

**FrancoAngeli**

*Collana diretta da M. Cesa-Bianchi*

**PSICOLOGIA**

Giampiero Mosconi

# **Ipnosi neo-ericksoniana: la psicoterapia e il training ipnotico**







Giampiero Mosconi

**Ipnosi neo-ericksoniana:  
la psicoterapia  
e il training ipnotico**

**FrancoAngeli**

PSICOLOGIA

Copyright © 2008 by FrancoAngeli s.r.l., Milano, Italy.

*L'opera, comprese tutte le sue parti, è tutelata dalla legge sul diritto d'autore. L'Utente nel momento in cui effettua il download dell'opera accetta tutte le condizioni della licenza d'uso dell'opera previste e comunicate sul sito [www.francoangeli.it](http://www.francoangeli.it).*

## *Indice*

<b>Prefazione</b> , di <i>Marcello Cesa-Bianchi</i>	pag. 9
<b>Introduzione</b>	» 13
<b>Parte prima</b> <b>Magia dell'ipnosi</b>	
<b>1. Ipnosi: il passato, l'attualità e l'evoluzione</b>	» 21
Mesmerismo e ipnotismo: un fatto sociale	» 26
Un'ipotesi neuroscientifica per il futuro	» 29
Alla ricerca della natura dell'ipnosi	» 32
Il contributo iniziale italiano	» 34
<b>2. Leggere e cercare Milton Erickson</b>	» 36
Rapporto, empatia, transfert	» 42
Il tertium terapeutico	» 46
<b>3. L'inesaustività del cammino verso la conoscenza</b>	» 49
Evoluzione e revisione di concetti tradizionali	» 52
Fenomeni utili, necessari o superflui	» 57
Elementi desueti e procedure abbandonate	» 60
<b>4. L'inconscio ericksoniano</b>	» 64
Altri riferimenti nella visione neo-ericksoniana	» 68
Un magazzino da aprire	» 69
Retorica dell'allegoria	» 70

<b>5. Idee false e opinioni errate</b>	pag. 73
Paure e credenze negative	» 73
Il falso potere dell'ipnotista	» 75
Ipnosi e fatti di cronaca	» 78
L'ipnosi è coercitiva?	» 80
Ipnosi e condotte antisociali	» 81
Opinioni ed esaltazioni incongrue	» 85
Fumo e alcool come effetti dell'ansia	» 86
Vite passate, regressione ipnotica, problemi legali	» 87
<b>6. Metafore e metafore</b>	» 90
Parola di Milton Erickson	» 90
Metafore e metafore	» 91
Le vie ignote della metafora	» 93
Metafore emozionali e metafore descrittive	» 96
Un incontro sul sentiero	» 99
La sindrome di Gerstmann: un'ipotesi per capire la metafora?	» 102
Le immagini mentali come essenza della trance terapeutica	» 105
Probabili metamorfosi delle parole nel cervello selettivo	» 107
Trance e immaginazione mentale	» 112
Conclusione provvisoria	» 116

## **Parte seconda**

### **Il training ipnotico per la preparazione al parto: brevi consigli per l'uso**

<b>1. La ricomparsa dell'ipnosi. Esperimenti in Russia ed esperimenti avanzati in Inghilterra</b>	» 121
L'esperienza russa nel trattamento collettivo	» 123
Il facilitatore: Grantly Dick Read e l'interesse in Italia	» 124
L'esperienza ericksoniana nel parto	» 127
L'inizio dell'ipnostetria	» 131

<b>2. Il contributo dei neo-ericksoniani</b>	pag. 134
Stati di coscienza modificati e criteri diversi per il loro impiego	» 134
Richiami ericksoniani per una maggiore comprensione	» 136
L'ipnosi tra il parto e il dolore	» 138
La gravida, l'ipnotista e il rapporto duale	» 140
<b>3. I preliminari, l'approccio e le spiegazioni delle sedute standard con esempi di verbalizzazioni</b>	» 144
La seduta iniziale	» 144
La seconda seduta	» 149
La terza seduta	» 154
La quarta seduta	» 159
La quinta seduta	» 163
La sesta seduta	» 167
La settima e ottava seduta	» 169
<b>Bibliografia</b>	» 173





