

# **Induzione ipnotica neoricksoniana della scrittura automatica: l'emergere di contenuti inediti nell'individuo in stato modificato di coscienza**

*"Ci sono molte cose che sappiamo, e che non sappiamo di sapere, ma abbiamo bisogno di sapere che lo sappiamo"*

*(Milton H. Erickson)*

## **Introduzione**

Ricordo bene la cura con cui Margnelli trattava gli argomenti durante il corso di specializzazione, spiegandoci i diversi stati di coscienza, il passaggio attraverso lo stato ipnagogico, il raggiungimento della trance, il fenomeno dell'osservatore nascosto e i frequenti riferimenti a Janet che arrivò a definire il concetto di dissociazione, partendo dalla scrittura automatica. Ancora è viva l'esperienza dell'ultimo Congresso, quando il 17 settembre del 2004 il Prof. Margnelli fu chiamato a presiedere la sessione all'interno della quale ebbi occasione di esporre un modesto lavoro di ricerca, che suscitò il suo apprezzamento pubblico, facendomi provare una grande emozione. Per questi ed altri motivi, magari meno pregnanti, ho finalmente adottato l'esortazione precedentemente ricevuta da Margnelli al termine di una sua suggestiva lezione, allorquando chiesi ulteriori specificazioni nell'utilizzo della scrittura automatica. Lui, di rimando, rispose "Proviene avrà soddisfazione, io l'ho verificato nelle mie ricerche, gli metta una biro in mano e dica di scrivere" (comunicazione personale, 26/1/2002).

## **Il fenomeno ipnotico della scrittura automatica**

*"Nei procedimenti abituali di induzione (...), ciò che in genere si produce con la verbalizzazione usata (...) sono [fenomeni] solo collegati e facilitati, o forse anche prodotti, dal distacco dalla realtà oltre che dalla concentrazione che l'individuo ipnotizzato sta attuando sotto la guida dell'operatore stesso e delle sue parole" [10, p. 106]*

Tra i multiformi fenomeni che si possono realizzare in stato di trance ipnotica si include anche quello della scrittura automatica, possibile, come altri, quando il soggetto si isola dal contesto, focalizzandosi sulla realtà che esso stesso ha scelto. A tale proposito si faccia riferimento ad un famoso racconto didattico di Erickson, "Scrittura automatica", come riportato nel testo curato da Sidney Rosen che qui mi limito a citare per ovvie ragioni di spazio (2, p. 54-561).

Il fenomeno della scrittura automatica trova frequenti evidenze empiriche, attraverso le quali si conferma, tra le altre cose, come "anche lo stato di trance ipnotica - come il sonno REM - è caratterizzato da un abbassamento del tono muscolare che però non raggiunge il livello della paralisi flaccida. Anzi le suggestioni dirette dell'ipnotista possono indurre la condizione opposta, la catatonìa o la catalessia e cioè uno stato di paralisi ipertonica che non si osserva mai nel sonno REM. Inoltre, a differenza di quanto succede in quest'ultimo, in ipnosi sussiste la possibilità di un movimento <volontario>" (5).

Da dove possa nascere questo movimento volontario ce lo suggerisce ancora il Dott. Gagliardi, quando scrive che "La mente non è solo produttrice di risposte, ma anche di stimoli suoi propri (...) oscillando tra la percezione pura e la produzione immaginativa pura" (4).

Alla stimolazione della creatività in ipnosi consegue l'emersione improvvisa e imprevedibile, nella coscienza dello stato di veglia, di materiali subconsci rappresentanti la sintesi finale di una elaborazione avvenuta in zone della mente al di fuori del controllo cosciente. Ciò favorisce l'impressione "che i materiali creativi siano stati prodotti <da qualcun altro dentro di loro>" e addirittura, "la possibilità che, per esempio in ipnosi, si suggerisca un <modello di realtà> del tutto nuovo e che questo venga accettato". La sintesi magica si produce "attraverso un processo mentale che potrebbe essere definito <a strati>: dopo un'adeguata elaborazione inconscia di percetti, idee e sensazioni e dopo un'adeguata condensazione semantico/simbolica di tale elaborazione, il risultato finale salirebbe fino al subconscio, pronto ad emergere inaspettatamente appena si determinino le condizioni di coscienza che glielo permettano. ( ... ) L'ipnosi ericksoniana dovrebbe essere il metodo ideale in quanto poggiata sulle reali risorse del singolo e su suggestioni di apprendimento e decondizionamento, così che i soggetti <ricevano qualcosa da dentro di sé>, riducendo il ruolo dell'ipnotista a quello di un creatore di situazioni" (8).

