

# LA TRANCE IPNOTICA PROFONDA

## Ricerca sperimentale con il Test di Rorschach e modalità di realizzazione

Dott. Giuseppe Vercelli

SUISM Scuola Universitaria Interfacoltà in Scienze Motorie, Università di Torino

### **Indice**

*Fasi della ricerca*

*Introduzione*

*La trance ipnotica profonda: Definizioni e classificazioni del sonnambulismo*

*Obiettivo della ricerca*

*Presupposti sperimentali*

*Strumento di indagine*

*Tecniche di induzione ipnotica utilizzate per la ricerca*

*Analisi dei risultati: caratteristiche strutturali comuni nei soggetti ipnotizzati, analisi dello specchio dei computi del Rorschach*

*Struttura di personalita' dei soggetti esaminati e relazione con il sonnambulismo*

*Utilizzo dei risultati della ricerca per favorire il raggiungimento dello stato sonnambulico in ogni soggetto*

*La funzione fondamentale di WISDOM e degli algoritmi elaborativi per la causa ipnotica*

*Nuovo modello di definizione della trance: Metafora della spirale*

*Dipinto sotto trance sonnambulica Blotto*

*Conclusioni*

*Bibliografia*

*"Nel sonno e nel sogno riviviamo la fase primordiale dell'umanità. Il sogno ci riporta negli strati remoti della civiltà e ci fornisce il mezzo per capirli meglio" (F. Nietzsche) "Il dio ha creato i sogni per indicare agli uomini la strada su cui possano scorgere l'avvenire" (Testo Sapienziale egizio, 2600-2000 a.C.)*

## **Fasi della ricerca**

La presente ricerca ha l'obiettivo di chiarire i meccanismi che permettono la trance ipnotica profonda in alcuni individui al fine di esportare e stimolare questi meccanismi nel resto della popolazione, fornendo a tutti le chiavi di accesso agli stati sonnambulici. Il percorso sperimentale seguito è stato il seguente:

- Selezione di 2 soggetti sonnambulici su un campione di 45 soggetti indotti in ipnosi
- Somministrazione del reattivo di Rorschach per lo studio delle caratteristiche strutturali di personalità dei 2 sonnambulici
- Identificazione degli indici simili e di quelli probabilmente legati alla capacità di raggiungere lo stato sonnambulico
- Proposta di un modello di interpretazione della trance ipnotica
- Utilizzo degli algoritmi cognitivi di WISDOM, Apprendimenti e linguaggi del dott. Fabio Rondot, per l'interpretazione del modo di operare del soggetto e l'addestramento al sonnambulismo.

## **Introduzione**

Tutte le scienze hanno avuto un'origine comune nella magia e nella superstizione, ma nessuna è stata lenta come l'ipnosi nello scrollarsi di dosso le suggestioni sovranaturali delle origini. Ancora oggi l'ipnosi è confinata all'interno degli studi di pochi specialisti che talvolta vengono fraintesi nei loro intenti e nelle loro competenze, sebbene l'umanità del terzo millennio viva in un mondo di suggestioni e di segnali post-ipnotici trasmessi dai media, sfruttati dalla pubblicità, utilizzati dalla politica. Gli stati di trance ipnotica profonda hanno la peculiarità di realizzare profondi cambiamenti e condizionamenti nelle persone che li sperimentano, spesso senza esserne consapevoli. Quando la trance profonda è indotta per motivi terapeutici, la persona può utilizzare le proprie risorse per trarne beneficio ed attivare potenti meccanismi terapeutici. La presente dissertazione prende spunto da un dato non condiviso dall'autore, e cioè che solo il 10% circa della popolazione possa raggiungere uno stato di trance profonda e definita come sonnambulica (Barber e coll., vari autori in letteratura). E' opinione personale che la trance sonnambulica possa altresì essere raggiunta dalla maggioranza della popolazione qualora venga trovata una "chiave di attivazione". L'ipotesi restrittiva del 10% della popolazione implicherebbe, per questa percentuale, una struttura psichica che funzioni diversamente rispetto alla grande maggioranza restante. Si può però parlare, giustamente, di una "predisposizione" maggiore al sonnambulismo da parte di certi soggetti piuttosto che altri, ma ciò permette di supporre che l'allenamento e l'addestramento al raggiungimento di tale stato è teoricamente e praticamente possibile per la maggioranza della popolazione.

