

FrancoAngeli

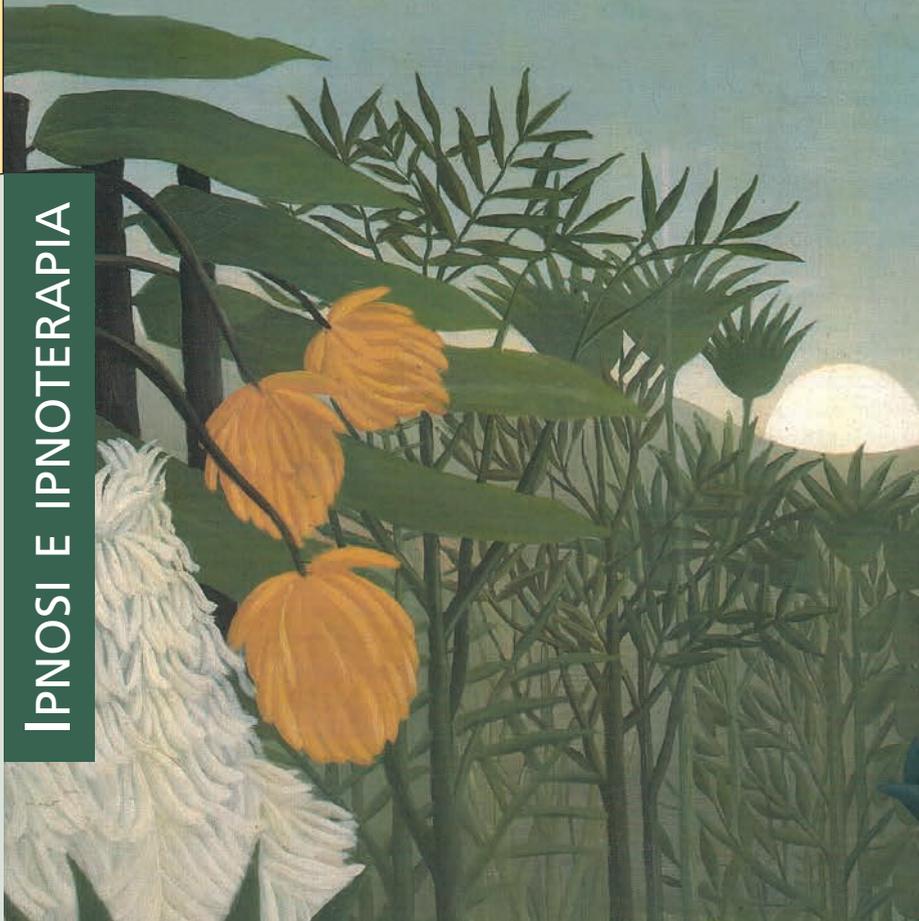
Collana diretta da Camillo Loriedo

IPNOSI E IPNOTERAPIA

La terapia naturalistica di Milton Erickson

L'uso dell'ipnosi nel rispetto
del soggetto, dei suoi contesti
e dei suoi modelli di relazione

A cura di *Claudio Mammini*
e *Renzo Balugani*



Informazioni per il lettore

Questo file PDF è una versione gratuita di sole 20 pagine ed è leggibile con



La versione completa dell'e-book (a pagamento) è leggibile con Adobe Digital Editions. Per tutte le informazioni sulle condizioni dei nostri e-book (con quali dispositivi leggerli e quali funzioni sono consentite) consulta [cliccando qui](#) le nostre F.A.Q.



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, Rolando Weilbacher, Johan Vanderlinden, Jeffrey K. Zeig.

I titoli della collana sono sottoposti a referaggio

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 e 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.

La terapia naturalistica di Milton Erickson

L'uso dell'ipnosi nel rispetto
del soggetto, dei suoi contesti
e dei suoi modelli di relazione

A cura di *Claudio Mammini*
e *Renzo Balugani*

FrancoAngeli

IPNOSI E IPNOTERAPIA

Il copertina: J gptkTqwugcw."K/r c/wq'f grhgqpg."3; 29

Copyright © 2016 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.

