

Sedute di PAT© Psico-Acustica Transizionale in psicoterapia

Dott.ssa Valeria Pierdominici, Psicologa Clinica, Psicoterapeuta
Expat Medical Centre – Amsterdam – Olanda

Roma, 8-9 giugno 2017 - Università Lumsa - Convegno di Psicologia Positiva

La Psico-Acustica Transizionale è filantropia, prima ancora di essere uno strumento per la psicoterapia. E' un aiuto esistenziale a ricollegarsi alla natura dell'essere umano e tutti dovrebbero avere la possibilità di poter effettuare almeno sei sessioni per vivere meglio.

Da anni utilizzo nella pratica psicoterapeutica la musica per stimolare il contatto con le emozioni e la produzione di materiale inconscio. Le tecniche utilizzate sono l'ascolto ricettivo di brani e le visualizzazioni guidate accompagnate da musica dal vivo prodotta dal musicoterapeuta. Diversi studi hanno dimostrato i **benefici dell'ascolto di suoni e musica** su persone affette da svariate patologie psichiche come depressione, autismo e ansia.

L'introduzione in questo contesto di un dispositivo medico di neuromodulazione sonora (HE-PAT© - PinC©, UE, US, International patent pending) è apparsa quindi una scelta in sintonia con la mia esperienza di psicoterapeuta.

I dispositivi medici HE-PAT© e PinC©, aventi per indicazione terapeutica il trattamento dell'acufene cronico, hanno la capacità di incrementare la comunicazione tra popolazioni neuronali, aumentando la coerenza del sistema cervello, sciogliendo pattern neurali disfunzionali e stimolando la comunicazione top-down bottom-up interna al cervello.

Nella mia ricerca ad Amsterdam con volontari che hanno voluto provare le sedute di PAT©, ho potuto verificare che si sono dimostrate utili anche per:

- **dolore cronico (ne è attenuata la percezione con riduzione della depressione associata)**
 - **indurre uno stato meditativo (migliora la capacità di stare nel qui ed ora)**
 - **stimolare memorie dimenticate (emergono ricordi rilevanti per il paziente precedentemente dimenticati)**
- **riorganizzare pensieri disfunzionali (si organizza la percezione spazio-temporale degli eventi con riconoscimento di pattern disadattivi)**
- **risoluzione di blocchi emotivi (la presa di decisioni a lungo posticipate)**

Con la presente documentazione, pur relativa ad un numero limitato di pazienti, posso presentare alcuni usi imprescindibili in una psicoterapia integrativa e nella musicoterapia.

Lo strumento è stato somministrato con finalità di ricerca a persone di elevata intelligenza e capacità di autoanalisi che hanno acconsentito di integrare la Psico Acustica Transizionale (PAT©) alla Psicoterapia Psicosomatica in atto.

Come cambia il ruolo del terapeuta

Gli effetti sul terapeuta (che deve essere formato all'uso) nell'utilizzo del dispositivo HE-PAT© da parte dei pazienti produce una netta riduzione dell'invasività percepita, favorendo lucidità di pensiero e l'integrazione-elaborazione dei vissuti espressi dal paziente, portando a restituzioni più efficaci.

La seduta di PAT© inserita in un contesto psicoterapeutico junghiano suggerisce a livello contenutistico i temi dell'inconscio collettivo.

Il paziente si re-interessa ai propri sogni e meccanismi mentali, imparando ad essere curioso e a trovare soluzioni autonome ai problemi. Come conseguenza il paziente è maggiormente aperto alla vita e quindi collabora al suo percorso terapeutico e al cambiamento desiderato.

L'intervento del terapeuta formato è imprescindibile per contenere le narrative del paziente in caso di emersione di memorie traumatiche. L'ascolto attivo e l'esperienza del terapeuta sono fondamentali per il successo della terapia con la PAT©: il paziente deve essere accompagnato a capire le metafore emerse nelle produzioni immaginative stimulate dal suono.

Pensieri Acustici in Psicoterapia

Vengono presentati 5 casi seguiti per più di un anno con la metodologia MIRA (psicoterapia psicosomatica individuale/di gruppo supportata dall'improvvisazione musicale), cui successivamente sono state somministrate volontariamente secondo il protocollo previsto le sedute di PAT©.

