

PSICODINAMICA DELLO SVILUPPO E IPPOTERAPIA

Romeo Lucioni – Alessandra Cova

Matteo Allone nel presentare un convegno su autismo e ippoterapia ha paragonato questa al “gioco degli scacchi” e lo psicoanalista Luigi Baldaci ne giustifica così il senso “...*si tratta, in entrambi i casi, di un gioco con una logica, un metodo, delle regole ed una strategia*”:

- *logica* = riguarda il concetto che con il cavallo si struttura un intervento con il quale si può superare l'autismo che quindi risulta abbordabile se non proprio curabile;
- *metodo* = è la riabilitazione equestre con le sue diverse “tappe” o “fasi” che possono essere attuate in modo successivo, ma che per lo più sono frammiste e concomitanti;
- *regole* = in un gioco le regole danno ordine, ma soprattutto rispetto dei partecipanti e delle loro esigenze e affrancamento agli obiettivi;
- *strategie* = presuppongono un “pensiero” che è lo studio del terapeuta per programmare un intervento veramente efficiente e, soprattutto, efficace.

In questa lettura c'è anche una *finalità* “... così il cavallo potrà abbattere la torre e liberare il Pedone”.

In questo gioco, come in quello degli scacchi, ci sono poi continui momenti di tensione e distensione che rappresentano la programmazione e l'attesa del risultato che vengono utilizzati ed agiti da tutti e tre i partecipanti all'azione – terapeuta, cavallo, cavaliere- in un continuo dialogo che appunto “parla” delle “tensioni” che però si sviluppano su due binari;

- a) quello emotivo che porta a ansia, paura, angoscia;
- b) quello affettivo che ha come meta la crescita, lo sviluppo, l'accettazione di un destino, di una storia e di una memoria.

Nell'espressione simbolica del gioco, c'è anche un contenuto psico-biologico che “marca” il corpo nelle diverse dinamiche che esprimono:

- rigidità, tensione muscolare, dolore;
- flessibilità, rilassamento, accompagnamento

che un'altra volta vengono vissute e sperimentate nell'occhio e nelle reazioni dell'Altro, cavallo o terapeuta, che reagisce apportando una parte di “dialogo” fatto di reazioni, per l'animale, e di esclamazioni-indicazioni per l'operatore.

In questo modo il gioco degli scacchi diventa un “giro di campo” dove tutti i partecipanti parlano, dicono, ascoltano, fanno, agiscono, rispondono e, quindi, si richiede una regia molto precisa per evitare il caos che sarebbe: la caduta dal cavallo.

Il terapeuta che diventa regista assume il ruolo indispensabile di “Io-ausiliario” proprio perché la sua lettura (psicodinamica) ed il suo linguaggio (transfert) si offrono al cavaliere come luogo (maneggio) nel quale la scena psicodrammatica si svolge coprendo i parametri dello spazio e del tempo nei quali le tensioni (dispiaceri) e le distensioni (piaceri) si intrecciano in un continuo susseguirsi di crisi e di cambiamenti sui quali si parla cercando, quindi, *inconscio*.

A volte questi momenti possono essere intesi come “perdita” e, quindi, come “lutto”, ma la nuove osservazioni, ci inducono a lasciare questa “interpretazione” per andare all’idea di un “continuo rinascere”.

Ci rifacciamo così ad un modello che preferisce parlare di “fantasie” e di “idee e prospettive”. I cambiamenti sono quindi legati al percepirsi, al sentirsi, al proiettarsi e, finalmente, al pensarsi.

Sono diversi “modi di pensare” cioè legati allo sviluppo psico-mentale nel quale si strutturano percezioni, emozioni, affetti e comprensioni, ma che, soprattutto, rispecchiano l’idea di “*crearsi come oggetto del proprio desiderio*”.

Lo sviluppo è, in questo modo, legato alla “storia del desiderio” che passa dal:

/// **desiderio di corpo** = legato alle percezioni ed al riconoscersi come soggetto-oggetto centrato su di sé in un atteggiamento egocentrico ed onnipotente;

/// **desiderio di essere con** = in una relazione ed in un dialogo empatico di segni e di riconoscimenti;

/// **desiderio di immaginarsi** proiettati nella propria ed altrui idealizzazione;

/// **desiderio di pensarsi** come soggetto di sapere e di conoscere; essere capace di pensare il proprio pensiero.

