-animal connection and his therapeutic value. Moreover, considering the ecological and multi-component perspectives, it cannot be ignored the role played by the context on the development and the perception of the individual. The components (Microsystem, Mesosystem, Exosystem, Macrosystem) were determined by Urie Bronfenbrenner, and they define, step by step, the existing interconnection between the different interactional systems.

In accordance to this dynamic perspective, this work is a way to sensitize the scientific community among other co-therapeutic forms, that can catalyze the psycho-physical wellbeing. AATs (animal assisted therapies) already spread off, finding new spaces, also in adult field, according to the evidence-based view.

La Pet Therapy

Il presente lavoro vuole essere un'introduzione all'ampio mondo poco valorizzato della Pet Therapy, alla sua essenza psicologica, vista attraverso lo scorcio della psicopatologia: quello dei disturbi d'ansia o, per essere più precisi, dei disturbi correlati ad eventi traumatici e stressanti, di cui fa parte il Disturbo da Stress Post Traumatico.

Ormai quasi in tutte le case vive un animale domestico, o addomesticato, che diventa parte integrante delle famiglie, con i suoi bisogni, le sue necessità e i suoi spazi. Forse è vero, gli animali non hanno bisogno di vivere così a lungo perché capiscono in poco tempo che cosa davvero significhi *Amare*. Un po' da sé è nato il desiderio di scrivere di questo argomento, di approfondirlo in una delle sue molteplici diramazioni.

È largamente dimostrato che i cani, utilizzati nel mondo dell'infanzia, riescano a creare forti connessioni con i bambini, in special modo con il disturbo dello spettro autistico. Ma non è qui che si esauriscono le capacità degli animali.

La nascita della Pet Therapy risale presumibilmente al 1953, anno in cui lo psicoterapeuta infantile Boris Levinson scoprì la relazione positiva tra un bambino autistico e un cane di Golden Retriever. Da lì in poi si cominciò a parlare di una nuova forma terapeutica: "la psicoterapia con l'ausilio degli animali". È proprio grazie a Levinson che oggi parliamo di "Pet Therapy". Fu lui il primo a darle tale definizione. Sulla base dei suoi studi, altri poi hanno

potuto approfondire certi aspetti. Un esempio è quello di Corson e Corson, che strutturarono delle terapie per curare adulti con disturbi mentali presso le carceri e presso i manicomi, tramite l'ausilio degli animali. Gli studiosi si accorsero dei miglioramenti dei soggetti in terapia, soprattutto sul piano fisiologico (infarti, ipertensione, colesterolo). L'incombere dei conflitti mondiali, diede un sostanziale cambio di rotta, trasformando la Pet Therapy – che come obiettivo si poneva il miglioramento della qualità della vita – in una nuova forma di assistenza, sempre più specifica e sempre più necessaria, ove era richiesto più del semplice supporto emozionale.

Le pratiche che coinvolgono l'ausilio di un animale nei confronti di una condizione umana di malessere sono molteplici. Per questo bisogna fare distinzione tra i vari approcci che si occupano, in modo “diversamente clinico”, del soggetto anche per evitare di cadere in problematiche di tipo etico e legale. Le tipologie che rientrano nei parametri di “Therapy Dog”, cioè categorie legate alla Pet Therapy, sono:

- **L'ESAs** (Emotional Support Animals) è una pratica in cui l'uso del così detto “animale domestico” (cane, gatto, cavallo, tartaruga o coniglio) diventa il mezzo per il raggiungimento di una migliore condizione di benessere. Il tutto avviene attraverso il contatto tra animale e persone con cui vive, oppure animale e ambienti scolastici, dove la presenza del “pet” diventa catalizzatore del cambiamento. Attraverso programmi di sensibilizzazione, di conoscenza ed educazione all'animale si riesce a lavorare su dinamiche non indifferenti. Non è richiesto un addestramento specifico secondo la legge. Il “pet”, rispetto all'animale domestico, ricopre un ruolo più importante essendo preparato a supportare emotivamente, fornire amicizia e compagnia al personale proprietario. Può essere “prescritto” dal professionista della salute mentale per alleviare o prevenire un peggioramento di salute: ed è proprio attraverso questa certificazione che i soggetti con disabilità possono essere autorizzati a viaggiare in aereo con il proprio animale da supporto emozionale.

- **L'AAT** (Animal Associated Therapy) – così come l'ESAs - non sostituisce la terapia medica classica. Diversamente dalla precedente però, è una pratica di

tipo terapeutico più specifica. Viene utilizzata per potenziare lo stato fisico, motivazionale, relazionale, emotivo del soggetto secondo dei programmi sempre personalizzati e mai dogmatici. “E’ una forma di terapia che coinvolge l’uso dell’animale come parte fondamentale del trattamento di una persona” (Fine, 2010). Il training è sempre soggettivo ed è rivolto a chi presenta delle disabilità. Prevede un attento addestramento dell’animale che sarà preparato per supportare la terapia già presente.