## *Prefazione*

Quello su cui da sempre procede l'ipnosi è stato un percorso arricchito periodicamente da luci, ma alternativamente offuscato da ombre che hanno spesso ostacolato e comunque rallentato il progredire organico delle conoscenze e la loro affermazione nel campo della salute della persona. Un vero cammino carsico, come lo definisce l'autore di questo libro, che si è protratto fino a quando, quasi improvvisamente, è comparsa l'opera di Milton Erickson che ha modificato, e sotto certi aspetti addirittura capovolto, il modo di concepire la natura dell'ipnosi. Gli orientamenti non validi scientificamente, numerosi fino alla metà del secolo scorso, hanno subito una totale revisione che ha consentito di tracciare, anche se non in termini definitivi, gli indirizzi da seguire.

Giampiero Mosconi nell'affrontare ancora una volta l'argomento a cui ha dedicato buona parte della sua attività professionale e di ricerca, torna a richiamare sia pure in maniera diversificata e più sintetica alcuni degli aspetti meno conosciuti dell'ipnosi. Egli ce li offre con una semplicità descrittiva che implica una profonda conoscenza del problema. Questa modalità espositiva ci dà il modo di proseguire nella comprensione della materia e di apprendere nuovi punti di vista in proposito, tanto da poterci rendere conto di quanto la metamorfosi dell'ipnosi (poiché in fondo di questo si tratta) abbia contribuito a farla avanzare, al punto da poterla ragionevolmente collocare tra i componenti delle moderne neuroscienze.

Il procedimento terapeutico è ancora, e purtroppo, da alcuni considerato in termini di falsi aspetti taumaturgici e da altri sulla base di scetticismo e preconcetti. Il lettore che si avvicina all'argomento per comprenderne gli aspetti più moderni, o che intende ampliare le sue conoscenze su di esso, potrà rendersi conto dei motivi che hanno indotto gli studiosi impegnati particolarmente nella psicoterapia ipnotica nell'ambito della Scuola Europea, di cui il Mosconi è la voce più autorevole, a definire i principi

teorici e pratici che caratterizzano il loro *modus operandi* come un procedimento “neo-ericksoniano”.

Le opere, gli scritti e i resoconti che Erickson ci ha lasciato, in parte personalmente e in parte tramite i suoi allievi, costituiscono un grande patrimonio scientifico, tanto ampio e ricco di stimoli da cui non è possibile prescindere. L'autore si propone come convinto assertore del procedimento ericksoniano nato dall'abilità comunicazionale e dalle strategie inerenti e derivate, e si è impegnato affinché le ricerche non solo non andassero dimenticate ma, anzi, potessero essere riprese per cercare di portare a termine le ipotesi di lavoro, di ricerca, didattiche e pratiche nate spesso in modo spontaneo dalle idee scritte o trasmesse di Milton Erickson. Così da rivedere e riconsiderare alcuni punti tradizionali e caratteristici dell'ipnosi di un tempo, per poterla vivere secondo principi scientifici attuali, che è quello che Mosconi ha fatto e che espone nelle pagine di questo libro, nelle quali fornisce anche spunti diversi per continuare a stimolare la curiosità e l'interesse del lettore.

La suggestione e l'abolizione del sintomo, per esempio, sono accantonati come i maggiori elementi di un procedimento antiquato e anacronistico, responsabile, secondo Mosconi, di una falsa considerazione che ha favorito essenzialmente l'ipnosi magica e spettacolare. Certa fenomenologia ritenuta discutibilmente spontanea, certi così detti criteri di ipnotizzabilità come le famose scale di suscettibilità ipnotica, e alcuni concetti come la “profondità” dell'ipnosi, per non parlare del suo impiego per la soluzione di pseudoproblemi di carattere paranormale, restano totalmente esclusi dal contesto neo-ericksoniano descritto dall'autore. Ciò nella linea del suo progetto chiaramente inteso a inserire la psicoterapia ipnotica, nell'area terapeutica, diagnostica e di ricerca, quale riferimento possibile solo del medico e dello psicologo specializzati in psicoterapia, come unica efficace utilizzazione scientifica di quello stato modificato della coscienza che è l'ipnosi.

