La terapia in ambiente naturale

attività assistite con animali

Barbara Basciani

adattamento e benessere

- La qualità di vita di ogni essere vivente dipende dalla sua capacità di adattamento all'ambiente , cioè di percepire e soddisfare i propri **bisogni** sia dal punto di vista fisico che relazionale (con se e con gli altri)
- Tale capacità è legata alla qualità e quantità di **risorse**

  Cognitive , Emotive,Organiche,Percettivo-sensoriali

  specifiche di ciascun soggetto

adattamento e benessere

- Ogni essere vivente è il prodotto del proprio corredo genetico e delle relazioni ed esperienze che avrà vissuto nel corso dello sviluppo
- Il livello di equilibrio/benessere raggiunto dipenderà da come i bisogni saranno stati percepiti e da come sarà stato in grado di darvi una risposta (risorse interiori)
- Il condizionamento ambientale bloccando la libera espressione dei bisogni sviluppa risposte che saranno più o meno adeguate a seconda del grado di consapevolezza (conoscenza delle proprie emozioni, bisogni,dinamiche)

Relazione e benessere

- La strutturazione di forme disadattative nasce dall’incapacità di mettersi in comunicazione corretta per codici non condivisi (non solo linguistici)
- La comunicazione acquisisce un valore relazionale dopo aver soddisfatto il bisogno

- Di accettarsi e potersi esprimere per quello che si è
- Di accettare l’altro per quello che è
- D’identità di ruolo (mantenendolo al di là del giudizio altrui)

Psicologia dei bisogni

(R.Benini “La teoria dei bisogni della psiche”)

biologici

- ALIMENTAZIONE
- CURA
- RIPOSO
- PROTEZIONE

psicologici

- INDENTITA’
- RELAZIONE
- ESPRESSIONE

BISOGNI UMANI

- **1 sicurezza fisica (autoconservazione)**
- **(O-6 mesi)**
- **2 identità, confini psichici (6 mesi -1 anno e ½) (autodeterminazione,conoscenza di se)**
- **3 relazione, possibilita' di allontanarsi dalla mamma (fino a 2 anni e ½)**
- **4 autorealizzazione ,identità personale, autostima (fino ai 3 anni e ½)**

PSICOLOGIA DEI BISOGNI

- Tutti i bisogni sono al servizio della vita e la necessità di fornire ad essi una risposta è la principale spinta motivazionale all'azione sia per l'uomo che per gli animali

  (identità di specie)
- Non sempre le risposte ai bisogni (tentativi per ristabilire un equilibrio momentaneamente modificato) sono adeguate (adattative-disadattative)
- Essi si manifestano secondo un ordine gerarchico , a seconda dello sviluppo dell'apparato psichico e della possibilità di soddisfazione

La piramide di Maslow

La piramide dei bisogni di Maslow (1954)

ADATTAMENTO

(R.Benini “I cinque passi “)

REALTA’ INTERNA

- Paure soggettive che si formano durante la crescita a causa di specifici modelli educativi o in seguito a traumi e frustrazioni
- Amplificazione o negazione degli avvenimenti
- I meccanismi di difesa abbassano il livello della realtà esterna fino a quella interna

REALTA’ ESTERNA

- Naturali e oggettive paure, risposte che l’individuo attiva in conseguenza degli avvenimenti esistenziali
- Ripristino apparente dell’equilibrio con scissione delle due realtà ad ogni modificazione dell’ambiente esterno (disadattamento)

Adattamento e benessere

equilibrio tra stimoli e risposte

individuo

- Somma delle esperienze accumulate nel corso della vita tali da indirizzare e condizionare le successive risposte e quindi il comportamento
- Possiede meccanismi fisiologici in grado di mantenere l'equilibrio (salute)

ambiente

- Stimoli che alterano l'equilibrio fisiologico e modificano il sistema biologico (STRESS)
- Rottura della regolazione neuroendocrina ed immunitaria (asse adreno-ipofiso-ipotalamico)

Emozioni = movimenti in fuori risposte a uno stimolo

- **PIACERE**
- **DOLORE**
- **RABBIA**
- **PAURA**

- Modificazioni psico fisiche in base ad uno stimolo
- Se non riconosciute e non “emesse” (compresse) nel lungo periodo possono portare a sofferenze più o meno gravi del corpo e della psiche

ambiente e benessere

- il contesto in cui un individuo è inserito condiziona fortememte la sua espressione (capacità di percepirsi ,modo di relazionarsi)

L’ambiente naturale e la relazione con gli animali hanno dimostrato avere feed-back positivi attraverso il canale delle emozioni e della comunicazione non verbale, con miglioramento dell’assetto psico-neuro-endocrino

attività assistite con animali

- L’animale con le sue caratteristiche può essere un ottimo mediatore tra l’uomo e il proprio ambiente a livello
- Sensoriale
- Cognitivo
- Emotivo
- Sociale

Canali comunicativi legati principalmente alla parte emotiva-istintuale

L”animale non mente

Dona affetto in maniera incondizionata

Fa sentire meno soli

Stimola la comunicazione

Rende attivi

Fa sentire importani ed utili

PER EFFETTUARE UN BUON INTERVENTO NON BISOGNA STRAVOLGERE LA NATURA DI UNA SPECIE NE' LE CARATTERISTICHE DELL'INDIVIDUO

Caratteristiche di un animale

- **Colore**
- **Dimensioni**
- **Forma**
- **Carattere**
- **Calore**
- **Tipo di comunicazione**
- **Abitudini sociali**
- **Domesticità**
- **Alimentazione**
- **habitat**

Interazione col cavallo (erbivoro gregario)

Rilassamento

Stimolazione vibratoria

Stimolazione multisensoriale

Accudimento

Comunicazione

Stimolazione motoria (attiva e passiva)

Stimolazione cognitiva

Benessere globale e divertimento

Stimolo didattico (schema corporeo)

Stimolo educativo

Stimolazione emotiva-affettiva

relazione

ambiente

Acqua

Piante aromatiche e non

Fiori

Insetti

Sassi,erba,terra….

Frutti

Foglie

Noci ,nocciole..

Mangimi

Fieno,paglia

Altri materiali naturali

relazione uomo/cavallo in pratica

- Un rapporto tra due soggetti
- Riconoscimento della diversità dell’altro
- Accreditamento all’animale del ruolo di partner
- Impegno a ricercare chi siamo e quello che sappiamo con calma e ascolto
- Conoscenza dei codici di **comunicazione** specifici