Si distinguono poi due tipi di AAT: **SAs** (Service Animals) e **TD** (Therapy Dog). Per la prima, i quadrupedi vengono preparati singolarmente per la conduzione di soggetti ciechi, soggetti con gravi disabilità fisiche, su sedie a rotelle, detenendo dunque uno scopo più preciso; la seconda prevede che gli animali vengano addestrati a un contatto più sociale e aperto rispetto che alla singola persona da accompagnare, ed è per questo che possono essere collocati in comunità o in ospedali dove sia richiesto un clima di calma, benessere psicologico e fisiologico.

I PSD¹: terapia ausiliaria con PTSD

Per quanto riguarda l’assistenza per i soggetti con disabilità psichiatrica, il primo caso fu durante la seconda guerra mondiale, quando si pensò di utilizzare la razza Yorkshire Terrier, che divenne antesignana dei “cani da servizio psichiatrico”. Il piccolo terrier “Smoky” accompagnò le infermiere nella nuova Guinea, che prestarono servizio durante il conflitto mondiale (Wynne, 2007). Ad oggi, questo tipo di sostegno psichiatrico, viene riconosciuto dall’American with Disabilities Act (ADA) e vanta alcuni vantaggi rispetto alle altre tipologie di Pet Therapy. I luoghi pubblici, per i PSD, non sono assolutamente un limite e questo è facilmente spiegabile proprio per il ruolo che essi ricoprono. All’inizio dunque il cane era il compagno di guerra, poi, nel tempo, è diventato assistente di vita di tutti i giorni. Oggi, è considerato non solo compagno o assistente di cura, ma anche strumento e mezzo di terapia. Ci sono prove di questo: Altschuler², commentando gli

¹ Lo “Psychiatric Service Dog” o cane da servizio psichiatrico, rientra nella categoria più specifica delle AAT.

² Altschuler, E. L. (1999). Pet-facilitated therapy for posttraumatic stress disorder. *Annals of Clinical Psychiatry*, Vol. 11, No. 1, p. 29-30. Lo studioso ha ottenuto un Ph.D. presso la Scuola di Medicina,

“Annali della Psichiatria Clinica”, nel 1999, diede prova della co-influenza tra ansia e terapia facilitata con animali. Oltre alla risaputa efficacia su problematiche quali ansia, depressione, percezione di isolamento e sicurezza, l’effetto psicologico del trattamento terapeutico, agisce altresì come potenziamento di capacità già possedute. L’interazione uomo/animale, infatti, riesce ad incrementare il “positive outlook”: è il caso della resilienza che riceve una buona spinta, aiutando così il soggetto nella gestione delle proprie problematiche di salute mentale (Walsh, 2009; Beck & Katcher, 1983). La difficoltà è, e resta sempre, comprendere quanto di fatto sia efficace il trattamento/assistenza (con l’ausilio dell’animale) collegato sicuramente al miglioramento dello stato di salute del soggetto. Comunque, è di difficile spiegazione la sua profonda dinamica.

La grande e specifica preparazione alla quale i cani da servizio psichiatrico sono sottoposti, li pone davanti ad un gravoso compito giornaliero, ove assistere il soggetto disabile con tutte le sue difficoltà, giorno dopo giorno. È chiesta una grande capacità di attenzione specie nei luoghi più affollati. Le sottili ma sostanziali differenze, da evidenziare, tra le diverse terapie, dipendono dunque: 1) dal target umano (singolo o plurale), 2) dalle funzioni primarie fornite dal service animal (supporto/compagnia o servizio specifico), 3) dall’addestramento (più o meno specifico) dell’animale.

Il ruolo dei Service Dog, o meglio, dei “cani da servizio psichiatrico” è significativo, in quanto consentono al partner di poter svolgere attività, che non sarebbero altrimenti in grado di fare e che risultano essere fondamentali per la loro vita. Così, i Service animali, “mitigano” le disabilità dell’uomo:

- evitano che la persona con disabilità possa dirigersi verso luoghi sbagliati o pericolosi, e intervengono tirandolo a sé o mettendosi davanti al coadiutore, frapponendosi al pericolo, creando così una vera barriera;

- nel caso di soffocamento, l’animale è addestrato a disostruire le vie aeree, in caso di occlusione da vomito, sono capaci anche di attenuare gli attacchi di panico, di svegliare l’uomo in caso di incubi (o flashback) e creare uno spazio intimo in cui ci si possa sentire a proprio agio. Utilizzando il proprio

dell’Università della California a San Diego.

corpo (appoggiandosi all'uomo, mettendosi in piedi di fronte), i cani riescono, quindi, a creare spazi di comfort anche nel sociale;

- l'*handler* – il così detto “coadiutore o gestore” – potrebbe fuggire di casa o perdersi: nel primo caso, il “suo” cane sarà in grado di ricondurlo a casa; nel secondo caso, sempre su preciso comando, ovunque essi si trovino, il cane deve essere in grado di ritrovare la giusta via nella confusione;