In quest'ottica appaiono interessanti le parti in cui sono ridimensionate obiettivamente anche la natura, l'impiego e l'interpretazione del così detto linguaggio metaforico, del quale si riconosce la validità, senza tuttavia definirne l'inscindibilità dal procedimento attuato, fino a una paradossale identificazione sovrapponibile “tout court” alla specifica azione psicoterapeutica. L'analisi attuata sull'uso della metafora e l'ipotesi espressa sulla complessità dei risultati ottenibili appaiono particolarmente stimolanti, tanto più se considerate nella presunzione della loro sofisticata trasformazione immaginata durante la transizione verso la mente inconscia del paziente e nella loro supposta mutazione in immagini mentali.

Il libro nel suo complesso rappresenta un excursus nel mondo dell'ipnosi, di cui alcuni aspetti e certi particolari conservano ancora qualcosa, o forse molto, di misterioso e comunque di non sufficientemente conosciuto, come del resto accade per quel settore della scienza che si occupa della mente dell'uomo, della sua natura e dei suoi rapporti con il cervello. L'interesse dell'autore si proietta naturalmente verso il possibile futuro, ma non trascura anche per la materia trattata, la storia del passato che rappresenta un fattore di esperienza includente insegnamenti e indicazioni validi per la contemporaneità. Egli ricorda come la rinascita in Italia dell'ipnosi e la sua graduale ripresa siano state originate, negli anni Cinquanta dello scorso secolo, dall'interesse iniziale di medici ostetrici e odontoiatri. La loro ricerca era stimolata da un preciso fenomeno che sovente, nel passato, si era presentato in diverse nazioni, generato ogni volta estemporaneamente dalla ricerca e dalla necessità di sedare e possibilmente vincere il sintomo del dolore, la cui presenza, nel parto e nella patologia odontoiatrica non appariva all'epoca sufficientemente controllata dai procedimenti anestetici efficienti e, nel contempo, clinicamente innocui. Il rapido progresso della medicina ha poi reso l'uso di prodotti chimici facilmente gestibile e bene tollerato nel campo dell'analgesia e dell'anestesia, e ha finito per soppiantare l'impiego dei metodi ipnotici nella sedazione del dolore. All'ipnosi è stato riservato il compito di risolvere e guarire altri tipi non meno devastanti, di sofferenze, come quelle dell'animo, della psiche, cercando di identificare ed eliminare le loro cause più o meno occulte, meno visibilmente accertabili ma comunque motivo di profondi disagi.

L'opera riprende, almeno in parte, certi avvenimenti storici per il resto già altrove ricordati, e ci sembra che quei riferimenti che hanno coinvolto nel tempo e a riprese diverse anche la personale esperienza di Mosconi, abbiano il compito di accompagnare l'interesse del lettore a conoscere anche la seconda parte del libro. Essa è dedicata al training ipnotico per la preparazione al parto ed è presentata come "brevi consigli utili" per la sua attuazione. Anche se la descrizione del metodo non può nel suo insieme sottrarsi ai riferimenti che ricordano il ruolo ricoperto a suo tempo nella reintroduzione dell'ipnosi in Italia, quei "consigli" sono ora descritti e ampliati da quel modello neo-ericksoniano che è la caratteristica del libro e che rende aggiornato e motivato l'uso un po' particolare dell'ipnosi.

Infatti con essa, se ci si riferisce al suo impiego nell'ostetricia, si cerca di ottenere risultati non tanto propriamente terapeutici quanto, in un certo senso, forse maggiormente corretti in un soggetto, che è, in fondo, non una paziente ma solo una persona che deve imparare come comportarsi in una situazione particolare, il travaglio del parto.