Indice

Prefazione dei curatori <i>di Claudio Mammini e Renzo Balugani</i>	Pag.	7
1. L'approccio naturalistico. Come realizzare la pratica ipnotica nel rispetto del soggetto, dei suoi contesti e dei suoi modelli di relazione <i>di Camillo Loriedo e Flavio Di Leone</i>	»	11
2. Verso un modello per l'ipnosi. Case report: terapia ipnotica di soggetto con impotenza erettile cronica <i>di Claudio Mammini</i>	»	29
3. La natura dello spazio <i>di Renzo Balugani</i>	»	53
4. Etica, tempo, memoria <i>di Fabio Carnevale</i>	»	73
5. Dormire. L'ipnosi ericksoniana e gli insonni (di tutte le generazioni) <i>di Brigitte Stubner</i>	»	93

6. Anche i “grandi” possono giocare: l’utilizzazione dell’ipnosi naturalistica nei gruppi esperienziali per genitori <i>di Antonella Bianchi di Castelbianco, Raffaella Fornaciari e Nadia Punzo</i>	Pag.	107
7. Approccio naturalistico per perdonarsi <i>di Consuelo Casula</i>	»	121
8. Il volo del padre. Accesso e ristrutturazione in ipnosi <i>di Vincenzo Langellotti</i>	»	133
9. L’approccio naturalistico. Dall’ipnosi al Disturbo Ossessivo Compulsivo: l’Ipnosi Sistemica <i>di Wilma Trasarti Sponti e Anna Maria Rapone</i>	»	147
Gli autori	»	165

Prefazione dei curatori

Chiunque si avvicini all'opera di Erickson non può restare indifferente all'approccio epistemologico che già negli anni '50 poneva l'Autore in una posizione di grande vantaggio culturale su orientamenti ancora lontani da venire. Un umanesimo essenziale animava la sua visione del paziente, mentre un pragmatismo tutto americano informava le sue mosse terapeutiche. I principi che seppe proporre, come il naturalismo, l'utilizzazione e il sinergismo, possono essere rilette come i germi di quella che solo diversi decenni più tardi si sarebbe distinta come psicologia positiva. Questi ingredienti costituivano organicamente sia il suo uso dell'ipnosi che l'approccio ai problemi di individui, coppie e famiglie, di cui troviamo tracce ovunque – nei resoconti sperimentali, nei casi clinici che trattava e nei numerosi saggi sul suo “modo di fare ipnosi” che sono stati prodotti nel corso degli anni.

Di questo approccio, che data già più di mezzo secolo, beneficia ancora oggi. Del naturalismo in particolare molto si è detto e molto si è scritto: a nostra conoscenza, nondimeno, mancava un compendio che ne enucleasse l'importanza e la portata nei contesti di intervento dove trova più felice e proficua applicazione. Questo volume si candida, allora, a colmare questo vuoto: offrendo un'ampia panoramica in cui la trattazione storico-critica è accompagnata da diversi esempi concreti, si prefigge di fornire al professionista della salute suggerimento e ispirazione, arricchendone la riflessione e lo strumentario clinico.

Milton Erickson è stato indiscutibilmente il più grande innovatore dell'ipnosi nella cosiddetta epoca della modernità: fin dalle sue prime

ricerche ha messo in evidenza che i fenomeni ipnotici costituiscono un aspetto assolutamente normale e auto-evidente della vita quotidiana. La principale conclusione cui pervenne, alla base dell'approccio naturalistico, è che l'ipnotista può essere considerato quasi influente nel determinare i risultati ipnotici:

“Quali saranno i fenomeni ipnotici manifestati lo determina ciò che il soggetto comprende e ciò che il soggetto fa, non i desideri dell'operatore”¹.

Questa rivoluzionaria conclusione può anche spiegare perché egli non abbia mai voluto organizzare le sue intuizioni in un rigido paradigma terapeutico. Amava pensare che l'essere umano è unico nella sua storia, e che per questo anche la sua terapia debba essere unica.

Nella migliore tradizione ericksoniana, dunque, all'organicità della trattazione è stata preferita la varietà dei contributi. Gli Autori hanno approfondito ora questo ora quel tema, facendo del naturalismo un modello per affrontare questioni cliniche, teoriche e tecniche: per questa ragione, ogni capitolo è corredato da un caso clinico che esemplifica il tema, offrendone una prospettiva applicativa pratica dotata di significatività didattica.