- i cani, sono addestrati per essere insistenti con la persona che, o per effetto di farmaci o della malattia, non percepisca un segnale di pericolo (come un allarme di casa). Agiscono, cioè, tirando il proprio *handler* senza desistere, mettendolo in sicurezza;

- sono, altresì, capaci di placare stati allucinatori, tipici dei soggetti con PTSD, diventando degli equilibratori di stato. Come se fosse una vera ispezione di luoghi, in primis, verificano che in ogni singola stanza non ci sia nessuno; secondariamente rassicurano il soggetto, riducendone la preoccupazione e aumentandone la percezione di sicurezza. Trasmettono quindi dei *segnali calmanti* e riescono ad attenuare varie forme di allucinazione. Per questo tipo di patologia, il cane è addestrato a inviare messaggi all'*handler*, tali da fargli capire se quelle che sta vivendo siano allucinazioni o non. Così, quando i cani si muovono nella direzione indicatagli dal paziente e, non trovando nessuno da salutare, tornano indietro, l'*handler* capirà che si è trattata di una allucinazione.

– Si è parlato anche del ruolo di supporto emozionale che questi animali danno, cioè dire di come riescano a sostenere e accompagnare l'uomo in situazioni di diversa natura. Ma i livelli di azione sono più profondi di quanto si possa pensare. Non a caso essi sono in grado di intervenire anche in casi di tentato suicidio, impedendo l'atto estremo, agendo in modo pronto e dinamico. A differenza di come potrebbe funzionare un certo tipo di strumentazione (ricordando, allarmando, risvegliando da uno stato confusionale il soggetto disabile) questi animali, destrutturano il pensiero suicida, che sta per essere attuato, nelle sue varie e possibili forme di elaborazione.

Disturbo Post Traumatico da Stress

Veterani che usano un PSD hanno riferito come i sintomi psicologici negativi si siano ridotti, proprio grazie agli effetti prodotti sul DPTS (Esnyra & Love, 2008). Sono stati registrati anche miglioramenti degli stati emotivi e disadattivi, con particolare riferimento agli aspetti sociali: aumento di fiducia e relazione con l'altro. Certamente, un punto di forza della terapia con PSD, è la percezione non stigmatizzata che ne deriva, svincolata da tabù di vergogna o timore pubblico. Questo rappresenta un grande vantaggio per la cura, semplificandola, rendendola ancor di più "de-stigmatizzante": consente, cioè, ai pazienti una maggiore espressività ed apertura verso il mondo esterno. Si lavora quindi sull'isolamento, sulla solitudine (prigione dell'individuo), per riuscire così a costruire un ponte che possa legare le due sfere - personale e sociale - in un continuum dinamico. Il catalizzatore di questo processo risiede proprio nell'interazione con l'animale, capace di distaccare da forme di dipendenza, tipiche di certi farmaci e terapie. Restano delle questioni ancora irrisolte ed aperte. È difficile provare, ad oggi, scientificamente, come la terapia con animale riesca ad essere, proprio lei, causa di un miglioramento dello stato di salute. Le ricerche avanzano però, nella direzione di una chiarificazione di queste questioni ancora fluttuanti.

Superata la precedente classificazione del Disturbo Post Traumatico da Stress, nel cluster dei disturbi d'ansia del DSM IV³, adesso il ruolo centrale viene attribuito al trauma. Dal greco "danneggiare", il termine trauma indica insieme uno shock e una ferita dell'organismo, in senso medico e chirurgico. Pierre Janet⁴, per primo, insieme a Charcot, utilizzò il termine in campo psicologico: era la natura "non integrabile" del trauma ad essere determinante; l'esperienza traumatica può essere creatrice di sintomi dissociativi (dove per sintomi dissociativi intendiamo non una difesa dell'organismo, ma un annichilimento collaterale, dovuto alla disgregazione mentale e fisica). Forse

³ *Manuale Diagnostico e Statistico dei Disturbi Mentali* è uno dei manuali più utilizzati da professionisti della salute, come sistema nosografico per i disturbi mentali e psicopatologici. La prima versione risale al 1952, anno in cui l'American Psychiatric Association redisse questo testo rispetto a quello pubblicato dall'OMS.

⁴ *Pierre Janet* nacque nel 1859, fu uno dei più influenti psicologi francesi. Se oggi parliamo di psicologia dinamica lo dobbiamo anche a lui. Furono rilevanti i suoi studi sui "traumi psicologici" che hanno dato una nuova visione alla clinica psicologica.

per questo il DSM-5⁵ adotta questa nuova categoria per il PTSD, più caratterizzante di un disturbo in cui è la gravità del trauma a ricostruire la storia attraversata dal soggetto colpito dal sintomo.

