



IPPOTERAPIA

Presupposti teorici del coinvolgimento emotivo in riabilitazione equestre

Gianluigi Giovagnoli¹, Andrea Carvelli²¹ Medico Veterinario, Scuola Italiana di Fisioterapia Animale "I Dioscuri", Siena² Medico Veterinario, Federazione Italiana Sport Equestri, Roma

Nel patrimonio comportamentale dell'uomo e degli animali rivestono una notevole importanza la presenza delle emozioni e le loro conseguenti manifestazioni.

Emozioni positive o negative, come gioia e tristezza, nascono dall'esigenza del singolo individuo di percepire ciò che risulta essere più utile alla sua stessa sopravvivenza o al trasferimento del proprio patrimonio genetico, così come ipotizzato già da Darwin nel 1872 [4] e poi ripreso e confermato da molti importanti neuro-scienziati [3]. È stato quindi teorizzato che l'uomo provi piacere in contatti fisici che fanno parte del suo repertorio comportamentale e sociale, come ad esempio gli abbracci, perché questo piacere rinforzerebbe tale comportamento e con esso i legami sociali conseguenti, innegabilmente utili ad avere maggiori *chance* di sopravvivenza [7]. Sembrerebbe quindi che in questo modo sia avvenuta una selezione naturale che, di fatto, avrebbe premiato gli ominidi prima, e gli uomini poi, che dagli abbracci avrebbero provato piacere.

Anche negli animali la cura reciproca del corpo (ingl. *grooming*) è riconosciuta essere fonte di piacere e probabilmente tale emozione è stata positivamente selezionata per gli stessi scopi sociali.

Con le medesime finalità possono essere state tramandate anche le emozioni negative, in quanto utili a percepire comportamenti o situazioni svantaggiose, di rottura o inefficacia sociale. Questo tipo di emozioni negative non sono infatti sentite quando il comportamento negativo è eseguito al di fuori di legami sociali e con scopi diversi come ad



Foto 1. Valkiria (1869), olio su tela, Galleria Nazionale di Oslo. In questo dipinto di Peter Nicolai Arbo (1831-1892) è ben evidente come l'iconografia classica usi rappresentare le valchirie a cavallo tra cielo e terra. I corvi neri sono i messaggeri di Odino e preludono all'imminente battaglia.

esempio la competizione sessuale. Basti pensare al diverso effetto che può avere uno schiaffo dato tra amici o da genitore a figlio (mortificazione del sé, tristezza, sofferenza), rispetto a quello dato in un contesto di competizione sociale o sessuale (rabbia, indifferenza, aumento dell'agonismo e dell'affermazione di sé).

Oggi il costruito sociale si è molto evoluto e si è reso talmente complesso che i rapporti sociali possono facilmente risultare difficili o essere fonti di stress o anche divenire causa di disadattamento per ognuno di noi.

Appare quindi comprensibile che il disabile fisico o psichico possa avere anche maggiori problemi in tal senso in ragione delle sue interne difficoltà.

Vale la pena rammentare che queste difficoltà di contatto sociale e di affettività possano presentarsi anche, e forse soprattutto, in tutte quelle persone che, pur non potendo essere classificate disabili, necessitano ugualmente d'assistenza sociale o di rieducazione (per es. alcolisti, tossici, ex detenuti, bambini con problemi familiari, anziani, emarginati etc.). In tutte queste categorie di persone, l'innata esigenza di ricevere affetto e calore umano può essere infatti anche maggiore essendo essa stessa, spesso, una delle cause all'origine del loro disadattamento.

Ogni persona, in particolari momenti della propria vita, può avere un aumentato fabbisogno d'affetto e delle positive emozioni che da queste scaturiscono.

Analogamente, negli animali e perciò anche nel cavallo è stato dimostrato che l'isolamento dal gruppo sociale (sia esso un isolamento fisico o una conseguenza di un'emarginazione sociale ai più bassi ranghi gerarchici) può essere di per sé una notevole fonte di stress [1]. Anche l'animale ha quindi bisogno dei rapporti sociali e delle emozioni positive che da questi possono derivare.

Appare quindi verosimile affermare che i comportamenti sociali che inducono emozioni positive (come per es. cura reciproca del corpo, contatti fisici, visivi, olfattivi etc.) facciano parte delle esigenze comportamentali e quindi emotive tanto dell'uomo quanto degli animali.

Alle origini della domesticazione è verosimile supporre che gli animali più facilmente gestibili dall'uomo, più "buoni" o più adattati all'ambiente domestico, fossero preferiti, trattati con favore e attenzione e quindi più facilmente utilizzati nella riproduzione. Tra questi poi, a maggior ragione, gli animali che dall'interazione con l'uomo provavano emozioni positive (come per es. soddisfazione alimentare, sicurezza e senso di protezione dai predatori etc.). Questi ultimi possono quindi avere beneficiato di maggiori *chance* riproduttive; si sarebbe così andata a costituire una sorta di selezione tra gli animali etologicamente più compatibili con l'uomo perché emotivamente più inclini a trarne essi stessi beneficio, soddisfazione e piacere [2].