Il percorso che suggeriamo inizia con il ricco capitolo di Loredano e Di Leone, che introduce ad un'analisi storica e critica del concetto di naturalismo: si avvale, oltre che di estratti teorici di Erickson e di suoi casi clinici particolarmente rappresentativi, di materiale clinico di prima mano.

Mammì tratta la questione del modello dell'ipnosi naturalistica alla luce delle più attuali evidenze empirico-sperimentali.

Balugani illustra il concetto di spazio inteso come dimensione dell'esperienza umana strutturante la mente e la cognizione, da cui è possibile trarre spunti pratici nell'azione terapeutica.

Carnevale affronta due aspetti della filosofia naturalistica, l'etica e la memoria, delineandone sovrapposizioni ed interazioni con la dimensione del tempo e la processualità terapeutica.

Il capitolo di Stubner si focalizza sulle tecniche d'intervento nei disturbi del sonno a favore di pazienti adulti ed in età evolutiva, esaminati sia in ottica individuale che sistemica.

¹ Erickson, M.H. (1964), “Primi esperimenti di indagine sulla natura dell'ipnosi”, in *Opere*, Vol. 1, Roma: Astrolabio 1982.

Il contributo di Bianchi di Castelbianco, Fornaciari e Punzo verte sulle modalità ipnotiche che hanno messo a punto ed utilizzato in contesti di formazione e consulenza di gruppo.

Casula ci conduce al cuore del perdono e, attraverso un delicato resoconto clinico, mostra come l'approccio naturalistico permetta di favorire la capacità di perdonare se stessi.

Langellotti, nel suo contributo, affronta il tema del lutto, ed illustra come l'impiego dell'ipnosi favorisca una ristrutturazione della perdita per una sua elaborazione e superamento.

Sponti e Rapone propongono un modello di ipnosi sistemica, e lo mettono a difficile prova nel trattamento del disturbo ossessivo compulsivo.

I capitoli, oltre a trattare argomenti clinici specifici, sono caratterizzati da un'ampia autonomia teorica, per cui il lettore troverà molte proposte teoriche originali, pur sempre corredate dai relativi dati di evidenza scientifica o dalle riflessioni teoriche più aggiornate. Lo sforzo di formulare modelli comprensivi che possano rendere conto della fenomenologia e dei meccanismi dell'ipnosi nei diversi contesti applicativi, come si vedrà, non è stato intrapreso a discapito del rigore metodologico e della qualità dei contenuti.

Se dunque, dell'ipnosi naturalistica, come di altri concetti-chiave della psicoterapia, Erickson non ha fornito definizioni ultime o trattazioni teoriche sistematiche, ma piuttosto declinazioni particolari nella clinica, nell'attività di conferenziere e nella formazione di giovani terapeuti, anche a noi è parso preferibile adottare una posizione aperta alle molte prospettive del reale, per approssimarci a una visione complessiva dell'ipnosi naturalistica il più possibile onesta, viva e corale.

*Claudio Mammini
Renzo Balugani*

1. L'approccio naturalistico. Come realizzare la pratica ipnotica nel rispetto del soggetto, dei suoi contesti e dei suoi modelli di relazione

di Camillo Loriedo e Flavio Di Leone***

I terapeuti promuovono la resilienza quando dedicano il loro interesse alle risorse e alle capacità di individui e famiglie in misura uguale (e preferibilmente superiore) a quelli dedicati ai loro problemi e deficit.

F. Walsh (1998)

Introduzione

Se si analizza con attenzione la storia dell'ipnosi, ci si può rendere conto del fatto che essa, in realtà, è la storia delle tecniche di induzione. Per questa ragione, i procedimenti utilizzati per ottenere lo stato di trance ci consentono spesso di comprendere non soltanto come evolvono nel tempo le metodiche induttive degli ipnotisti, ma anche come cambiano le credenze relative all'ipnosi di epoca in epoca.

L'Illuminismo, sebbene si ispirasse ad un sostanziale principio d'uguaglianza, attribuiva agli uomini di scienza, agli illuminati, un ruolo predominante nella società, che andò consolidandosi con il diffondersi del pensiero positivista nel diciannovesimo secolo. Da Esquirol a Janet, il malato mentale era anzitutto un debole di spirito, e chi se ne prendeva cura assumeva su di sé il compito di salvarlo e redimerlo grazie alla scienza e alla pietà di cui poteva disporre. Forte della verità scientifica e della sua tempra morale, il magnetizzatore era considerato costituzionalmente diverso dai suoi pazienti e poteva

* Professore di Psichiatria "Sapienza" Università di Roma, Direttore dell'Istituto Italiano di Psicoterapia Relazionale (IIPR), Direttore della Scuola di Ipnosi e Psicoterapia Ericksoniana (SIPE), Presidente della Società Italiana di Psicoterapia (SIPSIC).

