

IN FATTORIA INSIEME

Una proposta per facilitare il coinvolgimento relazionale tra utenti di un Centro Diurno Socio-Assistenziale attraverso lo svolgimento di Attività nel Quotidiano Terapeutiche con animali della fattoria



Autrice

Bianca De Luca

Relatori

Manuela Leonardi Dörflinger

Emanuele Zabelli

ABSTRACT

Questo Lavoro di Diploma tratta del coinvolgimento relazionale di cinque utenti del Centro Diurno Socio-Assistenziale dell'Atte di Biasca, tramite incontri di Attività nel Quotidiano Terapeutiche presso una fattoria e con l'ausilio di animali selezionati.

L'idea deriva dalla problematica di isolamento che li accomuna: attraverso la loro osservazione e conoscenza approfondita, tramite lo strumento della Raccolta Dati, è emerso che si trovano in difficoltà nei rapporti con gli altri e che hanno vissuti personali o interessi legati al mondo animale. Mi sono così orientata al tema delle attività assistite con animali, rendendomi conto dei benefici, in particolare relazionali, che queste apportano nei vari ambiti e in diverse utenze. Dopo la compilazione della modulistica dell'attivazione, ho proceduto con l'organizzazione del progetto e la sua messa in pratica: ho individuato la fattoria disposta all'esecuzione del progetto e alla collaborazione, in seguito ho pianificato gli incontri. Principalmente, ci siamo avvalsi di galline, caprette e cavalli per la durata di cinque incontri specifici.

Per favorire gli scambi relazionali nello svolgimento delle attività, gli utenti hanno avuto momenti ludici e momenti lavorativi, alternati a momenti di condivisione al tavolo. Qui venivano stimolati con domande mirate, andando a riprendere i ricordi vissuti e instaurando delle discussioni. Sono così emerse relazioni in crescendo: inizialmente gli utenti erano piuttosto restii ad aprirsi con gli altri membri del gruppo e tendevano piuttosto a discutere con i responsabili, successivamente i rapporti erano più intensi ed in evoluzione e si sviluppava pure un senso di appartenenza al gruppo. Gli utenti ora si riconoscono come gruppo e riescono a condividere vissuti e ricordi profondi e personali.

Mi reputo soddisfatta dei risultati ottenuti con questo progetto. Li ho misurati attraverso una tabella osservativa, ho annotato gli scambi relazionali e le testimonianze più rilevanti degli utenti, riconoscendo una certa difficoltà iniziale dovuta al setting non protetto e nel riuscire a coinvolgere i partecipanti nell'ascolto reciproco. Col tempo, il gruppo ha preso confidenza, sia con il luogo, che con la mia metodologia.

Se avessi potuto sviluppare il progetto su un arco di tempo più lungo, avrei ottenuto risultati ancora maggiori. In futuro si potrebbe prevedere una collaborazione costante e a lungo termine, possibilmente in una struttura più vicina al CDSA, in modo da ottimizzare tempi e costi.

Parole chiavi del progetto

Isolamento – scambi relazionali – animali della fattoria – Attivazione nel Quotidiano Terapeutiche – senso di appartenenza

SOMMARIO

1	INTRODUZIONE	1
1.1	Definizione e contestualizzazione del tema	1
1.2	Motivazione personale e collettiva.....	3
1.3	Analisi della situazione di partenza	3
1.4	Scopo.....	5
1.5	Obiettivi operativi	5
2	QUADRO TEORICO	6
2.1	Relazioni sociali.....	6
2.2	Rapporto tra uomo e animale	7
2.3	Pet therapy	9
2.4	Metodologia dello specialista in attivazione	10
3	MATERIALE E METODO.....	12
3.1	Metodologia utilizzata e tempistiche	12
3.2	Materiale previsto per la realizzazione del progetto.....	15
4	RISULTATI.....	18
5	CONCLUSIONI.....	22
6	FONTI.....	25
6.1	Bibliografia	25
6.2	Sitografia	26

L'autore è l'unico responsabile di quanto contenuto in questo lavoro.

1 INTRODUZIONE

1.1 Definizione e contestualizzazione del tema

Questo Lavoro di Diploma (LdD) viene sviluppato nel contesto lavorativo dove svolgo attualmente la pratica professionale, si tratta del Centro Diurno Socio-Assistenziale (CDSA) dell'Atte di Biasca e Valli. Questa struttura propone ai propri ospiti, siano essi persone anziane autosufficienti e/o utenti che necessitano di assistenza, attività mirate al mantenimento delle funzioni sociali e psico-fisiche. Oltre alle attività interne, vengono sviluppati dei progetti sul territorio per promuovere l'interazione con altri membri attivi della società e non solo tra gli utenti del Centro, con lo scopo di contrastare l'isolamento sociale.

Malgrado le finalità del CDSA, rilevo che alcuni utenti vivono una situazione di isolamento, che si manifesta spesso con forme di ansia e depressione. Tramite l'osservazione e la conoscenza di questi utenti, mi rendo conto della loro predisposizione alla relazione, che non riescono tuttavia a sviluppare autonomamente.

Mi sono interessata alle teorie di Roberto Marchesini e Sabrina Tonutti, essi descrivono lo stato di benessere che si crea grazie al rapporto tra uomini e animali (Marchesini & Tonutti, 2007). Gli animali hanno la capacità di favorire la spontaneità alle persone e di facilitare l'interazione verbale e non (Alaimo, 2019). Per questo motivo ho intenzione di incentivare le relazioni sociali tramite delle attività con gli animali. Ho anche studiato le teorie dello psichiatra Boris M. Levinson, applicate nella Pet Therapy, in cui sostiene che l'animale dona effetti benefici alla persona, sia a livello fisico che psichico (Levinson, 1961).

Secondo ulteriori indagini si è rilevato che l'interazione con determinati animali, grazie alle loro specifiche caratteristiche comportamentali, apporta una carica energetica enorme all'essere umano che lo predispone a relazionarsi con lui (Marchesini, 2005). Prendersi cura di un animale o riceverne le attenzioni, accresce l'autostima e il senso di responsabilità (*Pet Therapy*, s.d.) ed apporta benefici all'umore e alla psiche grazie alla stimolazione dei nostri neurotrasmettitori.

Essendo a conoscenza degli interessi passati e presenti di questi utenti e delle teorie accennate nel paragrafo precedente, ho pensato di proporre un progetto di Attività nel Quotidiano Terapeutica (AQT) da svolgere in una fattoria. La finalità è quella di promuovere le relazioni tra i partecipanti stimolandoli, mediante un coinvolgimento emotivo, alla condivisione di sensazioni e all'integrazione del singolo utente all'interno del gruppo.

Per raggiungere questa finalità, ritengo necessario organizzare dei momenti di gruppo in cui vi è interazione con gli animali (cavalli, capre e galline) e, attraverso il loro accudimento, come

pure attraverso l'affettività, i partecipanti sviluppano emozioni che possono poi condividere durante i momenti appositamente riservati all'interazione all'interno del gruppo. Il beneficio che spero di ottenere per gli utenti consiste nel suscitare in loro un senso di appartenenza al gruppo tramite le esperienze vissute.

Attraverso la metodologia dello Specialista in Attivazione, il processo di lavoro due e tre (Comazzi Tröhler, 2023) – attivazione nel quotidiano terapeutica e interazione e gestione dei rapporti – e facendo riferimento alle lezioni di Terapie Non Farmacologiche, in particolare quelle di Pet Therapy del secondo anno (Comoli, 2022), vorrei pianificare otto incontri di AQT in cui il partecipante interagisce gradualmente con l'animale, nel rispetto dei tempi dei singoli utenti. Sulla base dei rapporti che si instaureranno tra utente e animale, come pure tra utente e utente, si potranno osservare e valutare i risultati al termine di ogni incontro. Le suddette relazioni potranno evolversi ed essere influenzate attraverso l'introduzione di particolari attività, concretamente mi immagino per esempio un utente che tiene il cavallo ad un altro utente, che nel frattempo può spazzolarlo. Queste avranno come fine una maggiore presa di confidenza e conoscenza reciproca, ciò che dovrebbe apportare maggiori benefici agli utenti e massimizzare l'esito positivo del progetto. Verrà sviluppata una scheda di osservazione dove appuntare considerazioni specifiche riguardo all'aspetto relazionale, mentre al termine dell'intervento complessivo verrà realizzata una valutazione tramite una tabella che raccoglierà le testimonianze degli utenti e le osservazioni rilevate durante gli incontri.