Sembra quindi lecito teorizzare che una delle principali caratteristiche dell'animale domestico, rispetto al selvatico, sia proprio quella di avere una maggiore predisposizione a percepire emozioni positive e gratificanti, non solo dal

contatto sociale intraspecifico, ma anche dal contatto con l'uomo.

Analogamente si può ipotizzare che, specie nelle prime fasi della domesticazione, gli uomini dotati di una maggiore empatia nei confronti degli animali abbiano avuto maggiori possibilità di successo riproduttivo. In questo senso anche gli animali potrebbero indirettamente aver influenzato la



Foto 2. La morte (1937?), affresco, Palazzo Abatellis, Palermo. Spesso nell'iconografia medioevale, come anche in quella posteriore, la morte è rappresentata su di uno scheletrico cavallo, come in questo affresco di un anonimo.



Foto 3. L'incubo (1781), olio su tela, *Institute of Arts*, Detroit. Johann Heinrich Fussli (1741-1825) nel 1781 presentò il quadro *L'incubo* dove sviluppa il tema del sogno che, secondo lo stesso artista, era la personificazione del sentimento. Per questo motivo la figura addormentata è raffigurata con i suoi sogni materializzati, un raccapricciante nano sul ventre e la cavalletta spettrale dai bianchi occhi nascosta dietro la tenda, allusione a ques'ultima.



nostra selezione di specie, quanto noi abbiamo di fatto direttamente selezionato la loro. È stata infatti recentemente dimostrata la nostra capacità e utilità nell'interpretare correttamente le emozioni degli animali [2].

La conseguenza logica di queste considerazioni sembra quindi spiegare le origini alla base delle emozioni positive e del piacere che l'uomo e l'animale provano nel loro reciproco rapporto. Proprio questo rapporto uomo-animale, fondato sulla ricambiata gratificazione, scaturita dalla reciproca soddisfazione emotiva, è uno dei presupposti del successo delle Attività Assistite con gli Animali (AAA).

Se poi, per ogni persona, è vero che «Nella conferma dell'io il pericolo è che, avendo bisogno degli altri per legittimare la nostra esistenza, siamo poi alla loro mercé per avere un'esatta identità da attribuirci» [5], dobbiamo riconoscere che per il disabile questa difficoltà può essere anche maggiore. È infatti solo intuibile la fatica che può avere un disabile nel legittimare o giustificare la propria esistenza e quanto poi sia arduo raggiungere un'esatta percezione di sé, quando questa debba passare attraverso pre-concetti o superficiali giudizi presenti negli occhi, nei modi o nelle parole degli "altri". Conoscenti, ma anche amici o parenti possono, anche se spinti da istinti protettivi, limitarsi solo a una superficiale valutazione dell'apparenza o della manifesta disabilità, mostrando una sterile incapacità di cogliere tanto le

caratteristiche mentali più profonde dell'animo quanto di valorizzare le capacità psico-fisiche comunque presenti e sempre impietosamente mortificate nel riduttivo termine medico di "abilità residue". Tutte queste difficoltà e questi preconcetti decadono immediatamente e d'incanto nell'essenzialità del rapporto con l'animale, il quale, privo di giudizi, è capace di restituire sempre e comunque affettività e benefiche sensazioni di abilità ed efficacia nella reciproca interazione.

Nella Riabilitazione Equestre le emozioni vissute nel contatto con il cavallo sono inoltre amplificate da un rapporto fisico molto stretto e complesso e da profondi aspetti culturali non sempre coscienti.

Il cavallo, infatti, non solo può essere abbracciato da terra restituendo le emozioni sopra descritte per tutti gli altri animali domestici, non solo può attivamente mettere in atto dei comportamenti tanto discreti quanto gratificanti per l'uomo, ma può anche essere montato. Il montare a cavallo potrebbe in realtà essere interpretato anche come uno stadio finale di una sequenza di fasi che, dalla stretta data, gettando le braccia al collo da terra, va a cingere tutto il tronco appoggiando il proprio addome contro il costato dell'animale, fino a sollevare i piedi da terra e, portando una gamba dall'altra parte del costato, arriva ad abbracciarlo anche con le gambe.

Questa posizione lascia intendere una profonda sensazione



Foto 4. Guernica (1937), olio su tela, Museo Nacional Centro de Arte Reina Sofía di Madrid. Pablo Picasso, per rappresentare il bombardamento aereo della città di Guernica da parte della Luftwaffe durante la guerra civile spagnola, mette in posizione centrale un cavallo agonizzante, sublime rappresentazione del popolo.

di piacere nata dal contatto fisico con la vitalità dell'animale (calore, ritmicità del respiro, odore etc.) e dalla sensazione di intimo "possesso" dell'oggetto del proprio amore (analogamente a quanto messo in atto dai bambini nei confronti delle persone o degli oggetti amati) che nella bramosia del potere e del "controllo" dell'"altro" appaga uno dei più sofisticati ed inconsci percorsi finalizzati all'affermazione ed al riconoscimento di sé [6].

