

MILTON ERICKSON E LA PET THERAPY

MILTON ERICKSON AND THE PET THERAPY

Maria Grazia Spurio

Riassunto

L'originalità e l'intuito creativo di Milton Erickson è stato fondamentale nella risoluzione di molti casi. Il suo approccio strategico e sempre innovativo gli ha permesso di approcciarsi ai pazienti in modo del tutto anticonvenzionale rispetto alle teorie e alle terapie classiche. Nelle sue terapie Erickson ha utilizzato diversi strumenti per risolvere anche casi considerati irrisolvibili, uno di questi strumenti è la pet therapy.

La pet therapy consente un miglioramento dello stato psico-fisico generale grazie alla stimolazione, attivazione, modificazione dei diversi sistemi dell'organismo.

Parole chiavi: Erickson, pet therapy

Abstract

The originality and the creative intuition of Milton Erickson was instrumental in solving many cases. Its always innovative and strategic approach has enabled him to approach patients in a very unconventional compared to the classical theories and therapies. In his treatment Erickson has used various tools to solve unsolvable cases considered, one of these tools is the pet therapy.

The pet therapy allows an improvement of the psycho-physical due to general stimulation, activation, modification of the various body systems.

Keywords: Erickson, pet therapy

Introduzione

Lo scopo dell'articolo è mettere in risalto l'intuito creativo e l'estrema originalità (o ecletticismo) di Milton Erickson, uno psicoterapeuta in largo anticipo sui tempi grazie anche all'utilizzo di strumenti come la Pet Therapy. Nell'articolo è raccontato il caso di John, un paziente schizofrenico cui M. Erickson riuscì a far migliorare il relazionamento sociale e contemporaneamente ad evitare il ricovero in una struttura. Verosimilmente l'obiettivo di M. Erickson non poteva essere la guarigione completa del suo paziente schizofrenico, ma era quello di permettere a John di condurre quanto più a lungo possibile una vita produttiva.

Come J.K. Zeig (1990) afferma a proposito dei pazienti schizofrenici, i modelli comuni in tali situazioni di disagio mentali sono 4:

1. non assumono responsabilità
2. non parlano direttamente
3. non amano restare definiti in un ruolo particolare
4. non formano relazioni soddisfacenti

Il problema in generale con questi pazienti è che non fanno le cose direttamente ma triangolano in qualcosa di diverso per esempio attraverso le loro voci. Anche il terapeuta dunque deve triangolare, parlare indirettamente così da incontrare tali pazienti nel loro quadro di riferimento.

Come raccontato nell'articolo, il ruolo della Pet Therapy sia nella comunicazione indiretta, sia riguardo all'assegnare responsabilità che nel gioco dei ruoli, attraverso il piccolo cane bastardino Barnel fu decisiva.

Anche per quanto riguarda la possibilità di migliorare le relazioni sociali, il contatto con il piccolo animale di affezione regalò effetti benefici con positive ricadute nel rapporto con le persone. Secondo le più recenti scoperte infine, la Pet Therapy consente un miglioramento dello stato psico-fisico generale grazie alla stimolazione, attivazione, modificazione dei diversi sistemi dell'organismo. La Pet Therapy è dunque un prezioso strumento per regalare benessere alle persone che uno psicoterapeuta creativo in largo anticipo sui tempi come Milton Erickson ha saputo utilizzare nei suoi metodi di cura.

