

**SCUOLA EUROPEA DI PSICOTERAPIA IPNOTICA**  
**- A.M.I.S.I. -**

**LA TEORIA DELLA MENTE NELLA PSICOTERAPIA IPNOTICA**  
**NEO-ERICKSONIANA**

**Quarto manifesto teorico didattico (2015)**

**Direttivo AMISI: Silvia Giacosa, Stefano Laurini, Enrico Paglialonga Alessandro Calzeroni, Carlo Jamoletti, Costanza Licari, Ivano Lanzini,**

*“ch’i’ possa in te reflecter quel ch’io penso!”(21)*  
*“Già non attendere’io tua dimanda,*  
*s’io m’intuassi, come tu t’inmii”(81)*  
*Dante Alighieri, Paradiso Canto IX*

L’ultima produzione scientifica della nostra Associazione e della sua Scuola, e cioè il terzo manifesto scientifico-didattico, concludeva definendo la psicoterapia ipnotica neo-ericksoniana, cioè quella che utilizza la trance come accesso all’inconscio, un processo attivo particolarmente basato sulla relazione e la comunicazione tra paziente e terapeuta. Argomento che stimola riflessioni e ricerca sia alla luce di quella evoluzione continua che caratterizza la nostra osservazione del paziente e del terapeuta, e il continuo apporto che proviene dal complesso delle ricerche cliniche e dei suggerimenti dei più importanti indirizzi psicoterapici.

Un processo mentale che rende disponibili le potenzialità e le capacità raccolte in quel grande magazzino interno che Milton Erickson identifica con la mente inconscia e che sono percepite dai pazienti ma che non sono loro disponibili, sempre o appieno.

Ciò che determina l’efficacia e la costituzione della coppia terapeutica è il “Rapport”, elemento complesso che riguarda una serie di relazioni interpersonali particolarmente significative in termini di comprensione, empatia, accoglimento, fiducia, onestà e sincerità. Si tratta di componenti affettive certamente presenti in ogni modello psicoterapeutico ma nel modello neo-ericksoniano esse sono di estrema importanza per determinare quello stato di parità dei piani comunicazionali tra paziente e terapeuta che lo contraddistingue. Ne deriva che nella costruzione della reciprocità della relazione comunicazionale è compito del terapeuta facilitare la comprensione mediante comportamenti flessibili e appropriati, condurre la coppia terapeutica che mano a mano si consolida ad andare oltre il significato letterale delle parole per cogliere l’intento comunicativo dell’altro.

Noi non consideriamo il paziente come una persona affetta da qualche patologia classificabile in modo standardizzato, ma piuttosto come un soggetto unico ed esclusivo da osservare e aiutare ad agire sulle qualità positive, il terapeuta ha di fronte a sé una persona che di base è sana ma che chiede aiuto per una specifica difficoltà, il portatore di una sofferenza temporanea che ha origini uniche e irripetibili. Queste sofferenze, per la risoluzione delle quali ci chiede aiuto, sono spesso molto dolorose e invalidanti sul piano relazionale e anche professionale. E’ chiaro che non ci riferiamo a pazienti psichiatrici o con patologie organiche che meritano una considerazione a parte.

Se ci rifacciamo ai contenuti delle memorie in termini di frames e scripts è noto come essi possano influenzare l’interpretazione degli eventi vissuti e i modi di interagire con il mondo sia esso interno che esterno. Individuare le positività del paziente e mostrargliele quale materiale da utilizzare come base su cui costruire

comportamenti più soddisfacenti costituisce il punto di forza del percorso terapeutico, quell'elemento focale della psicoterapia ipnotica neo-ericksoniana costituito dal rinforzo dell'Io.

Il paziente ha bisogno di sentirsi rassicurato, incoraggiato, sostenuto, spesso manifesta insicurezza o magari richiede semplicemente di essere autorizzato con approvazione a mettere in atto quei cambiamenti che sono già presenti nella sua progettualità interiore mirati al raggiungimento del suo equilibrio psicofisico, al suo benessere personale. Queste sue necessità sorgono dal fatto che egli presenta una debolezza e una fragilità dell' Io che non lo sostiene nella risoluzione delle sue problematiche talvolta anche quotidiane e apparentemente banali. Ci comunica il vissuto "non ho il potere di essere efficiente". Si tratta, allora, di contrastare quello che viene percepito come un deficit di potere. "Non basta la passione vostra, la difesa della salute chiede potere e deve poter intervenire sul potere", dice Zeig. Siamo esperti consapevoli del potere neuroplastico ed epigenetico della comunicazione umana che, col rapport e con il rinforzo dell'Io, rendono incarnato il potenziale per cui "ogni accesso alle risorse è una ristrutturazione" (Rossi).

