



" MARINE LIFE CONSERVATION" è un'associazione di promozione sociale, che opera nei seguenti ambiti:

- studi e ricerche indirizzati ad approfondire la conoscenza dell'ambiente marino e dei suoi aspetti ecologici e naturalistici;
- progetti di ricerca scientifica per la tutela e la salvaguardia della biodiversità;
- attività didattiche, di formazione e di educazione ambientale;
- attività culturali, naturalistiche e sportive idonee ad uno sviluppo armonico e sostenibile dell'uomo nell'ambiente;
- attività di velaterapia affiancata alla delfinoterapia con persone che vivano in situazioni di disagio fisico, psichico e sociale.

Per conseguire i propri scopi sociali Marine Life Conservation promuove dal 2003 i seguenti progetti:

Marine Life LAB

Attività di ecoturismo scientifico che propone lezioni di biologia marina, oceanografia e cetologia, con lo scopo di sensibilizzare sempre più persone sui delicati ecosistemi marini.

Le attività didattiche vengono svolte a bordo della nostra imbarcazione a vela.

Parallelamente si conducono ricerche scientifiche atte a monitorare la presenza e la distribuzione di balene e delfini all'interno del Santuario dei Cetacei.

Progetto subacquea

Un corso di biologia marina che offre al subacqueo, neofita come a quello esperto, una conoscenza approfondita delle biocenosi marine e dei suoi delicati ecosistemi. Un particolare interesse viene dato alla classificazione della fauna e flora marina. Le attività si svolgono direttamente a bordo della nostra imbarcazione con percorsi didattici adatti alla tipologia di immersione.

In fondo al mare

Le meraviglie del nostro mare viste con gli occhi dei bambini...

Semplici escursioni di sea watching unite a divertenti attività didattiche per indirizzare anche i più giovani verso una cultura del mare più consapevole e responsabile.

Le attività sono proposte all'interno di scuole, centri ricreativi, colonie estive, stabilimenti balneari.

Dal 2007 Marine Life Conservation collabora con diverse associazioni nell'ambito del disagio fisico, psichico e sociale, proponendo il progetto Diversamente mare, che unisce alla velaterapia la delfinoterapia in mare aperto.

PROGETTO

DIVERSAMENTE MARE

1. PREMESSE

LA VELATERAPIA

La pratica della vela può essere considerata non solo come una semplice attività di svago, ma come un vero e proprio strumento terapeutico, che prende il nome di **velaterapia**. Questa innovativa forma di terapia consiste nel trascorrere un certo periodo di tempo in una barca a vela completamente attrezzata per la crociera. Con la supervisione ed il controllo di uno psicoterapeuta, il soggiorno viene studiato per costruire un iter didattico-comportamentale idoneo a sollecitare, nei partecipanti, motivazioni e reattività orientate alla produzione e al sostegno di normali rapporti interpersonali. L'ambiente della barca si presta in modo esemplare a realizzare un clima collaborativo e partecipativo, dove ognuno può rapidamente rintracciare le proprie inclinazioni ed esplicitarle nell'interpretazione di uno specifico ruolo. Lo scopo non è solo quello di formare e consolidare quegli aspetti caratteriali che stanno alla base della normale interazione, ma anche di creare occasioni di sperimentazione delle proprie attitudini comportamentali e relazionali essenziali per uno sviluppo positivo della personalità. In particolare, il fine ultimo di questa esperienza è la maturazione, dal punto di vista psicologico e sociale, dell'individuo, che potrà tradursi in una nuova apertura verso gli altri, nell'aver imparato a prendere decisioni in momenti critici, nel sapersi mettere in gioco senza pregiudizi e senza remore, sapendo di avere un proprio ruolo all'interno della società.

La velaterapia è utilizzata da trent'anni in Europa, da quindici in Italia, e ci sono paesi, come Inghilterra, Germania, Francia e Stati Uniti d'America, che contano su di una legislazione specifica in materia di vela come attività riabilitativa, terapeutica e risocializzante.

La velaterapia si è dimostrata immediatamente un grande successo, poiché è ricca di implicazioni dal punto di vista psicologico, anche se in letteratura scientifica è molto difficile trovarne una trattazione articolata e ben definita (Stadler, 1989).