Generalmente il DPTS si identifica in tre fattori: a) il rivivere l'evento traumatico, b) l'evitamento c) e l'iperarousal o iperattivazione (che influisce sugli stadi veglia/sonno), tutti costituenti di un insieme fondamentale. Inoltre sul tema della memoria sono state anche mosse delle critiche in quanto una buona parte dei sintomi indica l'incapacità di ricordare. L'epifania del Disturbo si verifica, tendenzialmente, nell'arco dei 3 mesi successivi al trauma e può insorgere sin dal 1 anno di età. Sappiamo che i tempi di cura sono molto labili e poco precisi. Per ovvie ragioni, legate alla natura dinamica ed epistemica di ogni soggetto, non è possibile definire rigorosamente quanto sia il tempo certo per la ripresa. I dati che abbiamo non sono ben precisati: il recupero oscilla tra i 3 mesi e i 50 anni, il che indica, al contempo, la mutevolezza e la complessità della patologia. Questa incertezza è dovuta anche al sostanziale ruolo riconosciuto all'ambiente e alla grande variabilità che la componente ecologica riveste, nella determinazione genetica dei soggetti. Gli studi sull'epigenetica (con il sempre inequivocabile campione di coppie di gemelli, C. Castelli e F. Sbattella, 2008) hanno ampiamente dimostrato demarcando, scientificamente, i "nuovi" confini dell'evoluzione della specie⁶. Gli alti costi per i trattamenti medici, di certo non migliorano le cose. I gravosi livelli di disabilità sociale, cui i soggetti sono sottoposti, li costringono ad affrontare difficoltà su diversi fronti:

Secondo Aubrey⁷ ai fini di un efficace trattamento, è importante che l'handler sia consapevole dei bisogni dell'animale e di come addestrarlo. L'obiettivo così si estende, creando un legame più forte che faciliti la comunicazione tra i due e, imparando, conseguentemente, un nuovo linguaggio. Secondo l'autrice inglese Jan Fennell⁸, il linguaggio del cane non è un

⁵ Cfr. Nota 5

⁶ I "nuovi" confini dell'epigenetica erano già stati intelligentemente osservati da *Charles Darwin* (1809-1882), che nel 1859 con "L'origine della specie", introdusse il concetto di *vantaggio adattivo*, dimostrando l'effetto derivante dall'interazione tra ambiente naturale e animale dato dalla *lotta per l'esistenza*, fonte delle successive mutazioni genetiche.

⁷ *Aubrey H. F.* è psicologo clinico e professore presso la "California State Polytechnic University". È altresì conosciuto a livello internazionale come esperto nel campo delle terapie assistite con animali.

⁸ *Jan Fennell* è una scrittrice e "dog trainer" londinese, che ha utilizzato metodi di allenamento con i cavalli sui cani, secondo la teoria della discendenza del cane dal lupo.

linguaggio umano. Ed è proprio questo uno degli errori fondamentali: “lei era un cane, faceva parte del mondo canino, eppure io usavo con lei un linguaggio umano” (Jan Fennell, 2002). Joan Esnayra⁹, presidente della PDS (Psychiatric Service Dog Society), ha sostenuto l’importanza di questo programma secondo cui il gestore dovrebbe essere anche l’allenatore. Il tutto per creare una connessione tra le abilità del service dog e le richieste fisiologiche del soggetto disabile, attraverso un apprendimento bidirezionale: verso l’uomo e verso l’animale. Questo però, di contro, non è un lavoro che può essere completato in qualche settimana (ecco perché non è dispendioso solo economicamente) e non è da considerarsi un lavoro semplice. Richiede impegno e persistenza, valutando non solo le esigenze etologiche e fisiologiche dell’animale, ma anche la comunicazione intra/interspecifica, la sicurezza nello svolgimento delle attività, la comprensione alla cura dell’animale e il sistema sociale comunicativo.

Evidence-based: pet therapy & post traumatic stress disorder

I sentimenti di rifiuto di aiuto o di stereotipi sociali, negativi esperiti da questi soggetti, non fanno che complicare le cose. Per questo sembra quasi d’obbligo ricorrere a forme terapeutiche alternative. È stato dimostrato il ruolo terapeutico potenziale che le AAI (e le AAT più nello specifico) possono avere.

Il vantaggio delle terapie assistite con animali si localizza certamente sul piano sociale e della relazione con il prossimo. Le opprimenti barriere pregiudiziali nei confronti del malato mentale sono molto pesanti e condizionano intensamente il processo di recupero dei pazienti. Inizialmente i Service dogs venivano accoppiati come partner di persone con disabilità fisiche, per fornire un aiuto materiale, per esempio a chi aveva difficoltà nella deambulazione. È solo negli ultimi anni che questi animali sono diventati anche un ausilio psicosociale.