Per poter controllare al meglio le AQT penso di limitare il numero di partecipanti a cinque, per garantire la sicurezza e l'accompagnamento necessari. Questi utenti saranno individuati grazie ad una conoscenza specifica, resa possibile con la metodologia dell'attivazione (Raccolta Dati e Analisi Dati, quali i bisogni e i desideri, così come la biografia e gli interessi) e con un'analisi osservativa durante gli scambi relazionali tra di loro.

La raccolta dei dati sarà completata da un colloquio individuale, per ottenere un quadro più preciso del loro vissuto personale e delle difficoltà che incontrano nella vita quotidiana.

Nel corso degli incontri in fattoria osserverò con attenzione la comunicazione verbale e non tra gli utenti, seguendo i criteri di valutazione preselezionati e individuati grazie ai vari studi fatti durante la parte teorica. Questi criteri saranno scelti in particolar modo per determinare le capacità comunicative attraverso la parola e l'espressività corporea (gesti, mimica facciale, manifestazione di emozioni, capacità collaborative e di ascolto). I dati saranno raccolti in apposite tabelle che alla fine dell'intervento permetteranno anche un confronto tra il prima e il dopo l'attuazione delle AQT, indispensabile per determinare l'esito del progetto.

Per questo Lavoro di Diploma ho identificato la struttura di riferimento nel “Pirate Ranch” di San Vittore, i cui responsabili hanno dato la loro disponibilità e sono molto interessati ad intraprendere questo tipo di esperienza.

1.2 Motivazione personale e collettiva

Ho sempre amato molto gli animali, fin da piccola ho una grande passione in particolare per i cavalli. Essi mi trasmettono una sensazione di spensieratezza e libertà che mi rende felice e mi carica di energia. Fare del bene al prossimo, che sia una persona o un altro essere vivente, mi fa stare bene. Il contatto con gli animali mi fa sentire in connessione con la natura e mi procura un benessere generale, sia fisico che psicologico, e legato alla sfera affettiva. Constato che si crea una connessione profonda, viva e vera.

Come già scritto in precedenza, credo molto nei progetti sul territorio per fornire una vasta gamma di attività, proporre collaborazioni avvincenti con le aziende locali e dare modo a tutti di trovare i propri spazi, come pure i propri interessi, il tutto mantenendo la propria autonomia. Questa modalità di pensiero è condivisa pienamente dal CDSA, come pure dalla responsabile della fattoria coinvolta. La meta finale per tutti gli attori presi in considerazione per questo Lavoro di Diploma, ovvero la motivazione collettiva, è infatti il benessere e la buona qualità di vita delle persone anziane. Qualità di vita che viene a mancare in assenza di relazioni sociali, esse sono infatti fondamentali nella quotidianità di ogni essere umano. Mi auguro che questo Lavoro di Diploma possa portare ad una maggiore relazione tra i partecipanti grazie all’interazione con l’animale.

L’incremento del senso di utilità, dell’autostima e del benessere della persona anziana, tramite l’interazione con l’animale e con il resto del gruppo, è ciò che mi motiva a collaborare con una fattoria per svolgere delle AQT. Non da ultimo, come specialista in attivazione ritengo rilevante il fatto di poter operare al di fuori dall’ambiente lavorativo classico, perché ciò permetterà ad altre persone di far conoscere questa figura professionale.

1.3 Analisi della situazione di partenza

Per analizzare la situazione di partenza, mi rendo conto che è opportuno lavorare con l’Analisi SWOT (Gaia, 2021), questa tiene in considerazione quattro parole chiave. Si tratta di punti di forza (strengths) e opportunità (opportunities) che contrastano punti deboli (weakness) e minacce (threats) riguardo alla realizzazione del progetto, agevolando il raggiungimento degli obiettivi.

Tabella 1: analisi SWOT

FATTORI INTERNI	<p>FORZA</p> <ul style="list-style-type: none"> – Capacità relazionali con utenti ed animali – Capacità collaborative con i responsabili della fattoria – Capacità organizzative – Conoscenze personali in particolare sui cavalli – Conoscenza degli utenti (competenze SA) 	<p>DEBOLEZZA</p> <ul style="list-style-type: none"> – Insicurezza nel proporre nuove attività funzionali – Poca esperienza nell'ambito di progetti interdisciplinari – Poca esperienza nel proporre attività al di fuori del CDSA (setting non protetto, assenza di figure di riferimento, ecc.)
FATTORI ESTERNI	<p>OPPORTUNITÀ</p> <ul style="list-style-type: none"> – Appoggio del Centro Diurno – Centro Diurno aperto alle novità – Mente aperta da parte del Pirate Ranch – Stage di approfondimento 	<p>MINACCE</p> <ul style="list-style-type: none"> – Meteo – Insorgenza di allergie sconosciute – Insorgenza di paura dell'animale sconosciuta – Imprevisto di budget – Rifiuto da parte degli utenti nella partecipazione alle spese

Posso notare da questa analisi che i punti positivi sono circa equiparati a quelli negativi. Sono persuasa che la mia forte motivazione mi stimolerà a trovare delle soluzioni adeguate ad ogni sorta di problema riscontrabile. Le capacità collaborative potranno per esempio ridurre al minimo la scarsa esperienza e le insicurezze, diminuendo e superando così i punti di debolezza. Sono convinta che la collaborazione tra Specialista in Attivazione e responsabile della fattoria possa essere agevolata dalla mia capacità di relazionarmi e di comunicare, che ha già permesso di raggiungere un accordo per un budget che rispetti i bisogni di entrambe le parti.

Sono inoltre convinta che un punto di forza sia la mia conoscenza personale ed il feeling con gli animali, come ho anticipato precedentemente mi occupo in particolare di cavalli. Grazie all'opportunità offertami dal CDSA di fare uno stage di approfondimento di due giorni durante l'estate presso delle scuderie dove si svolgono terapie e/o attività assistite in ambito ippico e dunque di sperimentare sul campo, penso di essere in grado di superare le mie incertezze nel proporre questa nuova attività.

Eventuali allergie e la paura dell'animale da parte degli utenti saranno individuate in anticipo grazie alla conoscenza approfondita delle persone partecipanti (Raccolta Dati).

Qualora dovessero insorgere allergie o paure non conosciute, avrò modo di organizzarmi con un piano d'emergenza in accordo con i responsabili della fattoria (come per esempio avere a portata di mano un set di pronto soccorso, come pure i numeri telefonici importanti).

Resta inevitabile la problematica legata alla meteo, fattore climatico impossibile da controllare se non consultando le previsioni. Sarà necessario informarsi per tempo ed avvisare gli utenti e il responsabile del trasporto, come pure il Centro Diurno ed il Ranch in caso di annullamento delle attività. Queste, in ogni caso, verranno svolte nei periodi più miti, onde evitare sia il freddo invernale che i temporali primaverili. Presso la fattoria sarà comunque possibile ripararsi sotto un gazebo, in caso di maltempo improvviso.

1.4 Scopo

Lo scopo di questo Lavoro di Diploma è quello di favorire gli scambi relazionali tra i partecipanti al gruppo di utenti del Centro Diurno, attraverso lo svolgimento di Attività nel Quotidiano Terapeutiche (AQT) con gli animali della fattoria.

1.5 Obiettivi operativi

Gli obiettivi SMART necessari per raggiungere lo scopo prefissato, sono i seguenti:

- Individuare cinque utenti con difficoltà relazionali attraverso un'osservazione e una conoscenza approfondita;
- Stimolare le relazioni sociali attraverso otto AQT con gli animali della fattoria;
- Analizzare i risultati ottenuti nei singoli incontri tramite la scheda di osservazione;
- Valutare l'intervento complessivo mettendo a confronto la situazione di partenza con quella finale.

2 QUADRO TEORICO

2.1 Relazioni sociali

L'interazione fra due o più individui è comunemente definita come "relazione sociale", in altre parole è il reciproco volgimento delle proprie azioni tra almeno due persone. Le relazioni possono essere stabili e profonde, come capita comunemente nei legami familiari, oppure sporadiche e superficiali, come ad esempio nel caso di persone che frequentano uno stesso luogo. Le relazioni possono anche distinguersi in cooperative, quando l'interazione volge all'ottenimento di un fine comune, oppure conflittuali, quando l'azione tende a prevalere o imporsi sugli altri (Tesi-online, 2023).

