

FrancoAngeli

Collana diretta da Camillo Lorio

IPNOSI E IPNOTERAPIA

L'Utilizzazione: il fondamento dell'Ipnoterapia ericksoniana

Dal principio alla pratica clinica

A cura di

Fabio Carnevale e Maria Cristina Perica



Comitato scientifico

*Antonella Bianchi di Castelbianco, Consuelo Casula,
Giuseppe De Benedittis, Giuseppe Ducci, Mario Marazzi, Luisa Martini,
Brigitte Stubner, Wilma Trasarti Sponti, Bernhard Trenkle,
Camillo Valerio, Johan Vanderlinden, Rolando Weilbacher, Jeffrey K. Zeig*

I titoli della collana sono sottoposti a referaggio

ISSN 2420-9171

Lo sviluppo storico della maggior parte delle psicoterapie trae origine diretta o indiretta dall'ipnosi e, nell'evoluzione dell'ipnosi, è possibile rintracciare una matrice comune a molte altre psicoterapie: la graduale trasformazione in un processo naturale, capace di rispettare le qualità umane dell'individuo e di restituirgli la forza delle sue stesse risorse.

La *Nuova Ipnosi*, dopo secoli di convinzioni mistiche e di presunti poteri fondati su suggestioni, autorità e carisma, tende ad affermarsi come una condizione naturale diffusa, che può presentarsi spontaneamente nell'arco della giornata. Questa *common everyday trance* evidenziata da Milton Erickson, e già descritta da Pierre Janet, si avvicenda e si integra con lo stato di veglia, attraverso una gamma di gradazioni intermedie.

Oltre che sulla concezione naturalistica dello stato di trance, l'ipnoterapia attuale si fonda sui principi ericksoniani della *utilizzazione* e del *tailoring* e non propone più l'ipnotista come figura autoritaria e carismatica, ma come osservatore attento ed interessato che si impegna soprattutto a riconoscere, utilizzare e rispettare le caratteristiche del soggetto che, a sua volta, non è più passivo e sottomesso.

Nella pratica clinica dell'ipnosi di oggi, le tecniche efficaci e l'abilità comunicativa assumono grande valore, ma solo in quanto strumento al servizio del *rapport*: una relazione terapeutica profonda, selettiva e reciproca, di cui stiamo iniziando a conoscere le solide fondamenta neurofisiologiche, grazie alle importanti scoperte delle Neuroscienze.

Questa Collana vuole essere uno strumento di conoscenza della Nuova Ipnosi e del suo ruolo nel contesto delle nuove psicoterapie, ospitando contributi e autori che, in tale ambito, si distinguano per la qualità del metodo e per l'innovatività dei contenuti. Per esplorare prassi, tecniche e problematiche relative all'utilizzazione dell'ipnosi, ed in particolare della ipnoterapia ericksoniana, verrà adottato un taglio eminentemente pratico, soprattutto attraverso illustrazioni e suggerimenti clinici, che possano risultare ben comprensibili al principiante e al tempo stesso di aiuto al terapeuta esperto.

I lettori che desiderano informarsi sui libri e le riviste da noi pubblicati
possono consultare il nostro sito Internet: www.francoangeli.it e iscriversi
nella home page al servizio “Informatemi” per ricevere
via e-mail le segnalazioni delle novità.

L'Utilizzazione: il fondamento dell'Ipnoterapia ericksoniana

Dal principio alla pratica clinica

A cura di

Fabio Carnevale e Maria Cristina Perica

FrancoAngeli

IPNOSI E IPNOTERAPIA

In copertina: *Abstract colorful tree*

@ Olgayakovenko by Dreamstime.comCopyright

Isbn: 9788835183693

Copyright © 2025 by FrancoAngeli s.r.l., Milano, Italy.

L'opera, comprese tutte le sue parti, è tutelata dalla legge sul diritto d'autore.

Sono riservati i diritti per Text and Data Mining (TDM), AI training e tutte le tecnologie simili.

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.

Indice

L'Utilizzazione. Teoria e tecnica di <i>Fabio Carnevale, Maria Cristina Perica</i>	pag. 9
---	--------

Prima parte **L'Utilizzazione nella psicoterapia ipnotica**

Capire e utilizzare l'errore nella terapia ipnotica ericksoniana di <i>Camillo Loredio</i>	» 25
Hipnosis. L'Utilizzazione dell'Utilizzazione di <i>Fabio Carnevale</i>	» 54
Utilizzazione ⇔ sintonizzazione di <i>Renzo Balugani, Emanuele Mazzone, Fabio Carnevale</i>	» 67
Scambi generativi: co-costruire valore, emozioni e significati in ipnosi di <i>Maria Cristina Perica</i>	» 77

Seconda parte **Il ruolo delle neuroscienze**

Ipnosi e sistema nervoso autonomo: quali relazioni? di <i>Giuseppe De Benedittis</i>	» 93
Neuroscienze e Utilizzazione: un'ipotesi di <i>Andrea Mosconi</i>	» 104
Ipnottizzabilità e comportamento di rischio di <i>Enrica Laura Santarcangelo</i>	» 115

Terza parte

L'Utilizzazione ipnotica in situazioni speciali

- “E se un giorno d'estate un dinosauro...”. Il contributo dei bambini alla creatività della terapia
di *Maria Laura Fasciana, Antonella Bianchi di Castelbianco* pag. 123
- La tecnica del ping-pong: utilizzare la dissociazione e l'associazione in ipnosi clinica
di *Enayatollah Shahidi* » 146
- L'Utilizzazione ipnotica in psicologia dello sport
di *Michele Modenese* » 160
- Obesità e sovrappeso: come coniugare un intervento strutturato con l'osservazione del paziente
di *Nicolino Rago, Federica Volpi* » 173
- Utilizzazione dell'autoipnosi nella dislessia. Presentazione di un case report
di *Claudio Mammini* » 184
- L'utilizzazione del linguaggio del paziente: una via per il cambiamento del dialogo interiore
di *Ruggero Dargenio* » 194
- La voce come sentiero nell'Utilizzazione
di *Antonio Piro* » 205

Quarta parte

Aspetti artistici, storici e culturali dell'Utilizzazione ipnotica

- Utilizzazione: cosa? Come? Quando? La settima arte nell'ipnoterapia ericksoniana
di *Marianna Berizzi, Emanuele Mazzone, Sandro Montanari* » 213
- Freud, Janet e l'ipnosi. Corso e ricorso storico nell'evoluzione della psicoterapia e dell'ipnosi ericksoniana
di *Gianluca Monacelli, Francesca Monacelli* » 223
- La bella arte dell'ipnosi, i suoi linguaggi, la loro utilizzazione
di *Matteo Paganelli* » 233

La genomica psicosociale e culturale: un esempio di utilizzazione
dei processi di autoguarigione

di *Francesco Sessa*

pag. 244

L'Utilizzazione nella psicoterapia ericksoniana e "l'uso dell'oggetto" secondo Winnicott

di *Valter Santilli*

» 253

L'Utilizzazione. Teoria e tecnica

di Fabio Carnevale*, Maria Cristina Perica**

Introduzione

Quello di Utilizzazione è uno dei concetti più originali, innovativi e rivoluzionari introdotti da Milton H. Erickson nella pratica dell'ipnoterapia e della psicoterapia in generale, ed è oggi riconosciuto come una risorsa fondamentale anche in molti altri approcci psicoterapeutici. Si tratta di un principio e, allo stesso tempo, di un insieme di tecniche che permettono al terapeuta di usare attivamente tutto ciò che il paziente porta in seduta (che si tratti di sintomi, emozioni, convinzioni, atteggiamenti, comportamenti, o anche apparenti ostacoli e resistenze) trasformandolo in uno strumento utile per favorire il cambiamento terapeutico. Questa modalità di lavoro rappresenta davvero il cuore dell'approccio ericksoniano e si fonda su una visione estremamente rispettosa e creativa della persona: ogni elemento dell'esperienza del paziente viene considerato valido e utilizzabile, anziché essere corretto, evitato o ristrutturato dall'esterno. In questo senso, l'Utilizzazione non è solo una tecnica, ma un vero e proprio atteggiamento clinico, centrato sull'ascolto attento, sull'accoglienza e sulla valorizzazione di ciò che emerge nella relazione terapeutica.