Oggi, sempre di più, si parla di “evidence-based”, cioè, di pratiche empiriche, che dimostrino l’efficacia, anche se non sufficientemente provate dalla scienza, di un trattamento rispetto che ad un altro. Sostanzialmente la

⁹ Joan Esnayra è presidente della società di cani da servizio psichiatrico, associazione no profit nata in Virginia, Arlington. Insieme ai suoi collaboratori si occupa dell’organizzazione e gestione dei PSD per i soggetti disabili.

difficoltà applicativa ruota attorno al divario esistente tra la mole di ricerca e l'efficacia clinica registrata che ne deriva. La pratica dell'evidence-based segue quanti più dati scientifici, orientando però il trattamento della terapia e la valutazione della condizione clinica su un piano più pragmatico. Il ruolo effettivo ed efficace, che queste pratiche, possono avere assume, però, grande importanza a fronte dell'obiettivo primario del benessere comune. Per questo si vuole sensibilizzare una quantità sempre maggiore di persone. La consapevolezza che un trattamento "evidence-based" possa essere più utile in certi casi, anziché in altri, dovrebbe essere ormai dato per assunto. Ed è in questo senso che si conferma l'utilizzo dei PSDs, risorsa non ancora ampiamente conosciuta ed impiegata.

Sappiamo che il vissuto socio-emotivo della popolazione civile, viene influenzato significativamente dalla presenza degli animali; così gli studi hanno dimostrato che la presenza di un cane può ridurre i livelli di estraniamento sociale, così da promuovere la socialità, producendo e valorizzando emozioni positive rispetto a quelle negative. Questo ha effetto anche nella sfera militare, in cui è proprio il ruolo dei PSDs quello più indicato, nella direzione, quindi, di una maggiore soddisfazione e benessere psicologico dei soggetti.

Gli interventi assistiti con gli Animali, hanno perciò valenza terapeutica oltre che ludico ricreativa o riabilitativa, prevedono che gli animali di determinate specie siano utili per aiutare chi soffre nella sfera neuromotoria, psichica e fisica.

È risaputo che la convivenza con gli animali è fonte di beneficio sul piano sia fisico che psichico. Gli animali possono essere visti come mediatori del processo terapeutico, catalizzatori di un processo riabilitativo e di educazione. L'animale è per l'uomo fonte di stimolazione, capace di riaccendere l'interesse verso l'ambiente esterno, di proporre attività sul piano fisico (passeggiate o accudimento) ma anche sul piano psicologico. Questo trattamento, sia per bambini che per anziani, favorisce l'accettazione, il senso di autostima ed ha anche effetto sull'assunzione di farmaci, riducendone il pericoloso abuso. La teoria dell'AAT presuppone che gli animali possiedano una capacità naturale nel creare legami con le persone, nello stabilire l'interazione e l'affezione con l'uomo; infatti, per un professionista, può essere d'aiuto la presenza di un animale da assistenza terapeutica, per esempio per

quelle situazioni più complesse in cui non si riesce a stabilire un legame terapeutico (Mallon, 1992; Voelker, 1995, Fine, 2006). Una spiegazione interessante è quella fornita da alcuni studiosi, che attribuiscono alla presenza dell'animale la capacità di ridimensionare la componente "minacciosa" del terapeuta. Secondo l'ipotesi naturalistico-psicoanalitica proposta da Odean Cusack¹⁰ (1988), invece, la facilità di relazione tra uomo e animale deriva dall'istinto naturale che vi sottende. L'animale farebbe da collegamento tra coscienza e inconscio, riuscendo a portare tutto il sommerso in superficie, perché diventa immagine di quel "essere bestiale" che l'uomo civilizzato non è più. Si stabilisce, così, un contatto con gli animali, un contatto profondo, che consente l'integrazione di questa ombra junghiana ancestrale (sublimata), con il nostro essere. Tenere un cane diventa, fantasticamente, controllare un lupo¹¹, dominare un predatore "cattivo". In più il contatto con l'animale diventa vettore di pulsioni che non possono essere scaricate in altri modi, favorendo il raggiungimento dell'equilibrio interno. L'animale è in grado di spostare la fiducia riversata su di lui, verso un'altra persona, canalizzando il rapporto nel sociale. In un caso di lutto, l'animale può diventare la "persona importante" di riferimento, rivestendo la parte relazionale che è venuta a mancare. L'animale riesce, in modo speciale, a rivestire questi ruoli, diventando specchio dei nostri bisogni, scoprendo lati che sconosciamo di noi stessi e facendo emergere ciò che pensiamo essere sepolto.

I passi in avanti non mancano, anche se i cambiamenti non sono moltissimi:

- Il 28 febbraio del 2003, in Italia, tramite il *Decreto del Presidente del Consiglio dei Ministri*, è stato sancito un accordo tra Regioni e Province autonome con il Ministro della Salute, riguardo il benessere degli animali da compagnia e Pet Therapy, al fine di incrementare il rapporto tra uomo e animale in quelle strutture riabilitative di cura presso cui si trovano. Purtroppo, però, non esiste ancora una legislazione specifica in materia che regoli le terapie svolte con l'ausilio degli animali.

¹⁰ Odean Cusack è un giornalista freelance che si è specializzato nello studio degli animali e dell'ambiente. Ha conseguito la sua laurea in psicologia presso l'università degli Stati Uniti d'America lavorando ad una tesi in zoologia.

