LegnanoNews
Le news di Legnano e dell'Alto Milanese

Chi può fare ipnosi? Con l’ipnosi si può curare tutto?

Redazione · Tuesday, September 30th, 2014

Avevo iniziato a parlarvi di ipnosi…
Il tema porta con sé un certo alone di mistero, che almeno in parte avevo intenzione di chiarire, rispondendo alle domande che frequentemente esso suscita.
Nella scorsa rubrica avevo, in sintesi, sommariamente cercato di spiegare cosa sia l’ipnosi. Avevo scritto che essa non è assimilabile al rilassamento e non prevede il fatto che il paziente perda il controllo o sia incosciente.
Oggi vorrei continuare nel mio intento rispondendo ad altri quesiti.
Chi può fare ipnosi?
L'ipnosi a cui mi riferisco è quella cornice teorica e pratica all'interno della quale si sviluppa un intervento clinico.
Non metto in dubbio che ci siano altri modi per applicare l'ipnosi, ma non è ciò di cui mi occupo.
Quindi, perché sia un intervento clinico, è fondamentale che se ne occupi un "clinico", generalmente un medico o uno psicologo adeguatamente formati.
Sembrerà banale ma credo che sia bene sottolineare che una pratica terapeutica non possa essere gestita che in quest'ambito.
L'ipnosi ha controindicazioni?
Qualsiasi intervento clinico può avere effetti benefici quanto effetti iatrogeni. Comunque in "mani esperte" l'ipnosi è da considerarsi un metodo sicuro.
Spesso chi si rivolge ad un terapeuta per l’ipnosi manifesta il dubbio di potersi “non risvegliare” dalla trance ipnotica. Mi sento di rassicurare che questo non è assolutamente possibile.
Con l'ipnosi si può curare tutto?
No. Non esistono metodi capaci di farlo.
L'ipnosi si è dimostrata utile nella pratica psicoterapeutica, in particolare è stata documentata l’efficacia nella gestione degli stati emotivi, nelle dipendenze, nell’elaborazione delle esperienze traumatiche.
In particolare la cura dei disturbi di natura psicosomatica, che spesso si dimostrano resistenti ad altre terapie, pare trovare importante beneficio da questo tipo di tecniche. L'ipnosi può essere usata per la terapia del dolore?
La domanda è complessa; basta pensare che non esiste un unico tipo di dolore. In più il dolore è un’esperienza soggettiva influenzata dalla condizione attuale, dall’esperienza passata e dall’anticipazione del dolore futuro.
In ipnosi vengono spesso raggiunti risultati interessanti in questo ambito, sia nel produrre analgesia che anestesia.

Alcuni centri italiani iniziano ad affiancare l'ipnosi alla preparazione pre operatoria, pare con ottimi risultati.
Il presupposto teorico può apparire scontato. Ovvero si considera che il dolore abbia una componente mentale e psicologica che influenza la percezione dello stesso.
Resto dell'idea che il metodo più efficace, associ la terapia medica tradizionale con le tecniche ipnotiche. Nonostante ciò l'ipnosi è stata utilizzata con risultati incoraggianti nella terapia antalgica, soprattutto nelle condizioni di dolore cronico.

Come sempre per qualsiasi domanda, commento o chiarimento vi invito a scrivermi.

Stefano Landoni
Psicologo Psicoterapeuta
info@studio-landoni.it
www.studio-landoni.it

This entry was posted on Tuesday, September 30th, 2014 at 11:45 pm and is filed under Legnano, Psicologia
You can follow any responses to this entry through the Comments (RSS) feed. You can leave a response, or trackback from your own site.