**La trance ipnotica profonda: definizioni e classificazioni del sonnambulismo.**

La ricerca della trance profonda nei soggetti ipnotizzati è l'obiettivo di molti ipnotisti. Lo stato di trance profonda permette la realizzazione di una vasta fenomenologia, il soggetto risponde immediatamente alle suggestioni date dall'ipnotista, il rapporto ipnotico diventa ricco ed estremamente utile al soggetto se l'ipnotista sa gestirlo creativamente, l'ipnotizzato torna allo stato di veglia con concrete modificazioni ed aumentato equilibrio psico-fisico, a volte è possibile assistere a manifestazioni cosiddette paranormali, in conseguenza ad una regressione dell'Io. Nella letteratura ipnotica si leggono diverse definizioni di trance profonda, spesso sinonimo di sonnambulismo, come caratterizzata da precise fenomenologie. **Davis e Husband**, per esempio, nella loro scala dell'ipnotizzabilità, definiscono la trance profonda come caratterizzata da: capacità di aprire gli occhi senza modificare la trance; suggestioni post-ipnotiche fantasiose; sonnambulismo completo; allucinazioni visive positive, post-ipnotiche; allucinazioni uditive positive, post-ipnotiche; amnesie post-ipnotiche sistematizzate; allucinazioni uditive negative; allucinazioni visive negative, iperestesie. Tale scala è costituita da 30 gradi di profondità e la trance profonda inizia con il grado 21. La scala della profondità individuata da **Davis e Husband** non è tuttavia condivisa da tutti gli autori, sebbene permetta una rappresentazione metaforica della diversa intensità della trance ipnotica. Per meglio comprendere le caratteristiche degli stati di trance profonda, prendiamo in considerazione alcune interessanti definizioni ed interpretazioni del sonnambulismo date da ipnotisti moderni e del passato. Nel libro intitolato "Trasmissione del Pensiero e Ipnotismo" del Prof. Magno Occultis (**Carlo Surchi**), edito nel 1934, si può leggere: "...che cosa è il sonnambulismo? E' la fase ipnotica più facilmente ottenibile, e la più importante dal lato scientifico e pratico. Esso è caratterizzato da una completa rilassatezza muscolare, da un senso di infinita calma del volto, e dalla assoluta passività con cui il soggetto riceve le suggestioni e le pone in atto. Molte volte è accompagnato da anestesia spontanea, che in ogni modo può essere sempre provocata per suggestione. In questo stato il soggetto ubbidisce fatalmente e interamente alle suggestioni che l'ipnotizzatore gli dà, a meno che queste non contrastino vivamente con le sue profonde convinzioni e con i suoi sentimenti morali; nel qual caso pare che la forza dell'istinto, la forza della coscienza insorga arditamente contro la volontà dell'ipnotizzatore, ed in questa lotta interna il soggetto cade in crisi nervosa. Una manifestazione importantissima del sonnambulismo e che merita una discussione un po' più profonda è il sonnambulismo lucido o chiaroveggenza. Non parlo del fenomeno che tutti bene conoscono e che si può riassumere in queste poche parole: Il Sonnambulo lucido vede senza il concorso degli occhi ed a distanze di tempo e di luogo anche grandissime. Spiegare il sonnambulismo non è nelle nostre pretese. Abbiamo già detto che il fattore della nostra vita, secondo noi, è un quid per quanto incognito altrettanto reale che abbiamo chiamato "Psiche" e che, per i suoi caratteri, abbiamo definito ente spirituale. Ora lo spirito non conosce limiti di tempo e di spazio: quindi nelle condizioni speciali del sonnambulismo, lo spirito è come momentaneamente liberato dal corpo, si trova cioè nelle sue vere condizioni di essere e per lui non esiste più lo spazio. Naturalmente il sonnambulismo non può indovinare il futuro, poiché il futuro come tale non esiste, ma esisterà solamente quando sarà diventato presente; e se qualche volta pare che il sonnambulo indovini il futuro, questo è solo perché la profezia è conseguenza logica del presente e che pur

