

Dott.ssa Gabriella PERUSIA

## **IPNOSI**

### **UNA STORIA TRA MITO, SCIENZA E REALTA'**

*“L'ipnosi non esiste, tutto è ipnosi”*

**M. Erickson**

Sacerdoti e stregoni di molti popoli primitivi praticavano forme di ipnosi attraverso particolari rituali, danze e musiche.

Numerose sono le testimonianze giunte a noi da questi popoli.

Uno dei popoli più conosciuti del passato ove i sacerdoti utilizzavano particolari riti cerimoniali fu quello dei celti dell'Antica Britannia (Druidi)

L'associazione che fu fatta dell'ipnosi con la magia ed il soprannaturale durò molto a lungo, a tutt'oggi almeno nella concezione popolare, di questa associazione, sono rimaste visibili tracce.

Nei secoli successivi filosofi e scienziati si interessarono dell'ipnotismo.

Vedi Paracelso, Pomponazzi, Bacone ecc..

Il primo e concreto tentativo, però, di parlare di ipnosi in senso scientifico fu fatto nel XVIII secolo da F.A.Mesmer.

Egli avanzò un ipotesi di tipo fisico-naturalistico.

Parlava di un fluido universale presente in ogni tipo di materia che veniva influenzato dall'influsso dei pianeti. Secondo M. la malattia consisteva nella disarmonica distribuzione di questo fluido che poteva essere riequilibrato attraverso un magnete.

Nello stesso periodo di M., però, un altro uomo elaborò una speciale tecnica magnetica con buon successo, Padre Hell, obbligando M. ad abbandonare la calamita.

Da questa contrapposizione M. fece nascere una nuova tecnica terapeutica.

L'atmosfera fortemente suggestiva portò a guarigioni definite miracolose.

Va, però, evidenziato che alcuni autori non riconobbero mai, ed a tutt'oggi non riconoscono, a M. la natura ipnotica delle sue tecniche.

Il re di Francia nel 1784 decise di indagare attraverso i suoi migliori scienziati la possibile esistenza e utilità del magnetismo “mesmeriano”

I risultati dell'inchiesta furono sfavorevoli a M., ma la scienza ufficiale era stata finalmente indotta ad esplorare un campo di fenomeni che fino ad allora erano stati quasi completamente trascurati.

In Inghilterra, il mesmerismo veniva, però, fatto oggetto di intense sperimentazioni.

L'iniziatore dello studio scientifico, in Inghilterra, sul magnetismo animale fu J. Braid, chirurgo oculista di Manchester.

Egli introdusse il termine di “ipnotismo” dal greco hypnos ossia sonno, per indicare lo stato di sonno lucido o sonno nervoso.

Egli considerava la concentrazione dell'attenzione su un unico oggetto o idea, “monoideismo” la causa determinante dello stato ipnotico.

Le teorie di Braid rimasero pressoché sconosciute nella sua nazione, ma incontrarono maggior successo in Francia.

A.Liébeault si riallacciò a molte idee di Braid e sottolineò con enfasi il ruolo della suggestione nella produzione di fenomeni ipnotici.

H. Bernheim, professore in medicina all'Università di Strasburgo, convintosi delle intuizioni di Liébeault si unì a lui nel 1822 trasferendosi a Nancy e fondando una scuola, favorendo un'ampia applicazione delle tecniche ipnotiche.

Per questo autore l'ipnosi è un fenomeno psicologico che consiste in uno stato di attivata e accresciuta suggestionabilità.

Le differenze individuali di ipnotizzabilità erano dovute, per B., ai diversi livelli basali di suggestionabilità posseduti dalle persone.

Le tesi di B. incontrarono l'opposizione di un prestigioso neurologo J.M.Charcot, docente alla Salpêtrière.

L'ipnosi era considerata da questo luminare come una condizione fisiologica alterata del sistema nervoso, provocabile con modalità meccaniche, fisiche solo negli isterici ed in persone a disposizione neuropatica, una sorta di nevrosi sperimentale.

Bernheim contestò fortemente la teoria di Charcot dimostrandone l'inconsistenza e, dimostrando in modo inconfutabile l'importanza dei processi psicologici collegati all'ipnosi.

L'interesse per un certo periodo scemò finché due autori, il cui influsso durò a lungo nella storia dell'ipnosi ampliarono le conoscenze sulla stessa: Freud e Pavlov.

Freud partì utilizzando la tecnica della "rimozione diretta", energica suggestione che negava l'esistenza del sintomo o addirittura ne proibiva la comparsa.

In seguito sostituì tale tecnica con quella "catartica", cioè l'plorazione in ipnosi di esperienze dimenticate, la cui rimozione forzata aveva portato alla formazione del sintomo.

La scoperta di alcune implicazioni tra specialista e paziente e vari altri motivi indussero F. a rinunciare all'ipnosi, per sviluppare le nuove tecniche di associazione libera e interpretazione dei sogni, fondando un nuovo modo di intendere la terapia a cui dette il nome di psicanalisi.

Pressoché nello stesso periodo in Russia, I.P.Pavlov conduceva numerosi esperimenti sugli stati di sonnolenza parziale "ipnotica" suscetibili negli animali, giungendo a proporre quella che ancor oggi è considerata la più importante interpretazione fisiologica dei fenomeni ipnotici.

Lo stato ipnotico secondo P., consiste in una inibizione corticale diffusa, con la presenza di alcuni punti vigili nella corteccia, attraverso i quali è possibile agire e suggestionare. La suggestione è così potente, perché la zona su cui agisce è estremamente ridotta e non può essere inibita dall'attività di altre zone corticali.

La suggestione è un "riflesso condizionato", il riflesso condizionato più semplice, più tipico dell'uomo.

Il lavoro di P. dette un nuovo impulso alle ricerche sull'ipnosi.

Durante la I° guerra mondiale l'ipnosi ebbe nuova attenzione in Europa, perché venne utilizzata su larga scala e con soddisfacenti risultati nel trattamento delle nevrosi di guerra.

Il primo, però, a tentare l'applicazione dei metodi della moderna psicologia sperimentale alla soluzione dei problemi elusivi e della suggestionabilità dell'ipnosi fu C.L.Hull.

Nel suo testo "Ipnotismo e suggestionabilità: un approccio sperimentale" presentò un'ampia e rigorosa analisi sperimentale dei fenomeni ipnotici più conosciuti.

Hull pose le basi per un rigoroso studio scientifico dell'ipnosi.

La sua opera dette un forte impulso alle ricerche sperimentali, che hanno avuto negli ultimi anni, uno sviluppo eccezionale.

Questo è il ricco e travagliato percorso multiforme dell'ipnosi. Oggi ha davanti a sé un futuro stimolante e ricco di prospettive.

Le molteplici applicazioni terapeutiche trovano via via maggior credito e conferme.

Le indagini teoriche e sperimentali sono in massima espansione e produttività.

Una particolare attenzione va posta all'ultima "generazione" dell'ipnosi e cioè all'ipnosi Ericksoniana definita come ipnosi indiretta, proprio perché utilizza maggiormente la mediazione del linguaggio.

Giunti alla conclusione di questa breve relazione sull'ipnosi, si può concludere che la stessa ha vissuto quattro fasi storiche:

1. FASE MAGICO-RELIGIOSA
2. FASE MAGNETO-FLUIDICA
3. FASE PSICOLOGICA
4. FASE FISIOLOGICA