Erickson e la pet therapy

Di Milton Erickson, psicoterapeuta ipnotista si è scritto e si è detto molto sia per il suo originale e speciale modo di affrontare le difficoltà della vita, che per il suo eclettico stile di relazionarsi con il mondo. Si trattava indubbiamente di un uomo particolare, fuori dagli schemi, intuitivo al punto di sembrare un sensitivo; ma un sensitivo probabilmente non era, non almeno nel senso che generalmente attribuiamo a questo termine. Nella serie televisiva americana "the Mentalist" (2008), Patrick Jane è un consulente dell'F.B.I che risolve brillantemente omicidi e delitti seriali in maniera talmente intuitiva da essere scambiato per un sensitivo in contatto con immaginifiche forze occulte. Ma come Erickson, le straordinarie capacità di questo personaggio, nato dalla fantasia di Bruno Heller, non provengono dal trascendentale, ma derivano piuttosto dall'intuito e dalla capacità di osservare e saper cogliere il linguaggio silenzioso del corpo e il messaggio affascinante e pregno di significato che entra in gioco anche inconsapevolmente, quando ci si relaziona con gli altri. Come P. Jane anche M. Erickson, conosceva la ricetta per approcciarsi con successo ai misteri della mente umana, un'alchimia fatta di intuito, creatività, attenzione, ipnosi e comunicazione. Ma mentre il personaggio televisivo di P. Jane, può incuriosire e regalare mezz'ora di svago, Milton Erickson è stato una persona reale, esistita nella vita vera e ha lasciato un segno forte e tangibile nelle cose fatte e nelle persone incontrate. Possiamo rivivere parte della sua vita e delle sue esperienze da tutto ciò che di lui è stato detto e scritto, dalle storie dei suoi casi clinici e dalle persone che gli sono state vicine e che da lui hanno potuto apprendere. Nella grande quantità di cose geniali prodotte dal suo eclettico intuito mi sembra giusto scrivere qualcosa anche in relazione alla pet terapia, uno strumento da lui utilizzato tra i suoi metodi educativi e di cura con evidente anticipo sui tempi. Secondo le più recenti scoperte, nella pet therapy, il contatto con l'animale d'affezione produce una stimolazione esterna piacevole, tale stimolazione provoca una attivazione e modificazione di diversi sistemi dell'organismo¹. Il sistema tattile, propriocettivo, termico e nocicettivo e cioè somato-sensitivo è il primo ad attivarsi, ma anche il sistema motorio, limbico (ipotalamo) endocrino, nervoso autonomo (simpatico e parasimpatico), vengono attivati. In particolare attraverso la pet therapy vengono indotte modificazioni neuro-endocrine e biologiche:

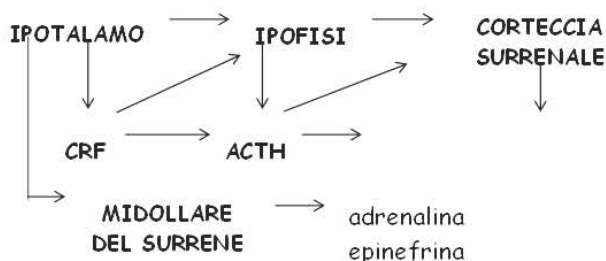
- SNA parasimpatico: circuiti colinergici
- SNA simpatico: circuiti adrenergico e noradrenergico epinefrina e norepinefrina
- Asse ipotalamo-ipofisi-corteccia surrenale: ormoni corticosteroidi (da Selye: circuito dello STRESS)
- Produzione di endorfine

S.N.A. SIMPATICO: mobilita le risorse energetiche dell'organismo

S.N.A. PARASIMPATICO: conserva le risorse energetiche dell'organismo

ASSE IPOTALAMO-IPOFISI-SURRENE (circuito dello stress)²

STIMOLO "STRESSOR"



Le ENDORFINE sono oppioidi endogeni cerebrali, le cellule destinate alla produzione delle endorfine sono sparse in varie parti del sistema nervoso centrale, in particolare nell'ipofisi, nelle ghiandole surrenali, nelle ghiandole salivari e nel tratto gastrointestinale. Le endorfine agiscono sulla via dopaminergica mesolimbica che rappresenta il CENTRO DEL PIACERE dell'organismo provocano una sensazione di piacere e analgesia definita eucenesesi.

Dunque, le modificazioni clinicamente riscontrabili sono:

1. Riduzione pressione arteriosa
2. Rallentamento frequenza cardiaca e normalizzazione del ritmo
3. Diminuzione frequenza respiratoria
4. Rallentamento delle onde elettriche cerebrali
5. Analgesia ed eucenesesi

Attraverso il contatto con l'animale le risposte dei pazienti inducono modificazioni neuro-endocrine che agiscono sulle vie biochimiche e nervose del RILASSAMENTO PSICO-FISICO. Le interrelazione tra sfera affettivo-emotiva

¹ Materiale tratto dalle ricerche e pubblicazioni dell'associazione I.T.A.C.A.