Il fulcro dell'esistenza umana si basa sulle capacità relazionali, ovvero la competenza di riuscire a trasmettere agli altri il proprio pensiero e contemporaneamente recepire e comprendere quello di chi ci sta intorno.

Per la nostra salute sia mentale che fisica, delle buone relazioni con chi ci sta vicino sono indispensabili, queste procurano una sensazione di benessere e migliorano la nostra qualità di vita. Le capacità comunicative sono quindi fondamentali.

È quando abbiamo l'impressione che l'altro non ci capisca che nascono i problemi relazionali che possono provocare dei disagi, come la sensazione di solitudine, disturbi psicosomatici fino ad arrivare alla depressione. È assodato che anche il bambino che non si sente ascoltato e compreso dai propri genitori perda sicurezza (Salomoni, 2021).

Per avere delle buone relazioni sociali la capacità di ascolto è indispensabile, ossia la facoltà di rivolgere la propria attenzione al contenuto e alla forma del messaggio che l'altro cerca di trasmetterci. Questa facoltà può anche essere sviluppata con esercizi atti a captare e recepire i messaggi e fondati soprattutto sullo stare in silenzio e ascoltare senza distrazioni.

L'ascolto attivo e l'empatia, vale a dire la competenza di interpretare lo stato d'animo dell'altro e farlo proprio, consentono di comprendere al meglio i messaggi che ci vengono trasmessi. La capacità di essere empatici ha come prerogativa un atteggiamento aperto e privo di giudizio, unitamente alla fiducia in sé stessi, che di norma trasmette fiducia agli altri, portano in maniera spontanea e naturale ad una comunicazione ricca di scambio e di ascolto reciproco.

È indispensabile ricordare anche l'importanza della comunicazione non verbale; un gesto, uno sguardo o un sorriso possono contribuire a dare valore all'interlocutore. È un dato di fatto che una persona sorridente predisponga gli altri ad avere maggiore fiducia nell'approccio (González, 2017).

In merito alla carenza di relazioni sociali, l'autrice del libro "Il potere di guarigione degli animali" (Palma, 2007) afferma che le persone sole tendono ad inibire la propria sensibilità e a camuffare la propria vulnerabilità. Queste persone trovano sfogo attraverso attività all'esterno e la presenza di un animale stimola l'insorgere di emozioni, innescando il ricordo di episodi della propria infanzia, soprattutto se in quel periodo era presente un animale.

Nell'articolo "I benefici della Pet Therapy sull'uomo" (Alaimo, 2019), l'autore sostiene che gli animali, in particolare quelli domestici, hanno l'innata capacità di stimolare emotivamente i soggetti umani con cui entrano in contatto andando anche a smuovere sensazioni ancestrali che danno avvio ad un processo di riattivazione. Il contatto fisico affabile è uno dei mezzi migliori per ridurre stress, ansia e paura in quanto è percepito come segno di accettazione sociale con benefici effettivi sulla psiche della persona. In quest'ultima nasce e cresce la motivazione a interagire con l'animale, anche prendendosene cura; in seguito, tramite l'animale che funge da ammortizzatore dei disagi nelle relazioni sociali tra esseri umani, si rafforza pure la motivazione a comunicare con gli altri esseri umani.

L'animale è catalizzatore di interessi collettivi che favoriscono la condivisione di sensazioni comuni e stimolano lo spirito di gruppo. Questo è dovuto al fatto che l'animale suscita tenerezza e risveglia il nostro innato senso protettivo, accomunando ed avvicinando le persone. In più, l'accudire un animale, è generalmente visto in maniera positiva dalle altre persone che riporteranno così un giudizio sociale favorevole.

2.2 Rapporto tra uomo e animale

Secondo l'autrice del libro "Manuale introduttivo al mondo della pet therapy" (Cirulli, 2013), l'uomo ha prevalentemente due tipi di rapporto con l'animale: unidirezionale e bidirezionale. Nel primo caso l'animale è sfruttato come fonte di nutrimento, come forza lavoro o ancora a fini di sperimentazione. È un tipo di rapporto a senso unico dove è solo l'uomo a trarne beneficio e l'animale subisce la sua azione con sacrifici anche estremi per soddisfarne i bisogni. In un'altra categoria di animali, quelli cosiddetti da compagnia, viene riservato tutt'altro tipo di trattamento ed in questo caso il rapporto dell'essere umano con l'animale diventa bidirezionale, si instaura cioè un sentimento affettivo ed emozionale reciproco.

In molti casi la predisposizione dei proprietari di animali a cercare la loro compagnia viene identificata con problemi della personalità o con l'incapacità a socializzare. Il rapporto con l'animale colma in questi casi il disagio o l'inadeguatezza nei confronti di una sana socializzazione con altri esseri umani. Con grande frequenza si è osservato come la terapia mediante l'uso di animali abbia avuto successivamente effetti incoraggianti sul livello di attenzione e ricerca di interazioni sociali tra individui, sia verbali che non verbali. Le

implicazioni terapeutiche della pet therapy sono dunque legate alla capacità dell'animale di catalizzare e fare da "ponte" nelle relazioni sociali umane.

Accanto alle patologie legate al deperimento fisico e fisiologico dovuto all'età avanzata, spesso si riscontrano anche dei disagi psicologici legati alla perdita della propria funzione sociale, una situazione questa che incrementa l'ansia e la depressione, senza escludere il deterioramento cognitivo.

Secondo Savishinsky gli effetti benefici degli animali sulle persone possono essere sintetizzati nei seguenti punti:

- Evocare ricordi dell'infanzia
- Facilitare discussioni sulla perdita e sulla morte
- Ridurre l'alimentazione
- Rielaborare dinamiche familiari
- Facilitare la comunicazione in generale

Dopo anni di sperimentazione ed osservazione oggi possiamo affermare che, in situazioni stressanti, il contatto o anche la sola presenza di un animale abbassa i livelli di ansia grazie ad un temporaneo abbassamento della frequenza cardiaca e della pressione sanguinea (Allen, Blascovich, Mendes, 2002; Friedmann et al., 1993, 2007).

Accarezzando un animale si riduce addirittura il livello di cortisolo (ormone dello stress). Il contatto sociale influisce sull'aumento dei livelli di ormoni e sui neurotrasmettitori, che sono direttamente collegati con il benessere umano (endorfine e dopamina), che a sua volta favorisce la socialità. Studi scientifici hanno dimostrato come l'ipotalamo secerni una maggior quantità di ossitocina, un neuropeptide che riduce ansia e stress migliorando l'umore ed accrescendo il senso di fiducia verso il prossimo, essenziale per aumentare le interazioni e stringere legami sociali (Odendaal, Meintjes, 2003; Nagasawa et al., 2009).

È inoltre importante mettere in rilievo la capacità degli animali da compagnia di manifestare una totale e incondizionata accettazione dell'essere umano (con espressioni facciali e la ricerca continua di vicinanza) senza alcun influsso legato ad eventuali disabilità, patologie o difetti estetici. Per il benessere di particolari categorie di persone come gli anziani residenti negli istituti dedicati e di chiunque si trovi in una situazione anche parziale e temporanea di isolamento sociale, la suddetta caratteristica rappresenta evidentemente uno strumento preziosissimo (Odendaal, 2000; Serpell, 1996).

2.3 Pet therapy

La storia dell'umanità è da sempre caratterizzata dalla presenza e dal contatto con animali cosiddetti domestici, in particolar modo nelle case dei nostri anziani. Da tempo si ritiene che questi favoriscano un certo grado di autosufficienza alle persone che li accudiscono.

Negli ultimi decenni, anche sulla base di questa convinzione, per il trattamento di disturbi legati all'umore o al comportamento umano, sono stati sviluppati diversi metodi d'approccio con l'utilizzo di *pets*.