Le prime iniziative che hanno visto la nascita della velaterapia furono intraprese nell'ambito di progetti per il reinserimento sociale ed il recupero di giovani con problemi di relazione e di socializzazione. Fin dall'inizio la velaterapia si è dimostrata particolarmente efficace e si è diffusa anche in ambiti diversi da quelli dai quali era partita, tanto che non si impiega più esclusivamente come strumento di cura per disabili ma viene consigliato per un gran numero di interventi orientati al sostegno di numerose procedure psicoterapiche. I terapeuti, infatti hanno deciso di estendere il suo raggio d'azione agli interventi riguardanti le persone adulte afflitte da problematiche esistenziali, stati ansiosi e depressione.

Nel nostro paese corsi e regate di vela a favore delle persone con patologie psichiche più o meno gravi si sono diffusi ampiamente dai primi anni 2000, grazie a numerose associazioni, che hanno aperto le porte delle loro sedi per accogliere ed assistere le persone diversamente abili.

LA PET THERAPY

La **terapia assistita da animali**, o **pet therapy**, indica nel linguaggio corrente molteplici interventi il cui fattore comune è la presenza di animali in rapporto ad esseri umani in situazioni programmate e più o meno standardizzate. Gli scopi di tale tipo di terapia possono essere molteplici: dare assistenza a persone disabili con animali appositamente addestrati; dare supporto nella riabilitazione motoria; fornire sollecitazioni a livello psichico.

A livello emotivo, e nell'immaginario della specie umana, l'animale riflette fantasie e aspettative legate a una parte profonda del nostro essere. Gli animali sono esseri potenti, primitivi, istintuali, che possono incutere timore ma che, una volta diventati nostri alleati, possono aiutarci a ritrovare, ad esempio in momenti di lutto, di isolamento, di calo delle energie e dell'autostima, quell'istinto vitale, primitivo, non razionale e non verbale, che ci apre al mondo e ci stimola a nuove esperienze.

In questo contesto le sessioni di pet therapy sono esperienze preziose, che spesso permettono di individuare nel contatto uomo-animale potenzialità nuove e interessanti, che non sfuggono allo sguardo attento di chi, addestratore, veterinario, o proprietario di animali domestici, è strettamente coinvolto nel rapporto quotidiano con essi.

All'interno della pet therapy, troviamo anche la **delfinoterapia** che ha dato risultati eccezionali soprattutto nel caso di pazienti psichiatrici, autistici e depressi. Le sessioni di delfinoterapia prevedono una stretta interazione con i delfini, di solito nuotando con questi animali in cattività o in aree recintate nel loro ambiente naturale. L'ipotesi da cui si è partiti, condivisa da gran parte della letteratura al riguardo, è che il contatto con i delfini possa contribuire a stimolare le capacità di comunicazione, di espressione e, in definitiva, l'attenzione e l'interesse per l'"altro" e per il mondo esterno, in individui la cui tendenza all'isolamento è una componente significativa della patologia.

Il ministero della salute comunque definisce la DAT (Dolphin Assisted Therapy = terapia assistita con i delfini) una terapia molto controversa; infatti alcuni animalisti sostengono che sia immorale privare un animale della libertà e poi chiedergli di «lavorare» per noi, molti biologi sono contrari alla delfinoterapia perché il contatto con l'uomo può trasmettere loro malattie per noi comuni ma per loro pericolose, come l'influenza e il raffreddore. Senza contare lo stress, di cui i delfini soffrono anche più delle persone in carne e ossa. Esigere un eccesso di prestazioni e d'addestramento è sbagliato e può persino causare loro un infarto.

La WDCS - Whale and Dolphin Conservation Society (North America), che è una delle associazioni mondiali più importanti per la conservazione delle balene e dei delfini, in una recente relazione dal titolo "possiamo fidarci della terapia assistita con i delfini?" ha messo, inoltre, in luce la scioccante verità che sta dietro a questa industria in rapida espansione.

Con un'azione sostenuta dall'Istituto per la ricerca sull'autismo, la WDCS ha richiesto il divieto di utilizzare la DAT, dopo che le ricerche sulla terapia assistita con i delfini hanno messo in evidenza che:

- i delfini sono prelevati dal loro ambiente naturale per rifornire il crescente numero di impianti dove si effettua la DAT, e questo ha delle serie implicazioni nella conservazione e nel benessere di questi animali;
- sia le persone che gli animali possono essere esposti ad infezioni e lesioni quando partecipano alla DAT.

Viste le pesanti implicazioni etiche che stanno dietro alla delfinoterapia in cattività, la nostra associazione propone un tipo di delfinoterapia in barca a vela, che prevede l'incontro con i delfini in mare aperto.