Anche questa seconda parte del libro, che comunque sarà utile allo psicoterapeuta che vorrà dedicarsi a quell'uso specifico, ha sicuramente motivo di interesse per chi si avvicina e intende conoscere meglio l'ipnosi. Essa costituisce, tra l'altro, un esempio sostanziale della capacità del rapporto attuato intrinsecamente con l'approccio ipnotico.

Nel suo complesso, l'opera di Mosconi costituisce un contributo prezioso, sia per il richiamo della scientificità, alla quale l'ipnosi non può rinunciare di riferirsi, per l'analisi critica di tutti i pressapochismi, e le suggestioni, la ricostruzione storica di un percorso che si è delineato fra le neuroscienze e la psicologia, per un riesame approfondito che farà giustizia di tutta una serie di illusioni del passato, sia per l'apertura verso un futuro che si presenta ricco di prospettive e di possibilità, sul piano teorico e su quello applicativo.

L'autore si conferma come uno degli studiosi di maggiore spessore nell'ambito di questa affascinante, ma problematica area disciplinare.

Il volume sarà di grande interesse per gli studiosi e gli psicoterapeuti, che si trovano di fronte a una serie di spunti affascinanti, ma anche per gli studenti, che potranno esaminare una documentazione chiara ed esauriente di possibilità di interventi professionali il cui futuro si presenta come più ricco e articolato del passato e del presente.

*Marcello Cesa-Bianchi*

## *Introduzione*

Ciò che era conosciuto sotto il nome ormai desueto di “ipnotismo”, legato strettamente al concetto di suggestione e al presunto occulto potere dell’operatore, è attualmente divenuto, per quanto con molta fatica e diffidenza, un elemento scientifico valido per la terapia, particolarmente di malattie psicologiche, e un mezzo diagnostico, di indagine e di sperimentazione nell’ambito di diversi disturbi della persona e nella ricerca dell’attività mentale. Ma nella sua natura e nell’essenza che lo riguarda, il fenomeno ipnosi è insito nella vita dell’uomo e si è sempre presentato sia pure con nomi e definizioni diversi, siano essi manifestazioni alternative degli stati di estasi, che espressioni dello sciamanesimo o delle pratiche esorcistiche o rituali.

La sua presenza è naturale e spontanea come può essere, per esempio, l’attività pensante, il comportamento o l’emozione, tanto da potersi non accorgere sovente di esso, e perciò permettere, a chi ne è interessato, di descriverlo e interpretarlo secondo criteri empirici senza, purtroppo, riferimenti scientificamente seri. Freud, che, nel complesso, non fu tenero con l’ipnosi, scrisse che essa risulta validamente “fondata su una disposizione conservata nell’inconscio sin dalle origini preistoriche della famiglia umana” (Freud, 1921).

Parlare, oggi, di fascinazione, di seduzione, di persuasione, a livelli diversi e a propositi differenti, può significare dare a quei termini anche la valenza di uno stato generico di ipnosi, principalmente attraverso opportuni messaggi comunicativi, in quanto espressioni anch’essi di uno stato di coscienza modificato, ma solo teoricamente precedente e precursore di quello definito e meglio conosciuto clinicamente come ipnosi. Particolari, questi, cui si farà altre volte riferimento in queste pagine.

Ciò cui ancora oggi l’uomo sembra volentieri legato, a questo proposito, è proprio il desiderio di conservare quell’aurea di misticismo misterioso, di magico, di paranormale o di parapsicologico cui potersi affidare per po-

ter responsabilizzare la trance ipnotica liberandosi da ogni colpa. Il riferimento, naturalmente, è quello dell'uso deterioro dell'ipnosi, non certamente di quello psicoterapeutico la cui messa in atto, quantomeno, è riservata a professionisti tecnici, cioè artisti, qualificati e specializzati.

E tuttavia proprio al giorno d'oggi ancora è possibile pubblicizzare nella nostra cultura l'apprendimento della magia di questo procedimento al fine di "conquistare" la persona desiderata, convincere il commerciante restio o entrare prepotentemente con la suggestione nella mente altrui. La stessa televisione trasmette sovente spot pubblicitari che mostrano l'uso dell'ipnosi per manipolare più o meno scherzosamente la volontà della persona, e anche questo messaggio, che pur nulla assolutamente ha di serio e scientifico, conferma l'immagine e incide più di quanto si possa credere, sul comune e popolare concetto di possibilità di modificare la volontà altrui.