Casi Clinici in breve Febbraio 2017 - Maggio 2017

I risultati ottenuti con le sei sedute minime di PAT© possono essere così riassunti:

- reset e sblocco immediato di pattern disadattivi anche molto gravi
- produzione di materiale inconscio utile per il paziente, come rivivere dei traumi ma con la rappresentazione spontanea della loro risoluzione
- la progressiva autonomizzazione del paziente dal terapeuta nel prendere decisioni
- la rapida riduzione dei sintomi e l'aumento del benessere psicofisico
- effetti immediati nella terapia dell'acufene cronico, oltre che dell'ansia e depressione correlate

F - 1970 - Medico

Paziente in trattamento per depressione dovuta ad acufeni causati da stress psicosomatico e frequenti voli in aereo.

Incontro con il trauma: La paziente rivive un trauma grave d'infanzia durante la seduta. La scena traumatica rivissuta è dettagliata e descritta con contatto emotivo. Dopo la prima sessione la paziente non porta più i tappi protettivi per i suoni spiacevoli e si "apre" al mondo instaurando rapporti sociali nuovi nei quali si sente sicura.

Riduzione dell'acufene: Con una ripetizione bisettimanale della seduta di PAT© l'acufene è sotto controllo, più equilibrato, di intensità ridotta e la paziente attua cambiamenti del comportamento più adattivi riuscendo a sottrarsi a bar o locali nei quali la musica è troppo alta per il suo problema: diventa quindi più capace a sentire i propri bisogni e ad agire di conseguenza (proteggersi).

Ritrovato un nuovo equilibrio: Con un minimo intervento psicoterapeutico, i "pensieri acustici" la aiutano a ritrovare un equilibrio nel "sentire" sonoro e nel "sentire" emotivo che ricalibrano la sua vita affettiva e sonora. La terapia aumentata a tre volte alla settimana riduce il "dolore del suono" dell'acufene e dà la speranza alla paziente, prima rassegnata, che prima o poi questo suono riducendosi così, sparirà.

F - 1981 - Ingegnere

La paziente in cura per disturbi alimentari soffre di bulimia e depressione. Ad ogni appuntamento veniva con atteggiamento ossessivo: doveva essere alla stessa ora lo stesso giorno. La paziente soffre molto, e per questo motivo era molto motivata alla terapia che seguiva diligentemente passo per passo con buoni risultati fino a quando, logorata dallo stress professionale, ricade profondamente nella bulimia, con attacchi quasi quotidiani. Oltre ad un supporto psicoterapeutico specializzato da parte di una collega ho proposto di vederla tre volte alla settimana per somministrarle la PAT©.

Incontro con il trauma: La paziente rivive un trauma profondo in cui il padre minaccia di uccidere la madre mimandolo con una pistola scarica. Con l'ascolto del suono la paziente rivive la risoluzione metaforica del trauma (va a chiedere aiuto e salva la madre), il distacco emotivo, e si rende conto che la sua vita non può dipendere dal continuo controllo dell'ambiente.

Visualizzazione associata: l'incipit del "brano" è abbastanza tumultuoso e ricorda un flusso d'acqua dirimpante, simile a quello della cascata. La mente ripercorre una serie di cascate viste durante i viaggi...cascate lontane...Ma presto arriva alla memoria la cascata di un piccolo ruscello a casa di un caro zio....

Riduzione della sofferenza: La paziente inizia a venire in terapia in giorni "non canonici" anche la sera tardi senza problema, ha un miglioramento dell'umore e si sente di avere più energia disponibile per vivere.

Visualizzazione associata: l'immagine di una cascata, ai piedi vegetazione rigogliosa e orchidee rosa e fucsia. La cascata è diventata vapore colorato: verde giallo fucsia e arancio. E' diventata una doccia calda...E' il suono dell'asciugacapelli, e rivedo papà che mi asciuga i capelli la domenica pomeriggio...L'acqua è quella di una doccia il cui getto mi massaggia la testa per poi far scivolare lungo le mie gambe e i piedi tutte le cose negative...

Ritrovato un nuovo equilibrio: La paziente ad ogni sessione documenta poeticamente le sedute descrivendole dettagliatamente. Inizia ad uscire prima dal lavoro, cosa che aveva già iniziato a fare con la psicoterapia, ma la PAT© ha consolidato il cambiamento. La paziente si prende cura della sua solitudine e di conseguenza del sintomo della bulimia che aveva alla radice.

Visualizzazione associata: mi sento entusiasta...amata.."connessa" o ri-connessa a un mondo che era, è e sarà sempre mio...ma si era come impolverato.

