

PSICOLOGIA E PSICOTERAPIA



NELLA MENTE del mentalista

dai falsi miti
alla pratica
clinica

[IL 15 ED IL 16 MAGGIO 2015, LA SCUOLA DI PSICOTERAPIA ERICH FROMM, OSPITERÀ IL CORSO DI TECNICHE AVANZATE DI IPNOSI ERICKSONIANA.](#)

il Prof. Massimo Cotroneo, docente del corso di
Ipnosi Ericksoniana si racconta agli studenti della
Scuola di Psicoterapia Erich Fromm

INTERVISTA DI SARA GINANNESCHI, UFFICIO STAMPA POLO PSICODINAMICHE
AL PROF. MASSIMO COTRONEO, PSICOLOGO, PSICOTERAPEUTA, DOCENTE DI IPNOSI ERICKSONIANA

Roma, 3 aprile 2015

L'approccio centrato sulla combinazione della psicoanalisi neofreudiana di Fromm con i più recenti sviluppi della psicoterapia, della clinica, della psicopatologia e della psicologia della salute è da sempre l'obiettivo primario della Scuola Erich Fromm; si tratta di una forma di terapia che vuole indagare, in primis, l'area della relazione paziente-terapeuta che nell'indagine dell'inconscio è collaborante e paritetica

(center-to-center come la definiva lo stesso Fromm) per consentire al paziente di prendersi cura del proprio sviluppo favorendo il processo di autorealizzazione del Sé.

Analogo fine e simile approccio è quello dell'Ipnosi Ericksoniana, ma **di cosa si tratta e come si distingue da altre forme di ipnosi?** L'abbiamo chiesto al docente del corso, il Prof. Massimo Cotroneo che ci spiega come abbia incontrato l'ipnosi clinica la prima volta e perché ha poi deciso di renderla parte integrante della propria pratica professionale.

L'ipnosi è una tecnica che promette di accedere alla dimensione inconscia del paziente. Seppur nota (e controversa) fin dai tempi di Franz Anton Mesmer (1734-1815), è nel 1954 che nella XIV edizione dell'Enciclopedia Britannica, venne pubblicata una delle prime definizioni di ipnosi su base scientifica a cura di Milton H. Erickson. Egli definiva l'ipnosi come **un tipo di comportamento complesso ed insolito, ma del tutto normale e che in condizioni opportune può essere sviluppato potenzialmente da chiunque.** In tale "stato" o "condizione" psicologica e neuro-fisiologica, le persone funzionerebbero in un modo speciale, pensando, agendo e comportandosi come farebbero in un normale stato di coscienza ma, grazie alla focalizzazione dell'attenzione favorita dalla riduzione delle distrazioni, anche meglio.

Fra i **pregiudizi** diffusi sull'ipnosi vi è quello secondo cui essa consentirebbe all'"ipnotista" il controllo della mente dell'"ipnotizzato" il quale si troverebbe in un totale stato di perdita di coscienza. Questa idea, che corrisponde all'immagine più romanzesca e mediatica dell'ipnosi è del tutto **fuorviante**, soprattutto nella formulazione clinica di Erickson, in quanto, già a partire dal rapporto terapeuta-paziente l'ipnosi clinica ridefinisce completamente il rapporto terapeuta-paziente: **non più asimmetrico, ma assecondato ad una relazione di reciproco rispetto e collaborazione.**

II

E proprio questo, è uno degli aspetti che agli inizi del 2000 ha affascinato il Prof. Cotroneo, che dice:

"mi colpì profondamente il lavoro clinico di quell'uomo, così come la sua storia e la straordinarie capacità che aveva di aiutare i pazienti. Milton veniva da una storia personale di profonda sofferenza fisica dovuta ad un attacco di poliomielite da adolescente che mise in pericolo la sua vita ma egli seppe volgere e trasformare questa sconvolgente esperienza di malattia in risorse di grande valore per i pazienti attraverso ciò che ne imparò personalmente. Le prime interessanti idee sul rapporto tra mente, corpo e le risorse psichiche utilizzabili vennero da lui maturate proprio in questo difficile frangente.