tuttavia non si poteva prevedere in condizioni normali." Inoltre: " Lo stato ipnotico più interessante nei rapporti sperimentali è il sonnambulismo. Un metodo che conduce rapidamente l'ipnotizzato al sonnambulismo, consiste nello sfregare con una certa energia la palma destra della mano al centro della testa dell'ipnotizzato. Il sonnambulo ha liberi e sciolti tutti i suoi movimenti, ma quando sta fermo somiglia al letargico. Nel sonnambulo si ha accrescimento della forza fisica, esaltazione dei sensi e delle facoltà mentali. La vista, l'odorato e l'udito si acquiscono al massimo grado." L'autore fa inoltre una interessante distinzione tra sonnambulismo e letargia: "... in questo stato pare che la coscienza del soggetto più non esista. I suoi sensi sono del tutto isolati dalle influenze esterne e tutte le funzioni della vita organica sono ridotte ai minimi termini. Così vediamo degli animali, come molti rettili, dormire per dei mesi interi senza nutrirsi affatto. Il loro bilancio organico è equilibrato a spese del grasso che si è accumulato nei tessuti adiposi durante i mesi di vita normale. Non apparirà quindi strano se i fahiri indiani, avendo forse scoperto le leggi che regolano questo fenomeno, riescono a provocarlo su loro stessi e sia loro possibile la vita anche sepolti per molti giorni. Noi possiamo riprodurre il fenomeno della letargia soltanto attraverso lo stato catalettico e durante il suo svolgimento nessuna suggestione ha presa sull'animo del soggetto." In epoca precedente, è al marchese di **Puységur** che va il merito della scoperta "casuale" del sonnambulismo artificiale, nata dall'osservazione di un suo giovane paziente in uno stato particolare, uno stato di sonno apparente accompagnato da una attenzione più vigile e da una intelligenza più brillante di quella della veglia. Egli la descrive inizialmente come "anomalia" ed inizia a studiarla mettendo in evidenza alcune caratteristiche psicologiche specifiche dello stato sonnambolico riconducibili ad una ipermnesia, una amnesia post-sonnambulica ed un comportamento infantile: il sonnambulo si comporta spesso come se fosse tornato indietro negli anni. **Deleuze** descrive così lo stato sonnambolico. " Allorchè il magnetismo produce il sonnambulismo, l'essere che si trova in tale stato acquista una estensione prodigiosa nelle facoltà dei sensi, molti dei suoi organi esterni, ordinariamente quelli della vista e dell'udito, sono assopiti, e tutte le sensazioni che ne dipendono avvengono interiormente. In questo stato vi è un numero infinito di gradazioni e varietà; ma per giudicare bene, bisogna esaminarlo a molta distanza dallo stato di veglia... il sonnambulo ha gli occhi fissi e dagli occhi non vede, non ode dalle orecchie, ma vede ed ode meglio dell'uomo sveglio; egli non vede e non ode che quelli coi quali egli è in rapporto. Vede solo quello che guarda e ordinariamente guarda soltanto gli oggetti sui quali si richiama la sua attenzione. E' sottoposto alla volontà del suo magnetizzatore. Percepisce il fluido magnetico. Vede, o meglio sente, l'interno del suo corpo e quello degli altri; ma, ordinariamente ne rimarca solo quelle parti che sono allo stato normale o ne turbano l'ordine. Ritrova nella sua memoria il ricordo delle cose che aveva dimenticato durante la veglia." L'abate **Faria** (1813), un sacerdote portoghese che affermava di essere un brahmano indiano, aprì a Parigi una scuola di "sonno lucido" attirando l'attenzione sugli strani fenomeni del magnetismo e del sonnambulismo. **Faria** riteneva che i diversi fenomeni sonnambolici, l'amnesia post-ipnotica, le modificazioni fisiologiche dei sonnambuli, non potevano in nessun modo essere attribuite all'azione di un fluido, o a un particolare rapporto tra magnetizzatore e magnetizzato, ma piuttosto a particolari caratteristiche dei soggetti che cadevano in trance. "Non si