Condurre un trattamento di psicoterapia ipnotica implica un rapporto duale esclusivo paragonabile a quello genitoriale che comporta, da parte del terapeuta, l'assunzione di una condotta che può essere assimilabile ad un ruolo paterno o materno, indipendente dal sesso di appartenenza, ma secondo la necessità del paziente. Si intende quel ruolo del genitore adeguato che offre la sua esperienza e le sue competenze, mettendole a disposizione, senza pregiudizi, senza forzare comportamenti o scelte ma piuttosto sostenendo le aspirazioni personali del soggetto. La dualità del rapporto torna equilibrato tra una riduzione della personalità allo stadio infantile e una amplificazione del ruolo di guida ristabilito in maniera accentuata dalla comunicazione nella quale vi è chi suggerisce il suggeribile a chi realizza il suggerito. (Mosconi)

A sua volta il paziente si pone come individuo che chiede aiuto al terapeuta, del quale si fida e al quale si affida, per evolvere da una situazione nella quale si sente a disagio, offre un Io che necessita di essere sostenuto e rafforzato nella misura in cui il tratto della sua personalità e le sue potenzialità lo consentono.

Altro compito importante svolto dal terapeuta, e sempre assimilabile a quello del buon genitore, è quello di orientare il paziente all'interno della realtà nella quale egli è inserito dandogli l'opportunità di valutarne i limiti e le positività.

Per esercitare questo intervento il terapeuta entra nel mondo del paziente restituendogli un rispecchiamento di sé che agisce nella modalità desiderata inserita in una cornice realista e realizzabile; contemporaneamente agisce sui propri schemi mentali dimenticandoli per mettere la propria mente a disposizione di pensieri facilitanti necessari per il cambiamento che il paziente richiede.

La comunicazione tra la mente del paziente e quella del terapeuta si sviluppa, sia a livello conscio che inconscio, su di un piano ottimale, in quanto è veicolata dallo stato di trance ipnotica che permette all'uno di andare oltre il significato letterale delle parole per intendere l'intento comunicativo dell'altro. Nella continua osservazione dello svolgersi del trattamento psicoterapeutico ipnotico abbiamo molto considerato la posizione mentale del terapeuta esaltandone la schiettezza e l'onestà; e ci sembra che proprio su questi due elementi poggi maggiormente il successo della terapia. In genere il paziente vive il contratto terapeutico come implicito, mentre è compito del terapeuta esplicitarlo comunicando nella maniera più adatta così l'osservanza degli accordi reciproci costituiscono un denominatore comune e di base per l'avvio, nel rapporto ipnotico, di quello stato comunicazionale di efficacia psicoterapica. Se il terapeuta crede nelle potenzialità

del paziente e le percepisce come elementi fruibili per una adeguata strutturazione o ristrutturazione di quella sua mente che chiede aiuto, allora l'esito della terapia sarà positivo. Proprio come quando la madre o il padre incoraggiano il figlio a compiere un'azione nel momento in cui lo reputano in grado di poterla compiere. Come se ci fossero sempre un adulto e un bambino: un adulto fiducioso e un bambino incerto al quale l'adulto mostra la sua fiducia e il bambino tramuta l'incertezza in sicurezza rafforzando di volta in volta il proprio Io. Secondo Erickson all'origine e Mosconi successivamente, il rapporto empatico e il rinforzo dell'Io costituiscono il punto di forza della psicoterapia ipnotica e sono elementi fondamentali per il raggiungimento degli obiettivi che il paziente si propone di raggiungere. Sicuramente il rapporto empatico è essenziale in quanto più che rinforzare l'IO ne promuove una crescita maturativa

Nell'osservazione delle dinamiche terapeutiche il focus dell'attenzione si sposta dal paziente al terapeuta per la considerazione della struttura del suo pensiero e del suo comportamento. Il terapeuta porta con sé i propri vissuti e il proprio punto di vista del mondo ma deve essere addestrato a superare e infrangere ogni personale preconetto per accogliere quello stato che il paziente definisce come benessere anche quando, nella sua vita personale, gli elementi non coincidono. Dovrebbe raggiungere, anche, un'apprezzabile trasparenza emotiva del proprio mondo interiore, senza la quale potrebbe confondersi con il paziente. Deve entrare nella modalità di pensiero della mente di quel paziente ed immedesimarsi con lui a tal punto da essere sinceramente coinvolto nell'accettazione delle scelte.