2. L'ALTERNATIVA

Il mare è un setting ambientale eccezionale e la possibilità di viverlo da protagonista in barca a vela costituisce un efficace mezzo di riabilitazione e di formazione oltre che di potenziamento del proprio carattere. Oggi sempre di più si crede con entusiasmo al valore riabilitativo e risocializzante del mare ed è una bellissima realtà italiana quella in cui persone disabili e normodotate mettono insieme e integrano le loro forze per raggiungere i porti della solidarietà della **velaterapia**.

L'incontro con il mare, l'esperienza della conduzione e del comando, lo spazio ristretto, l'apprendere strategie, il sapere che si è una pedina indispensabile per la navigazione sono stimoli formidabili per la crescita psicologica e sociale.

Inoltre, a livello individuale l'incontro con il mare diventa incontro con le proprie profondità.

L'esperienza della conduzione di una barca per rotte che assomigliano a quelle del quotidiano porta l'individuo a pensare di essere capace a condurre se stesso attraverso la navigazione più difficile che è la vita.

Un viaggio per mare può diventare un percorso interiore che, supportato dalle nuove conoscenze e dal lavoro svolto in barca, non finisce quando si rimettono i piedi a terra, ma diviene un punto di partenza su cui ricominciare a costruire progetti e sogni e aiutare ad affrontare la quotidianità.

La velaterapia diviene un'esperienza di vita che, assieme all'incanto del viaggio in mare, della navigazione a vela e della socialità speciale della barca, fornisce strumenti psicologici in grado di aiutare il/la paziente a riappropriarsi del controllo della propria esistenza.

L'aspetto più riabilitante della velaterapia è la conduzione dell'imbarcazione, che è straordinariamente stimolante dal punto di vista sensoriale; il corpo e tutte le facoltà intellettive sono infatti coinvolti durante la navigazione, rendendola un'esperienza unica, specialmente per chi è costretto a vivere in istituti psichiatrici o di lunga degenza dove l'attività fisica e sociale non è davvero paragonabile a quella della vela.

A bordo si sperimenta lo spirito di gruppo, si acquisisce un ruolo e quindi la coscienza di essere necessari, ci si deve relazionare per forza con caratteri diversi e così si impara a limare il proprio ed a considerare le ragioni degli altri. Ci si confronta con le ansie e le paure che ognuno si porta dentro e che in queste persone sono spesso ingigantite dal male.

Inoltre, la vela è anche un'attività fisica faticosa dove si compiono degli sforzi fisici e si mette alla prova la tonicità, l'elasticità, la flessibilità del corpo, l'orientamento e l'equilibrio. Tutto ciò genera l'opportunità impareggiabile di un'attenzione e di una concentrazione sul proprio corpo e sui propri vissuti emotivi.

Altro aspetto da considerare nell'andar per mare è l'incontro con i cetacei. Poiché è stato dimostrato nella **pet therapy** che il contatto diretto con gli animali produce effetti che facilitano l'intervento terapeutico/educativo, si può dedurre che anche l'incontro con delfini liberi nel loro ambiente naturale possa avere effetti benefici su persone che vivano situazioni di disagio fisico, psichico e sociale. Questi tipi di incontro sono percepiti, molto più di qualunque attività di pet therapy programmata, come un evento eccezionale e profondamente coinvolgente, diventando fonte di input emotivo/sensoriali gioiosi e rilassanti, che di per sé possono avere effetti terapeutici positivi e duraturi, ed essere di integrazione alla semplice attività di velaterapia.

3. NATURA DEL PROGETTO

L'attività del progetto **DIVERSAMENTE MARE** consiste nell'organizzare navigazioni in barca a vela, durante le quali si cerca l'incontro con i delfini in mare aperto. Come ampiamente anticipato nelle premesse, la **velaterapia** e la **delfinoterapia** possono essere di supporto a terapie riabilitative per soggetti che vivano situazioni di disagio fisico, psichico e sociale. Marine Life Conservation, da anni impegnata in ricerche scientifiche sui cetacei in mare aperto, utilizza tecniche di avvicinamento a questi animali che comportano il minor disturbo possibile.