Come sottolineano vari autori (O'Hanlon, 2021; Zeig, 2014), questo atteggiamento implica una particolare prontezza del terapeuta: l'essere in grado di rispondere in modo flessibile e creativo, adattando il proprio intervento alla situazione specifica e alla singolarità del paziente. L'obiettivo implicato nell'Utilizzazione, quindi, non è di imporre un modello di cambiamento, ma di facilitare i processi trasformativi che nascono dall'interno

* Psicologo psicoterapeuta. Supervisore e didatta SIIPE.

** Psicologa psicoterapeuta. Didatta SIIPE.

dell'esperienza stessa del paziente, rendendolo parte attiva e protagonista del percorso terapeutico.

In questo senso, l'Utilizzazione si articola su due livelli: da una parte, la capacità del terapeuta di osservare, accettare e selezionare ciò che emerge nel dialogo clinico; dall'altra, la capacità di impiegare questi elementi come leve per costruire insieme al paziente nuove possibilità di significato e di azione. Lankton (2004) la definisce in termini di possibilità, nel qui e ora della terapia, di utilizzare le percezioni, le sensazioni, le azioni, i pensieri, gli stati emotivi e le risorse del soggetto per muoversi nella direzione degli obiettivi terapeutici. Il terapeuta, quindi, assume uno stato di *response-readiness*, ovvero una disponibilità costante a cogliere ogni segnale, ogni parola, ogni emozione come potenziale risorsa per il cambiamento.

L'Utilizzazione permette così di trasformare anche ciò che inizialmente appare problematico o disfunzionale in un trigger di cambiamenti evolutivi. Secondo Erickson-Klein e Short (2024), il cuore dell'Utilizzazione sta proprio nell'attivare le risorse già presenti nella persona, promuovendone il coinvolgimento attivo nel processo terapeutico. È questo cambio di prospettiva (dal terapeuta come guida al terapeuta come co-costruttore) a segnare la svolta più significativa della nuova ipnosi (Loriedo, 2001), che supera l'idea tradizionale di suggestione per orientarsi verso un approccio più relazionale e partecipativo, basato sull'evocazione di esperienze trasformative (Varga, 2021). In definitiva, l'Utilizzazione tratta ogni elemento dell'esperienza umana come una potenziale risorsa terapeutica, se accolta con attenzione, rispetto e creatività. Per questa ragione, comprenderne le straordinarie potenzialità terapeutiche richiede la capacità di distinguerne i portati epistemologici e le ricadute sul piano delle tecniche e delle applicazioni pratiche e, dunque, di comprendere l'Utilizzazione sia come teoria sia come tecnica.

Cenni filosofici

All'interno della tradizione psicoterapeutica, si è a lungo frainteso il significato profondo dei concetti di teoria e di tecnica. Questa confusione, che in parte sussiste anche in certe epistemologie contemporanee, ha radici antichissime, che nelle sue forme più composite possiamo far risalire alla differenza complessa e tutt'altro che risolta fra teoria e pratica.

Nel dibattito psicoterapeutico, la distinzione tra teoria e tecnica viene spesso presentata come una separazione chiara tra i principi astratti che spiegano il funzionamento della mente e gli strumenti pratici applicati al paziente. Tuttavia, questa distinzione è tutt'altro che ovvia e affonda le sue radici

in un intreccio storico e concettuale complesso che attraversa la filosofia antica, la riflessione epistemologica moderna e le sfide della prassi clinica contemporanea¹.

Poiché sovente il dibattito epistemologico rimane confinato ai manuali, chi pratica la psicoterapia può fraintendere le critiche filosofiche, ritenendo che teoria e tecnica siano nettamente separabili mentre la filosofia classica e fenomenologica suggerisce proprio di ricondurre la pratica alla teoria (e viceversa) in un continuum unitario e ineshausto. Un fraintendimento tuttora diffuso è quello positivista, che assume una divisione rigida tra ricerca (teoria) e applicazione (tecnica) e vede il cambiamento del paziente come mero risultato di una procedura meccanica. Contro questa visione, le correnti post-moderne della psicoterapia insistono sul fatto che ogni teoria è un costrutto valido solo entro certi limiti e che la tecnica terapeutica deve rispettare la relazione e il contesto culturale, non solo obbedire a protocolli pre-definibili. Come è facile comprendere, le implicazioni etiche di queste posizioni si fanno ancora più rilevanti se si tiene conto del fatto che l'azione – anche quella terapeutica – non può essere separata da un'intenzionalità morale: il terapeuta non è un tecnico neutrale, ma un soggetto coinvolto in una relazione trasformativa in cui è in gioco la salute mentale. In psicoterapia questo significa che un sapere terapeutico veramente integrale deve tenere insieme il rigore concettuale e la competenza pratica, senza ridurre l'uno all'altro. Sebbene alcuni epistemologi odierni – per esempio certi positivisti o razionalisti – continuino a enfatizzare un netto confine, letture di questo tipo possono impoverire la

¹ Già Aristotele (384-322 a.C.) distingueva tre forme di sapere: *epistêmê* (conoscenza teoretica), *technê* (conoscenza produttiva) e *phronêsis* (saggezza pratica), sottolineando come il sapere umano non si riduca a un dualismo rigido. Kant (1724-1804) prosegue questa linea, differenziando tra ragione teoretica e pratica, attribuendo a quest'ultima un valore etico decisivo: è l'agire morale, guidato da imperativi universali, a conferire senso all'esistenza razionale.

La riflessione epistemologica moderna ha ulteriormente articolato questo quadro. Popper (1902-1994) ha superato l'idea di una scienza neutrale, fondandone la validità sulla falsificabilità delle ipotesi: una prospettiva che ha influenzato l'*evidence-based practice*, ma che ha rischiato di ridurre la terapia a procedura misurabile, trascurando la complessità della relazione clinica. Kuhn (1922-1996) ha mostrato come il sapere scientifico non proceda per accumulo lineare, bensì per rivoluzioni di paradigma che ridefiniscono i criteri stessi di osservazione. Su questa scia, Feyerabend (1924-1994) ha radicalizzato la critica al metodo unico, sostenendo una "epistemologia anarchica" che valorizza pluralismo e libertà metodologica, pur rendendo problematica l'idea di una clinica fondata sulle evidenze. Parallelamente, Husserl (1859-1938) rivendicava il primato del "mondo della vita" come base di ogni teoria, e fu Heidegger (1889-1976) a operare un rovesciamento più profondo: la teoria, secondo lui, nasce dalla pratica e non viceversa, la conoscenza emerge dall'agire nel mondo, non dalla sua contemplazione astratta; un'intuizione che troverà ulteriori sviluppi nell'epistemologia genetica di Piaget (1896-1980), dove il sapere è frutto dell'interazione concreta tra soggetto e ambiente.

disciplina. La sfida attuale è quindi quella di promuovere un'epistemologia della psicoterapia che riconosca il valore reciproco di teoria e tecnica: le teorie vanno considerate come strumenti interpretativi aperti alla verifica e alla revisione, ma le tecniche cliniche vanno anche orientate da saggezza pratica e valori umani. Solo attraverso questa prospettiva integrata è possibile apprezzare quanto il concetto e le pratiche dell'Utilizzazione siano state e siano tutt'oggi straordinariamente rilevanti. Poiché nella relazione terapeutica ciò che conta non è l'applicazione estrinseca di un protocollo, ma la capacità di stare con l'altro in un contesto condiviso, sensibile e significativo, vogliamo sottolineare come sia impossibile comprendere l'essenza rivoluzionaria del contributo offerto da Milton Erickson (1901-1980) alla storia della psicoterapia senza aver inteso in modo profondo il concetto di Utilizzazione sia nella sua natura epistemologica sia in quella più strettamente tecnica. In quest'ottica, che intercetta l'essenza di questo testo, l'Utilizzazione è prima di tutto il fondamento epistemologico essenziale dell'approccio ericksoniano, che nelle sue forme pratiche si declina come tecnica, ovvero come strumento al servizio di una pratica clinica viva, creativa e umanamente orientata alla singolarità di ciascun paziente.