¹¹ Il "Canis Lupus" è la specie da cui cane e lupo discendono. Le sottospecie si differenziano in "Canis Lupus Lupus" e "Canis Lupus Familiaris".

- Nel 2006, il Ministro della Salute ha incaricato il *CNB* (il *Comitato Nazionale per la Bioetica*) di approfondire la visione bioetica sulla *Pet Therapy*. L'obiettivo di questo movimento è stato quello di fornire, in forma sempre più scientifica, i passi per l'evoluzione della co-terapia. Negli anni sono stati intrapresi discorsi sul piano storico/biologico/etico riguardo l'utilizzo di questa metodologia e i pareri, all'unanimità, hanno mostrato accordo nell'utilizzo di questa nuova benefica pratica.

- In Australia la situazione sembra pure lunga e pigra, uno studio proposto nel 2011, a cura di professionisti del settore psicologico, medico e psichiatrico dell'Università di Adelaide, nel sud dell'Australia, ha indagato sulle conoscenze e orientamenti riguardanti l'uso delle terapie assistite con animali, a fronte di una virtuale inesistenza della pratica "a livello locale". La ricerca si è concentrata, nello specifico, su tre parametri principali: 1) il potere rafforzativo delle AATs dato alla relazione terapeutica, 2) il volontario o involontario potere effettivo delle AATs, 3) le barriere verso l'implementazione delle AATs. L'esplorazione messa in atto ha dato come esito una buona presenza di terapie assistite con animali - a dispetto di quanto apparentemente percepito - sia in strutture pubbliche che private. È emerso il valore positivo che questa pratica ha nel contesto terapeutico nella definizione delle relazioni, del suo carattere ineluttabilmente efficace, a dispetto delle barriere rimarcate da chi non fa uso di questa co-terapia, gonfiandone gli aspetti più delicati. Il motivo della divisione in merito al parametro 3, tra chi fa uso della co-terapia e chi no, risiede nell'assenza di un supporto formale che non favorisce il riconoscimento delle AAT. È importante gestire il rischio, ma le possibilità di compromettere la salute dei pazienti non è tanto esagerata come si crede. Il tutto è da affibbiare all'assenza di un training chiaro e accessibile (anche in termini economici), capace di formare professionisti soddisfatti e competenti. Saranno necessari ulteriori studi qualitativi e quantitativi per avere un'opinione generalizzabile a tutti psicologi australiani, ma questo è solo un importante inizio.

Le AAT rappresentano un metodo innovativo finalizzato a coadiuvare la terapia già in corso nella specifica situazione. Il maggiore interesse rivolto a questi interventi sembra essere una necessità, rivolta cioè alla richiesta di sensibilità dell'uomo e alla eccessiva medicalizzazione tradizionale. La

valutazione del contesto ambientale e sociale riveste un'importanza primaria. In Italia è stato osservato che gli interventi rivolti a queste forme co-terapeutiche siano presenti in diversa misura sul territorio, sotto organizzazioni esterne come la Delta Society¹² americana, che promuovono progetti di diverso tipo. Tra questi le TAA (terapie assistite con animali) sono le più numerose, insieme alle AAA ricreative ed educative, e i cani sembrano essere gli animali più utilizzati. In tal senso si evidenzia una spinta sottostante alla mancanza di legislazione vera e propria del settore, con progetti ben strutturati, che prendono spunto dagli standard americani.

Integrazione tra AAT e PTSD

Uno dei primi interessanti prospetti proviene dagli studi di Eric Lewin Altschuler¹³ che nel 1999 aveva scritto del rapporto tra PTSD e disturbi d'ansia, sebbene il primo vero intervento di "pet-facilitated therapy" risale al 1792, anno in cui in Inghilterra, gli animali venivano utilizzati come rinforzo positivo per i pazienti¹⁴.

La cura del Disturbo da Stress Post Traumatico può essere accompagnata dalla complementare Terapia Assistita con Animali (A.A.T.). Uno studio condotto nel 2018, presso l'Università di Purdue, USA, ha dimostrato l'efficacia del trattamento. Il tutto è stato svolto utilizzando due gruppi: un gruppo di controllo, sottoposto alle sole cure per PTSD; un gruppo sperimentale a cui oltre la somministrazione della stessa terapia del primo gruppo, era affiancato un Psychiatric Service Dog. I risultati sono stati dimostrati attraverso l'utilizzo della PTSD Checklist¹⁵ (PCL, 1993), metodologia, qui utilizzata longitudinalmente, per verificare i cambiamenti nell'arco temporale dei soggetti. Cosa ancora interessante è stato il riscontro di un ulteriore cambiamento in social skills, qualità di lavoro e di vita. Oggi, dunque, ci troviamo davanti ad un'evidenza sempre più marcata. Le precedenti teorizzazioni prendono sempre più il largo nel campo terapeutico, riuscendo a

¹² La Delta Society è un'organizzazione internazionale leader nel campo delle AATs.