Prof. Cotroneo, in che modo le teorie di questo autore l'hanno spinta ad approfondire le sue conoscenze?

"Il primo libro che mi avvicinò al modello ericksoniano" risponde "fu 'La mia voce ti accompagnerà', testo straordinario che narra di un approccio apparentemente magico alla

psicoterapia in quanto ad efficacia. Ciò che mi apparve davvero speciale, in particolare, fu la capacità di Milton di ottenere risultati davvero rilevanti trasformare la vecchia ipnosi in qualcosa di rivoluzionario, al servizio della salute mentale. La tecnica ericksoniana, infatti, ribalta l'antico modello ipnotico asimmetrico restituendo al paziente la sua unicità, adattando la terapia al paziente e non viceversa, ritagliando cioè le tecniche sulle specifiche caratteristiche di questo. L'assunto di base, infatti, è l'osservazione minuziosa di come la persona si muove nel mondo, utilizzare le sue caratteristiche e modalità di interagire come chiavi di accesso al suo mondo interiore e relazionale. Se un paziente entrasse nello studio di psicoterapia iniziando a camminare senza sedersi, dice il padre della nuova ipnosi, piuttosto che suggerirgli il comportamento sociale atteso potremmo camminare nella stanza con lui introducendogli la presenza della poltrona dove più tardi si siederà (caso clinico raccontato dallo stesso Erickson). Le tecniche di utilizzazione, per l'appunto, sono quelle tecniche che riprendono i comportamenti del paziente utilizzandoli sapientemente; tale scambio, tuttavia, avviene attraverso uno speciale stato di attenzione che viene evocata nel paziente per creare i presupposti di un significativo imprinting emotivo. Lo stato della trance indotta, dunque, serve per dissociare e riorientare in nuove catene associative più funzionali e utili ai processi mentali ed emotivi del soggetto."

Il Prof. Cotroneo, a Maggio sarà docente del corso di tecniche avanzate di Ipnosi Ericksoniana, ma che aspettative aveva da discente, durante gli anni di formazione e come ha integrato queste nuove conoscenze con la propria pratica clinica?

III

"Come spesso accade", risponde, "la formazione è una fase avvincente e di grande stimolo per il lavoro che avverrà successivamente, ma, al contempo povera di quell'esperienza clinica che verrà poi creando i presupposti per mettere a frutto e affinare le competenze psicoterapeutiche acquisite. In altri termini, l'esperienza ti aiuta ad esprimere le tue caratteristiche e sviluppare il tuo modo di fare terapia, giacché l'unicità del paziente è complementare all'unicità del terapeuta. Ognuno deve trovare il proprio modo di fare psicoterapia, ossia di esprimere in essa l'apprendimento di modelli e tecniche calati sulla propria personalità."

E le aspettative maturate durante gli anni di formazione, sono state poi ripagate pienamente?

Massimo Cotroneo replica: "Mi consenta di risponderle con una domanda provocatoria. Lei ritiene che gli allievi in formazione di psicoterapia siano solitamente soddisfatti? Non di rado gli allievi in formazione terminano con un senso di insoddisfazione mentre altri si ritengono maggiormente contenti. Cosa differenzia gli uni dagli altri? Al di là di ragionevoli argomentazioni sul piano sostanziale ed organizzativo, possiamo individuare nelle forti

aspettative individuali una delega che mai è pienamente soddisfatta. Le aspettative vanno integrate nell'essere proattivi, nella propria ricerca personale, questo ritengo sia essenziale."

E allora, certi che "sostanzialmente ed organizzativamente" questo corso in tecniche avanzate di ipnosi ericksoniana sia valido, cosa ha dato a lei l'ipnosi clinica, fin dalle prime applicazioni in ambito clinico da farla ritenere soddisfatto della sua formazione?