Ma, se vogliamo, nulla quanto certi film collocati tra il così detto genere giallo, il mistero del "noir" e le avventure della fantascienza, ha stimolato più che la curiosità, l'interesse e la conoscenza di una ipnosi non vera e di certi suoi impieghi che esprimono nella fantasia dello spettatore, più che altro l'inconscio desiderio di uno strumento psicologico di onnipotenza a disposizione, presumibilmente non tanto prossima, dell'umanità.

È ovvio considerare, con un certo disagio, che impieghi simili hanno ancora un futuro incerto, ma per ora creano, mantengono ed enfatizzano una serie di credenze popolari che fanno tanto presa sulle persone disinformate, da riferire al fenomeno ipnosi delle proprietà e attribuirgli degli effetti che in pratica finiscono talvolta per avverarsi come qualcosa che si autodetermina.

Tuttavia, ciò che oggi ci si sforza di studiare per conoscere meglio non è solo la natura del fenomeno ipnosi, che non ci appare ancora completamente chiarita, ma anche capire quanto e soprattutto ciò che con l'ipnosi è possibile ottenere, escludendo le vie dirette e manipolatorie, per avanzare su percorsi più attuali ed evoluti verso il suo impiego scientifico, terapeutico e della ricerca.

J. Haley, che oltre a essere stato allievo di Milton Erickson fu un profondo studioso dell'ipnosi e di quanto essa rappresenti nella tecnica della comunicazione, ha correttamente espresso il suo pensiero sulla condotta e sul ruolo dello psicoterapeuta certamente focalizzando all'interno del suo giudizio colui che realizza l'obiettivo attraverso la trance ipnotica: "La professione dello psicoterapeuta – egli scrive – è unica nel senso che egli ha solo se stesso come strumento di lavoro. Può sostenere la sua posizione con uno studio, la sua scrivania, il lettino, le teorie e anche il consiglio dei col-

leggi, ma quando poi si ritrova da solo con il paziente egli può usare solo la sua voce, il suo modo di fare e le sue idee. Qualunque cosa si possa dire sul metodo, la psicoterapia rimane un'arte", richiamandosi così a una definizione simile che, nello specifico dell'ipnosi, dava il suo maestro.

Generalmente, quando un medico o uno psicologo vuole avvicinarsi all'ipnosi, la preoccupazione che diviene talvolta incombente sul suo proposito, è di poter conoscere quanto più presto e in quale misura ciò che si appresta a usare diverrà uno strumento sicuro e possibile per il suo lavoro e vorrebbe sapere quali siano le doti necessarie per il successo dell'operatore e per la positiva risposta del suo paziente.

Un certo tipo di letteratura che talvolta si riflette anche in qualche ambiente scientifico riporta ancora vecchi e sorpassati concetti di manipolazione o di coercizione della volontà dell'ipnotizzato da parte dell'operatore, ma ciò è completamente falso e non ha nulla a che fare con la psicoterapia alla quale qui ci si riferisce.

A questo punto è sempre utile e importante ripetere che l'ipnosi attuale è invece classificabile come un mezzo di comunicazione, una situazione che si attua tra due o più persone senza che ci si ponga il problema della capacità dell'una o dell'altra di entrare o far entrare in trance il proprio referente. Il punto importante è determinare il distacco dell'attenzione dell'ipnotizzando, rafforzare il suo stato di concentrazione, mettere in atto quell'insieme di circostanze abbastanza simili a quelle che ogni persona ricerca quando vuole spontaneamente avviarsi verso uno stato di sonno fisiologico, e che rappresentano materialmente l'intenzione di isolarsi dalla realtà esterna per calarsi in quella del sonno. Ciò naturalmente tenendo presente che la trance non ha alcun carattere intrinseco e particolare, psicologico e biologico, che sia sovrapponibile a quello del sonno naturale.