² I.T.A.C.A.

e biologica e le stesse modificazioni neuro-endocrine e biologiche agiscono per vie indirette sul Sistema Immunitario:

- Nei linfociti T e B è stata accertata la presenza di numerosi e specifici recettori per adrenalina, acetilcolina e per il corticosterone;
- Il Sistema Immunitario regola l'attività del sistema ipofisario;
- Il Sistema immunitario modula la produzione delle β -endorfine.

Il fatto oramai noto che l'ATTIVITA' IMMUNOSOPPRESSORIA DELLA PET THERAPY AGISCE SUL BENESSERE PSICO-FISICO sembra trovare conferma nelle numerose evidenze sperimentali di parametri fisiologici controllabili quali:

- concentrazione ematica di corticosteroidi, epinefrina, norepinefrina, cortisolo;
- frequenza cardiaca;
- pressione del sangue;
- risposta elettrodermale;

Possiamo affermare che queste scoperte così come il grande successo della pet therapy che da tali ricerche è derivato risalgono a un'epoca relativamente recente.³ Come molte altre delle sue geniali intuizioni M. Erickson ha utilizzato invece la pet therapy come ausilio ai suoi metodi di cura con evidente anticipo sui tempi. Nel suo libro "Erickson un'introduzione all'uomo e alla sua opera" Zeig Jeffrey K. (1990, Roma) argomenta efficacemente sull'uso che Erickson faceva del contesto, della sua capacità di comunicare con effetto, del suo senso del gioco in terapia e della sua umanità. Parlando del caso di John e Barney, riferisce che John, era uno schizofrenico e, ovviamente un paziente che non poteva guarire, ma quello che Erickson, invece poteva fare, era tenere John fuori dall'ospedale il più a lungo possibile e permettergli una vita produttiva. Nel suo libro Zeig afferma che generalmente i modelli comuni ai pazienti schizofrenici sono 4:

1. non formano relazioni soddisfacenti;
2. non si assumono responsabilità;
3. non parlano direttamente;
4. non amano restare definiti in un particolare ruolo.

Per esempio generalmente tali pazienti sono vittime nella vita ma non lo ammettono né lo riconoscono. Quindi nella psicoterapia con questo tipo di pazienti bisogna cercare di formare relazioni, fargli assumere responsabilità, parlare direttamente e assumere ruoli produttivi. Il problema è che in generale gli schizofrenici, non fanno le cose direttamente ma triangolano in qualcosa di diverso per esempio attraverso le loro voci. Il terapeuta deve comunicare indirettamente o triangolare così da incontrare i pazienti nel loro stesso quadro di riferimento (J.K. Zeig, 1990). Erickson si propose di raggiungere la comunicazione indiretta utilizzando la pet therapy (Assistita da animali) prendendo un cane per il suo paziente schizofrenico. Appena John acconsentì ad avere un cane Erickson mandò la sua figlia più piccola a comprarne uno insieme al suo paziente. Verrebbe da chiedersi in quale modo procure un cane per uno schizofrenico, sicuramente il classico negozio per animali che vende cuccioli con tanto di pedigree non è il posto più opportuno. Un posto invece dove poter muovere i primi passi per una pet therapy di questo tipo può essere il canile municipale dove cani malati cronici stanno ad aspettare la loro iniezione finale di torazina.