** Medico, socio SII, Dipartimento di Psichiatria e Neurologia, "Sapienza" Università di Roma.

quindi scegliere al meglio ciò che era giusto per condurre gli infelici fuori dalla loro condizione. Assoggettare la volontà dell'infermo era dunque non solo ritenuto un atto culturalmente accettabile, ma anche una precisa responsabilità del curante. Fu così che, tra settecento e ottocento, fiorirono strumenti e pratiche – dal *baquet* alla scoperta dei punti isterogeni – il cui scopo prevalente era ottenere il massimo dell'attenzione possibile del soggetto e garantirsi un accesso illimitato alle sue facoltà mentali¹.

Nel XX secolo, l'incontro dello scientismo con l'esistenzialismo ridimensionò notevolmente questa investitura filosofico-morale di medici e ricercatori e promosse il ritorno a uno sguardo più intimista sull'uomo e sul suo disagio. Le rigide distinzioni che tanto rassicuravano gli scienziati del secolo precedente – tempo e spazio, ragione ed emozione, oggetto e soggetto – vennero in gran parte abbattute a favore di un'ontologia relativistica che guardava al mondo non come un contenitore di fatti e di oggetti, ma come una rete di strumenti e funzioni (Marraffa, 2003). In Europa questa corrente investirà la filosofia della mente e darà vita alla Fenomenologia, che guarderà ai malati come “modi altri di essere nel mondo”, mentre oltreoceano assumerà la forma molto più concreta di un movimento sociale, l'Antipsichiatria, che sosterrà intellettualmente una sostanziale rivoluzione dei metodi di cura. La forza motrice del movimento era il desiderio di comprendere socialmente la patologia così da eliminarne lo stigma (Laing, 1970; Jervis, 1975); concentrati sulla ricerca del deficit o del *disturbo generatore*, pochi si occuparono invece delle forze sane che l'individuo, anche se gravemente disturbato, portava dentro di sé.

Nello stesso periodo storico, sebbene partendo da un punto di vi-

¹ La filosofia della scienza non manca mai di eccezioni e questo discorso ne annovera molte. Tra settecento e ottocento sorsero numerosi dibattiti circa l'egemonia dell'ipnotista e cominciò a praticarsi un'ipnosi più evocativa e meno coatta. Nel 1865, Emile Coué negò esplicitamente che la volontà dell'ipnotizzatore fosse il fondamento del fenomeno ipnotico e, per primo, impostò una induzione ipnotica completamente verbale. Celebre è inoltre il caso di M., preda di crisi isteriche dal contenuto mistico ed estatico, nel descriverci il quale Pierre Janet racconta come riuscì ad indurre l'ipnosi “utilizzando” dei movimenti stereotipati della mano destra per indurre la scrittura automatica e interrogare così il paziente sui propri vissuti. Tuttavia, a conferma che la cultura dell'epoca lascia i suoi segni anche nelle menti più brillanti, Janet confidava nella necessità di “assumere la direzione completa della mente del malato”, almeno nella fase iniziale della terapia (Janet, 1898).

sta completamente diverso, ma non certo meno innovatore, Milton Erickson riserva invece a queste forze un ruolo di primo piano. Quando iniziò a raccogliere le sue prime osservazioni sulla natura della trance ipnotica, nel 1922-23 come da lui stesso indicato (Erickson, 1964), in occasione del primo ciclo di seminari sul tema che tenne presso l'Università del Wisconsin, la psichiatria americana non aveva ancora assunto una posizione definita, contrariamente alla strada prescelta dallo psicologo Clark Hull, suo maestro dell'epoca. Hull volle mutuare dai sovietici i metodi sperimentali d'indagine psicologica: cominciò così a studiare Pavlov, Lurija e Vygotskij, ne applicò il metodo allo studio dell'ipnosi e riportò i risultati nel suo libro *Ipnosi e Suggestione* (Hull, 1933) dove, accanto ad un'analisi dettagliata di tutti i fenomeni ipnotici, si proponeva un approccio standardizzato all'induzione dedotto dai risultati sperimentali.

