

ESAME DI VALIDAZIONE: TRACCIA DI UNA VERBALIZZAZIONE INDUTTIVA.RELAX-DISTACCO DALLA REALTA'-RINFORZO DELL'IO

Ora le chiedo di mettersi comodo(.....) e quando è comodo, di concentrarsi e di usare la sua attenzione per controllare...i suoi muscoli...
e il suo corpo, poi... di separarsi dai nostri discorsi....
poi... di lasciar chiudere le sue palpebre...lasciare che divengano pesanti...
per poter aiutarla a staccarsi dalle nostre parole...
e poi...quando ha fatto tutto questo
cerchi di localizzare le sensazioni che nota là dove il suo corpo è a contatto con quelle superfici su cui si pone... o con gli indumenti
Localizzi quelle sensazioni (.....)
...questo significa controllare lo schema del suo corpo...
allora si accorgerà tra non molto che quelle parti del suo corpo... a poco a poco si liberano dalla loro tensione...
...si rilassano... e con esse si distende e si rilassa tutto il corpo...si rilassano i suoi organi interni... si distendono la sua mente e i suoi pensieri(.....)si sta allontanando dalle sue tensioni....per sentirsi più calmo
per essere più calmo...
del tutto calmo... ed è piacevolmente rilassato..disteso.. mentre un senso profondo di pace e di serenità si diffonde in lei...
forse i suoi muscoli...il suo corpo... le danno sensazione di maggiore... piacevole calore... oppure di pesantezza...
mentre lei si sta allontanando dalla realtà...
in modo tranquillo...
e sente via via che la sua sicurezza si potenzia...
che lei sta sentendosi più sicuro.....
mentre cresce..... e si rafforza la fiducia nelle sue capacità.....
lei sta avanzando verso uno stato di profondo... distacco... dai legami con l'esterno, sempre di più....
un distacco piacevole e lento...come quando lei si addormenta...senza individuarne il momento
Le parlo... *piacevolmente...e tranquillamente...* proprio perché lei possa ascoltarmi... in modo... *piacevole...e tranquillo.....*
e accorgersi che
i suoi organi funzionano correttamente...
.....e il suo respiro spontaneamente si fa più regolare...ritmico e più calmo.....
ed e' proprio una sensazione gradevole che sta interessando tutti i suoi organi...la sua mente... i suoi pensieri...
..lasci pure allora che si interrompano i suoi legami con la realtà esterna... così che lei possa restare indifferente ai rumori e ai disturbi.... a tutti gli stimoli fuori di lei...
e man mano si allontana da ogni rumore...si isola da ogni disturbo...si allontana e si isola anche dalla mia voce...ma la sua mente inconscia mi segue...e capisce...e ricorda anche ciò che forse lei ora non capisce e non ricorda
..e allora non abbia alcuna preoccupazione...lasci che ogni cosa avvenga spontaneamente....senza alcuna sua resistenza... senza che lei si lasci fermare da alcun ostacolo

così ora può meglio avanzare verso il suo benessere.....e sentirsi calmo...sicuro... e fiducioso(.....).

Questo è il momento dell'inizio del suo cammino...proprio su quel sentiero che c'è davanti ai suoi occhi...e che conosce ...e che lei sta vedendo sempre meglio...e più chiaro...in questa sua realtà...come in una realtà virtuale

Un sentiero che ha tratti piani e facili al suo inizio...

poi, via via che lei prosegue...tra un po' di tempo... lei si accorge che occorre un maggiore impegno...

ma allora... mentre percorre con calma i tratti più faticosi di questo sentiero ...che sono talvolta...in salita...si accorge anche che, di passo in passo, la sua visione cambia...e forse comincia a cambiare anche in lei qualcosa...

senza nemmeno che si accorga.

Il paesaggio, là in fondo, si modifica...mentre lei sale

la linea dell'orizzonte si allarga...e i colori si fanno più vicini ai suoi occhi.....

proprio come se lei vedesse ogni cosa...

momento dopo momento da punti di vista diversi...e migliori...

cammini allora con passo lento ma sicuro... e si accorge che ogni passo la sta allontanando sempre più da tutto ciò che lei desidera abbandonare dietro di sé...

da tutto quello che pesa su di lei...

ma ogni passo che compie la conduce sempre più vicino al primo dei suoi traguardi... e poi agli altri che incontrerà...e ad altri ancora

Ha tra le sue mani il robusto bastone che le ho affidato...perché lei possa aiutarsi... e caso mai difendersi...

Avanzi tranquillo,.... perché sta avviandosi verso il suo benessere....

Va verso un piacevole stato di calma... di sicurezza...di fiducia... alla ricerca di ciò che è contenuto nel suo inconscio... e che è lì perché lei possa aiutarsi...

E mentre avanza... e la sua visione si fa più chiara.... Lei si accorge di tutto ciò che le appartiene...e che fa parte di lei:

le sue risorse interiori... le potenzialità.....quelle forze e quelle energie che molte volte non ha saputo... o potuto...o voluto usare...

Ma ora...oggi..... io le sto insegnando ad usarle... così che lei possa impiegarle ogni volta in cui ne sentirà il bisogno... fin che poi tutto avverrà spontaneamente... proprio come lei desidera...

E tutto farà parte della sua stessa persona:

anche le sue passate esperienze... quelle esperienze positive e migliori che ha raccolto nel corso della sua vita... e che lei certamente conosce... sono a sua disposizione perché lei possa ricordarle ancora e usarle...

e il suo io...la sua personalità... possa allora diventare più forte e più sicura..... così che nulla debba più impaurirla.... darle ansia....costringerla a rinunciare a molte cose che lei vorrebbe poter fare...

Abbandoni ogni giorno di più, dietro di sé, ciò che pesa troppo sulle sue spalle....

Così che il suo cammino proceda più veloce... meno faticoso....e possa avanzare più in fretta e con i risultati che attende....verso il suo traguardo.....

(seguono le manovre di deipnotizzazione)

Avviso P.S. Questa verbalizzazione è la trascrizione di una induzione, contrariamente a quanto prevede la nostra procedura neoericksoniana, in un certo senso standardizzata, vale a dire resa uniforme con il solo scopo di attuare un modello di procedimento che diversi sperimentatori decidono di impiegare per una ricerca allargata relativa alla validazione della Psicoterapia Ipnotica. Ciò evidentemente con l'obiettivo di rendere plausibili i dati che saranno ottenuti da ricercatori diversi su soggetti diversi. Non si tratta quindi di un modello esemplare fornito per un impiego standard nelle applicazioni specificamente terapeutiche le quali, come sappiamo e insegniamo, devono essere comunicazioni ipnotiche estemporanee, mirate tenendo conto del problema da affrontare e del tipo di paziente da curare. (GPM)