Una definizione della pet therapy può essere sintetizzata come la strutturazione metodologica della relazione uomo-animale a scopi terapeutici. L'espressione "pet therapy" fu coniata nel 1964 dallo psichiatra infantile Boris M. Levinson, che aveva introdotto il suo cane nelle sedute di psicoterapia con giovani pazienti con cui aveva difficoltà a entrare in relazione. Aveva infatti notato che la presenza dell'animale aiutava a rompere il ghiaccio e favoriva l'instaurarsi di un rapporto con il paziente, catalizzando la sua attenzione su quella del terapeuta.

Soprattutto i cani hanno una grande capacità comunicativa e per questa caratteristica sono spesso gli animali più utilizzati nella terapia, con lo scopo di ridurre sintomi di ansia, depressione o solitudine, così come di curare patologie relative alla salute mentale. Anche la riabilitazione con l'utilizzo di cavalli viene spesso impiegata con ottimi risultati nel trattamento di pazienti con problemi nei vari ambiti sociali. Il cavallo ha in effetti la caratteristica di permettere una forte relazione emozionale e di provocare una forte reazione sensoriale a chi gli sta vicino.

Oltre ai cani e ai cavalli, nella letteratura sono indicati altri animali che, nonostante possano sembrare inadatti ai fini terapeutici a causa della loro taglia, alcuni ricercatori reputano utili per particolari categorie di pazienti. Si tratta di animali come pecore, capre, bovini, lama e asini. Questi hanno la caratteristica di essere pazienti e di essere particolarmente lenti nei movimenti, che tendono anche a ripetere monotonamente. Ciò crea un tipo di relazione rassicurante e graduale.

Lo zooantropologo Roberto Marchesini conclude anche lui nei suoi scritti che prendersi cura di un animale o riceverne le attenzioni accresce l'autostima e il senso di responsabilità.

2.4 Metodologia dello specialista in attivazione

Mi baso sulla metodologia dell'attivazione (OdASanté, 2023) che prevede i seguenti passaggi, illustrati nella Figura 1:

- Una conoscenza approfondita degli utenti tramite i moduli della Raccolta Dati, Analisi Dati e Pianificazione Intervento;
- L'esecuzione del progetto tramite il modulo AQT, con l'aggiunta di una scheda osservativa per analizzare i singoli incontri;
- Al termine verrà effettuata una valutazione dell'intervento per poter definire i risultati finali del progetto tramite una tabella dove verranno annotate le testimonianze degli utenti coinvolti.

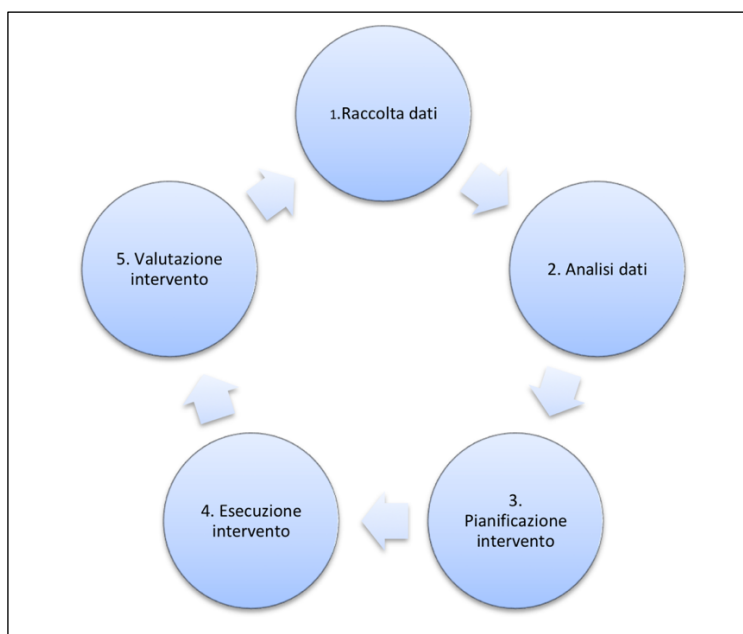


Figura 1: Comazzi Tröhler, 2023

Mi rifaccio alle AQT in quanto prevedo di gestire gli incontri con il supporto di terzi, queste avranno contenuti e obiettivi che tendono a ripetersi di volta in volta, per poter osservare gli sviluppi nel comportamento relazionale degli utenti. Prediligo delle AQT in un gruppo di cinque utenti, di modo da osservare le interazioni relazionali che si svilupperanno all'interno di un piccolo gruppo fisso e costante.

A questo punto mi sento di poter citare i processi di lavoro dell'attivazione (PQI 2023), in modo più specifico il processo di lavoro due "Attivazione nel quotidiano terapeutica". Questo processo contempla le offerte che arricchiscono la gestione della giornata degli utenti, durante la quale lo specialista in attivazione pianifica e organizza delle attività quotidiane a seconda degli interessi, sorveglia la situazione e l'analizza. Prendo in considerazione questo processo

per il mio progetto, in quanto ritengo importante monitorare l'interazione sociale degli utenti a scadenze regolari.

Il processo di lavoro tre *“Interazione e gestione dei rapporti (tra persone)”* si occupa invece di sviluppare un rapporto di fiducia tramite la gestione di mezzi di comunicazione adeguati, in modo da consentire il processo terapeutico per i singoli utenti e per il gruppo. Anche qui sottolineo l'importanza della comunicazione nella gestione e nella messa in pratica del progetto.

Il processo di lavoro cinque *“Conduzione e concezione del settore attivazione”* tiene in considerazione la collaborazione intra- e interprofessionale con altre persone coinvolte, la direzione o la partecipazione a progetti intersettoriali in relazione a spazi sociali e la garanzia del flusso di informazioni all'interno del team. Questo processo mi sarà utile nella collaborazione tra il CDSA e la fattoria.

Per quanto riguarda l'esecuzione delle AQT è importante definire a priori dei criteri per l'osservazione degli utenti da tenere ben presenti nel corso dello svolgimento delle attività. Questi criteri si basano sia sulle espressioni corporali, che sulle esternazioni verbali, e possono essere sintetizzati nel linguaggio del corpo e nella mimica facciale, nella manifestazione di emozioni, nell'attuare forme di collaborazione e non da ultimo nell'ascolto attivo. La scelta di questi criteri è legata anche al tipo di attività svolta che non prevede un ambiente statico dove l'espressione verbale potrebbe essere più importante, bensì un'ubicazione che stimoli una certa dinamicità nel corso degli incontri.

3 MATERIALE E METODO

3.1 Metodologia utilizzata e tempistiche

3.1.1 Identificazione degli utenti con difficoltà di socializzazione

All'interno del Centro Diurno in cui sto svolgendo la pratica, durante la primavera del 2022 ho individuato cinque utenti che presentano una problematica relazionale. Mediante l'osservazione e la conoscenza di questi utenti, ho denotato una predisposizione alla relazione che però, diversamente dagli altri utenti del CDSA, non avviene autonomamente.

3.1.2 Ricerca sul territorio di una fattoria idonea e disponibile.

A giugno 2022 ho identificato una struttura che soddisfa le caratteristiche necessarie per lo svolgimento della parte pratica, ovvero il Pirate Ranch di San Vittore. La fattoria rispetta determinati requisiti fondamentali, come per esempio la facilità di accesso agli animali e la mancanza di barriere architettoniche, ha a disposizione un servizio igienico accessibile ai visitatori, un luogo riservato per svolgere gli incontri e un posto protetto per riposarsi e dissetarsi al termine dell'attività. È di fondamentale importanza che si crei una buona collaborazione con la responsabile della fattoria, in particolare per quanto riguarda la gestione degli animali.

3.1.3 Metodologia dello specialista in attivazione

È necessario conoscere approfonditamente i cinque utenti individuati attraverso la metodologia dello Specialista in Attivazione. Si tratta quindi di effettuare delle efficaci Raccolte Dati, che vengono effettuate con degli incontri individuali nel locale protetto adibito alla terapia d'attivazione, come pure attraverso all'osservazione durante la loro giornata trascorsa al CDSA, almeno per chi lo frequenta con regolarità. Vengono poi svolte le Analisi Dati e la Pianificazione dell'Intervento specifiche per la singola persona. Per fare ciò mi sono data una tempistica di tre mesi, concludendo entro la fine del mese di dicembre 2022.