Attraverso la scrittura automatica, come con altre modalità di volta in volta individuate dal terapeuta piuttosto che dal ricercatore, è possibile favorire il soggetto affinché in esso la produzione immaginativa divenga comportamento automatico, risposta autogena (11). Ricordando sempre che "L'ipnosi come stato modificato di coscienza non rappresenta dichiaratamente un elemento accettato come terapeutico in sé, ma piuttosto il possibile veicolo del procedimento di cambiamento e guarigione (...); il rapporto e l'aspetto comunicativo hanno invece caratterizzato il suo impiego costruendo il supporto indispensabile del procedimento terapeutico" [14].

La ricerca recente sullo stato di trance ipnotica, attraverso lo studio dei potenziali evento-correlati, conferma "che la natura dello stato di trance va cercata a livello neuropsicologico ( ... ), ciò sembrerebbe indicare che la coscienza ipnotica accetti passivamente un'interpretazione che in stato di coscienza ordinaria non accetterebbe, ovvero che non riconosce la bugia" (Margnelli 2003, citato in [9]), in questo caso la bugia che la mano scrive da sola. Si offre al soggetto la possibilità di mentire a se stesso, così che possa smettere di raccontarsi quella realtà che ritiene essere l'unica possibile, proponendo l'occasione per fare breccia in una nuova e diversa realtà. Questa può essere un'occasione per trovare significati altri, congruità innovative, rispetto a quello che fino a quel momento è stato appreso come strumento di sopravvivenza, cioè rispetto a ciò che definiamo coscienza [6] [12].

## **Metodologia**

Hanno preso parte all'esperimento 11 persone (9 F, 2 M; età media 22,82; di cui solo 3 al momento impiegate in lavori sostanzialmente stabili e definiti, quindi per la ricerca classificate come "lavoratore/lavoratrice") reclutate all'interno della sede universitaria di Reggio Emilia, attraverso affissione di avvisi nei corridoi dell'Università (4 su 11), contatti personali (2 su 11), telefonate a persone che avevano già ripetutamente partecipato, nello stesso laboratorio di psicologia, ad esperimenti in cui era previsto l'uso dell'ipnosi (5 su 11). Il campione risulta quindi composto da 7 studenti (di cui 1 lavoratrice), 2 neolaureati (di cui 1 lavoratrice), 1 tirocinante universitario, 1 collaboratore universitario (1 lavoratrice); di tutti i soggetti si conosceva, da rilevazioni precedenti, la pronta disponibilità a sperimentare lo stato di trance ipnotica. Tutti hanno aderito volontariamente e hanno dato consenso informato per una ricerca sulle relazioni tra ipnosi e comportamento.

Le considerazioni relative all'induzione ipnotica neoericksoniana della scrittura automatica si basano sulla supposizione che possano emergere contenuti inediti solo da quelle informazioni, presenti nella mente del soggetto, costituite da precetti, idee e sensazioni adeguatamente elaborate a livello inconscio e immediatamente identificabili per valore e significato personale. Queste precondizioni permettono l'emergere inaspettato di contenuti inediti, attraverso la scrittura automatica indotta.

Nella ricerca qui presentata i soggetti sono sottoposti a induzione della scrittura automatica da parte dell'ipnotista, in tre differenziate condizioni sperimentali:

- 1) quando le informazioni suggerite hanno un valore personale (dati anagrafici e mano che scrive) e sono di dominio pubblico (consce), area pubblica
- 2) quando le informazioni fornite hanno un significato personale (descrivono il proprio comportamento), ma senza essere precedentemente presenti nella mente del soggetto (sotto dettatura di un testo paradossale), breve termine

3) quando le informazioni richieste sono potenzialmente già presenti al soggetto, a livello conscio o inconscio, ma non sono necessariamente di dominio pubblico, area riservata

