

Il campo sonoro come cibo buono per la mente: le sedute di PAT.

Le sedute di Psico-Acustica Transizionale - in breve PAT - sono una nuova modalità per interagire con la nostra dimensione psicosomatica, permettendo l'accesso ad uno stato di maggiore benessere psichico e fisico.

Nel 1996, il dott. Gubert Finsterle, all'epoca collaboratore presso l'Istituto di Psicologia dell'Univ. Statale di Milano, scopriva e brevettava un sistema di riproduzione dei suoni (AVS Virtual Audio Standard®) capace di far accedere la mente ad un modo di funzionare di tipo onirico durante la veglia. Il sistema audio realizza l'esperienza di un particolare "campo sonoro olofonico" che si con-fonde allo spazio mentale primario nel quale accadono i sogni, schiudendolo.

Il sistema di riproduzione del suono AVS - ora disponibile anche come software per trasformare un computer MAC® in un sistema audio-video di eccezionale qualità - utilizzato nel contesto di un particolare setting che sono le sedute di PAT, consente di "nutrire" la nostra mente con un particolare suono non musicale, che per alcune sue caratteristiche peculiari - quali l'aritmicità e l'aformalità - mette il nostro sistema-cervello nella condizione di trovare il proprio ritmo e punto di equilibrio originario.

Seduti di una comoda poltrona, ad occhi chiusi, si ascolta in AVS per 20 minuti un suono simile ad un fruscio, noto come Pink Noise, che per la sua neutralità consente di interagire il meno possibile sui contenuti del nostro inconscio, che in questo modo tendono ad essere significati nello spazio mentale primario aperto dal campo sonoro.

Spesso accade di sentirsi galleggiare senza peso dentro una bolla, entrando come in un film in 3D dove può accadere tutto quello che potremmo sognare: dal percepire sensazioni fisiche all'udire suoni, vedere colori, forme, scene animate.

Ciò che è ancora più interessante è il fatto che queste produzioni di senso autonomo mostrano sempre una relazione con la nostra vita vissuta, con i nostri modi profondi di dare senso al mondo. A livello neurofisiologico, durante questi 20 minuti si osserva anche un drastico incremento dei sincronismi corticali e della capacità di comunicare tra le varie popolazioni neurali della corteccia cerebrale, fenomeno bioelettrico che potrebbe avere a che fare con il fatto che in questo "Teatro Interno" vengano messe in scena nuove soluzioni ad antichi percorsi di senso, portando la persona ad esperire in modo diverso situazioni note, come anche ricordare eventi fino a quel momento dimenticati.

La seduta di PAT - ascoltare immersi in questa culla sonora - sembra proprio rappresentare un cibo buono per la mente: è come se ci fossimo nutriti al seno materno andando in estasi, aprendo così molte nuove connessioni neurali, immersi in una sognante beatitudine. L'effetto nel tempo è spesso quello di un significativo decremento dei livelli di ansia e paura, correlato ad una maggiore capacità creativa e a un miglioramento delle prestazioni fisiche.

Una buona metafora per descrivere l'insieme dei fenomeni che accadono durante e dopo la seduta di PAT è quella della pulizia-deframmentazione del computer, coniugata con un reset del sistema: in seguito il tutto sembra funzionare più velocemente, elaborando la stessa quantità di informazioni senza "ansia" perché ogni informazione è nel posto giusto...

Alla seduta di PAT è associato, in seguito all'ascolto, un colloquio con uno specialista (counselor, psicologo o medico), che grazie alle sue specifiche competenze tecniche segue e sostiene il processo di ampliamento del campo del significato, questo *sorprendersi* nel vivere situazioni note in modo nuovo.

La seduta di PAT, utilizzata per alleviare stati di stress, ansia/panico e disturbi psicosomatici, sembra interagire anche con la percezione del dolore, alleviando cefalee-emicranie, dolori mestruali o il tipico bruciore della cistite. Appare efficace anche per incrementare le prestazioni fisiche e psichiche di atleti e musicisti, o comunque di *top performer*.

Una presentazione teorica e clinica delle sedute di PAT è pubblicata in AA.VV. "La condivisione del Benessere. Il contributo della Psicologia Positiva", a cura di Antonella Delle Fave, Franco Angeli, Milano 2007.

Il particolare modo di riproduzione del suono in AVS è protetto da brevetti in Europa, USA, Asia. Negli USA il brevetto è pubblicato in "[The NASA Astrophysics Data System](#)", a cura dell'Università di Harvard.

AVS Research - Ricerca e sviluppo sperimentale nel campo della Psicologia

Viale Cirene 18 - 20135 Milano

Tel/fax: 0254123050

E-mail: info@avsresearch.org

Web: www.avsresearch.org

Dott. Gubert Finsterle - EAP Psicoterapista - Giornalista - Socio fondatore Società Italiana di Psicologia Positiva

Ha pubblicato saggi di psicoanalisi e psicoacustica per B. Mondadori, Baldini e Castoldi, Franco Angeli, Unicopli, oltre che numerosi articoli di tecnica audio per la rivista specializzata *Suono*, con lo pseudonimo Andrea von Salis.

Dott.ssa Roberta Cacioppo - Psicologa Clinica - Collaboratrice presso la cattedra di Psicologia Dinamica, Univ. Cattolica Del Sacro Cuore, Milano

Ha pubblicato, tra altro, interventi per convegni scientifici sulla PAT in collaborazione con Finsterle.