Per una teoria dell'Utilizzazione

Il concetto di Utilizzazione dimostra come Erickson sia stato un precursore nell'intercettare i cambiamenti epistemologici, che attraversavano la filosofia e le scienze occidentali a partire dalla prima metà del XXI secolo facendosene interprete nel campo della psichiatria e della psicoterapia in modi affascinanti e pionieristici.

Qualora, infatti, si riducesse il principio di Utilizzazione a una tecnica o a un generatore formale di tecniche ipnotiche, ne deriverebbe un'analisi parziale e riduzionistica dell'ermeneutica ericksoniana nel campo delle psicoterapie contemporanee. Ciò non toglie che l'Utilizzazione si traduca in pratiche e tecniche descrivibili e analizzabili e che da esse, a loro volta, si possa risalire alla visione che le ispira. Ma, in buona sostanza, è necessario riconoscere che l'Utilizzazione incarna primariamente una visione (ovvero una teoria) il cui esito consiste in un cambio di versante interpretativo non solo delle risorse del soggetto ma anche dei concetti di relazione terapeutica e, in modo più radicale, di sintomo e di salute mentale.

Questo è, peraltro e senza dubbio, il principale motivo per il quale Erickson divenne oggetto di studio per Bateson e il suo team e più in generale fu il "punto di incontro" epistemologico non solo degli studiosi dell'ipnosi

clinica moderna, ma anche dei teorici sistemici, strategici e della linguistica cognitiva oltre che della PNL.

Tutti questi approcci condividono un sotto-testo fenomenologico-esistenziale che consiste nel riconoscere ogni paziente come portatore di risorse e significati che il terapeuta può utilizzare attivamente nel percorso terapeutico. In altre parole, ogni aspetto del comportamento e della comunicazione del paziente (postura, parole, metafore, persino resistenze) può diventare materia prima dell'intervento terapeutico.

Il principio dell'Utilizzazione implica che il terapeuta operi con creatività contingente, modellando ogni intervento sulle caratteristiche individuali del paziente. Del resto, come afferma Rossi (Erickson, 1980, p. 147), «l'Utilizzazione mette in risalto il fatto che ogni individuo possiede un proprio ventaglio di abilità e caratteristiche di personalità che devono essere esplorate per individuare quali modalità di funzionamento preferite possono essere evocate e utilizzate a fini terapeutici». Ciò implica che il terapeuta confidi autenticamente nelle capacità autoregolatrici e nelle risorse del soggetto.

Il principio di Utilizzazione di Erickson rompe la rigida separazione teoria/tecnica tipica delle scuole tradizionali. Storicamente radicato nella prassi ipnotica, esso si manifesta come un approccio pragmatico, fenomenologico e fortemente contestualizzato: il terapeuta agisce come un artigiano della relazione che trae spunto dall'individuo stesso e dal suo mondo di vita.

Epistemologia dell'Utilizzazione

Sebbene la nozione di Utilizzazione possa, non senza fondamento, essere letta come una strategia raffinata e distintiva dell'ipnosi clinica ericksoniana – fondata sulla trasformazione di ogni dato dell'esperienza del paziente in leva terapeutica – essa si configura, a un livello più profondo, come una vera e propria postura epistemologica, che orienta l'intero impianto teorico-pratico della psicoterapia secondo Erickson. Non si tratta solo di una tecnica efficace, ma di una filosofia dell'incontro clinico che sovverte l'idea di un sapere normativo e prescrittivo, proponendo invece un'arte relazionale situata, costruita nel tempo presente dell'interazione.

Milton Erickson (Erickson e Rossi, 1979), infatti, sottolineava come non fosse possibile indurre il cambiamento in un paziente, solo creando un contesto in cui permettergli di esplorare le sue possibilità di cambiamento. L'Utilizzazione, in questo senso, è la capacità del terapeuta di leggere i materiali, anche sintomatici, portati dal paziente non come ostacoli, ma come possibilità: ogni emozione, pensiero, comportamento, idiosincrasia, persino

ogni esitazione o fallimento, può diventare uno snodo generativo per la trasformazione.

Tale concezione si intreccia profondamente con l'epistemologia ecologica e sistemica di Gregory Bateson, che riconobbe in Erickson un pensatore "di campo", capace di operare nella rete di significati che emergono dall'interazione. Bateson (1972) sosteneva che "la mente è il *pattern* che connette", e l'Utilizzazione ericksoniana incarna esattamente questa sensibilità: ogni elemento del sistema terapeutico è interconnesso e può essere attivato, se letto con attenzione strategica e rispetto radicale per la soggettività. In questa logica, il terapeuta non "crea" qualcosa di nuovo, ma riconfigura creativamente ciò che già esiste, favorendo l'emersione di configurazioni più armoniche e funzionali all'interno del vissuto del paziente.

È in questa chiave che l'Utilizzazione rappresenta una svolta epistemologica nella storia della psicoterapia occidentale: non si lavora contro i sintomi, ma con essi; non si impongono modelli, ma si co-costruiscono significati. Ne consegue, quindi, come anche il sintomo più destabilizzante possa essere reinquadrato quale messaggio criptato, risorsa non ancora tradotta, contenitore di un potenziale latente.

Questo modo di procedere implica una raffinata attenzione ai micro-segnali e agli elementi contestuali: il tono della voce, la postura, una frase detta a metà, una pausa improvvisa, l'ambiente in cui avviene il colloquio; tutto è materiale trasformabile. È proprio nella dimensione ipnotica che questa attitudine trova la sua massima espressione: l'ipnoterapeuta ericksoniano non lavora con procedure rigide, ma con «la variabilità dei soggetti e l'individualità dei loro bisogni generali, le differenze nelle loro necessità in termini temporali e situazionali, l'unicità delle loro personalità e capacità» (Erickson, 2021, p. 320).

L'Utilizzazione, dunque, non è riducibile a una tecnica da applicare, ma si dispiega come un modo di vedere e di essere-con: un atteggiamento dia-logico che riconosce e valorizza il *Lebenswelt* del paziente, in sintonia con la fenomenologia husserliana, e che si fonda sull'arte di rispondere in modo sensibile a ciò che emerge, piuttosto che intervenire dall'esterno con soluzioni preordinate. È una pratica filosofica dell'immanenza, in cui il terapeuta diviene un catalizzatore di significati, non un costruttore di verità.