Per quanto esposto in precedenza, quest'ultima è l'unica condizione nella quale si ipotizza possano emergere contenuti inediti. In questa terza condizione, lo stesso contenuto informativo si ipotizza possedere, nella società attuale, un chiaro valore personale ed un evidente significato per il soggetto, ovvero il proprio desiderio professionale. Diremo che si tratta di un itero di area riservata, includendovi l'area privata, l'area cieca, l'area inconscia della nota finestra di Johary [7]. Si è quindi inteso utilizzare, nella terza condizione, lo stato modificato di coscienza conseguente l'induzione ipnotica neoericksoniana della scrittura automatica, come situazione ideale (creata dall'ipnotista) per lasciare che emergano nell'individuo contenuti inediti, presenti nelle reali risorse del singolo, decondizionato, che riceve qualcosa da dentro di sé. Su questi contenuti inediti, nel setting apposito, un terapeuta può stimolare, ratificare, rinforzare la ristrutturazione attesa dal paziente [13]. Esattamente come espresso da Erickson: "l'essenza della suggestione non sta in ciò che il terapeuta dice, ma in ciò che il paziente fa con ciò che il terapeuta ha detto" [3].

Le tre differenziate condizioni sperimentali riferiscono tutte al fatto che noi ricordiamo bene ciò che ci riguarda direttamente, mentre dimentichiamo facilmente ciò che è neutro poco significativo, poco strutturato. La memoria non è quindi un automatismo, ma un atto psichico, espressione della persona nel suo complesso. Il materiale informativo delle tre condizioni riguarda sempre il soggetto direttamente, tuttavia nella condizione a) si chiede al soggetto di ricordare e scrivere informazioni sicuramente contenute in memoria perché risultato di un apprendimento, ovvero frutto di attività ripetuta molto spesso in modo automatico, di fatto in modo non cosciente, sempre allo stesso modo, implicando scarso impegno mentale, basso coinvolgimento personale. Nella condizione b) il soggetto deve semplicemente ascoltare e scrivere, sotto dettatura, il messaggio paradossale nel quale l'ipnotista descrive il comportamento del soggetto stesso. "Nell'ascoltare un parlante la memoria a breve termine gioca un ruolo fondamentale perché ci aiuta a tenere a mente le cose dette immediatamente prima. ( ... ) Non appena ci si è accorti che non serve conservare queste informazioni in memoria a breve termine, esse vengono <spazzate via>" [1], allo stesso modo possiamo pensare che il soggetto scriva ciò che gli viene detto, nonostante la strutturazione contraddittoria del messaggio. Nella condizione c) il soggetto deve scrivere qualcosa che presuppone un'elaborazione molto personale, che lo coinvolge emotivamente e che implica una presa di decisione. Nella fenomenologia dell'osservatore nascosto, così come definita da Hilgard, si presenta una dissociazione completa del soggetto, nel nostro caso la mano scrive automaticamente ciò che è presente nella memoria implicita del soggetto. Il soggetto in questi casi dice di aver provato la sensazione che una parte di sé stesse osservando sé stesso mentre scriveva, senza potere né volere impedire che ciò accadesse. Questa memoria implicita è riconducibile al lasciare emergere contenuti e decisioni già prese e presenti in memoria, ovvero contenuti e decisioni prese sul momento in base alle informazioni già presenti al soggetto, in entrambi i casi in conseguenza della stimolazione indiretta dell'ipnotista.

Tali contenuti possono rivelarsi innovativi quando non elaborati prima della suggestione sperimentata oppure se rimossi, negati, contrastati per motivi diversi che il soggetto, nel contesto abituale in cui agisce, assume come propri. "In passato alcuni autori avevano chiamato [questo] fenomeno reminescenza <quello che c'è e non c'è>. ( ... ) nell'ambito della memorizzazione ad alta eccitazione, esso sembra verificarsi abbastanza spesso. ( ... ) [diversi] risultati confermano ampiamente dunque la presenza di fenomeni di reminescenza e intuizione comune" [1].

### **Strumenti**

E' stato usato un procedimento induttivo preparato per stimolare nei soggetti il fenomeno ipnotico della scrittura automatica:

<Adesso desidero che stia comodamente seduto, metta le mani sulla scrivania e guardi dritto in avanti. Ora le darò alcune istruzioni che l'aiuteranno a rilassarsi e ad entrare gradualmente in uno stato di ipnosi. Basta solo che stia comodo e che si rilassi. Adesso chiuda le palpebre e immagini di fissare un punto davanti a lei, come se lo guardasse fissamente tenendo lo sguardo fermo su di esso, mentre ascolta ciò che le dico. Venendo qui ha confermato di voler

collaborare e di essere interessato a provare l'esperienza dell'ipnosi, dimostrando il desiderio di entrare in ipnosi mentre si concentra profondamente e qualcosa cambia in lei.