Erickson si discostò presto da questo punto di vista², ed espresse il suo dissenso sottoponendo a estenuanti programmi di ricerca le sue idee e molte delle convinzioni che da centinaia di anni influenzavano la teoria e la pratica dell'ipnosi. Quando, nel 1958, decise di pubblicare i risultati di trent'anni di osservazioni cliniche e sperimentali, i tempi erano finalmente cambiati e apparivano maturi per accogliere quella profonda rivoluzione epistemologica che, partendo dalle tecniche induttive, modificava in realtà sia la prassi che la concezione teorica dell'ipnosi. *Tecniche naturali dell'ipnosi* (Erickson, 1958) non è semplicemente il manifesto di una scuola di pensiero né il resoconto di virtuosismi personali, bensì il punto di arrivo di un'elaborazione concettuale che ha come sua origine la sperimentazione sul campo e come risultato ultimo un nuovo modo di intervenire sui disturbi psichici.

In questo lavoro il nostro intento è proporre, a distanza di quasi sessant'anni dalla sua prima formulazione, tanto una rilettura degli elementi concettuali sui quali si basa l'approccio naturalistico all'ipnosi proposto da Erickson, quanto una revisione critica del modello di intervento che ne consegue³.

² “Sembrava che Hull trascurasse il soggetto come persona ponendolo allo stesso livello degli apparecchi inanimati del laboratorio [...]” (Erickson, 1964).

³ Come si vedrà, nella traduzione italiana il termine “Naturalistic” adottato da Erickson, viene reso con “Naturale”. Noi preferiamo una maggiore fedeltà alla scelta dell'autore, e pertanto proseguiremo utilizzando l'aggettivo “Naturalistico”.

L'approccio naturalistico

Nelle parole di Erickson:

“Approccio naturale significa *l'accettazione* della situazione che si incontra e la sua *utilizzazione*, senza tentare di *ristrutturarla* da un punto di vista psicologico. Quando lo si usa, il comportamento che il paziente presenta diventa *un preciso aiuto e una parte effettiva nell'induzione della trance, invece di un probabile impedimento*. Mancando di una terminologia più precisa, il metodo può venir chiamato *approccio naturale*, col quale si utilizza un aspetto del principio del *sinergismo*” (Erickson, 1958, p. 206; corsivo degli autori).

Questa breve quanto densa definizione racchiude in sintesi i principi dell'approccio terapeutico ericksoniano. In primo luogo vengono enfatizzati i due grandi pilastri su cui poggia l'orientamento ericksoniano alla psicoterapia: *l'accettazione* e *l'utilizzazione*. Accanto a questi pilastri campeggia, con altrettanto rilievo, la notazione negativa che suggerisce con chiarezza di *non attuare “una ristrutturazione psicologica” della situazione in corso*. In secondo luogo, la definizione sottolinea gli effetti di una simile posizione terapeutica, che consistono soprattutto nella trasformazione del comportamento del paziente da possibile impedimento in *una forma di aiuto*. Questa trasformazione permette di comprendere uno dei maggiori contributi di Erickson alla nuova concezione della psicoterapia, vale a dire la visione della *resistenza* come strettamente dipendente dalla disposizione dello psicoterapeuta nei confronti dei comportamenti del paziente e non dalla disposizione del paziente verso il terapeuta.

Infine, la definizione si conclude facendo ricorso al termine *sinergismo* per evidenziare la forza ed il valore relazionale della terapia ipnotica naturalistica. Il termine “sinergismo” non ricorrerà più nei lavori successivi di Erickson e ciò lo rende ancora più significativo e degno di riflessione.

Questi aspetti saranno analizzati in dettaglio più avanti, ma vorremmo prima soffermarci a valutare gli aspetti formali che caratterizzano questa definizione. Anzitutto è necessario precisare che essa ha come oggetto il *processo di induzione* della trance ipnotica, come chiaramente indicato nell'incipit di questo stesso lavoro, dove Erickson fa riferimento alla “*impostazione naturale del problema dell'induzione di trance ipnotica*” (p. 206). Sebbene la sua riflessione clini-

ca fosse sufficientemente acuta da superare i limiti imposti da uno specifico modello terapeutico, Erickson si riferiva a se stesso come ipnotista e quando illustrava le proprie riflessioni teoriche faceva di regola riferimento all'ipnosi. L'applicazione di questo approccio ad altri contesti e la fondazione della psicoterapia ericksoniana è dunque da attribuirsi a riletture successive e al contributo di altri autori (Haley, 1973; Haley e Erickson, 1979, Lankton e Lankton, 1984; Rosen, 1983; Yapko, 2011; Zeig, 1980).