In un senso paradossale, gli antichi, non scientifici e ora desueti mezzi per determinare l'induzione ipnotica, possedevano in fondo la caratteristica di deviare l'attenzione del soggetto, spostandola via via verso la propria interiorità e seguendo quindi quel percorso di cui si è detto, simile al normale addormentamento. Tale era, in fondo, ciò che avveniva nella mente confusa del pellegrino della Grecia antica che, alla ricerca e nell'aspettativa della parola della divinità o del parere dell'oracolo interpellato, sostava digiuno e sopraffatto dalla fatica del lungo cammino, nella solitudine della stanza incubatoria, pronto e convinto di ascoltare le voci accolte nello stupore dello stato modificato della sua coscienza.

La fissazione degli occhi dell'ipnotizzatore di un tempo, che aggiungeva, tra l'altro, un forte messaggio di potere; l'uso della sfera di cristallo, che obbligava il soggetto a liberarsi dalla razionalità per usare la fantasia



nella ricerca di qualche visione immaginaria; i così detti “passaggi” con cui l’ipnotizzatore diceva di emanare un certo fluido sul corpo del soggetto obbligandolo a concentrarsi sulla loro presenza, e altri atti suggestivamente intrusivi, avevano nel complesso qualcosa di comune che richiama, come si è detto, senza alcuna pretesa scientifica ma semmai solo magica, l’attenzione dell’individuo da ipnotizzare. Alla base delle diverse procedure, il denominatore comune che accompagna ancora oggi l’avvio verso la trance è l’obiettivo, più o meno riconosciuto e intenzionale, di restringere il campo della coscienza del soggetto e di far perdere il loro significato agli stimoli esterni, a eccezione di quelli prodotti dall’ipnotista, che rimane così il solo e valido tramite con la realtà dalla quale l’ipnotizzato via via si allontana.

Ma, a parte quegli imprescindibili e ormai noti fenomeni, molti atteggiamenti dell’ipnotizzatore di un tempo mostravano di implicare l’imposizione della volontà dell’operatore con dei principi che sono attualmente all’opposto delle procedure psicologiche e scientifiche, le quali agiscono invece essenzialmente con certe modalità che richiamano semplicemente aspetti caratteristici di azioni e situazioni comunicative. La prova migliore è che qualsiasi possa essere oggi l’obiettivo della psicoterapia ipnotica, essa non può efficacemente iniziare senza la necessaria reciproca conoscenza tra l’operatore e il paziente, che è alla base di ogni procedimento terapeutico.

M. Erickson era un abile ipnotista formatosi sulla sua singolare esperienza di comunicatore. Egli ha dimostrato con una certa frequenza, come e quanto è possibile accompagnare verso lo stato di trance persone con le quali ci si accinge a una normale conversazione cui l’interessato partecipi con una certa attenzione. Il passaggio verso quello stato modificato della coscienza, che è l’ipnosi, può avvenire gradualmente provocato dall’attenzione messa in atto e dalle modalità con le quali il terapeuta gestisce la propria capacità di comunicare.

È difficile, comunque, ottenere dei buoni e immediati risultati se da parte del soggetto non vi è quella situazione di empatia e di sintonia con il terapeuta, ed esiste invece diffidenza o scetticismo. D’altronde è compito dell’operatore agire in modo che non possa formarsi resistenza più o meno inconscia, e questo fa parte, come si è detto, del suo modo di agire, con arte ed esperienza.

Gli obiettivi di queste pagine sono quelli di esporre a coloro che si avvicinano all’ipnosi in modo professionale certi particolari e certi aspetti dell’evoluzione che questa disciplina ha ottenuto e sta ancora ottenendo nel corso degli anni. Ma anche di rappresentare le possibilità e i limiti, le realtà

e le fantasie, gli aspetti pratici e quelli della teoria, che è una parola che indica l'osservare e il riflettere, per rendere un po' più profonda la conoscenza del fenomeno e avvicinarci di più al misterioso percorso della parola che mira all'inconscio e si trasforma per il benessere di chi soffre.



*Parte prima*

*Magia dell'ipnosi*