Come lei sa l'ipnotizzato può compiere delle attività varie e complesse rimanendo in ipnosi, in questo modo lei ha la possibilità di provare esperienze interessanti e soddisfare la sua naturale curiosità.

Si rilassi, si rilassi completamente, rilassi ogni muscolo del corpo, rilassi tutti i muscoli del corpo, si lasci andare, rilassi i muscoli, si rilassi di più, ancora di più, sempre di più. Si rilassi completamente, si rilassi completamente, si rilassi completamente. Via via che si rilassa di più, sempre di più una sensazione di pesantezza invade tutto il suo corpo, sente tutto il corpo pesante, più pesante, sempre più pesante come il piombo.

Ora è comodo e rilassato, come se stesse per avviarsi verso il suo sonno, intanto segue col pensiero quello che io le dico. Presti molta attenzione alla mia voce, continuerà ad udirla chiaramente, mi ascolti. Ora comincerò a contare e ad ogni numero si sentirà andar giù, in un sonno durante il quale potrà provare alcune esperienze, lasciando che accada qualsiasi cosa accada. 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20 ... Profondamente addormentato.

Ora che è molto comodo e immerso nel sonno e che ascolta senza sforzo la mia voce, si accorgerà di come l'ipnosi agisce su di lei, in modo interessante e curioso.

Ascolti attentamente ciò che le dico.

Tra poco il braccio con cui lei abitualmente scrive, il suo braccio Destro/Sinistro [l'ipnotista nomina solamente il braccio che il soggetto ha indicato nella scheda anagrafica], si solleva leggermente dal tavolo allora io mi avvicinerò e la aiuterò ad impugnare la biro che poco fa lei ha utilizzato per scrivere i suoi dati personali [l'ipnotista si alza, procede affinché il soggetto impugni la biro e pone il blocco dei fogli in modo che si trovi sotto la mano del soggetto nel momento in cui si sarà abbassata], subito dopo il braccio tornerà ad appoggiare tranquillamente sul tavolo ... a questo punto lei si accorgerà che sotto la sua mano si trova un blocco di fogli bianchi che io ho messo sul tavolo, così che la biro possa scrivere ciò di cui le dirò tra poco ... [se necessario l'ipnotista sistema il blocco dei fogli affinché sia facile per il soggetto scrivervi sopra, quindi si siede nuovamente nella posizione iniziale]

La biro scriverà sul foglio, ma sarà come se ciò accadesse senza la sua volontà e lei non ricorderà nulla di ciò che è accaduto finché io le dirò "ora può ricordare tutto" ...

Ascolti attentamente la mia voce ... conterà all'indietro dal 20 e al cinque i suoi occhi si apriranno, ma non sarà completamente sveglio, all'1 la biro scriverà automaticamente il suo nome, cognome, la località in cui è nato e specificherà, scrivendo anche questo sul foglio, quale è la mano che in quel momento sta scrivendo, la destra o la sinistra ... ciò accadrà senza alcun impegno da parte sua ... attento ora: al 5 aprirà gli occhi e all'1 la biro inizierà a scrivere ciò che le ho chiesto ... 20 ... 5 ... 1 ...

[SCRIVE]

Bene. Ora richiuda le palpebre ... si rilassi completamente ... io sposto leggermente la sua mano sul foglio ...

Tra poco, quando glielo chiederò, i suoi occhi si apriranno e la biro scriverà, quasi senza sforzo, ciò che lei desidera svolgere come professione ... la biro scriverà automaticamente ciò a cui lei aspira come lavoro ... lasci semplicemente che accada ... niente la disturberà ... ora apra gli occhi e lasci che la biro scriva ...

[SCRIVE]

Molto bene ... ora richiuda le palpebre ... e presti attenzione alla mia voce ... a ciò che le dico ... io sposto leggermente la sua mano sul foglio ..