3

S.B. Barker and K.S. Dawson "The Effects of Animal-Assisted Therapy on Anxiety Ratings of Hospitalized Psychiatric Patients". Psychiatr. Serv. 1998 June; 49: 797-801 Metodo: Prima-dopo trattamento: Misurazione ansia (S.T.A.I. State-Trait Anxiety Inventory) in 2 condizioni sperimentali: AAT con cane intervento terapeutico-ricreativo comparativo Risultati: In entrambi i gruppi è stato rilevato un significativo decremento dell'ansia tra il prima e il dopo trattamento Non sono state rilevate differenze significative nella riduzione dell'ansia tra i due tipi di sessioni terapeutiche N. Franceschini, M. Verga, M. Galimberti, G. Bigatello, "Attività assistite dagli animali e malati di Alzheimer, Aspetti teorici e risultati pratico-applicativi". Summa 2005 Ott.; 8: 17-22 Metodo: Registrazione della frequenza cardiaca in 3 condizioni sperimentali: 1) assoluto riposo (baseline) 2) attività di AAA con cane (8 incontri) 3) attività comparativa senza cane Risultati: nella metà dei pazienti è stato registrato in presenza del cane un significativo abbassamento della frequenza cardiaca rispetto alle condizioni di baseline; Il parametro "sorride" è significativamente più elevato in presenza del cane rispetto alle condizioni di baseline. K.M. Cole, A. Gawlinski, N. Steers and J. Kotlerman "Animal-Assisted Therapy in Patients Hospitalized With Heart Failure". American Journal of Critical Care. 2007;16: 575-585 Metodo: Prima-durante-dopo trattamento: Registrazione della pressione sangue Misurazione livelli di epinefrina e norepinefrina Misurazione ansia (S.T.A.I. State-Trait Anxiety Inventory) in 4 condizioni sperimentali della stessa durata: A riposo (baseline) Cure abituali (gruppo di controllo) AAT con cane Attività comparativa senza cane

Il caso di John e del cane Barney

Nel narrare la storia di questo caso clinico, Zeig Jeffrey K prosegue il suo racconto riferendo che in effetti, John passeggiando nel canile, udì un latrato e subito si fece dare il cagnolino a cui diede il nome di Barney. John dunque riscattò Barney dal canile salvandolo dal suo certo destino dall'imminente soppressione. Dopo poco tempo il cane andò a stare a casa di Erickson ma nonostante questo il cane sarebbe comunque rimasto il cane di John. Ciò in quanto solo John, in qualità di padrone avrebbe dovuto accudirlo e occuparsi di lui almeno due volte al giorno, nutrirlo, curarlo e consolidare le interazioni con Barney. I ruoli in questo modo vennero sottilmente ridefiniti. John non andava più a casa di Erickson come paziente, ma andava a casa sua per occuparsi del cane e intanto faceva passi avanti verso quella responsabilità. Gradualmente cominciò ad andare sempre più spesso a casa di Erickson e della sua famiglia, non solo per occuparsi del cane ma anche per condividere altri momenti con loro. La pet therapy come aiuto di cura con il paziente schizofrenico offriva all'intuito del terapeuta svariate possibilità di utilizzo, per esempio Erickson tagliava a metà i biscotti del cane, poi ne dava un pezzo a John che a sua volta lo dava al cane. Se Barney andava direttamente da Erickson questi lo sgridava, lo minacciava e gli chiedeva: tu sei il cane di chi? E John era molto orgoglioso e compiaciuto per la situazione. La pet therapy consentiva di ridisegnare dunque la dinamica dei ruoli anche in un altro modo, infatti se Erickson come abbiamo visto si poneva come il persecutore e Barney come la vittima, allora restava un solo ruolo per John: il salvatore (cfr. Karman, 1968). Grazie alla pet therapy e allo speciale legame che si era venuto a creare tra il paziente e il piccolo animale, Erickson poté utilizzare un ulteriore aiuto di cura: scrivere le lettere. Attraverso le relazioni epistolari venivano descritti episodi di tutta la famiglia utilizzando nomignoli e soprannomi divertenti. Ancora una volta era il piccolo animale lo strumento indiretto di attenzione, infatti le lettere erano scritte come se fosse stato Barney il cane ad indirizzarle a John il suo salvatore e padrone. Un esempio divertente e illuminante rispetto alla ridefinizione dei ruoli è fornito dalla lettera riportata da Zeig Jeffrey K. nel suo già citato libro "Erickson un'introduzione all'uomo e alla sua opera" (1990 Roma), viene riportata la lettera che segue:

"caro John ... ho sentito raccontare una storia da Robert (il figlio minore di Erickson) a sua moglie, e la signora della casa (la moglie di Erickson) ascoltava. Un vecchio strambo (il soprannome di Erickson), aveva messo un'inserzione sul giornale per trovare una moglie, in seguito aveva ricevuto una lettera di risposta ed era andato a prendere la promessa sposa con due cavalli. Mentre lui e la futura sposa andavano verso la chiesa un dei cavalli inciampa e il vecchio strambo esclama "uno", a metà strada il cavallo inciampa di nuovo e il vecchio dice "due". Proprio mentre arrivano in chiesa il cavallo inciampa di nuovo e il vecchio scende da cavallo, gli toglie la sella e dice tre, poi gli spara e il cavallo muore sul colpo. Meravigliata la futura sposa gli chiede: ma che hai fatto? È un'infamia sparare ad un cavallo solo perché inciampa, il vecchio strambo dice uno. Non ho ascoltato il resto della storia ma ho sentito la signora della casa sussurrare "ti raccomando non raccontare questa storia a chi sai tu" che significa tutto questo John?"

Barney

Conclusioni

Questa simpatica e ironica lettera immaginaria scritta dal cane al suo padrone lascia intravedere ancora altre possibilità di aiuto offerte dalla pet therapy che Erickson seppe creativamente attivare. Grazie al contatto diretto con un piccolo animale inoltre, si possono attivare benefiche e piacevoli reazioni psicochimiche altamente gratificanti e positive. Infatti, grazie anche alle sue notevoli possibilità applicative di uno strumento prezioso e duttile, come la pet terapia, non solo Erickson si era posto l'obiettivo di cambiare il ruolo del suo paziente schizofrenico, ma anche di aiutarlo ad instaurare rapporti e relazioni più soddisfacenti. La pet therapy e la presenza del prezioso piccolo Barney un semplice bastardino condannato alla soppressione certa, hanno permesso di affrontare il difficile compito della presa in carico e il successivo percorso terapeutico di un paziente schizofrenico non attraverso il ricovero in una struttura specializzata ma nel consueto ambiente di vita mediante piccoli passi, con l'obiettivo di fornire a John alcune importanti esperienze di riferimento per essere responsabile e per assumere un ruolo diverso. Successivamente Erickson "intrecciò queste esperienze tra loro e utilizzò la comunicazione indiretta. Naturalmente Erickson non pensava che John avrebbe raggiunto un normale adattamento sociale e lavorativo, ma si adoperò perché il suo paziente avesse una vita più produttiva e completa possibile. La pet therapy indubbiamente rappresentò un prezioso aiuto per raggiungere questo obiettivo e anche dopo la morte sia di Erickson che di Barney, John con l'aiuto della famiglia di Erickson, continuò a prendersi cura di altri piccoli cani. Altri piccoli amici, animali abbandonati perché ritenuti inutili da qualcuno, ma per John nuovi simboli e nuovi oggetti di un prezioso dono d'amore che, grazie alla pet therapy gli erano stati dati da uno straordinario psicoterapeuta in anticipo sui tempi.

Bibliografia

Baker, S. B., Dawson, K. S., (1998), *The Effect of Animal-Assisted Therapy on Anxiety Ratings of Hospitalized Psychiatric Patients*, Psychiatric. Serv.

Cole, K. M., Gawlinski, A., Steers, N., Kotleman, J. (2007), Animal-Assisted Therapy in Patients Hospitalized With Heart Failure, *Journal of Critical Care*; 16: 575-585

Franceschini, N., Verga, M., Galimberti, M., Bigatello, G. (2005), *Attività assistite dagli animali e malattie di Alzheimer, Aspetti teorici e risultati pratico-applicativi*, ”, Summa 2005 Ott.; 8: 17-22

Zeig, J., (1990), Erickson. Un'introduzione all'uomo e alla sua opera, Astrolabio-Ubaldini, Roma