L'Utilizzazione nella pratica clinica ericksoniana parte dal presupposto che ogni elemento dell'esperienza, anche quelli negativi o in apparenza problematici, possa essere "usato" per evocare un cambiamento positivo. Questa molteplicità di rapporti fra significati, segni e simboli è in grado di far emergere livelli di consapevolezza e introspezione che vanno oltre la semplice fruizione. L'Utilizzazione rappresenta una delle più potenti forme di rispetto terapeutico: non si tratta di "aggiustare" il paziente, ma di scoprire,

insieme, come ogni frammento della sua esperienza possa diventare risorsa, innesco, simbolo trasformativo. E in questo, Erickson fu davvero un precursore, un radicale innovatore dell'arte di curare.

L'Utilizzazione nell'opera di Milton Erickson

L'orientamento all'Utilizzazione è presente nell'opera di Erickson a partire dagli anni Quaranta, a seguito di una prima fase maggiormente focalizzata sull'esplorazione della natura dell'ipnosi e sulla sua validazione scientifica della stessa. In un articolo del 1944 lo stesso scrive: «Nei seguenti esperimenti è stata utilizzata l'abilità dei soggetti ipnotici di agire nel pieno rispetto delle loro capacità naturali» (Erickson, 1983, p. 58). Nel 1948 in conclusione di un articolo sulla psicoterapia ipnotica ne sintetizza uno degli aspetti chiave, ovvero il modo «con cui le dinamiche e le forme dei disadattamenti del paziente possono essere utilizzate efficacemente per ottenere la terapia desiderata» (Erickson, 2021, p. 75).

Ma è negli anni Cinquanta-Sessanta che l'Utilizzazione si configura come elemento distintivo delle strategie ipnotiche di Erickson. In una raccolta dei suoi scritti (Erickson, 1980) si trovano titoli quali “Utilizing the patient's own personality and ideas: ‘Doing it his own way’” (1954) e “Therapeutic double bind utilizing the patient's rebellion” (1952), che attestano l'idea base di sfruttare la disposizione del paziente. Nella definizione di ipnotismo per l'*Enciclopedia Britannica* (1954a), Erickson sottolinea la necessità nel lavoro clinico di «utilizzare i modelli di risposta e le capacità proprie del soggetto, piuttosto che tentare di imporgli, attraverso la suggestione, la limitata comprensione dell'ipnotista di come e cosa il soggetto dovrebbe fare». Un articolo del 1952 sull'ipnosi profonda ci rende inoltre evidente quanto l'approccio di Erickson fosse originale per l'epoca e considerato “non ortodosso” da una parte della comunità scientifica dell'ipnosi:

Il comportamento presentato dal soggetto, qualunque sia, dovrà essere accettato e utilizzato per sviluppare un ulteriore comportamento responsivo. [...] Tale riconoscimento e tale concessione ai bisogni del soggetto, insieme all'utilizzazione del suo comportamento non costituiscono, come hanno affermato certi autori, “tecnica non ortodossa” basata sull’“intuizione clinica”; costituiscono invece un semplice riconoscimento di condizioni esistenti fondato sul pieno rispetto del soggetto come personalità viva (Erickson, 1982, p. 189).

Nelle pubblicazioni più tarde possiamo infine osservare come il concetto di Utilizzazione venga formalizzato: nel 1976 il volume *Hypnotic Realities* –

documento fondamentale del metodo – presenta l’*Utilization theory of hypnosis* come una delle grandi innovazioni dell’approccio ericksoniano. Anche il suo discepolo Jay Haley contribuì a diffondere queste idee: osservando Erickson al Mental Research Institute (MRI) di Palo Alto, Haley raccolse tecniche e principi che in seguito codificò nel celebre *Uncommon Therapy* (1973). In quegli anni, insieme al contributo di Bateson (concetti di contesto e comunicazione) e di altri membri della scuola di Palo Alto, si maturò un cambio di paradigma: passare da un modello autoritario e direttivo a un approccio cooperativo e non direttivo, nel quale il terapeuta accoglieva come dato di partenza l’esperienza soggettiva del paziente.

Utilizzazione e *tailoring*: a cena con Milton Erickson

Non è arduo affermare che la visione naturalistica sottesa al principio dell’Utilizzazione sia di matrice contestualista e pragmatico-costruttivista, dal momento che Erickson descrive come i processi inconsci rappresentino un bacino di risorse benigne in termini teleologici: lo stesso, infatti, concepiva la mente inconscia come formata da tutti gli apprendimenti di una vita capaci di contribuire alla risoluzione di sintomi e problemi. In questo senso, il terapeuta ericksoniano non impartisce verità assolute, ma configura un contesto che induca il paziente a far emergere spontaneamente le proprie soluzioni interne. L’esempio emblematico è la formula di Erickson (1980, p. 223): «Il compito del terapeuta non deve essere quello di fare accettare al paziente le sue convinzioni [...] Ciò che è necessario è lo sviluppo di una situazione terapeutica che permetta al paziente di usare il proprio pensiero, la propria comprensione, le proprie emozioni nel modo che meglio si adatti al suo schema di vita». In altre parole, ogni intervento deve allinearsi al quadro di riferimento del paziente, non viceversa.

In un dialogo del 1973 tra Erickson e Rossi sull’Utilizzazione (Erickson, 2022, p. 2), Erickson dice: «Troppi ipnoterapeuti ti portano fuori a cena e poi ti dicono cosa ordinare. Io porto il paziente a una cena psicoterapeutica e dico “Ordina per te”. Il paziente sceglie il cibo che vuole. Non è intralciato dalle mie istruzioni, che ostacolerebbero e confonderebbero i suoi processi interni».

Adottando questo modello, il terapeuta evoca la terapia piuttosto che indurre cambiamenti per via di suggestioni. Egli osserva il paziente con “mentalità di utilizzo”, ovvero costantemente pronto a impiegare ogni aspetto (linguaggio, comportamento, sintomo, resistenza, ambiente) come risorsa terapeutica. Si tratta evidentemente di un approccio intrinsecamente coo-

perativo: secondo Erickson, accettare e utilizzare persino l'opposizione del paziente è in fondo più produttivo che combatterla.

In ottica ericksoniana, ogni comportamento è potenzialmente significativo: come sottolineano i principi formali, "ogni comportamento ha valore se collocato nel giusto contesto e con un obiettivo adeguato". Di conseguenza appare evidente che: «È nella capacità del clinico di valutare e utilizzare l'unicità dei pazienti insieme alle esigenze della loro situazione di vita reale in continua evoluzione che spesso si ottengono i risultati ipnotici e terapeutici più sorprendenti» (Erickson, Rossi e Rossi, 1976, p. 20).

Infine possiamo osservare come il principio di Utilizzazione connoti in maniera determinante la terapia attivando processi cooperativi e processi di cura responsiva che partono dal coinvolgimento attivo del paziente e determinano scambi interattivi. Erickson (1976, p. 109), infatti, sottolinea come «qualsiasi utilizzazione conduce a un approfondimento della trance, ma tutte dovrebbero procedere come continuazione o estensione della procedura iniziale». Ulteriore elemento innovativo sotteso all'Utilizzazione è inoltre la necessità di ingaggiare la dimensione esperienziale, motoria ed emozionale del paziente, come Erickson descrive in questo passaggio di uno dei seminari didattici² (Part 3, min. 34.09): «Coinvolgete il vostro paziente nella terapia. Troppi terapeuti parlano al paziente. Troppi terapeuti danno spiegazioni al paziente. [...] Non è il terapeuta che fa la terapia, è il paziente».

Possiamo quindi osservare come la semantica dell'Utilizzazione sia connotata da questa punteggiatura delle interazioni, in un contesto di enfaticizzata sintonizzazione e sincronizzazione reciproca e questo la rende un'esperienza di per sé significativa e potenzialmente ristrutturante.