F - 1991 - Fashion Designer, M - 1973 - Project Manager

Una giovane donna in terapia da un anno con disturbi borderline di personalità attraverso le sedute di PAT© osserva se stessa e la sua relazione con il mondo.

Incontro con il trauma: Attraverso visualizzazioni su un trauma passato non risolto, vede una immagine dimenticata. Nell'immagine si vede la porta che si chiude e le chiavi che dondolano nella serratura. E' l'ultima volta che vede il padre e lo rivedrà solamente dopo molti anni da adulta.

Riduzione della sofferenza: Quell'immagine spiega bene alla paziente il suo percorso e riattiva meccanismi di risoluzione del trauma vedendo se stessa nel futuro alleggerita dall'aver rivisto una immagine chiave del suo passato. Riallaccia rapporti telefonici con il padre.

Ritrovato un nuovo equilibrio: Riesce a prendere decisioni che non riusciva a prendere chiaramente da circa sei mesi e capisce il suo stato mentale di disagio con obiettività e distanza. Accetta di continuare la terapia con la PAT© e integrarla con la terapia tradizionale.

La seduta di PAT© viene consigliata anche al marito per affrontare insieme in terapia la loro crisi di coppia e le problematiche famigliari con la figlia in età prescolare. Entrambi riescono a sbloccare dinamiche patologiche in breve tempo con minimo supporto psicoterapeutico mirato alla spiegazione di ciò che stava accadendo loro a livello inconscio.

F - 1982 - Project Manager

La paziente in terapia da tre anni per depressione e stress da lavoro correlato, continuava a ripetere gli stessi pattern negativi, ovvero rimettersi a lavorare nello stesso tipo di ufficio/settore per paura di non trovare un altro impiego. Non essendo adatta al lavoro aziendale per sensibilità e interessi di altra natura, ricade continuamente in depressione. La terapia l'ha aiutata a vedere questo pattern, la musicoterapia a modificarli ma la PAT© ha consolidato il cambiamento.

Incontro con il trauma: La paziente visualizzava immagini di cascate e di animali positivi e negativi, che lottavano in formato di cartone animato. Riviveva ricordi del passato in cui con la nonna doveva scegliere la strada per la passeggiata senza avventurarsi mai nella foresta, seguendo sempre strade "sicure". Le è stato offerto un lavoro di traduzione di storie per bambini. Lei non comprendeva la relazione tra i due eventi, ma lentamente lo stimolo sonoro e le immagini che lei "percepiva" l'hanno portata a visualizzare un asino che continuava ad impuntarsi senza volersi muovere o cambiare direzione.

Riduzione della sofferenza: Questa metafora stimolata dal suono e spiegata dallo psicoterapeuta ha prodotto una chiara immagine alla paziente. Dopo l'ultima sessione la paziente ha iniziato a seguire un corso di meditazione e, invece di continuare a cercare di essere chi pretendeva di essere, ha iniziato ad accettare se stessa e a controllare i sintomi dello stress indipendentemente diventando autonoma e responsabile della propria salute psicofisica.

Ritrovato un nuovo equilibrio: Finalmente si è sentita pronta per iniziare a camminare da sola senza la terapia.

Conclusioni

In conclusione posso affermare dalle osservazioni effettuate in tre mesi che il dispositivo medico di neuromodulazione sonora inventato dal ricercatore dott. Gubert Finsterle e studiato per curare gli acufeni, in pratica si dimostra un **ottimo strumento integrabile alla psicoterapia psiconalitica**. Stimolando visualizzazioni, ricordi e narrative inconscie nel paziente, la PAT©

sembra **abbreviare i tempi di analisi**. Una ricerca più strutturata sarebbe certamente di interesse generale, raccogliendo verbalizzazioni, video e documentazioni scritte per studiare ancora più in profondità non solo i cambiamenti neuronali e comportamentali in atto, ma anche i contenuti inconsci. Questo con il fine di conoscere e/o interpretare psicoanaliticamente i fenomeni psichici e psicosomatici che emergono con le sedute PAT© **creando dei cluster contenutistici di riferimento a seconda della patologia, rendendo plausibile l'utilizzo dello strumento anche per valutazioni diagnostiche**.

Dal punto di vista psicoanalitico junghiano, l'analisi di cluster di visualizzazioni comuni ad un'alta percentuale di pazienti potrebbe stimolare studi più approfonditi dell'inconscio collettivo e la sua localizzazione neuronale.