Il passaggio da un desiderio all’altro non è per salti e/o per scalini, ma rispetta un procedimento spiraliforme che permette crescite e retrocessi senza subire contraccolpi, anche se il crescere rispecchia l’intervento di “gratificazioni” e/o di “frustrazioni”.

La tendenza a *idealizzare* se stesso, i propri oggetti, i compagni, i propri “progetti” porta a gratificazioni che supportano i cambiamenti e con-tengono le ansie legate alle perdite ed al lasciare il già conosciuto per l’insicuro divenire.

Quando però intervengono delle “frustrazioni” il soggetto tende ad inibirsi, ad isolarsi, a vivere sentimenti di impotenza e/o inadeguatezza. È qui che si strutturano quei fenomeni di irritabilità, di inibizione intellettuale, di chiusura affettiva, di condotta rischiose e problematica, di distacco e/o di rifiuto.

Queste manifestazioni, sottese quindi a particolari meccanismi mentali (adattivi e/o evolutivi), devono essere affrontate e superate dal soggetto, attraverso un lungo e delicato processo di recupero delle proprie valenze e qualità funzionali, che richiede non solo tempo cronologico, ma anche “tempo psichico”, al termine del quale risulterà un quadro di “maggiore e migliore auto-valORIZZAZIONE” o, al contrario, uno stato di disequilibrio dominati da *sentimenti contraddittori* che sono proprio quelli che il terapeuta deve saper scegliere e sublimare, dando al cavaliere la possibilità di “creare se stesso”.

Proprio per questo, i terapisti addetti all’ippoterapia devono avere una preparazione professionale complessa poiché devono assolvere compiti delicati:

?? **elargire cure** e di conseguenza sapere quali e come sono gli interventi che, attraverso il cavallo, possono essere applicati per risolvere problemi di postura, di equilibrio, di deficit motori, di limitazioni osteo-articolari;

?? **capire i bisogni, le ansie ed i desideri** (attraverso una sottile osservazione degli atteggiamenti) per poter raggiungere gli obiettivi, utilizzando gli stimoli istintivi alla crescita ed allo sviluppo psico-affettivo;

?? **creare un setting piacevole**, in costante equilibrio tra il ludico-ricreativo ed il terapeutico-riabilitativo;

- ?? **essere un polo pedagogico** perché l'allievo acquisti comportamenti sempre più adeguati e corretti, tanto da potersi sentire "felicitemente" inserito, non per spinte libidico-istintive (infantili), ma per cognizione deduttiva;
- ?? **preparare i cavalli** ad un lavoro delicato, preciso e continuo, sapendo usare le mescole alimentari più idonee e facendo "sgroppare" i focosi destrieri e condurli quindi ad un livello esatto di capacità operativa;
- ?? **assumere il ruolo di istruttore di equitazione** per ottenere una corretta postura in groppa al cavallo, esatte manovre di disimpegno temporo-spaziale, la massima integrazione tra cavaliere e destriero.

Queste osservazioni dimostrano quanto sia importante il lavoro dei terapisti che devono:

- osservare le dinamiche del cavallo e quelle del cavaliere;
- considerare la situazione operativa offerta dal setting (tipo di terreno, intensità di illuminazione, qualità degli stimoli accessori musica, partecipazione degli ausiliari, ecc.);
- predisporre la qualità e la quantità di ogni intervento;
- leggere le modificazioni emotivo-affettive del bambino e considerare le risposte del cavallo,
- scegliere il cavallo adeguato per la situazione personale di ogni singolo paziente;
- determinare in ogni momento il tipo di applicazione pratica (velocità, intensità, complessità degli esercizi) in rapporto agli obiettivi, alle possibilità reali della coppia cavaliere-cavallo, al livello attentivo e di impegno dimostrati dal bambino;
- decidere se è necessario salire in groppa al cavallo insieme al piccolo paziente (anche prenderlo in braccio, se necessario, quando si tratta di bambini molto piccoli);
- far vivere ogni sessione terapeutica con un atteggiamento sereno, disteso, impegnato, caratterizzato da stimoli seducenti, distensivi e piacevoli, però sempre finalizzati al risultato terapeutico.