La sua mano si sta nuovamente preparando a scrivere ... tra poco le chiederò di aprire gli occhi e mentre lei ascolterà ciò che le dico, la biro scriverà sul foglio ogni parola ... la scriverà esattamente come io suggerirò alla sua mano ... attenzione quindi alle mie parole ... apra gli occhi ... "Scrivo solo ciò di cui sono consapevole e ricordo ciò che ho scritto" [SCRIVE]

Ora richiuda le palpebre ... tranquillamente ... la mia voce la accompagna ... mentre appoggia la biro ... ora prenda in mano il blocco dei fogli ... lentamente tenda il braccio verso di me per consegnarmelo ... Molto bene.

Tra poco io batterò le mani, allora le sue palpebre si solleveranno e lei sarà perfettamente sveglio, ma non ricorderà nulla di ciò che è accaduto, finché le dirò "ora può ricordare tutto", a quel punto ricorderà perfettamente ciò che è accaduto e tornerà alle sue attività quotidiane ... normalmente da sveglio. Attento ora ... [BATTITO]>

In questo modo è stato possibile osservare, dal punto di vista comportamentale, la manifestazione di fenomeni di scrittura automatica.

La sessione si conclude con l'intervista che permette anche di accertare la presenza di amnesia. Il soggetto, una volta terminata l'intervista, viene aiutato a ricordare tutto.

La rilevazione avviene per il fatto stesso che il soggetto scrive sul foglio che trova a sua disposizione nel momento in cui apre gli occhi, mentre l'ipnotista lo osserva. Servono circa 30 minuti per completare l'intera sessione sperimentale.

Le istruzioni sono impartite con un tono di voce piuttosto uniforme e ad un volume moderato, leggendo le istruzioni parola per parola.

### **Procedura**

I soggetti venivano fatti accomodare individualmente in laboratorio, si procedeva a illustrare sommariamente gli scopi della ricerca, si chiedeva al soggetto di compilare la scheda anagrafica e si faceva firmare il consenso informato, quindi si passava all'induzione. Nella scheda il soggetto doveva anche specificare la mano normalmente utilizzata per scrivere, indicando se destrimane o mancino, e la professione attuale.

Durante l'induzione il soggetto sedeva su una comoda sedia da ufficio, lasciando completamente abbandonate, dal gomito in avanti, braccia e mani sulla scrivania, di colore grigio chiaro davanti a sé. La scrivania era saldamente appoggiata al muro del laboratorio per altri 2 lati. L'ipnotista sedeva di lato al soggetto, rivolgendo il viso, quindi la voce, verso l'orecchio sinistro del soggetto.

Tale procedura ha permesso, per ogni soggetto individualmente, prima di indurre lo stato di trance ipnotica, poi di verificare la risposta personale nelle tre differenziate condizioni sperimentali. In questo modo è stato possibile evidenziare, per iscritto, eventuali contenuti inediti, emersi in modo automatico in conseguenza della suggestione di scrittura indotta dall'ipnotista.

### **Risultati**

Per esaminare le relazioni tra le tre differenziate condizioni sperimentali e i contenuti emersi con la scrittura automatica, si è analizzato in dettaglio quanto scritto, nelle tre differenziate condizioni sperimentali, da ogni soggetto in stato di trance ipnotica (Area pubblica; Area riservata; Breve termine), quindi, sempre per ogni soggetto, si è analizzata la trascrizione fedele del contenuto dell'intervista post ipnosi, suddivisa per chiarezza in tre sezioni (Ricordo libero, Ricordo indotto, Commento libero). Lasciando eventualmente la possibilità di elaborazioni successive a chi lo ritenesse interessante, attraverso il calcolo di coefficienti significativi di non immediata individuazione.

I dati registrati per le tre differenziate condizioni indicano:

- a) Area pubblica: 5 soggetti su 11 scrivono esattamente ciò che l'ipnotista suggerisce loro, recuperando informazioni personali di "dominio pubblico" acquisite per superapprendimento. Gli altri soggetti commettono errori imputabili all'automatismo insito in questo tipo di informazioni: aggiungere la provincia di nascita (3 casi, talora anche indicando "nata/o a%" aggiungere la data di nascita (4 casi, talora anche indicando "data di nascita"), scrivere prima il cognome poi il nome (3 casi, *salvo ricollocarli nell'ordine indicato dall'ipnotista in fase di ricordo indotto*), *aggiungere l'indirizzo di residenza* (1 caso), abbreviare alcuni dati (sigla della località di nascita, dx per destra) scrivere destrimane anziché destra (2 casi, replicando così quando indicato nella scheda anagrafica personale appena prima compilata), in 1 caso solo l'informazione relativa alla mano che scrive non è stata assolutamente scritta, come se non rientrasse nell'automatismo dei dati *anagrafici*. *Per ulteriori riflessioni è possibile accedere a quanto emerso, per ogni soggetto, nelle tre sessioni dell'intervista.*
- b) Area riservata: in questo caso non si ha un termine di paragone iniziale, un dato "pubblico", pertanto il risultato è frutto di quanto ricordato e comunicato dal soggetto nell'intervista. Qui