3.1.4 Pianificazione delle tempistiche ed organizzazione logistica

Durante il mese di marzo 2023 ho stabilito insieme alla PdR il programma dei mesi di aprile e maggio, pianificando così le date per la parte pratica. Non mi sono accorta che in questi due mesi c'erano due lunedì di festa. Di conseguenza sono stati organizzati sei incontri, invece degli otto previsti. Mi sono in seguito preoccupata di noleggiare un furgone esternamente alla struttura (Scout di Biasca oppure SFG Biasca), il cui costo sarà coperto dal CDSA, grazie al fatto che si tratta di un progetto innovativo.

Floriana, l'educatrice di regione solidale, facente parte del team del CDSA e che solitamente lavora sul territorio, ha espresso il desiderio di seguirmi per la parte pratica. In questo modo potrà guidare lei il furgone e non sarà necessario richiedere il coinvolgimento di un autista.

Ho preferito definire le attività nel dettaglio di volta in volta, in base alle proposte degli utenti e a dipendenza di come si svolgevano gli incontri.

Dal mio canto mi sono preoccupata di elaborare delle locandine per dare visibilità al progetto e per ricordare ai partecipanti di indossare indumenti adeguati alle uscite in fattoria e le date riservate.

Infine, ho preparato gli utenti agli incontri, dando loro le spiegazioni necessarie allo svolgimento delle attività.

3.1.5 Coordinamento in fattoria e scelta degli animali.

Gli incontri sono stati pianificati e strutturati grossolanamente durante il mese di marzo 2023, con l'aiuto della responsabile della fattoria, soprattutto per quanto riguarda gli animali da prendere in considerazione. La struttura propone infatti gli animali più idonei a questo tipo di terapia ed al singolo utente. Gli animali scelti hanno caratteristiche fisiche e comportamentali particolari, che sono ben note soprattutto a chi interagisce con loro quotidianamente. In secondo luogo, la struttura mette a disposizione spazi e attrezzature adatte affinché l'attività possa svolgersi senza pericoli.

3.1.6 Osservazione degli utenti durante gli incontri e valutazione dei risultati.

Durante gli incontri ho osservato con cura le reazioni del gruppo e dei singoli partecipanti. Ho posto particolare attenzione alla valutazione prevista al termine di ogni incontro programmato tra aprile e maggio. L'ho svolta tramite l'osservazione e/o domande mirate che ho scrupolosamente appuntato sul modulo concernente l'AQT, nel quale ho riservato un capitolo specifico per la valutazione dei singoli incontri. La tabella creata all'interno del modulo è fondamentale per poter elaborare i risultati finali. Qui è necessario valutare la comunicazione verbale e non, che avviene tra utente e utente. Grazie allo studio fatto per elaborare il quadro teorico, ho potuto cogliere alcuni suggerimenti, che mi portano a prendere in considerazione i seguenti cinque punti con le proprie definizioni:

- **Gesti:** “movimento del braccio, della mano, del capo, con cui si esprime tacitamente un pensiero, un sentimento, un desiderio, talora anche involontariamente, o si accompagna la parola per renderla più espressiva. Per esempio fare un gesto di rabbia” (Treccani, 2023).
- **Mimica facciale:** “[...] pur riferendosi per lo più allo sguardo, si adatta anche agli altri innumerevoli movimenti del volto (corrugamento delle sopracciglia, strizzamento degli occhi, ammiccamento, smorfie, sogghigno, movimenti delle labbra e delle gote ecc.),

la cui muscolatura è finemente innervata. Le capacità mimiche, diversissime in ciascun individuo e nelle varie età, rispecchiano non solo lo stato d'animo del momento, ma anche la tipologia caratteriale" (Treccani, 2023).

- **Emozioni:** "processo interiore suscitato da un evento-stimolo rilevante per gli interessi dell'individuo. La presenza di un'emozione si accompagna a esperienze soggettive (sentimenti), cambiamenti fisiologici (risposte periferiche regolate dal sistema nervoso autonomo, reazioni ormonali ed elettrocorticali), comportamenti 'espressivi' (postura e movimenti del corpo, emissioni vocali)" (Treccani, 2023).
- **Collaborazione:** "il fatto di collaborare, cioè di partecipare insieme con altri a un lavoro, a una produzione" (Treccani, 2023).
- **Ascolto attivo:** "un modo di ascoltare ciò che ci viene detto con uno sforzo intenzionale per capire il punto di vista altrui. Lo scopo è comprendere veramente il punto di vista, le motivazioni, i pensieri e le aspettative degli altri, sospendendo qualsiasi giudizio" (Sanavio, 2019).

3.1.7 *Svolgimento pratico delle AQT.*

Tra aprile e maggio si sono quindi svolte sei AQT. Dopo il trasporto dal CDSA al Pirat Ranch di San Vittore con partenza alle ore 13:15, tutte le AQT si sono svolte dapprima con una fase di accoglienza degli utenti al tavolo della zona bar nella fattoria. Qui ho chiesto loro come stavano, li ho informati delle fasi e delle tempistiche delle attività con gli animali, ho ricordato loro cosa avevamo fatto la volta precedente e, in accordo con la responsabile della fattoria, ho proposto l'attività del giorno coinvolgendo i partecipanti nel processo decisionale. In ultimo ne ho spiegato motivo, scopi ed obiettivi. Dopo questi primi dieci minuti introduttivi, si è passati alla fase centrale, dedicata all'approccio sensoriale e ai momenti di interazione. Solo dopo l'avvenuta presa di confidenza tra animale ed utente si è proseguito con l'accudimento degli animali (cura e pulizia) e con il nutrimento. Tutto questo rispettando i tempi di ognuno. Lo svolgimento dell'attività è avvenuto progressivamente e in diversi momenti di contatto tra utenti ed animali appositamente selezionati per l'interazione.

A seconda delle caratteristiche dei partecipanti le attività sono state bilanciate tra quelle definibili come attività di accudimento (cura dell'animale e del suo ambiente vitale) e quelle definibili come ludiche (contatto ed osservazione). Per esempio, è stato dato un primo saluto agli animali, offrendo loro carote o pane secco, e solo in seguito si è svolta un'attività specifica, come raccogliere le uova nel pollaio. Ho anche proposto di preparare delle reti col fieno per nutrire i cavalli, di strigliargli e di riempire per loro delle ciotole con frutta e verdura.

Durante questi momenti gli utenti sono stati stimolati a condividere emozioni, sensazioni e ricordi vissuti. Se la condivisione non usciva in modo spontaneo, gli utenti venivano invitati a

farlo in un momento dedicato all'ascolto e agli scambi al termine dello svolgimento dell'attività, chiedendo loro ad esempio di condividere dei ricordi inerenti all'attività appena svolta.

Nella fase finale mi sono occupata specialmente dell'aspetto relazionale, della sfera emotiva e di capire come gli utenti si sentivano nello svolgere determinate azioni in contatto con l'animale e con il gruppo. Inoltre, ho chiesto loro di volta in volta se si erano sentiti in difficoltà, se c'erano delle attività o degli aspetti ai quali erano maggiormente interessati, in modo da migliorare l'intervento la volta successiva tenendo conto dei loro bisogni.

Il rientro al CDSA era previsto per le 16:00 ca.

3.1.8 Valutazione dei risultati ottenuti.

Al termine dell'intervento complessivo, quindi alla fine del mese di maggio 2023, ho valutato i risultati sulla base delle testimonianze degli utenti e delle mie osservazioni annotate durante gli incontri, per verificare il raggiungimento degli obiettivi. Ho trascritto i risultati in un documento sotto forma di tabella, che mi ha permesso di comprendere se questo Progetto abbia in effetti accresciuto il coinvolgimento relazionale del singolo utente con il gruppo.

Tra gennaio e giugno 2023 ho implementato gradualmente la stesura dell'elaborato scritto del LdD e, una volta valutati sia i risultati sia l'efficacia della terapia, sono passata alla conclusione e alla consegna entro fine giugno 2023.