"L'ipnosi ericksoniana ha delle enormi potenzialità e applicazioni pratiche." Incalza il Prof. Cotroneo, "In primo luogo, offre l'opportunità di attivare le risorse mentali, l'immaginazione e differenti prospettive sperimentate come fossero reali. La possibilità di realizzare una 'realtà inventata' per così dire, consente di lavorare in modo efficace sulle emozioni, sui correlati fisiologici e mentali. Questa opportunità, naturalmente, può essere sperimentata in modo diretto con procedure di autoipnosi che possono essere di grande aiuto nelle esperienze personali oltre che cliniche. Tali esperienze consentono di lavorare tanto su esperienze pregresse quanto su esperienze future, attraverso la rappresentazione mentale che può anticiparle riducendo l'entità della tensione conseguente alla prestazione sportiva per esempio. Mi è capitato in ambito clinico, ad esempio, di utilizzare tali procedure per ridimensionare l'entità di un distacco affettivo antico, o per interrompere dipendenze come per esempio nel tabagismo."

Quello che ogni professionista in continua formazione si aspetta non è solo di acquisire nuove tecniche, pratiche o modi di pensare, di inquadrare un problema, una situazione e di intervenire, ma soprattutto di integrare ogni nuovo apprendimento con i precedenti. **E Massimo Cotroneo? Ha mai cambiato il suo modo di utilizzare l'ipnosi ericksoniana?**

"Come si sente spesso dire 'l'esperienza insegna' e per me il detto non fa eccezione." Dice Cotroneo. "La pratica clinica, l'osservazione, la velocità nel riconoscere le informazioni centrali, la sensibilità clinica e così via, possono aumentare nel tempo incrementando le proprie competenze e la personale efficacia terapeutica. Notoriamente la qualità del rapporto terapeutico è un elemento centrale nell'efficacia della psicoterapia e trasversale ai diversi approcci clinici. Nel tempo le mie modalità di approccio sono divenute maggiormente elastiche adattandosi al paziente, spesso direttive e talvolta impattanti. Adattare la terapia al cliente significa utilizzare le sue chiavi di accesso, il suo modo di rapportarsi. Se un paziente arriva nello studio del clinico con atteggiamento sprezzante e di sfida, utilizzeremo queste modalità per avere efficacia terapeutica, viceversa perderemo la presa sul soggetto. Utilizzare lo stesso modo del paziente gli consente di rispecchiarsi in noi e riconoscersi per poi seguirci come guida autorevole."

Cosa devono aspettarsi dunque al corso di tecniche avanzate d'ipnosi ericksoniana il 15 e 16 Maggio?

Il Prof. Cotroneo risponde: "L'esperienza clinica pone di fronte ad una grossa eterogeneità di pazienti e ad una necessità di aumentare gli strumenti clinici a propria disposizione. L'integrazione di altre tecniche può consentire di acquisire strumenti efficaci in ambito clinico che possono essere integrati nel proprio approccio psicoterapeutico. Apprendere tecniche di base ed evolute d'ipnosi ericksoniana consente di incrementare ed integrare nel proprio modello utilissimi strumenti pratici d'intervento. Sperimentare personalmente il valore e l'utilità della trance indotta dalle procedure ipnotiche può essere, a mio avviso, un'occasione molto interessante di ampliamento formativo attraverso un corso fortemente esperienziale."

Per informazioni ed iscrizioni al corso Tecniche Avanzate in Ipnosi Ericksoniana il 15 e 16 Maggio, scrivi a: segreteria@polopsicodinamiche.com oppure TEL. 0574.603222

© articolo stampato da Polo Psicodinamiche S.r.l. P. IVA 05226740487

Tutti i diritti sono riservati. Editing MusaMuta®
www.polopsicodinamiche.com www.polimniaprofessioni.com
Sara Ginanneschi 3 aprile 2015 – Nella mente del mentalista.