Quando si parla di riabilitazione equestre vengono riportati come risultati positivi raggiunti:

- ?? momenti di benessere
- che si organizzano attorno a sentimenti come:
- ?? piacere e soddisfazione
 - ?? gioia di vivere
 - ?? comprensione
 - ?? rispetto della persona e dei suoi diritti

Non si tratta, quindi, di un "insegnamento" di tecnica equestre, ma di utilizzare il cavallo come strumento o mezzo per:

- ?? attivare emozioni
 - ?? stimolare sentimenti come il valore del Sé e dell'Altro
 - ?? organizzare un sistema rappresentazionale condiviso
 - ?? stimolare e sviluppare le capacità cognitivo-intellettive
- in altre parole:
- ?? riorganizzare i processi dello sviluppo psico-mentale

?? permettere la formattazione del Sé che risente di influenze:

- genetiche
- congenite
- acquisite attraverso le percezioni, le rappresentazioni, l'arricchimento immaginativo, la valorizzazione affettiva, l'organizzazione simbolica.

Per analizzare i benefici indotti dall'attività ippoterapica distinguiamo:

Area emotivo-affettiva

- ?? autostima
- ?? autocontrollo
- ?? autosoddisfazione
- ?? fiducia di sé
- ?? percezione sensoriale
- ?? “ affettiva
- ?? “ dello schema corporeo

Area cognitivo-intellettuale

- ?? controllo delle risposte riflesse
- ?? organizzazione di previsioni
- ?? adeguamento psico-fisico
- ?? adeguamento alla situazione
- ?? concentrazione sul compito
- ?? attenzione
- ?? tenuta
- ?? memoria

Area comunicazione - linguaggio

- ?? comunicazione verbale
- ?? “ non verbale e gestuale
- ?? vocabolario
- ?? linguaggio nell'aspetto della competenza
- ?? “ “ “ intenzionalità

Area psicomotoria

- ?? equilibrio
- ?? sviluppo muscolare
- ?? coordinazione occhio-mano
- ?? riflessi muscolari
- ?? rilassamento muscolare
- ?? riduzione di movimenti anomali
- ?? controllo delle stereotipie
- ?? destrezza fisica
- ?? stato fisico generale
- ?? orientamento spazio-temporale

Area apprendimento

- ?? nuove tecniche di equitazione
- ?? cura del cavallo
- ?? uso degli attrezzi

- ?? montare senza sella
- ?? conoscenza dei finimenti
- ?? condurre al passo, al trotto, al galoppo
- ?? imparare a conoscere le idiosincrasie del cavallo e anticiparne le reazioni
- ?? “ a trattarlo per ottenere che ubbidisca agli ordini.

Area socializzazione

- ?? inter-relazione con i terapeuti
- ?? “ “ compagni
- ?? amore per l'animale
- ?? condividere ed aumentare le esperienze
- ?? partecipare all'atmosfera viva e vitale del Centro inteso come “club”.

In altre parole, si tratta di attivare un intervento fondato sui principi della psicodinamica e che abbia come finalità quella di

CREARE AUTONOMIA FUNZIONALE PSICHICA

- sviluppare la curiosità;
- stimolare la creatività;
- indurre il desiderio a partecipare;
- voglia di comunicare;
- creare una propria aspettativa;
- riconoscere la propria identità;
- garantire identità al proprio se;
- sentirsi autonomi;
- riconoscere il proprio ruolo e la sua positività;
- stimolare l'autocoscienza di far parte di un team;
- creare il bisogno di comportarsi in modo appropriato;
- valorizzare le aspettative degli altri;
- fare proprie le altrui aspettative;
- sentirsi attesi;
- avere coscienza di dover rispondere ai propri compiti;
- vivere le proprie scelte come accettate dagli altri.

Nell'organizzazione di quello che chiamiamo “approccio riabilitativo globale” l'ippoterapia si inserisce come intervento specializzato in un insieme multidisciplinare che mira al recupero funzionale, ma, soprattutto, alla ricomposizione delle capacità adattive dell' Io ed alla compattazione della personalità distorta o frantumata a causa della disabilità.

In altre parole non si tratta più di abbattere la torre (lasciare senza casa l'autistico), ma di dare al cavaliere il suo *amato cavallo* (il Nome del Padre) perché possa uscire, rinfrancato e pieno di energia, abbandonando l'isolamento proprio perché ha scoperto quanto valga e, soprattutto, quanto sia gratificante e stimolante la relazione, la reciprocità, l'amore e cercare *insieme* la via della crescita personale e del gruppo.