¹³ Vedere nota 2

¹⁴ Per approfondimenti cfr. Cusack O, *Pets and Mental Health*, New York, Haworth Press, 1988.

¹⁵ Nacque nell'Ottobre del 1993 a cura di Weathers F., Litz B., Herman D., Huska J., Kean T. Oggi si utilizza la PCL-5 è composta da 20 item self-report e misura i 20 sintomi riportati nel DSM-5 del DSPT.

fornire un aiuto sostanziale alla pratica clinica e velocizzando i processi di miglioramento, che spesso vengono vissuti con passività e poca convinzione.

Il disturbo da stress post traumatico viene diagnosticato generalmente intorno al 6,8% della popolazione. Si presenta con sintomi pervasivi che invadono la sfera sociale e le funzioni quotidiane: può provocare insonnia, comportamenti spericolati, evitamento. Il percorso psicoterapeutico può dare benefici ma non mancano i casi di abbandono prematuro della terapia o di miglioramenti poco efficaci. Ecco perché l'affiancamento di una AAT e di un cane da servizio psichiatrico, può dispiegare le complessità, valorizzando il lavoro terapeutico di base, migliorando i sintomi del PTSD.

Lo U.S. Department of Veterans Affairs risulta essere il più attivo nella promozione di ricerca e supporto concreto per queste forme di co-terapia. Uno studio pubblicato nel 2017, dal Giornale Americano dell'Ortopsiatria¹⁶, si è occupato di indagare l'effetto della AAT (con PSD) nelle terapie per PTSD. E' stato strutturato un training della durata di 3 settimane (con successivo follow-up dopo 6 mesi) in cui due gruppi di veterani (4 femmine e 9 maschi) sono stati raggruppati secondo la loro diagnosi di PTSD. È stato loro chiesto di compilare un self-report inerente a livelli di depressione, comportamenti irascibili, qualità di vita e percezione di supporto sociale. Gli interventi assistiti con animali sono stati definiti come *“un intervento diretto in cui l'animale, che segue determinati criteri, è parte integrante di un processo di cura”* (the Delta Society, n.d., as cited in Krueger & Serpell, 2006, p. 23). I cani utilizzati in queste co-terapie sono chiamati “cani da assistenza psichiatrica” proprio per il particolare addestramento a cui sono sottoposti, utile per pazienti con disabilità psichiche come depressione, disturbo bipolare, schizofrenia. La loro capacità di riconoscere l'ansia, la paura, l'agitazione o la rabbia dei propri coadiutori attraverso specifici indizi visivi, consente loro di “risvegliare” l'uomo che sta vivendo un flashback. Generalmente sono i tic o lo zoning-out¹⁷ a suggerire all'animale l'andamento della situazione. Gli handlers potranno così

¹⁶L'ortopsichiatra è una branca della psichiatria che si occupa di prevenzione e cura quei casi borderline, in cui le condizioni mentali oscillano tra il normale e il patologico.

¹⁷ Per zoning-out si intende la condizione di astrazione di un soggetto, perso nei suoi pensieri, distante da tutto ciò che lo circonda, una forma sporadica e meno intensa di derealizzazione o distacco dalla realtà.

“risvegliarsi” e praticare quelle forme di rilassamento o quelle tecniche (es. mindfulness) che consentano loro di riprendere il controllo.

L’allenamento durato 3 settimane (giorno per giorno) è stato fornito dall’organizzazione no profit TAV¹⁸ che chiedeva ai soggetti di restare in contatto con i terapeuti, continuando anche dopo il programma in svolgimento. Il training proposto dava competenze in merito alla cura ed al trattamento del cane, al modo in cui addestrarlo e come accompagnarlo ad eventi pubblici. Gli animali erano stati già precedentemente addestrati per un periodo di 8 - 12 mesi, secondo le condizioni specifiche in cui dovevano essere impiegati. Il costo di ogni cane, sottoposto a tutti i vari presidi del caso, è stato di 25,000 dollari americani, considerando anche le varie verifiche a cui venivano sottoposti. L’esito di questo percorso di miglioramento psicosociale è stato positivo, rilevando un miglioramento della qualità di vita con riduzione dei livelli di rabbia e maggiore percezione di supporto sociale. Inoltre, la problematica, precedentemente menzionata, dell’abbandono prematuro della terapia, attraverso il programma del TAV di 21 giorni, è stata superata. Questi risultati fanno sperare che questo genere di interventi terapeutici possano sempre più trovare una loro dimensione fissa, all’interno della panoramica internazionale e della prassi terapeutica.

Non mancano però le limitazioni: l’assenza di un gruppo di controllo e un campione di piccole dimensioni sono elementi che rientrano in quella definizione dell’evidence-based, secondo cui non è possibile considerare questo dato come scientificamente valido. Nonostante ciò, però, l’accostamento di un cane da servizio psichiatrico a un trattamento per trauma intensivo - come il PTSD - può fornire risultati qualitativamente validi sul piano del benessere, avendo effetto tangibile sulla salute e sul recupero dei soggetti.