si riportano i risultati più immediati e interessanti. Tra i contenuti emersi si vede che tutti i soggetti forniscono una risposta scritta alla suggestione, in particolare in 6 casi su 11 il soggetto riferisce verbalmente, in modo preciso durante l'intervista, la propria risposta scritta. Tra questi 6 casi, un soggetto (al momento lavoratrice, ruolo di collaboratore universitario) afferma anche di essersi vista all'opera nel lavoro indicato, un altro soggetto, di sesso femminile, indica la professione con un'aggettivazione maschile, un'altra in realtà fornisce una risposta scritta che non è leggibile e che risulta comprensibile solo a seguito dell'intervista (soggetto 11\_MV). Si aggiungano 3 casi su 11 in cui il soggetto indica genericamente, nell'intervista, di aver scritto la professione, senza, però, specificare quale fosse la risposta scritta poco prima. Vi è poi 1 caso su 11 in cui un soggetto di sesso femminile (lavoratrice, neolaureata) indica una professione solo parzialmente identificabile con quella che al momento la impegnava, specificando nel ricordo libero di aver voluto scrivere "quale sarà il mio lavoro". In questo caso non escludo possa essere un contenuto inedito, da verificare (soggetto 9\_SF), essendo al momento il soggetto impegnata come imprenditrice nell'impresa ereditata all'improvviso, poche settimane prima, dal padre, come riferito all'ipnotista in fase di raccolta dei dati anagrafici (rimane la possibilità che non sia un contenuto inedito, ma semplicemente esprima un progetto consapevole, interrotto dalla morte improvvisa del padre). Infine 1 caso su 11 (lavoratrice, studentessa) presenta sicuramente l'emergere di un contenuto inedito, di cui qui si riporta lo specifico resoconto (soggetto 8\_GS).

### **Soggetto 8\_GS**

#### Area pubblica

Nome, cognome, località di nascita, destra Area riservata

Mamma

#### Breve termine

Scrivo solo ciò di cui sono consapevole e ricordo ciò che ho scritto

#### Intervista

1) Ricordo libero: "(sorridente) Mi ha fatto aprire gli occhi? Quando li ho chiusi mi girava la testa ... lo non avevo qualcosa qua? (indica sotto

la mano destra) Non ricordo esattamente cosa, però ... ricordo come un colore diverso. La professione, non lo so". [*il soggetto è una lavoratrice di sesso femminile, impiegata, iscritta al primo anno del corso di laurea in Comunicazione e Marketing, non giovanissima*]

2) Ricordo indotto: "Adesso ricordo una biro e forse dei fogli, per deduzione".

3) Commento libero: "Mi sembra di essere ad un esame e di non aver studiato niente". A questo punto io le dico che lei per tre volte ha aperto gli occhi e scritto su un foglio, allora mi riporta esattamente ciò che ha scritto la prima volta. Insisto dicendole che lei ha scritto anche la professione che desidera svolgere e lei mi chiede "E' possibile che abbia scritto mamma?". Le rispondo di sì, si mostra sorpresa e felice. Le richiamo la terza prova e lei dice " ... <ciò> ... erano 2 – 3 righe". Infine mostro a lei, come a tutti, il foglio su cui ha scritto. Esce dal laboratorio soddisfatta dell'esperienza.

C. Breve termine: tutti i soggetti, 11 su 11, scrivono esattamente la frase sotto dettatura, eppure nessuno la ricorda per intero. Anzi il ricordo è molto frammentario, quando non estremamente ridotto o assente, a conferma dell'ipotesi iniziale. Risulta evidente, pur senza ricorrere ad indici quantitativi e qualitativi precisi, come per questa condizione sperimentale il ricordo, sia libero che indotto, appaia quantitativamente e qualitativamente peggiore che nelle precedenti condizioni.