Dal processo alle tecniche

Nella pratica terapeutica ericksoniana, il principio dell'Utilizzazione si manifesta in forme concrete, originali e profondamente creative, capaci di ampliare la portata trasformativa dell'intervento stesso. Come osservano Loredio e Di Leone (2014), questo processo si articola almeno in due fasi fondamentali. La prima riguarda l'accettazione del comportamento del paziente, riconosciuto come un contributo significativo, portatore di valore. In questa prospettiva, anche ciò che a prima vista può apparire disfunzionale

² A Teaching Seminar with Milton Erickson Part 3 – Tailoring Experiential Education – Archivio dei video di Milton H. Erickson della Milton Erickson Foundation: <https://catalog.erickson-foundation.org>.

viene accolto come una risorsa potenziale. Tale atteggiamento richiede una particolare sensibilità da parte del terapeuta: la capacità di cogliere segnali sottili, di prestare attenzione empatica, e di entrare in risonanza con il mondo interno del paziente. La seconda fase consiste in un processo selettivo e co-costruttivo: il terapeuta individua, all'interno dell'ampio flusso di informazioni e comportamenti osservati, ciò che può essere trasformato in leva terapeutica. Insieme al paziente, si costruisce così un percorso di significazione condivisa, in cui le modalità stesse dell'Utilizzazione emergono in modo situato e relazionale. È in questa prospettiva che l'Utilizzazione rivela tutta la sua efficacia e potenzialità terapeutica: consente di co-creare nuovi significati, nuove narrazioni, e di riconfigurare in chiave evolutiva anche quei comportamenti che, in una lettura tradizionale, verrebbero etichettati come "resistenti" o "non responsivi".

Nata inizialmente per affrontare situazioni di impasse terapeutica, l'Utilizzazione si è rivelata uno strumento estremamente efficace nel favorire la responsività in ogni tipo di paziente (Lankton, 2020). Erickson stesso ne evidenzia l'originalità: queste tecniche non presuppongono la cooperazione del paziente come condizione preliminare, ma piuttosto la generano, innescando "una serie di scambi cooperativi" (Short, 2019). La letteratura ericksoniana documenta una vasta gamma di tecniche che si fondano sull'utilizzazione di comportamenti esterni, stati interni, esperienze e passioni del paziente. Il valore di queste tecniche risiede non solo nella loro efficacia, ma anche nella loro capacità di rispettare l'unicità di ogni individuo, come testimoniano numerosi casi clinici. Già nel 1943, Erickson sottolineava l'importanza di adattare l'intervento alle opportunità offerte dal paziente stesso, evitando ogni rigidità operativa: «Qualsiasi utilizzazione deve rispettare le opportunità e le occasioni presentate dal paziente e non rappresentare una procedura pianificata e stabilita fuori dal contesto in cui si sviluppano i bisogni del paziente» (Erickson, 1983, p. 339). Particolarmente suggestiva è la possibilità di utilizzare i sintomi come porta d'ingresso nel mondo relazionale del paziente, soprattutto quando il sintomo costituisce il linguaggio principale – quando non l'unico – attraverso cui il soggetto riesce a comunicare. Erickson (1954b; 1965) descrive come l'utilizzazione possa comportare la trasformazione, la sostituzione o la modifica dei sintomi stessi, attribuendo un ruolo centrale alle esperienze emotive che vi sono associate.

In questa cornice, assumono rilievo anche le tecniche indirette, come il racconto di storie, metafore o aneddoti. Un esempio emblematico è il caso di *Joe The Florist* (Erickson, 1966), dove l'intervento terapeutico prende forma a partire dalla passione del paziente per la floricultura e si intreccia con le esperienze dello stesso terapeuta, cresciuto in una fattoria. Proprio

nell'introduzione a questo caso, Erickson presenta la tecnica della “disseminazione”, considerata uno dei suoi contributi più innovativi. Qui egli ridimensiona l'importanza delle tecniche in sé, definendole semplicemente “un mezzo verso un fine” o, in termini contemporanei, come modalità atte a favorire l'emergere di cambiamenti desiderati all'interno della complessità del sistema terapeuta-paziente (Loriedo, 2021).

L'Utilizzazione, quindi, non è una tecnica rigida, ma un atteggiamento, un'arte clinica fondata sull'apertura e sul rispetto della realtà soggettiva del paziente. Come osserva Carnevale (2021, p. 77) nel *Trattato di ipnosi*, l'approccio ericksoniano non è «tanto centrato sull'induzione della trance quanto sul facilitare lo sviluppo di quei processi naturali e sulla loro utilizzazione». In questo senso, ogni elemento presente nel setting – comportamenti, oggetti, linguaggio, emozioni – può diventare parte della strategia terapeutica, a patto che venga riconosciuto e validato come risorsa, in un contesto di relazione autentica e coinvolta.

L'Utilizzazione come pratica terapeutica: tra neuroscienze relazionali e teoria della mentalizzazione

L'Utilizzazione si propone come un concetto innovativo nella dinamica intersoggettiva dell'ipnosi, che ne introduce il potere trasformativo in quanto processo co-generato piuttosto che causato da un individuo a un altro. Loriedo e Di Leone (2014) sottolineano come questo sia fondato su *interrelazioni* e *interdipendenze* del comportamento, ovvero sull'insieme degli scambi che avvengono in terapia e sui processi di causalità circolare che si determinano. Questa visione è ulteriormente enfatizzata dalle recenti pubblicazioni di Zeig e Tanev (2023) e Lankton (2025) che valorizzano il ruolo dei processi evocativi e ri-associativi nel promuovere un'incrementata plasticità o capacità di adattamento da parte del soggetto.

L'Utilizzazione, inoltre, si integra con alcune delle prospettive più moderne della psicologia clinica. Il *p-factor*, per esempio, è un costrutto che evidenzia una vulnerabilità psicopatologica trasversale a disturbi diversi, invitando a superare le classificazioni rigide e a considerare la sofferenza mentale come espressione di fragilità comune (Caspi *et al.*, 2024). In questo scenario, l'Utilizzazione si rivela uno strumento adattivo e funzionale, atto a promuovere una peculiare responsabilità terapeutica e in grado di trasformare ogni sintomo in via d'accesso verso l'esperienza soggettiva del paziente.

Al centro del processo terapeutico, il *rapport* crea uno spazio sicuro e contenitivo, essenziale per ristabilire o sviluppare l'*epistemic trust* – ovvero

la capacità del paziente di accettare la relazione terapeutica con l'ipnotista come fonte credibile di comprensione di sé e del mondo (Fonagy e Allison, 2023). In questo senso l'isomorfismo tra tecnica e processo promosso dall'Utilizzazione incarna una rinnovata esperienza di congruenza, sintonizzazione e continuità esperienziale. Ed è proprio questa fiducia che rende possibile un apprendimento trasformativo, poiché il paziente non deve convincersi, ma può scoprire insieme al terapeuta nuovi modi di vedere e sentirsi. La risonanza empatica, veicolata anche dai neuroni specchio, sostiene la connessione non verbale tra terapeuta e paziente e alimenta i processi di mentalizzazione, ovvero la riflessione condivisa sui propri stati mentali (Fonagy, Campbell e Luyten, 2023).

Quando il terapeuta sintonizza la sua attenzione sul mondo interno del paziente, anche le resistenze e i silenzi diventano seme di nuove narrazioni co-costruite, anziché ostacoli da superare. In questa cornice, ogni elemento del setting – verbale e non verbale – può essere impiegato per promuovere una trasformazione autentica, capace di affrontare la complessità delle manifestazioni psicopatologiche, al di là dei vari inquadramenti nosografici e delle diverse teorie che li implicano.