Considerando le esperienze di delfinoterapia in barca a vela da noi fatte sinora, si possono evidenziare i seguenti aspetti terapeutici:

- il cambiamento di stato, cioè un nuovo ambiente con nuovi stimoli sensoriali, tra i quali il vento, il silenzio, i delfini, in un costante riequilibrio del corpo, diventano un'esperienza fortemente emotiva e personale, che trascende le parole e popola lo spazio vuoto dei pensieri;
- la dinamica di gruppo, vale a dire le scelte, i rifiuti, gli stili diversi, la cooperazione, che non si risolvono in generica socializzazione, ma in qualcosa che si avvicina alla psicoterapia senza la coazione della seduta clinica;
- la riabilitazione, la conoscenza del proprio corpo e del proprio equilibrio, con la possibilità di compiere movimenti e gesta altrimenti dimenticati;
- i tempi: nella pratica della vela non possono essere decisi a priori, perciò si smette di correre come si è costantemente abituati a fare in città. Sono vento e mare a decidere per noi;
- il processo di autostima: nelle persone con disabilità mentale migliora anche attraverso la consapevolezza di poter essere in determinate situazioni autonomi e in grado di prendere decisioni.

Da quest'anno il progetto vuole estendere l'esperienza agli adolescenti socialmente difficili e svantaggiati. Infatti, nell'ambito del disagio sociale la navigazione a vela rappresenta un utilissimo contesto di "qui ed ora" in cui l'individuo mette alla prova se stesso, prende decisioni e si confronta con problemi da risolvere e con situazioni improvvise ed impreviste, esegue degli ordini e fa delle scelte in rapida sequenza, tutto in vista di un obiettivo comune: arrivare al prossimo porto. In barca ognuno ha il proprio ruolo e questa certezza è fondamentale e funzionale a garantire una buona navigazione. Tali concetti possono facilmente essere estesi poi al "là ed allora" della vita quotidiana e di innumerevoli altri contesti (lavorativi, sociali, familiari). Inoltre, essendo la barca una società in piccolo, ogni partecipante ha un compito ben preciso: c'è un leader al quale ognuno deve attenersi per permettere a tutti di andare avanti. Questa situazione esistenziale permette ai ragazzi socialmente difficili e svantaggiati di rientrare in regole precise a cui far riferimento. Ogni partecipante sa che ha un ruolo di primo piano nella gestione della barca e viene responsabilizzato in questo senso.

Chi decide di passare un pò di tempo in barca a vela impara a convivere e a condividere con altri tutto ciò che ha intorno, dagli oggetti quotidiani, agli spazi, pur limitati della barca, alle emozioni e sensazioni che scaturiscono dall'essere circondati dall'acqua e dal vento, quindi, dalla natura allo stato puro.

La **delfinoterapia in barca a vela** fa bene, perché è una buona attività riabilitante alternativa, che ha come obiettivo principale il restituire dignità all'essere umano degradato da una malattia psichica e fisica o da una storia di droga e delinquenza, offrendogli un'ulteriore possibilità con l'aiuto di due grandi alleati: il mare e i suoi abitanti più affascinanti, i delfini.

4. PERIODO DI SVOLGIMENTO

L'attività relativa al progetto si sviluppa da aprile ad ottobre.

5. MODALITA' DI SVOLGIMENTO

Il programma del progetto si articola generalmente in crociere settimanali, ma sono previste anche escursioni giornaliere o di un fine settimana.

6. ATTIVITA'

Durante i giorni di crociera l'attività è organizzata in modo da alternare:

- introduzione all'apprendimento della navigazione a vela (nomenclatura, venti, strumentazione di bordo) affiancata ad un'adeguata partecipazione alle manovre di bordo;
- un coinvolgimento diretto nella vita di bordo (cucina, cambusa, pulizie), in modo da incentivare una maggiore autonomia;
- momenti dedicati alle lezioni sui cetacei e la biologia marina;
- ricerca dei cetacei in mare aperto;
- escursioni a terra nelle località turistiche toccate dall'itinerario.

7. BASE DI PARTENZA

Imbarco e sbarco avvengono presso il bacino portuale di Imperia Porto Maurizio.

8. IMBARCAZIONE

Le crociere si svolgono a bordo di Pensiero Dominante, una morgante 45 piedi, del cantiere biasi e con progetto Sciomachen. Ha 4 cabine, di cui tre doppie ed una singola e due bagni.

9. EQUIPAGGIO

L'equipaggio è composto da:

- skipper,
- aiuto skipper-naturalista,
- 6 ospiti.

10. RESPONSABILI DEL PROGETTO

Walter Antolovich: antolovich@marine-life.org, 340.7201466
Antonella Impetuoso: impetuoso@marine-life.org, 347.7548722