3.2 Materiale previsto per la realizzazione del progetto

3.2.1 La metodologia dello specialista in attivazione

I cinque utenti sono stati selezionati tramite l'osservazione e una conoscenza approfondita, sono stati inoltre indispensabili i seguenti documenti:

- Raccolta Dati (RD)
- Analisi Dati (AD)
- Pianificazione Intervento (PI)
- Attività nel Quotidiano Terapeutica (AQT), con spazio dedicato alle osservazioni specifiche e alle testimonianze degli utenti
- Tabella riassuntiva delle testimonianze più significative emerse durante l'intero progetto

3.2.2 Organizzazione logistica presso il CDSA

Mezzo indispensabile per lo svolgimento dell'attività è era il furgone (da nove posti) da noleggiare per le sei date previste durante i mesi di aprile e maggio 2023, inoltre un'operatrice è stata assegnata al progetto per trasportare me e gli utenti fino alla fattoria. Successivamente

è stato necessario organizzare e pianificare il calendario del CDSA, ciò che viene svolto insieme alla PdR (coordinatore del CDSA).

Agli utenti invece bisognava ricordare di vestirsi con un abbigliamento adeguato, sia per entrare in contatto con il terreno (polvere, terra, ecc.) che per la meteo. Ho quindi realizzato una locandina con una breve e accattivante descrizione del progetto, oltre che le date e gli orari, il punto d'incontro e gli indumenti idonei. Oltre a questo promemoria, ho chiamato gli utenti la mattina di ogni incontro per ricordare loro dell'uscita.

**IN FATTORIA
INSIEME**

PRESSO IL PIRATE RANCH
DI SAN VITTORE

Sei invitato presso la fattoria Pirate Ranch per passare un momento coinvolgente, con un piccolo gruppo di persone del "Centro", in compagnia degli animali. Ricordati di indossare scarpe e vestiti comodi e appropriati per stare nella natura.

A presto!

Bianca De Luca,
Allieva specialista in attivazione

Lunedì	03.04.2023	08.05.2023
13:30-16:30	17.04.2023	15.05.2023
	24.04.2023	22.05.2023

Figura 2: locandina progetto, 2023

3.2.3 Organizzazione logistica presso la fattoria

Presso il Pirate Ranch sono stati presi in considerazione cinque cavalli, quattro caprette nane, una pecora e una trentina di galline: per loro c'erano le attrezzature e il materiale necessario per accudirli, messi a disposizione dai responsabili della fattoria, quindi briglie, spazzole, ecc. Mentre il cibo e/o le ricompense (carote, mele, ecc.) venivano portati di volta in volta da me o dagli utenti che avevano voglia di contribuire a questa spesa minima.



Figura 3 e 4: materiale per accudire i cavalli, 2023

Per gli utenti sono state posizionate delle sedie in giro per la fattoria, nel caso si stancavano durante la fase di sviluppo dell'attività, mentre un tavolo con delle sedie era presente nella zona bar per svolgere le fasi iniziale e finale. Qui veniva pure offerta una merenda al termine dell'attività.

Inoltre, è stato allestito un piano d'emergenza, tenuto sempre a portata di mano durante lo svolgimento degli incontri, con i numeri telefonici importanti e le procedure da seguire in caso di malessere, cadute, stati d'ansia, ecc. Per queste eventualità è stato fornito anche un set di pronto soccorso/farmacia.

3.2.4 *Finanziamento del progetto*

Come già anticipato, per il finanziamento del progetto è stato stanziato un contributo da parte del CDSA. Agli utenti non è stata richiesta alcuna partecipazione finanziaria per timore da parte degli operatori del CDSA, che non sarebbero venuti a cadenza regolare. Il Pirate Ranch non ha richiesto alcun compenso, i costi da tenere in considerazione sono dunque i seguenti:

- Noleggio del furgone Scout di Biasca / SFG Biasca (circa chf. 460.- in totale),
- Benzina (circa chf. 20.- in totale)
- Merenda (circa chf. 5.- a volta)
- Mangime / ricompense animali (circa chf. 5.- a volta)

Il costo complessivo è stato di circa chf. 540.-

4 RISULTATI

Per quanto riguarda i risultati, sono riuscita a soddisfare gli obiettivi previsti in principio e di conseguenza raggiungere lo scopo finale del LdD.

La raccolta dei dati non è del tutto esaustiva a livello quantitativo, sicuramente su un arco di tempo maggiore questi sarebbero stati più abbondanti e facilmente confrontabili. Grazie alla qualità delle risposte, però, ho potuto appurare quanto appena confermato. Ci sono state testimonianze più spontanee ed altre dove ho dovuto stimolare maggiormente i partecipanti per riuscire ad ottenere dei risultati concreti. Alcuni tra questi sono stati verbalizzati, mentre altri li ho potuti osservare tramite il loro comportamento e annotati nella tabella osservativa inserita nel modulo AQT. In generale posso affermare che ci sono stati alcuni utenti che hanno avuto bisogno di più tempo e maggiori stimoli da parte mia, altri invece meno.

In merito al primo obiettivo (vedi capitolo 1.5), ho potuto completare i moduli d'attivazione dei cinque utenti individuati. I partecipanti si dividevano in tre uomini e due donne, di età compresa tra i 70 e gli 80 anni e tutti con trascorsi legati alla cura di animali e difficoltà relazionali. Ho quindi ottenuto cinque Raccolte Dati, cinque Analisi Dati e cinque Pianificazioni dell'Intervento. Questa documentazione non è del tutto esaustiva per alcuni partecipanti, in particolare per Antonio, Livio e Silvia, che frequentano poco il CDSA ed è molto difficile renderli partecipi alle attività. Questo Progetto non mi ha permesso di conoscerli molto meglio e di ottenere tutte le informazioni per completare la documentazione in modo chiaro e approfondito, mi riferisco in particolar modo alla tabella delle funzioni presente nella RD.

Per fortuna questa difficoltà non ha portato a limitazioni nello svolgimento del progetto.

Il secondo obiettivo è stato raggiunto solo in parte, in quanto inizialmente avevo previsto di svolgere otto incontri. Nel periodo in cui ho deciso di svolgere la parte pratica, non avevo previsto i due lunedì di festa e, per questo motivo, abbiamo potuto svolgere solo sei incontri. Per l'ultimo incontro gli utenti hanno espresso il desiderio di organizzare una grigliata per festeggiare la conclusione del progetto, come pure i nuovi legami che si sono instaurati, di conseguenza sono state realizzate nello specifico solo cinque AQT.

Per aiutarmi a strutturare gli incontri ho aggiunto un capitolo che ho nominato "Passi" ed è stato suddiviso in fase iniziale (accoglienza, informarsi sullo stato d'animo e di salute degli utenti, ricordare loro cosa è stato fatto la volta precedente e informarli su come viene strutturato l'incontro del giorno), fase centrale (spostamento nella zona di lavoro, svolgimento della parte pratica), fase finale (impressioni e considerazioni da parte dei partecipanti).

Per dare un'idea dei piccoli lavori proposti, cito alcuni esempi: in primo luogo il giro osservativo per la conoscenza degli spazi e degli animali, effettuato durante il primo incontro. Poi la raccolta delle uova: gli utenti venivano accompagnati nel pollaio per cercare e raccogliere le uova nelle stie dei polli, quelle più facilmente raggiungibili e che non richiedevano di abbassarsi troppo. Durante il terzo incontro, potevano andare a prendere nel fienile della paglia per riempire gli appositi retini da portare ai cavalli. Durante il quarto incontro, agli utenti è stato proposto di strigliare un cavallo, mentre al quinto di preparare la frutta e la verdura, che poteva essere comodamente tagliata stando seduti ad un tavolo di lavoro. A seconda degli animali a cui offrirla, si stabiliva la dimensione dei bocconi da preparare e da mettere nelle ciotole. Per l'ultimo incontro, gli utenti hanno espresso il desiderio di fare una grigliata tutti insieme, come momento conclusivo ed è stato esaudito.

Al termine della fase centrale gli utenti venivano stimolati con domande mirate per richiamare alla memoria il loro vissuto personale ed ottenere così degli scambi relazionali. Quesiti come "avete già fatto questo genere di attività in passato?" o "vi siete già occupati o avete avuto a che fare con animali grandi come il cavallo?" o ancora "che sensazione o ricordi vi ha suscitato il tocco e l'odore del fieno?", davano spunto ai partecipanti di esternare il loro vissuto e di potersi confrontare tra di loro. In questi momenti in effetti i partecipanti hanno raccontato le loro esperienze sia giovanili che in età adulta ed hanno avuto occasione di interloquire fra loro confrontando il proprio passato, più o meno recente. In particolare, mi viene in mente Antonio, lui ad esempio ha raccontato che anni fa è stato aggredito dal suo gallo. Il racconto di questo episodio ha originato uno scambio relazionale, fatto di osservazioni o domande da parte degli altri utenti e di racconti simili.