Riveste poi notevole importanza sottolineare anche il valore antropologico e culturale che il cavallo ha nella nostra formazione intellettuale.

Il cavallo è stato temporalmente l'ultimo animale ad essere addomesticato a causa della sua notevole prestanta fisica, mole, velocità e attitudine alla fuga. Per questa sua caratteristica ha da sempre rappresentato, nel nostro patrimonio culturale, la forza della natura che nobilitava l'uomo che cavalcandolo dimostrava di poterla controllare. Un collegamento materiale con il trascendente e con l'aldilà: basti pensare alle Valchirie (foto 1), ai cavalli montati dalla scheletrica morte (foto 2), all'ippogrifo di Astolfo, descritto dall'Ariosto, alle rappresentazioni artistiche dell'incubo (foto 3); un collegamento tutt'ora riconosciuto anche nell'arte moderna (foto 4). Il cavallo, dalla letteratura medioevale in poi, nobilitava il cavaliere, definito proprio dalla sua cavalcatura e contribuiva a sollevarlo da terra, a sospenderlo tra cielo e terra e quindi a trasferirgli una valenza trascendente che giustificava l'uso della spada, la sua tipica arma che essendo a forma di croce richiamava innegabili aspetti di spiritualità, giustizia e punizione. Da questa visione trascendentale e romanizzata dello spirito cavalleresco deriva poi l'immaginario collettivo del principe azzurro sul candido e puro cavallo bianco.

Ancora oggi un uomo a cavallo appare sempre più nobile e "abile" di quanto lo sia a terra. Ecco quindi spiegato che il "disabile", a cavallo, possa provare un'emozione d'intensa empatia e di profonda gratificazione, in cui l'affetto e la riconoscenza verso l'animale che cullandolo lo solleva da terra, si fonde con un profondo e appagante senso di validità e competenza svelate dall'innegabile dominio sulla rappresentazione reale della potenza della natura.

Una persona abituata ad essere spesso dipendente dagli altri, ad essere mentalmente insicura può quindi ricevere un'emozione tanto diversa dal quotidiano quanto consolante come un abbraccio, acquietante, ma anche potente e di dominazione dall'alto delle consuete e terrene piccolezze. Sarebbe quindi auspicabile che nel prossimo sviluppo che la

Riabilitazione Equestre percorrerà al fine di assurgere a metodica universalmente riconosciuta di pubblica utilità sanitaria e sociale, siano svolte delle ricerche mirate anche a dimostrare le basi organiche di queste utili e terapeutiche emozioni che coinvolgono/scaturiscono da diverse e riconosciute molecole (per es. endorfine, prolattina, ossitocina, serotonina, a-MSH, ACTH, GABA etc.) che esplicano i loro benefici effetti su svariate e fondamentali funzioni (per es. immunitaria, cardiocircolatoria, psichica etc.) e, perché no, incrementano la nostra qualità di vita.

Un modo naturale, forse ancestrale, per stimolare dei metabolismi interni e profondi così da riequilibrarli o, quanto meno, per migliorare gli stati emotivi da questi controllati o indotti.

Ringraziamenti

Desideriamo esprimere la nostra più sincera gratitudine alla Dott.ssa Irene Cagli per il suo impareggiabile aiuto, spesso ben oltre le sole traduzioni linguistiche.

Bibliografia

1. Alexander S. L.; Irwin C.H.G.; Livesey J.H.; Donald R.A. 1988. Effect of isolation stress on concentrations of arginine vasopressin, a-melanocyte stimulating hormone and ACTH in the pituitary venous effluent of the normal horse. *J. Endocrin.*, 116 (3), pp. 325-334.
2. Bekoff M., 2007. *The Emotional Lives of Animals: A Leading Scientist Explores Animal Joy, Sorrow, and Empathy - and Why They Matter*. New World Library - Novato, CA, USA - 256 pp.
3. Dantzer R., 1992. *Le emozioni. Teoria*, Roma-Napoli. 132 pp. Tr. da Dantzer R., 1988. *Les émotions*. Presses Universitaires de France (Q.S.J. 238).
4. Darwin C., 1982. *L'espressione delle emozioni nell'uomo e negli animali*. Taccuini M e N. *Profilo di un bambino*. Paolo Boringhieri, Torino. 428 pp.
5. De Botton A., 1995. *Esercizi d'amore*. Ugo Guanda Editore (8° ed. 2005), Parma. 212 pp.
6. Nesse D., 1990. *Evolutionary Explanations of Emotion*. *Human Nature*, 1, 3, 261-289.
7. Galimberti Umberto - 2004 - *Le cose dell'amore* - Feltrinelli - Milano, 58 pp.

**Il presente lavoro è stato presentato al 9° Convegno
Nuove acquisizioni in materia di Ippologia, Perugia, 22 Giugno 2007.**