L'Utilizzazione rappresenta dunque una svolta rispetto agli approcci terapeutici tradizionali: non si tratta di applicare teorie precostituite, ma di creare le condizioni perché il paziente possa attivare, attraverso ciò che già possiede, un processo trasformativo autentico. È un principio oggi sempre più condiviso anche dalla letteratura contemporanea relativa alla terapia centrata sulla persona e alla teoria del cambiamento del cliente che promuove una rilettura delle vulnerabilità del soggetto quali opportunità evolutive nel contesto relazionale della terapia. È una filosofia terapeutica profondamente pragmatica: da un lato, valorizza la capacità del soggetto di evolvere; dall'altro, sollecita il terapeuta a rimanere sempre pronto a cogliere e integrare ogni possibilità che emerga nel qui-e-ora della seduta.

L'Utilizzazione, dunque, non è semplicemente un insieme di tecniche, ma una visione terapeutica fondata sulla fiducia nelle risorse del paziente e sulla possibilità di riattivarle in modo nuovo, più coerente e adattivo.

Bibliografia

- Bateson G. (1972), *Steps to an Ecology of Mind*, Jason Aronson Inc., Lanham.
- Carnevale F. (2021), "Fenomeni dell'ipnosi profonda", in G. De Benedittis, C. Loriedo, C. Mammini, N. Rago (a cura di), *Trattato di ipnosi. Dai fondamenti teorici alla pratica clinica*, FrancoAngeli, Milano.

- Caspi A., Houts R.M., Fisher H.L., Danese A., Moffitt T.E. (2024), "The general factor of psychopathology (p): Choosing among competing models and interpreting p", *Clinical Psychological Science*, 12, 1, pp. 53-82.
- Del Castello E., Lorioed C. (a cura di) (1995), *Tecniche dirette e indirette in ipnosi e psicoterapia ericksoniana*, FrancoAngeli, Milano.
- Erickson M.H. (1943), "Hypnotic Investigation of Psychosomatic Phenomena: A Controlled Experimental Use of Hypnotic Regression in the Therapy of an Acquired Food Intolerance", *Psychosomatic Medicine*, Jan., 5, pp. 67-70.
- Erickson M.H. (1944), "An Experimental Investigation of the Hypnotic Subject's Apparent Ability to Become Unaware of Stimuli", *Journal of General Psychology*, 31, pp. 191-212.
- Erickson M.H. (1948), "Hypnotic Psychotherapy", *Medical Clinics of North America*, May, 32, pp. 571-83.
- Erickson M.H. (1952), "Deep Hypnosis and Its Induction", in L.M. LeCron (ed.), *Experimental Hypnosis*, Macmillan, New York, pp. 70-114.
- Erickson M.H. (1954a), *Hypnotism, reprinted with permission from Encyclopaedia Britannica*, Encyclopaedia Britannica Inc., Chicago, 14th ed.
- Erickson M.H. (1954b), "Special Techniques of Brief Hypnotherapy", *Journal of Clinical and Experimental Hypnosis*, 2, pp. 109-129.
- Erickson M.H. (1959), "Further techniques of hypnosis: Utilization techniques", *American Journal of Clinical Hypnosis*, 2, pp. 3-21.
- Erickson M.H. (1965), "Use of Symptoms as an Integral Part of Hypnotherapy", *The American Journal of Clinical Hypnosis*, July, 8, pp. 57-65.
- Erickson M.H. (1966), "The interspersal hypnotic technique for symptom correction and pain control", *American Journal of Clinical Hypnosis*, 3, pp. 198-209.
- Erickson M.H. (ed. by E.L. Rossi) (1980), *Collected papers of Milton H. Erickson on hypnosis. Innovative Hypnotherapy*, vol. 4: 1931-1977, Irvington, New York.
- Erickson M.H. (a cura di E.L. Rossi) (1982), *Opere*, vol. I: *La natura dell'ipnosi e della suggestione*, Astrolabio, Roma.
- Erickson M.H. (a cura di E.L. Rossi) (1983), *Opere*, vol. II: *L'alterazione ipnotica dei processi sensoriali, percettivi, e psicofisiologici*, Astrolabio, Roma.
- Erickson M.H. (ed. by E.L. Rossi, R. Erickson-Klein, K.L. Rossi) (2021), *The Collected Paper of Milton H. Erickson*, vol. 2 : *Basic Hypnotic Induction and Suggestion*, digital edition.
- Erickson M.H. (ed. by E.L. Rossi, R. Erickson-Klein, K.L. Rossi) (2022), *The Collected Paper of Milton H. Erickson*, vol. 3: *Opening the Mind*, digital edition.
- Erickson M.H., Rossi E. (1979), *Hypnotherapy: An Exploratory Casebook*, Irvington, New York..
- Erickson M.H., Rossi E.L., Rossi S.I. (1976), *Hypnotic Realities. The Induction of Clinical Hypnosis and Forms of Indirect Suggestion*, Irvington, New York.
- Erickson-Klein R., Short D. (2024), "The contributions of Milton Erickson to modern clinical hypnosis", in J.H. Linden, G. De Benedittis, L.I. Sugarman, K. Varga (2024), *The Routledge International Handbook of Clinical Hypnosis*, Routledge Taylor & Francis Group, New York.

- Fonagy P., Allison E. (2023), "Beyond Mentalizing: Epistemic Trust and the Transmission of Culture", *The Psychoanalytic Quarterly*, 92, 4, pp. 599-640.
- Fonagy P., Campbell C., Luyten P. (2023), "Attachment, Mentalizing and Trauma: Then (1992) and Now (2022)", *Brain Sciences*, 13, 459, <https://doi.org/10.3390/brainsci13030459>.
- Lankton S.R. (2004), *Assembling Ericksonian Therapy: The Collected Papers of Stephen Lankton*, Tucker & Theisen Inc., Zeig.
- Lankton S.R. (2020), "What Milton Erickson said about being ericksonian", *American Journal of Clinical Hypnosis*, 63, 1, pp. 4-13.
- Lankton S.R. (2025), "Editorial", *American Journal of Clinical Hypnosis*, 67, 2, pp. 91-96.
- Loriedo C. (2001), "The New Hypnosis in the Old Hypnosis: Memories of the future", in C. Loriedo, B. Peter (eds.), *The New Hypnosis. The Utilization of Personal Resources in Ericksonian Practice and Training*, *Hypnosis International Monographs*, 5, pp. 79-89.
- Loriedo C. (2021), "Prefazione. I quanti, la conoscenza peninsulare e la profezia di Ludwig", in G. De Benedittis, *Il magico incontro. Dalla fisica quantistica all'ipnosi quantica: una prospettiva innovativa*, edizione digitale.
- Loriedo C., Di Leone F. (2014), "L'approccio naturalistico. Come realizzare la pratica ipnotica nel rispetto del soggetto, dei suoi contesti e dei suoi modelli di relazione", in C. Mammini, R. Balugani (a cura di), *La terapia naturalistica di Milton Erickson. L'uso dell'ipnosi nel rispetto del soggetto, dei suoi contesti e dei suoi modelli di relazione*, FrancoAngeli, Milano.
- O'Hanlon B. (2021), "Foreword", in E.L. Rossi, R. Erickson-Klein, K.L. Rossi (2021), *The Collected Paper of Milton H. Erickson*, vol. 2: *Basic Hypnotic Induction and Suggestion*, digital edition.
- Short D. (2019), *Principles and Core Competencies of Ericksonian Therapy: The Revised 2019 Research and Teaching Manual for Ericksonian Therapy*, published online.
- Varga K. (2021), "Possible Mechanisms of Hypnosis from an Interactional Perspective", *Brain Science*, 11, 903, <https://doi.org/10.3390/brainsci11070903>.
- Zeig J.K., Tanev K.S. (2019), "Evocative Communication and Hypnosis", *Sleep and Hypnosis*, Dec., 21, 4, pp. 371-380.
- Zeig J.K., Tanev K.S. (2023), "Advancing hypnotic inductions: An Ericksonian perspective", *European Journal of Psychotherapy & Counselling*, pp. 457-472.
- Zeig J.K. (2014), *The Induction of Hypnosis. An Ericksonian Elicitation Approach*, The Milton Erickson Foundation Press, Phoenix.