Se *naturale* è il terapeuta che “quando si induce l'ipnosi va incontro in maniera adeguata al paziente come personalità e risponde ai suoi bisogni come individuo” (Erickson, 1948, p. 215), *artificiale* è il terapeuta che “ignora tali fattori in favore di un procedimento rituale” (*ibid.*). Ricorrere in maniera indiscriminata alla fissazione dello sguardo, di una fonte luminosa o di un punto, per ottenere una induzione di trance, ad esempio, può essere efficace per alcuni pazienti e non per altri, con il rischio di considerare questi ultimi resistenti all'ipnosi quando invece sono solo sensibili a una tecnica diversa. “È la tecnica che deve adattarsi al paziente e non il paziente alla tecnica” (*ibid.*).

In che modo l'approccio naturalistico possa declinarsi nella pratica terapeutica anche non ipnotica è meno intuitivo. Ricorreremo pertanto a un caso clinico dello stesso Erickson.

“Un giovane marito, mentre la moglie si era recata in un'altra città, sedusse la domestica che era poco intelligente e aveva già avuto precedenti del genere. Lo fece nel letto di sua moglie, che al suo ritorno scoprì quel che era accaduto e venne da me in lacrime: non poteva più permettere che il marito rimanesse in casa ed era in collera anche con la domestica.

Feci con loro colloqui separati; il marito era pentito e la domestica era ugualmente dispiaciuta e piena di paura. Poi parlai con tutti e tre insieme guidando la conversazione così che ciascuno avesse qualcosa da dire agli altri due. [...] Era una situazione veramente drammatica, dal momento che finalmente potevano dirsi in faccia tutto quello che pensavano l'uno dell'altro. [...] Era una situazione davvero spiacevole per tutti ma salvò il matrimonio.

Marito e moglie tornarono insieme e mandarono quella 'poco di buono' della cameriera in un altro Stato dove aveva dei parenti. Feci anche in modo che la moglie costringesse la cameriera a fare le valigie del marito e a portarle per strada in modo che lui se ne andasse a vivere per conto suo; lo cacciò di casa, con la cameriera che gli portava fuori le valigie. Dopo di che ordinò alla cameriera di riportare i bagagli in casa, di disfarli, rifarli da capo e riportarli fuori al marito. In questo modo ottenni che la moglie provasse il piacere di esercitare il proprio potere e che

il marito potesse tornare quando la moglie lo avesse voluto. [...] Mi disse di avvertire suo marito che poteva tornare. Ma io le risposi: “Potrei essere io a dirgli di tornare, ma può farlo anche un’altra persona, può farlo anche il postino”. La donna si sentì sollevata, scrisse una lettera al marito e la terza persona, il postino, la recapitò; non desideravo essere la terza persona ma sapevo che doveva essercene una. Tornarono insieme e il problema fu definitivamente risolto, due anni dopo la cameriera tornò chiedendo di poter prendere nuovamente servizio ed entrambi si mostrano ipocritamente indignati nei suoi confronti” (Haley, 1973, p. 158).

Qualcosa di questa coppia, forse il livello di gravità sul quale, sia per esperienza che per stile, non si sofferma mai, suggerisce a Erickson che il ricorso alla *triangolazione* non è affatto un caso bensì uno schema di relazione ricorrente tra marito e moglie: tendono sempre a coinvolgere un *terzo*. In questo caso era stata la cameriera “poco intelligente” a lasciarsi triangolare e a scatenare la crisi. Per evitare che ne derivi un’escalation, Erickson ricostruisce il triangolo ma lo trasforma in un dialogo che consente l’espressione della rabbia accumulata da parte di tutti i protagonisti. Poi, il rituale delle valigie riporta la moglie sul piano di parità e le restituisce la scelta, visto che suo marito aveva agito a sua insaputa – e permette quindi alla coppia di riconciliarsi. Allo stesso modo in cui potrebbe comportarsi in un caso di induzione, Erickson agisce nel rispetto del soggetto costruendo la terapia attraverso il ricorso agli stessi schemi – la triangolazione, in questo caso – che sono apparentemente alla base del comportamento disfunzionale.