A complemento di questo paragrafo si aggiunge che la misura del ricordo libero e indotto è stata considerata solo in quanto indicatore indiretto dello stato di trance ipnotica e per questo motivo non si è ritenuto poterne derivare risultati ulteriori.

In chiusura si riporta la rassegna della sezione "Commento libero" (eccezion fatta per il soggetto 8\_GS già riportato), contenente quanto espresso verbalmente da ogni soggetto durante l'intervista post ipnosi. Tale aneddotta permette di apprezzare al meglio l'esperienza dissociativa verificatasi nei diversi soggetti:

"Molta difficoltà a ricordare, mi sembrava di non essere io a scrivere, come guardare qual-

cuno che scrive" (1\_RD);

"Fatica a concentrarsi sul punto. Confusa nello scrivere quello che veniva chiesto, non riuscivo a collegare" (2\_ME);

"La scrittura era spontanea" (3\_SA); "La parte vigile ha pensato <cosa ha fatto alla mia testa?>, questo la prima volta che ho aperto gli occhi. La mano andava da sola, in tutti i casi" (4\_MF);

"Il braccio all'inizio era troppo pesante" (5\_GE);

"Una sensazione molto naturale" (6-BL);

"Un po' stanca adesso. Sapevo quello che scrivevo, ma era come se lo dovessi fare" (7\_BV);

"C'era poco tempo, non mi sono rilassata come mi aspettavo" (9\_SF);

"La prima cosa era più semplice da scrivere" (10\_VD);

"Sentivo dei movimenti interni ... Sono andata giù ... La mano voleva scrivere e l'ho lasciata da sola. Qualcosa l'avrebbe scritta ... <attrice>. Strana sensazione aprendo gli occhi per scrivere ... riconosco la mia calligrafia, ma come se l'avessi lasciata andare senza guidarla" (11\_MV).

### **Bibliografia**

- 1) Cornoldi C. *Apprendimento e memoria nell'uomo* Utet, Torino, 1987
- 2) Erickson M.H. *La mia voce ti accompagnerà* Astrolabio, Roma, 1983
- 3) Erickson M.H. *Le nuove vie dell'ipnosi* Astrolabio, Roma 1978
- 4) Gagliardi, *Aggiornamenti psicofisiologici della scrittura automatica o da incorporazione* Atti del XII' Congresso Nazionale di ipnosi e psicoterapia ipnotica, Milano 2001
- 5) Gagliardi e Margnelli, *Psicoterapia ipnotica: fondamenti biologici della ristrutturazione della coscienza*, Atti del X° Congresso Nazionale di ipnosi e psicoterapia ipnotica, Milano 1995
- 6) Iavi C., Ricci F., Gherri E., Rubichi S. *Hypnotic suggestion modulates cognitive conflict: the case of the flanker compatibility effect* in corso di pubblicazione
- 7) LA I. e Ingham H., *Dinamica delle relazioni interpersonali* ISEDI, 1985
- 8) Margnelli, *Stimolazione della creatività in ipnosi* Atti del XIV Congresso Nazionale di ipnosi e psicoterapia ipnotica, Milano 2001
- 9) Margnelli M., *Neurobiologia della trance ipnotica* Atti del XIII° Congresso Nazionale A.M.I.S.I., Milano 2004
- 10) Mosconi C. *Teoretica e pratica della psicoterapia ipnotica* Franco Angeli, Milano 1998
- 11) Revonsuo A. e Kallio S. *Hypnotic phenomena and altered states of consciousness: a multilevel framework of description and explanation* Contemporary Hypnosis (2003), Vol. 20, N° 3, 2003, pp. 111 - 164
- 12) Ricci F., *La pratica dell'ipnosi nella relazione tra terapeuta neoericksoniano e paziente* Atti del XIII' Congresso Nazionale di ipnosi e psicoterapia ipnotica, Milano, 2004
- 13) Ricci F. e Scaglietti L., *Contributo dell'ipnosi ad un approccio multidimensionale nella terapia dei disturbi depressivi*, comunicazione libera, Conferenza Internazionale *Update on the treatment of affective disorders*, Policlinico di Modena, 2002
- 14) Scuola Europea di Psicoterapia Ipnotica *Terzo manifesto teorico – didattico* Rivista italiana di ipnosi e psicoterapia ipnotica, Maggio 2002

**Tratto da "Rivista Italiana di Ipnosi e Psicoterapia Ipnotica", anno 26 N. 2 – MAGGIO 2006**