Prima parte

L'Utilizzazione nella psicoterapia ipnotica

Capire e utilizzare l'errore nella terapia ipnotica ericksoniana

di Camillo Loriedo*

Un punto debole non più trascurabile

Devo ammettere che trovo particolare difficoltà ad affrontare il tema dell'errore nel contesto di questo volume dedicato all'Utilizzazione nell'ipnosi ericksoniana. Le ragioni di questa difficoltà non sono legate alla paura di sbagliare o al fatto che ammettere di aver sbagliato o di continuare a sbagliare è doloroso. Al contrario, la mia difficoltà consiste nel fatto che, nell'ambito della terapia naturalistica ericksoniana, quello dell'errore è un tema poco considerato, anzi probabilmente per nulla considerato.

I motori di ricerca come Pub-Med e Psych Info, da me consultati, alla richiesta di articoli che trattino “mistakes or errors or failure or failures and ericksonian psychotherapy”, mi hanno restituito soltanto due pubblicazioni, entrambe sulle applicazioni dell'ipnoterapia ericksoniana in nefrologia. Con mia sorpresa ho scoperto che non trattavano di errori terapeutici, ma di terapia della *renal failure* (insufficienza renale). Il totale, rispetto all'errore del terapeuta (e non del rene), ammontava quindi a zero articoli dedicati a errori in terapia ericksoniana. A questo punto si potrebbe pensare che in realtà il problema sia più esteso e che non riguardi la sola terapia ericksoniana e i suoi rapporti con gli errori e i fallimenti, ma che riguardi invece il rapporto di errori e fallimenti di tutte le forme di psicoterapia in genere.

Per verificare questa ipotesi ho chiesto ai motori di ricerca se esistessero pubblicazioni scientifiche che riferivano del rapporto tra psicoterapia/e ed errori/fallimenti. Così ho potuto scoprire che, togliendo semplicemente l'aggettivo *ericksoniana* che accompagnava i sostantivi *terapia* o *psicoterapia* si possono contare ben 17.015 diverse pubblicazioni sull'argomento.

* Medico, psichiatra, past president dell'International Society of Hypnosis, Presidente della Società Italiana di Ipnosi, direttore della Scuola di Ipnosi e Psicoterapia Ericksoniana (SIIPE).

Non contento e non del tutto convinto del risultato, ho consultato l'indice analitico delle opere di Erickson (Erickson e Rossi, 1980) e anche qui ho dovuto prendere atto che i termini *errore* e *fallimento* non comparivano in nessuno dei quattro volumi.

In conclusione, questi risultati spiegano perché, nella stesura di questo capitolo, non potrò riferirmi alla letteratura corrente sull'argomento, ma soprattutto indicano che siamo costretti ad ammettere che ci troviamo di fronte a un inquietante punto debole (per non dire errore) dell'ipnoterapia ericksoniana.

Le premesse ericksoniane dell'errore

La conclusione di questa sommaria indagine bibliografica non è ovviamente che i terapeuti ericksoniani non commettano mai errori, ma piuttosto che finora la letteratura e l'attenzione teorico-clinica nei confronti dell'errore abbia ricevuto scarsa considerazione all'interno di questa prospettiva.

Il motivo per cui avverto particolarmente il peso di una simile mancanza è soprattutto perché credo fortemente che una visione che consideri l'importanza del ruolo dell'errore e della sua utilizzazione nella pratica clinica siano perfettamente compatibili, e direi addirittura coerenti con i principi fondamentali della prospettiva ericksoniana. Per esempio, se riteniamo che l'*osservazione attenta e accurata* sia uno dei fondamenti più importanti su cui poggia la prospettiva ericksoniana, come possiamo ritenerla davvero attenta e accurata, se non è in grado di rilevare la presenza dell'errore?

Analogamente l'individuazione delle *minimal cues*, gli indicatori minimi, i piccoli particolari, e soprattutto quelli in cui spesso si nascondono gli errori, perderebbero di senso e non potrebbero più essere utilizzati se non ci consentissero di distinguere un buon risultato da un errore.

Al contrario, un'osservazione davvero attenta e l'individuazione delle *minimal cues* che permettono di distinguere correttamente gli sbagli commessi, sono da considerare premesse indispensabili per consentire al terapeuta di utilizzare in senso terapeutico gli errori volontariamente o involontariamente commessi.

La tecnica usata molto spesso da Erickson (Erickson, Rossi e Rossi, 1979), dedicata agli *apprendimenti precoci* (*early learning set*), è una procedura complessa con cui si suggerisce al soggetto di valutare le difficoltà che lo attendono nel futuro, sulla base delle tante esperienze infantili di apprendimento che sono stati acquisiti in un'età in cui poteva sembrare impossibile riuscire a superarle. Apparentemente un brillante strumento tecnico per ridimensionare le difficoltà e i fallimenti del presente sulla base di esperienze di

successo già vissute. Sebbene non dichiarata (tanto da non essere menzionata come tale nell'indice analitico del volume in cui è stata presentata) a ben guardare, questa tecnica è palesemente una modalità per fare acquisire e per utilizzare il valore dell'apprendimento che si è sviluppato tramite l'errore.

Di questo sembra rendersi conto molto bene Ernest Rossi, quando descrive come Erickson abbia acquisito una grandissima abilità nello sviluppo di efficaci tecniche ipnotiche, e in particolare l'uso della catalessia:

Per il principiante è molto facile sentirsi sopraffatto da alcune delle descrizioni di Erickson delle sue induzioni incredibilmente abili basate sulla catalessia. Tuttavia, è bene tenere conto del fatto che queste abilità sono state sviluppate solo gradualmente nel corso dei decenni della vita di Erickson, dopo molti dolorosi tentativi ed errori (Erickson e Rossi, 1981, p. 56).

Spesso dimentichiamo che l'errore è un'inesauribile e, probabilmente, la più comune fonte di apprendimento. Nel suo storico discorso del 2009 agli studenti americani Barak Obama, sembra voler ricordare, a chi si propone di apprendere, proprio questo principio, quando ammonisce: «Non puoi lasciare che i tuoi errori ti definiscano. Devi consentire ai tuoi errori di esserti di insegnamento».

D'altra parte, come potrebbe il terapeuta ericksoniano *calibrare* e modificare i propri interventi (il cosiddetto processo stocastico), se non utilizzando le correzioni che vengono richieste dagli errori grandi e piccoli che derivano dagli interventi precedenti.

Infine, il principio di maggiore rilievo della prospettiva ericksoniana, quello dell'*Utilizzazione*, a cui questo volume è dedicato, sembra quasi sia fatto apposta per dare un senso utile all'errore. Il principio di Utilizzazione comprende in sé anche tutte le precedenti motivazioni. Infatti, l'errore può essere utilizzato come *esperienza precoce di superamento di difficoltà* apparentemente insormontabili, è un'*importantissima fonte di apprendimento* ed è uno *strumento ideale per calibrare e personalizzare gli interventi terapeutici*.

La possibilità di analizzare e adoperare l'errore ricorrendo alla lente dell'Utilizzazione, consente anche di cambiarne la connotazione più comune, quella di pecca o violazione indelebile che segna in maniera definitiva come inadeguato chi lo commette.