Diventa straordinariamente sottile la sua scelta di applicare lo stesso stile relazionale che ha portato alla rottura (la triangolazione), anche alla fase della riappacificazione, ma facendo comprendere che non intende farne parte. Quindi, la triangolazione riconciliatrice non viene rifiutata, ma trasformata in un’occasione per introdurre la de-triangolazione.

Accettazione, utilizzazione e tailoring

L’utilizzazione è sicuramente il concetto che Milton Erickson ha maggiormente enfatizzato nel descrivere i fondamenti della sua pratica clinica. Egli stesso ne era un esempio vivente, e non mancava di rimarcare quanto fattori apparentemente indesiderabili potessero di-

ventare nutrimento per la terapia. Non stupisce quindi che l'utilizzazione rappresenti la chiave di volta della esile quanto solida sovrastruttura teorica dell'approccio naturalistico.

Spesso si confonde il *principio* di utilizzazione con la *tecnica* di utilizzazione (Erickson, 1959). Il tempo, lo spazio, il reale e l'immaginario, le speranze, le paure, le abilità, le realizzazioni e i fallimenti sono altrettante dimensioni che il terapeuta può utilizzare. Le tecniche di utilizzazione sono il procedimento attraverso il quale tali dimensioni possono entrare a far parte della trama della terapia. Il *principio* di utilizzazione descrive piuttosto la disposizione mentale dello psicoterapeuta che ne influenza in modo peculiare la prassi: “[...] è l’atteggiamento di prontezza a rispondere strategicamente a ogni aspetto del paziente e del suo ambiente” (Zeig, 1997, p. 163). Questa *postura* – sempre nel linguaggio di Zeig – è il frutto di un ordinamento epistemologico ed etico e non di un addestramento tecnico del terapeuta.

Erickson (1958) fondò il principio di utilizzazione sull'osservazione di due processi che definì *interrelazioni* e *interdipendenze* del comportamento umano. Le *interrelazioni* sono l'insieme degli scambi che si svolgono all'interno del contesto della terapia. Le *interdipendenze* sono le causalità circolari che permettono di derivare ogni singolo fenomeno da un preciso scambio.

Erickson sostenne l'idea che l'ipnosi fosse un fenomeno sia interpersonale che intrapersonale e che la relazione e le variabili contestuali fossero determinanti della responsività ipnotica. Ogni individuo ha un repertorio personale di associazioni, credenze e potenzialità che contribuiscono in modo sostanziale alla modalità di risposta allo stato di trance. Il comportamento intrapsichico del soggetto imprime alla trance ipnotica un percorso personale e unico. Allo stesso tempo, però, i quadri di comportamento spontaneo e responsivo cambiano in rapporto alla situazione, al contesto e alle richieste – e, in definitiva, all'ipnotista. Ad esempio, come notava Erickson (1952), “Il fatto che l'autore sia uno psichiatra ha più volte impedito che un soggetto sviluppasse facilmente allucinazioni uditive”.

Nessun'altra forma di psicoterapia ha sottolineato, con altrettanta fermezza, l'importanza dell'interrelazione tra prassi del terapeuta e funzionamento inconscio del paziente. Erickson ha parlato di “intesa segreta fra inconscio del soggetto e l'ipnotista” (Erickson, 1952). A

suo modo di vedere questa strategia è l'unica in grado di guidare e sorvegliare bisogni e paure del paziente, la cui emergenza è la causa principale di resistenza. L'interdipendenza vede un fenomeno ipnotico come una risposta inconscia del paziente a una variabile introdotta dall'ipnotista, la quale è stata però scelta sulla base delle risposte precedenti, sia spontanee che indotte. Questo scambio circolare di stimoli e risposte permette di interpretare l'ipnosi come un metodo di comunicazione interpersonale a livello tanto verbale quanto non verbale (Erickson, 1964). La trance influenza i processi di significazione, che per definizione sono dipendenti dallo stato di coscienza, alterando il codice comunicativo che diventa espressione *simultanea ed esplicita* di due distinti livelli di significato, conscio e inconscio (Erickson, 1967; 1976). I *segnali minimi* cui Erickson dedica a lungo la sua attenzione sono i segni di quel linguaggio inconscio che l'ipnotista deve interpretare, un linguaggio che ha una radice universale, ma infinite declinazioni individuali⁴.