Il terapeuta accoglie il paziente nella sua unicità e lo considera nella sua specificità liberando la propria mente da ogni preconetto anche sganciandosi dalle generalizzazioni indotte dalle classificazioni diagnostiche e rimanendo in ascolto delle emozioni che il paziente riporta. Certamente nella sua formazione, il terapeuta deve essere in grado di inserire il paziente all'interno di una connotazione diagnostica condivisa universalmente nell'ambiente scientifico, ma nell'espletamento della sua attività clinica e nella definizione del progetto terapeutico gli si chiede di diventare tanto sensibile da superare la asetticità della terminologia diagnostica generalizzante per preferire l'osservazione della persona che si trova a curare considerandola come esemplare esclusivo della sofferenza riportata. Si richiede, quindi, un atto di ascolto incondizionato scevro da giudizi e interpretazioni e colmo di accoglienza e comprensione al fine di adattare la propria mente alla mente dell'altro così da proporre spunti ristrutturanti che agiscano, come si dice, sulla stessa frequenza d'onda. Nella natura della psicoterapia ipnotica, al di là delle sue abilità tecniche, c'è tutta la forza di un senso di umanità profonda e sincera. E' ciò che Erickson ha definito l'interesse reale per il paziente. "Perché mi importa di lui", infatti egli dice.

Se ci facciamo supportare dalla teoria dei neuroni specchio possiamo dire che il terapeuta anticipa nella sua fantasia quel che indurrà con la verbalizzazione ipnotica nella mente inconscia del paziente avendo incarnata dentro di sé la visione desiderata dal paziente stesso. Solo a questo punto della circolarità empatica della relazione nella coppia terapeutica si può pensare che al paziente giunga riflessa la soluzione stessa per il suo disagio con la fiducia della piena condivisione e approvazione del terapeuta. Quando Mosconi diceva che il paziente non andrà mai oltre il punto in cui arriva il suo terapeuta significava proprio questa profonda reciprocità che conduce a pensare come l'altro pensa al punto di usare un linguaggio talmente comprensibile, proprio quello che Erickson chiamò il linguaggio familiare.

Un linguaggio familiare che utilizza i termini, le allegorie, le metafore, gli esempi che il terapeuta inserisce nella verbalizzazione ipnotica per spiegare con termini comprensibili a quella mente ciò che quella stessa mente ci ha fornito come materiale da restituire al fine di poter organizzare i propri pensieri a modo proprio. Una connessione intersoggettiva che diventa sintonizzazione incarnata fra e nelle menti. Ciò crea una reciprocità continua tra le menti cosce e le menti inconscie che dialogano in modo ottimale nel setting della psicoterapia ipnotica.

Se decidessimo di riferirci ad una visione pedagogica dell'incontro di due menti potremmo dire che l'una rispecchia l'altra dando il consenso all'azione e implicheremmo così anche le ricerche neuroscientifiche sui neuroni specchio; se ci riferissimo alla potenza delle immagini mentali indotte dalle verbalizzazioni ipnotiche terapeutiche, sempre modellate sul vissuto del paziente, potremmo parlare di neuroimaging; peraltro se ci riferissimo all'empatia e a una sorta di trasduzione di elementi mentali da una mente all'altra saremmo all'interno delle ipotesi delle teorie quantistiche; ci affiancheremmo ad una visione cognitivista se parlassimo solo di ristrutturazione di convinzioni limitanti e di atti di resilienza; ci troveremmo nelle teorie psicodinamiche se guardassimo i processi mentali per la comprensione e l'accoglimento delle memorie, ma soprattutto all'attenzione dei processi emotivi e affettivi che sottendono patologie e "debolezze" nella struttura delle esperienze dei soggetti; saremmo con il comportamentismo se ci interessassimo di sostituire una certa azione con un'altra azione. Possiamo concludere che si tratti di tutto questo perché anche nel tentativo di formulare una teoria della mente all'interno del modello psicoterapeutico ipnotico, dopo tanta ricerca e confronto ci troviamo a valutare, come decreta Ellenberger, che il procedimento ipnotico è all'origine di tutta la psicoterapia psicodinamica contemporanea e delle discipline psicoterapeutiche, poiché le ha generate e che ognuna ha tratto solo qualche elemento dal modello originale iniziale. Questi sviluppi hanno, appunto, approfondito, anche creativamente, quanto era già presente sotto forma di geniali intuizioni dei primi grandi ipnotisti.

Non devi chiedermi nulla quando io mi intuo e tu ti immii perché sappiamo già tutto di entrambi e insieme stiamo bene, diciamo, parafrasando Dante.