¹⁸ This Able Veteran, organizzazione nata nel 2011, formata da volontari, allenatori e donatori tutti uniti per i veterani. Forniscono dei set di abilità per gli animali da assistenza terapeutica. Hanno sede negli Stati Uniti a Carbondale, Illinois.

BIBLIOGRAFIA

- Alleva E., Cirulli F., (2007), *Terapie e attività assistite con gli animali: analisi della situazione italiana e proposta di linee guida*, Roma: Istituto Superiore di Sanità (Rapporti ISTISAN 07/35)
- Altschuler E. L. (1999), Pet-Facilitated Therapy for Post-traumatic Stress Disorder, in *Annals of Clinical Psychiatry*, Vol. 11, No. 1
- American Psychiatric Association (1994), *DSM-IV, Manuale Diagnostico e Statistico dei Disturbi mentali*, quarta edizione, Raffaello Cortina Editore, Milano
- American Psychiatric Association (2014), *DSM-5, Manuale Diagnostico e Statistico dei Disturbi mentali*, quinta edizione, Raffaello Cortina Editore, Milano
- Anouk L. Grubaugh, Ford J., Frueh B. C. (2013), *Disturbo post-traumatico da stress. Diagnosi e trattamento*, FerrariSinibaldi, Milano
- Black A. F., Chur-Hansen A., Winefield H. R. (2011), *Australian psychologists' knowledge of and attitudes towards animal-assisted therapy*, in *Clinical Psychology* 15, the Australian Psychological Society
- Boisvert, Boness, Cassandra L., Jeffrey N., Jennifer A., Younggren (2016) *Examining Emotional Support Animals and Role Conflicts in Professional Psychology*, in "psychNET", Vol. 47 (4), p. 255–260
- Castelli C., Sbattella F., (2008), *Psicologia del ciclo di vita*, FrancoAngeli, Milano, p. 36-38
- Coleman, Jennifer A., Ingram, Kathleen M., Bays, Annalucia, Joy-Gaba, Jennifer A., Boone, Edward L. (2015), *Disability and Assistance Dog Implicit Association Test: A novel IAT.*, in "psycNET", *Rehabilitation Psychology*, Vol 60(1), p. 17-26
- Fennell J. (2002), *Ascolta il tuo cane*, Salani, Firenze
- Fine H. A. (2010), *Handbook on Animal-Assisted Therapy: Theoretical Foundations and Guidelines for Practice*, Edition 3, Academic Press, USA
- Freud S., (1915), *Metapsychologie: Die Verdrangung*, (trad. it. (1976) *Metapsicologia: La rimozione*, in *Opere VIII*, Boringhieri, Torino)
- Gaio Plinio Il Vecchio (1983), *Historia Naturalis*, libro IX, tr. It., Torino
- Gillett J., Weldrick R. (2014), *Effectiveness of psychiatric service dogs in the treatment of post-traumatic stress disorder among veterans*, Hamilton, McMaster University, p. 38
- Giusti E., La Fata S., (2004), *Quando il mio terapeuta è un cane*, Sovera Edizioni, Roma
- Hunter R. H., Kertz S. J., Kloep M.L (2017), *Examining the effects of a novel training program and use of psychiatric service dogs for military-related PTSD and associated symptoms*, in *American Journal of ortopsychiatry*, vol. 87, No. 4, p. 425-433
- Levinson B. M. (1962), *The Dog as Co-Therapist*, *Ment. Hyg.*, New York, 46, p. 59-65

- Martinez A. (2016), Saved by the Dog: Unleashing Potential with Psychiatric Service Dogs, *Adventure LLC*; 1 edizione (31 dicembre 2016)
- O'Haire M. E. e Rodriguez K. E. (2018), Preliminary Efficacy of Service Dogs as a Complementary Treatment for Posttraumatic Stress Disorder in Military Members and Veterans, *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, APA, Vol. 86, No. 2, p. 179–188
- Tugnoli C. (2003), *Zooantropologia: storia, etica e pedagogia dell'interazione uomo/animale*, Franco Angeli; Milano, p. 350

SITOGRAFIA

- <http://www.servicedogcentral.org/content/node/77>
- <http://www.stateofmind.it/tag/ansia/>
- <http://www.stateofmind.it/tag/trauma-esperienze-traumatiche/>
- <http://www.treccani.it>
- <https://books.google.it/>
- <https://esadoctors.com/emotional-support-animals-vs-service-dogs-and-therapy-dogs/>
- https://it.wikipedia.org/wiki/Pagina_principale
- https://www.huffingtonpost.it/2017/08/19/cani-antistress-agli-esami- universitari-dopo-yale-e-harvard_a_23045327/
- <https://www.ptsd.va.gov/professional/assessment/adult-sr/ptsd-checklist.asp>
- <https://www.servicedogcertifications.org/>
- <https://www.spiweb.it/stampa/pet-therapy/>