Apprendere il linguaggio inconscio del paziente è una premessa ineludibile per un intervento efficace. Sebbene Jay Haley (1973) ricordi come in tarda età fosse diventato essenziale, preciso e infallibile “come un intagliatore di diamanti”, Erickson continuava a ricordare ai suoi allievi l'importanza di una corretta osservazione e di un'adeguata preparazione (Zeig, 1980). Infatti, in diverse circostanze, sconsiglia di intraprendere una terapia ipnotica con un soggetto senza aver prima compiuto un addestramento iniziale all'induzione di almeno 4-8 ore. Solo dopo questa preparazione, il terapeuta potrà ritenersi in grado di utilizzare al meglio i propri processi di comportamento in relazione al lavoro ipnotico.

Erickson, purtroppo, non ha lasciato resoconti dettagliati in merito a questo addestramento, se non ricordando come lui stesso impiegas-

⁴ In *Ipnosi e Trasformazione* (1983) questo argomento viene ampiamente trattato. Richard Bandler e John Grinder tentarono di sistematizzare gli schemi comunicativi di Milton Erickson allo scopo di costituire un repertorio di messaggi su cui costruire una *comunicazione efficace*. Sebbene prenda le mosse dalla psicoterapia ericksoniana e rappresenti un approfondito studio della comunicazione ericksoniana, è bene puntualizzare che il concetto di programmazione, proprio della PNL, non appartiene all'epistemologia ericksoniana. Questo modello non può quindi considerarsi applicabile *tout court* alla pratica terapeutica ericksoniana ed, in particolare, all'ipnosi naturalistica.

se molto tempo dopo le prime sedute con un soggetto a condensare in una sola pagina l'intervento terapeutico da utilizzare per il trattamento di quello specifico caso. Più spesso, poi, continuava in questo processo di condensazione personalizzata dei concetti che intendeva comunicare al soggetto, fino a riassumerli in poche righe o addirittura in un'unica frase.

Poiché la ricostruzione del processo che conduce l'ipnotista dall'osservazione alla pratica clinica non è semplice, in base a quanto detto fin qui, ci limiteremo a descrivere l'utilizzazione come un processo che prevede almeno due fasi.

L'*accettazione* è la prima fase, e consiste nell'osservazione attiva e partecipe che sostiene, guida e protegge il comportamento spontaneo del paziente. Nella logica dell'interdipendenza, *accettare* il comportamento spontaneo del soggetto non significa assistere passivamente alla manifestazione di certi fenomeni o rispondere indiscriminatamente ai suoi bisogni. Accettazione assume il significato attivo di *conferma*, di riconoscimento da parte del terapeuta, della disposizione del soggetto di offrire alla terapia il suo contributo personale e unico (Loriedo e Vella, 1989). Il terapeuta non offre al paziente uno spazio bianco *in cui* esprimersi, piuttosto mette in atto un comportamento evocativo *per cui* egli si esprima.

La fase successiva è quella della *selezione*. La natura interdipendente dei fenomeni di trance impone una osservazione dinamica del comportamento ipnotico: le risposte valutate sono utilizzate e così, a loro volta, forniscono ulteriori risposte da valutare. Tuttavia ogni singola seduta contiene un numero così elevato di informazioni e di esperienze da rendere impossibile utilizzarle tutte, anche avendo a disposizione l'intero corso del processo terapeutico. Per vagliare questa mole di dati, Erickson ricorreva solitamente alla guida offerta dai sintomi e dalle resistenze del paziente (Erickson, 1954a; 1965). I sintomi erano interpretati come comportamenti simbolici dotati di un significato e di un preciso andamento; le resistenze come "limiti dell'esperienza del paziente" (Yapko, 2001), ossia i confini all'interno dei quali potevano operare le risorse del soggetto. Piuttosto che tentare di piegarli, Erickson ascoltava i primi e rispettava le seconde, costruendo un aiuto concreto sulla base delle richieste inconscie e delle gamma di possibilità rese disponibili da ogni singolo paziente. Tutto può essere utilizzato, *ma non tutto sarà utilizzato*.