La fase finale era improntata principalmente sul feedback degli utenti, che ho richiesto loro per migliorare gli interventi di volta in volta. I partecipanti hanno in particolare espresso i propri apprezzamenti sul pomeriggio appena trascorso ed i propri desideri e suggerimenti su cosa svolgere negli incontri successivi.

Nel presente documento è stata modificata anche la parte sulla valutazione degli incontri (vedi allegati al capitolo **4 Attivazione nel quotidiano terapeutiche**), introducendo in particolare un paragrafo specifico per il raggiungimento degli obiettivi, un altro con le testimonianze più significative degli utenti e una tabella osservativa per annotare gli scambi verbali e non verbali avvenuti. Quest'ultima è illustrata nella tabella 2 sottostante e con essa posso affermare che anche il terzo obiettivo del progetto è stato raggiunto.

Tabella 2: estratto del modulo AQT, 2023

2.3 Osservazioni inerenti il coinvolgimento relazionale					
	Margherita	Franco	Livio	Silvia	Antonio
Gesto		Ha passato una carota a Livio da dare al cavallo		Ha mostrato un modo diverso per tagliare le carote "per la lunga"	
Mimica facciale	Molto sorridente, spesso anche riso	Sereno	Sereno	Sorridente per la maggior parte del tempo	Preoccupato inizialmente e soddisfatto dopo
Emozioni	Ha condiviso una forte gioia, sia a livello verbale che non	Timoroso a livello non verbale		Pace a livello verbale	Coraggio a livello non verbale
Collaborazione			Ha passato delle carote da tagliare a Franco		Ha ricordato a Margherita il nome del cavallo
Ascolto attivo	Annuisce durante le condivisioni			Ha ripetuto la condivisione di Margherita al gruppo, che in quel momento era un po' disattento	Attento e silenzioso durante le condivisioni

Ho notato che, di volta in volta, il legame tra i partecipanti era più visibile ed in costante evoluzione. Inizialmente tendevano a scambiarsi semplici sorrisi oppure a passarsi le carote per nutrire gli animali. I momenti dedicati agli scambi hanno permesso loro di conoscersi più profondamente e rendersi conto di aver avuto dei vissuti in comune, che hanno avuto voglia di raccontarsi a vicenda. Ciò che più mi ha colpito, è stato osservare il loro piacere per la "bella compagnia", fino addirittura "sentirsi in famiglia", a detta di Franco. Questo genere di commenti ha coinvolto emotivamente i partecipanti, andando a soddisfare il bisogno di appartenenza al gruppo.

Inoltre, in merito al senso di appartenenza, ho notato come gli utenti apprezzassero il fatto che gli animali attiravano la loro attenzione al loro arrivo in fattoria (ovviamente per una questione di cibo). Questo piacere era risentito dall'intero gruppo e condiviso verbalizzando che ormai "gli animali ci riconoscono".

Per la valutazione del quarto obiettivo ho elaborato una tabella (vedi allegati al capitolo **5 Testimonianze**) per annotare le testimonianze espresse durante i singoli incontri. In questa tabella è possibile osservare il cambiamento avvenuto nei partecipanti da prima di iniziare il progetto, fino alla conclusione dell'ultimo incontro, proprio grazie alle testimonianze più significative selezionate, che illustrano al meglio quali sono stati i miglioramenti.

Tabella 3: testimonianze, 2023

24.04.2023	Margherita	<i>Io aspetto tutta la settimana di venire qui, perché so che starò bene insieme a voi e nell'accarezzare gli animali.</i>
24.04.2023	Franco	<i>Quando vengo qui mi sento come in famiglia.</i>
08.05.2023	Margherita	<i>Non avevo mai spazzolato un cavallo, è stato bello pulirlo con l'aiuto di chi se l'è sentita.</i>
08.05.2023	Franco	<i>Ormai questi animali ci riconoscono e ci aspettano... Ma perché diamo loro da mangiare!</i>
08.05.2023	Antonio	<i>Avevo paura, ma quando ho visto che gli altri si avvicinavano, ho provato anche io. È stato bello.</i>
08.05.2023	Silvia	<i>Voglio che mi fai una foto mentre pulisco il cavallo per ricordarmi di questo momento con voi.</i>
15.05.2023	Margherita	<i>Mi rende felice vedere come gli animali ci chiamano al nostro arrivo.</i>

Per dare un'idea più chiara del miglioramento avvenuto in ambito relazionale, ho annotato una testimonianza del mese di agosto 2022, da parte di Antonio, che dice "Ho sempre avuto a che fare con le persone e ora non ce la faccio più e questo mi fa male" e l'ho confrontata con un'ultima testimonianza datata del mese di maggio 2023, in cui Silvia dice "Mi sento di essermi legata maggiormente con tutti voi".

Ho notato che inizialmente gli utenti si aprivano davvero poco, poi hanno cominciato a relazionarsi principalmente con me e le altre due figure professionali coinvolte nel progetto. Finalmente, all'ultimo incontro ho potuto appurare con soddisfazione l'instaurarsi di un legame tra di loro, arrivando a condividere anche vissuti piuttosto profondi e personali. Direi che si è creato un vero e proprio senso di appartenenza al gruppo, che questo si è sviluppato durante il progetto e che continua anche al CDSA o durante i trasporti serali col furgone. In effetti, anche gli utenti non partecipanti si interessavano di sapere come erano andate le uscite e questo ha creato un vero e proprio scambio a livello generale. I racconti sulle attività in fattoria venivano estesi anche al di fuori degli incontri stessi; l'autista del furgone mi ha riferito più volte che ha osservato per esempio Franco raccontare ad altri utenti quello che aveva fatto.

Gli obiettivi raggiunti di volta in volta venivano annotati nella parte di valutazione del modulo AQT. Questi obiettivi, improntati al miglioramento delle capacità relazionali tra utenti poco predisposti, sono stati conseguiti attraverso il racconto dei propri vissuti e delle sensazioni sensoriali, quando gli utenti erano chiamati ad utilizzare i propri sensi per esplorare gli animali evocando così dei ricordi.

Al termine degli incontri veniva compilata la parte di valutazione, comprendente anche la tabella osservativa nella quale annotare gli scambi relazionali o le testimonianze più

significative, come quella di Margherita, che mi ha colpito particolarmente, quando mi ha detto che aspettava tutta la settimana di poter andare in fattoria, perché sta bene insieme al gruppo e nell'accarezzare gli animali.

5 CONCLUSIONI

Concludo il mio lavoro di diploma condividendo il fatto che posso reputarmi generalmente soddisfatta dei risultati ottenuti, sono riuscita a svolgere la parte pratica come avevo previsto e questo mi rende particolarmente orgogliosa.

In particolare, sono contenta dell'entusiasmo che ho osservato negli utenti, come pure dei feedback positivi ricevuti anche dal resto del team del CDSA. Anche gli altri operatori loro hanno infatti notato come i partecipanti si affiatavano maggiormente, osservandoli seduti insieme al tavolo durante la merenda o il pranzo. Anche nel furgone, durante i trasporti serali, discutevano molto delle attività in fattoria anche con utenti che non vi partecipavano.

Mi sento di rimarcare la difficoltà principale di questo progetto, ovvero il setting non protetto. Posso dire che questo aspetto fa un'importante differenza per quanto riguarda l'agire dello specialista in attivazione.

A livello di metodologia applicata posso constatare che le nozioni acquisite sono state molto utili per lo svolgimento delle AQT, anche se passare dalla teoria alla pratica non è sempre evidente.

L'approccio critico nella valutazione dello svolgimento delle attività e dei risultati ottenuti mi ha aiutato ad apportare dei correttivi, che però non sono stati immediati. Hanno infatti richiesto del tempo prima di essere individuati.

Riconosco che nei primi quattro incontri ho riscontrato questa difficoltà, non capivo cosa stessi sbagliando e come potessi modificare il fatto che gli utenti si distraevano parecchio e non riuscivo a tenerli concentrati nella fase di condivisione.

Ho dovuto richiedere più volte la collaborazione dell'educatrice e della responsabile della fattoria, perché da un lato non volevo interrompere gli utenti nelle loro esperienze sensoriali o nel raccontare vissuti personali, ma dall'altro lato lasciare loro una certa libertà di manovra, essendo loro il fulcro del progetto, mi impediva di portare avanti ciò che mi ero prefissata.