Il valore dell'errore

Questa connotazione comune si riconosce anche nella grande maggioranza delle definizioni che ne vengono date. Per esempio, citiamo qui quella del *Vocabolario Treccani* (2024): «Si chiama errore il fatto di allontanarsi, col pensiero o con l'azione, dal bene, dal vero o da ciò che conviene».

Definizioni del genere non aiutano certo a trovare, e forse neanche a ipotizzare, il ruolo importante che gli errori possono svolgere nello sviluppo delle nostre conoscenze.

Basta considerare che Galileo Galilei, il cui pensiero non era allineato con le concezioni scientifiche del suo tempo, sarebbe stato (ed è stato) considerato in errore secondo definizioni di questo tipo. Ora sappiamo che a essere in errore era effettivamente la scienza dell'epoca e che è proprio a Galileo che dobbiamo riconoscere il merito di aver consegnato alla scienza la capacità di riconoscere gli errori e di correggerli.

Come ha osservato Karl Popper:

Se non osiamo affrontare problemi che sono così difficili da rendere l'errore quasi inevitabile, non vi sarà allora sviluppo della conoscenza. In effetti, è dalle nostre teorie più ardite, incluse quelle che sono erranee, che noi impariamo di più. Nessuno può evitare di fare errori; la cosa grande è imparare da essi (1975, p. 242).

Quanto è stato detto a proposito degli errori da alcune importanti figure che ne hanno riconosciuto l'importanza dai loro differenti punti di vista può aiutarci a comprendere il valore dell'errore nell'ampliare in varie aree le conoscenze umane.

Eccone alcuni esempi.

- *il valore della libertà*: «La libertà non vale la pena di essere vissuta se non include la libertà di commettere errori» (Mahatma Gandhi);
- *il valore dell'esperienza*: «Una buona valutazione è il risultato dell'esperienza e l'esperienza è il risultato di una serie di valutazioni sbagliate» (Rita Mae Brown, scrittrice femminista americana);
- *il valore del successo*: «Il successo è la capacità di passare da un fallimento all'altro senza perdere l'entusiasmo» (Winston Churchill);
- *il valore del coraggio*: «Devi avere abbastanza coraggio per commettere errori. La delusione, la sconfitta e la disperazione sono gli strumenti che Dio usa per mostrarci la via» (Paulo Coelho, *Brida*);
- *il valore dell'innovazione*: «Chi non ha mai commesso un errore non ha mai tentato di fare nulla di nuovo» (Albert Einstein);
- *il valore della correzione*: «Commettere un errore e non correggersi: ecco il vero errore» (Confucio).

Si tratta solo di esempi, che certo non esauriscono né i valori, né i punti di vista, al contrario basta ricercare tra gli aforismi dedicati all'errore per trovare un gran numero di citazioni che ne valorizzano l'importanza.

Ancora più incisive sono alcune esperienze che dimostrano nei fatti il valore dell'errore nel cambiare in piccolo o in grande la vita sul pianeta.

Possiamo iniziare da Cristoforo Colombo che partì con un'idea sbagliata, con delle carte sbagliate e con delle aspettative sbagliate, quindi con tutti i possibili ingredienti di un errore grandioso. Quello che deve farci riflettere è la conclusione a cui sono giunti gli storici che hanno considerato tutte le possibili variabili. In pratica, se Colombo avesse avuto davvero conoscenze adeguate e informazioni corrette, non sarebbe mai partito, perché quella che lo separava dal suo obiettivo era all'epoca una distanza considerata siderale, non possibile da colmare sulla base dei mezzi e delle risorse disponibili. Sulla base delle conoscenze che si avevano in quel tempo l'aspettativa da tutti condivisa (ma che i fatti hanno poi dimostrato erronea) nei confronti del viaggio di Colombo sarebbe stata quella di un gravissimo disastro, un completo fallimento.

Come è noto, la scoperta della penicillina è stata il frutto di un errore, un errore davvero banale dovuto al posizionamento troppo ravvicinato sullo stesso tavolo di un barattolino di muffa e di una coltura batterica. Un movimento maldestro fa cadere poche gocce contenenti la muffa sulla coltura batterica e, nel giro di poche ore, Alexander Fleming scopre che in realtà i germi che si stavano moltiplicando nella coltura vengono distrutti dalla muffa. Un errore, una sostanza considerata dannosa che non doveva trovarsi in quel punto, un incidente che non doveva avvenire, fanno nell'insieme l'errore perfetto che consegnerà al mondo il primo antibiotico e l'inizio della possibilità di cura delle più gravi malattie infettive, riuscendo a salvare la vita di milioni di persone.

Un'altra scoperta importante, anche se forse meno conosciuta, che nasce da un errore fortuito è quella dei raggi X. La scoperta fu fatta dal fisico tedesco Wilhelm Conrad Röntgen che, mentre stava studiando le onde elettromagnetiche e i raggi catodici, frappose inavvertitamente la sua mano posizionata per errore tra il generatore dei raggi da lui stesso costruito e il muro, e si accorse del tutto casualmente di riuscire a vedere l'ombra delle sue ossa proiettata sul muro. Non sapendo come definirla, pensò a una radiazione che chiamò X e chiese alla moglie di mettere la mano per 15 minuti fra il generatore e una lastra fotografica creando la prima radiografia della storia, come fosse un'opera d'arte, prese poi il nome di "mano con anello".

Simon Campbell e David Roberts stavano lavorando a un farmaco per ridurre l'ipertensione, ma durante i test effettuati per valutarne l'efficacia

scoprirono che l'effetto sperato era molto scadente. Quando stavano per chiudere e considerarlo una ricerca fallita, diversi pazienti trattati segnalavano che durante il trattamento avevano avuto erezioni impreviste e durature. Ancora una volta un errore di valutazione aveva fatto conoscere gli imprevisti effetti del Viagra.

Si tratta di esempi tratti da grandi scoperte rese possibili dall'errore, ma il numero di scoperte meno nobili, ma non di meno sorprendenti, legate a sbagli che hanno dato luogo a inattese conseguenze positive è praticamente infinito. Per averne un'idea, ne riporto qui qualche esempio in breve, per ribadire il valore dell'errore sia nell'esperienza quotidiana che in quella terapeutica.

Il tentativo di costruire una buona colla per la propria ditta conduce alla preparazione di un prodotto dotato di capacità adesive del tutto insufficienti, tanto che quello che si tentava di incollare si staccava con grande facilità. A poche ore dal possibile licenziamento, nasce l'idea rivoluzionaria di cambiarne la destinazione trasformando quella colla che non attacca nel segreto del post-it, un successo commerciale planetario.

L'invenzione dello spray che dovrebbe essere un potentissimo impermeabilizzante, usato su tanti prodotti per preservarli dalla pioggia o dall'umidità, nasce invece da una fortissima colla che serviva a incollare i motori del jet, caduta per errore su un paio di scarpe rendendole inattaccabili a qualsiasi liquido.

Un dispetto a un cliente sgradevole e troppo esigente da parte di un cuoco che pensa di servire, invece delle richieste patate fritte, delle patate sottili, piene di sale e croccanti al punto da non poter essere mangiate con la forchetta, produrrà, inaspettatamente il gradimento del cliente e diventerà di lì a poco uno dei prodotti alimentari di più largo consumo.

Si potrebbe andare avanti a lungo per descrivere circostanze simili, ma una volta acquisito il concetto per cui senza l'errore non si sarebbero ottenuti cambiamenti di piccola e grande importanza per il genere umano, così come scoprire e rendere utilizzabili nuove conoscenze, è ora necessario vederne le possibili applicazioni nella psicoterapia e nella prospettiva ericksoniana.

L'errore in psicoterapia

Gli esempi precedenti ci indicano che l'errore può essere trasformato in un vantaggio. Ma questo concetto può essere applicato anche alla psicoterapia?