Dopo diversi accorgimenti messi in pratica di volta in volta, al quinto incontro mi posso dire soddisfatta di essere riuscita a tenere il controllo sullo svolgimento delle attività senza interruzioni da parte di terzi. In questo modo ho potuto raccogliere le informazioni rilevanti per valutare i risultati del progetto.

Per il futuro, si potrebbe pensare di svolgere il momento di scambio in riflettere ad un luogo protetto separato dal luogo dove lavorare con gli animali, andando così a suddividere la terapia in due momenti distinti.

Sicuramente con qualche incontro supplementare avremmo tutti potuto approfittare ancora di più dell'ambiente e dei rapporti sviluppatasi durante le attività e si sarebbero rafforzati i risultati positivi ottenuti. Tuttavia, l'evoluzione riscontrata non può che rassicurarmi sull'utilità del lavoro svolto in fattoria. Ho infatti potuto notare la differenza in merito all'interazione tra i partecipanti, loro sono sempre stati entusiasti, ma tendenzialmente si avvicinavano con noi responsabili, piuttosto che tra loro. Alcuni di loro erano piuttosto silenziosi e, di volta in volta, si aprivano un po' di più. A livello di collaborazione, ho notato un netto miglioramento: se prima ognuno stava sulle sue, negli ultimi incontri si aiutavano a vicenda.

Mi è dispiaciuto che, a causa dei costi, della lontananza dal CDSA e della necessità di avere a disposizione un furgone e dei collaboratori, la mia richiesta è stata percepita all'interno del CDSA come piuttosto ambiziosa. Sono comunque convinta che promuovere un progetto simile a lungo termine e con una certa costanza, porterebbe ulteriori benefici alle persone coinvolte.

Per mantenere stretti i legami che si sono instaurati e per non lasciar ricadere gli utenti nell'isolamento iniziale, è senza dubbio fondamentale garantire il mantenimento del gruppo con proposte di attività mirate, non necessariamente legate alle uscite in fattoria. Così facendo, si può dare anche crea la possibilità di ingrandire il gruppo, coinvolgendo altri utenti che frequentano il CDSA.

Mi fa piacere segnalare che anche la figlia di Franco, uno dei partecipanti, già dopo il primo incontro mi aveva chiamata per ringraziarmi della bella proposta. Era infatti grata di vedere il padre così entusiasta, lui le aveva raccontato l'attività in fattoria nei minimi dettagli e, sapendo che solitamente è un uomo poco loquace, lo aveva apprezzato molto.

La buona riuscita del progetto per il quale è stato scelto quale mezzo di comunicazione l'interazione con un animale conferma che i partecipanti sono stati selezionati adeguatamente e che avevano effettivamente una propensione verso il mondo rurale. Sono convinta che risultati analoghi potrebbero essere raggiunti anche identificando altre fonti di interesse comune, come ad esempio la musica o l'arte. Tuttavia il mondo animale è quello che può raggiungere con facilità la maggior parte di individui, in quanto l'essere umano, da qualsiasi estrazione sociale provenga, ne ha un atavico richiamo. Ecco perché la scelta dell'animale è fondamentale.

In merito alle implicazioni personali, vorrei evidenziare una certa difficoltà nell'organizzare sei uscite esterne al CDSA e nel progettare delle attività che potessero essere stimolanti per tutti, in base alle singole preferenze e necessità. Non è stato facile pensare sempre a tutto, essendo sul posto di pratica solamente due giorni alla settimana ed avendo anche altri progetti scolastici di cui occuparmi. Se da una parte è stata un'esperienza molto impegnativa, dall'altra lo sforzo è stato ampiamente ricompensato dalla grande soddisfazione per i risultati ottenuti. Ciò che più ho apprezzato è stato poter condividere con gli utenti una mia passione personale, quella del contatto con gli animali della fattoria, soprattutto coi cavalli, e vedere il beneficio che solitamente provo io rispecchiato in loro.

6 FONTI

6.1 Bibliografia

Cirulli, F. (2013). *Manuale introduttivo al mondo della pet therapy*.

Comazzi Tröhler, L. (2023). *[Dispense del corso «Attivazione», CPS Lugano—Corso di Specialista in attivazione]*.

Curia, L. (2022). *[Dispense del corso «Qualità di vita», CPS Lugano—Corso di Specialista in attivazione]*.

Del Negro, E. (1998). *Pet therapy: Un metodo naturale: Un programma di riabilitazione e rieducazione psicoaffettiva*. Angeli editore.

Hallie, S. (2020). *Equine-Assisted Counseling and Psychotherapy: Healing Through Horses*. Routledge.

Comazzi Tröhler, L. (2020). *[Dispense del corso «Salutogenesi», CPS Lugano—Formazione di Specialista in Attivazione.]*.

Comoli, B. (2022). *[Dispense del corso «Terapie Non Farmacologiche», CPS Lugano—Formazione di Specialista in Attivazione.]*.

Gaia, P. (2021). *[Dispense del corso «Lavoro di Diploma», Lugano – Formazione di Specialista in Attivazione.]*.

Giovanniello, E. (2020). *[Dispense del corso «Sociologia», CPS Lugano—Corso di Specialista in attivazione]*.

Levinson, B. (1961). *The Dog as Co-Therapist*.

Marchesini, R. (2005). *Etologia relazionale e Zooantropologia applicata. Canone di Zooantropologia applicata*. Perdisa editore.

Vitali, A. (2022). *[Dispense del corso «Whoqol breve», CPS Lugano—Corso di Specialista in attivazione]*.

Palma, M. (2007). *Pet therapy – Il potere di guarigione degli animali*.

6.2 Sitografia

Pet Therapy: Che cos'è, benefici e attività | Specchio dei tempi. (s.d.). Recuperato 1° marzo 2022, da <https://www.specchiodeitempi.org/sostegno/pet-therapy/>

Immagine di copertina: Autore sconosciuto. (06 gennaio 2017). *La statua dei Musicanti di Brema, sotto zero Nord Germania* [digitale].

Estratto da https://www.ansa.it/sito/photogallery/primopiano/2017/01/06/la-statua-dei-musicanti-di-brema-sotto-zero-nord-germania_394549d3-d78b-4bec-b015-c0ec71b0f2b5.html

Cavalli, S. (2021). *Isolamento sociale e solitudine nell'anzianità – SUPSI*. Recuperato il 4 ottobre 2022, da <https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&ved=2ahUKEwjs4JueqbT6AhVBgf0HHZG7DbkQFnoECCMQAQ&url=https%3A%2F%2Fwww.supsi.ch%2Fcca%2Fdms%2Fcca%2Fdocs%2Fride-2021.pdf&usq=AOvVaw0fBpr9VIUZ2og93FWxYghZ>

Alaimo, M. (2019). *Benefici della Pet Therapy sull'uomo*. Recuperato il 29 novembre 2022, da <https://www.nurse24.it/dossier/salute/benefici-della-pet-therapy-sull-uomo.html>

Tesi Online. (s.d.). *Definizione di relazione sociale*. Recuperato il 22 febbraio 2023, da <https://www.tesionline.it/glossario/3354/relazione-sociale>

Salomoni, S. (2021). *L'importanza dei rapporti sociali*. Recuperato il 22 febbraio 2023, da https://www.serenellasalomoni.it/le-relazioni-sociali/#Limportanza_delle_relazioni_sociali

González, S. (2017). *Sette trucchi per migliorare le relazioni interpersonali*. Recuperato il 22 febbraio 2023 da <https://lamenteemeravigliosa.it/migliorare-relazioni-interpersonali/>

Alaimo, M. (2019). *I benefici della Pet Therapy sull'uomo*. Recuperato il 12 marzo 2023 da <https://www.nurse24.it/dossier/salute/benefici-della-pet-therapy-sull-uomo.html>

Sanavio, F. (2019). *L'ascolto attivo per comunicare in maniera efficace*. Recuperato l'11 aprile 2023 da <https://studiosanavio.net/ascolto-attivo/>

Vocabolario Treccani (s.d.). Definizioni varie recuperate tra marzo e aprile 2023 da <https://www.treccani.it/vocabolario/>