creano sonnambuli...tutte le volte che si vuole ma soltanto quando si trovano individui adatti, cioè che sono già sonnambuli naturali." Per l'abate **Faria** inoltre il sonno lucido o sonnambulismo, non differisce in nulla dal sonno naturale. Ritiene inoltre che lo stato sonnambulico non nasca dal pensiero del magnetizzatore ma dalla compiacenza che il soggetto dimostra nei suoi confronti. **Charcot** distingueva tra piccolo ipnotismo e grande ipnotismo. Il grande ipnotismo era caratterizzato e suddiviso in letargico (sonno profondo), catalettico (inerzia psichica e muscolare), sonnambulico (ipereccitabilità cutanea). Altri autori più recenti (**Walton**, 1961) riferiscono il "buon esito" della terapia ideata per un soggetto sonnambulo (il sonnambulismo era classificato come disturbo dissociativo isterico nel DSM II), come conseguenza di estrema timidezza e inibizione, specialmente nel rapporto con la madre rigida ed autoritaria, guarito tramite l'apprendimento del training assertivo. La metafora classica nello studio dell'ipnosi consiste nel rapportare la condotta dell'ipnotizzato a quella del sonnambulo onirico. Essa è solitamente reificata al punto che quando ci si riferisce allo stato sonnambulico come uno degli stati più avanzati della trance, taluni ritengono che effettivamente l'ipnotizzato presenti la stessa situazione fisiopsichica del sonnambulo onirico. **Barber** ha mostrato come gli studi sul sonnambulismo hanno provato che il sonnambulo onirico, contrariamente all'ipnotizzato, durante l'episodio di sonnambulismo presenta un elettroencefalogramma che dimostra che egli rimane addormentato, inoltre ha movimenti rigidi e stentati, una notevole inconsapevolezza di ciò che lo circonda, un livello di attività motorie estremamente basso ed uno sguardo fisso ed attonito; difficilmente risponde a qualcuno che gli parla e per attirare la sua attenzione è necessario parlare in continuazione per interrompere i suoi movimenti; quando poi risponde ha la tendenza a mormorare o a parlare in maniera vaga e distaccata; difficilmente inoltre quando gli si ordina di svegliarsi egli obbedisce, per svegliarlo occorrono persistenti manovre, come per esempio scuoterlo, chiamarlo più volte. **Granone** descrive lo stato sonnambulico come conseguente ad una trance profonda e illustra come possano, in questo passaggio, presentarsi due evenienze diverse. A volte il soggetto si trova in uno stato di profonda passività e abbandono, una specie di letargia dalla quale è difficile farlo uscire; altre volte il paziente è più attivo, apre gli occhi, cammina, dapprima impacciato ed intorpidito, e poi sempre più spigliato e normale. **Granone** aggiunge inoltre che, sebbene i due stati attivo e passivo siano molto differenti, essi sono alquanto vicini poiché l'apatico diviene attivo se l'ipnotizzatore gli ordina di aprire gli occhi. Occorre inoltre agire con prudenza in questi casi di trance profonda, in quanto vi è una profonda dissociazione tra conscio ed inconscio. **Pavesi** e **Mosconi** ritengono che per utilizzare tutte le potenzialità dell'individuo sia opportuno ricorrere a tecniche allucinatorie e sonnambuliche, consigliando per esempio l'allenamento alla scrittura automatica e alle allucinazioni visive. Milton **Erickson** descrive la trance profonda come " quel livello di ipnosi che permette al soggetto di funzionare adeguatamente e direttamente ad un livello di consapevolezza inconscio, senza che la mente cosciente vi interferisca". Il soggetto che si trova in trance profonda funziona secondo la sua competenza inconscia, indipendentemente dalle forze alle quali di solito la sua mente cosciente risponde; si comporta in conformità alla realtà che per la sua mente inconscia esiste in quella data situazione ipnotica. Mentre si trova in trance profonda, il suo mondo della realtà è costituito da concetti,

ricordi ed idee. La realtà ambientale esterna da cui è circondato è pertinente solo se ed in quanto è utilizzata nella situazione ipnotica. La realtà della trance profonda deve necessariamente accordarsi con i bisogni fondamentali e con la struttura della personalità totale. Sempre secondo **Erickson**, le trance profonde possono essere classificate, per facilitarne l'inquadramento, in sonnambuliche e stuporose. Nel soggetto bene allenato la trance sonnambulica è quel tipo di trance in cui il soggetto è apparentemente sveglio e funziona bene, adeguatamente e liberamente nella situazione ipnotica totale, in maniera analoga a quella di una persona non ipnotizzata che operi in stato di veglia normale. Un soggetto bene allenato non è uno a cui si sia laboriosamente insegnato a comportarsi in un certo modo, ma un soggetto allenato a basarsi completamente sui propri modelli inconsci di risposta e di comportamento. La trance stuporosa è caratterizzata principalmente da un comportamento responsivo passivo contraddistinto da un ritardo psicologico e fisiologico. Manca quel comportamento spontaneo e quell'iniziativa che, se si lasciano sviluppare, sono tipici del comportamento sonnambulico. E' probabile che vi sia una marcata perseverazione del comportamento responsivo incompleto e vi è una netta perdita della capacità di apprezzare il sé. Lo stato più simile a quello stuporoso è lo stato di narcosi. Lo stato stuporoso pare essere difficile da ottenere in molti soggetti perché probabilmente si oppongono ad abbandonare la consapevolezza di sé stessi come persone. **Rossi** descrive inoltre la trance profonda commentando che in questo stato non significa che il paziente sia incosciente o stuporoso, significa che l'attenzione del paziente è intensamente focalizzata su ciò che è rilevante, così che ogni altra cosa è ignorata. Il paziente che segue esattamente le parole dell'ipnotista è in stato sonnambulico. Le caratteristiche del sonnambulismo sono tre: 1) rapporto intenso con l'ipnotista; 2) capacità di seguire esattamente le osservazioni dell'ipnotista che concordano con i bisogni del soggetto; 3) la mancanza di iniziativa mentale. Lo stato sonnambulico non significa che il paziente sia un automa, ma che ha una relazione straordinariamente buona con l'ipnotista. E' la mente conscia che è perplessa. Vediamo infine la definizione di sonnambulismo onirico e le caratteristiche di questo stato. L'immagine del sonnambulo che cammina a braccia tese sui tetti, in camicia da notte, appartiene solo alla letteratura. Nessuno ha mai visto un sonnambulo in questa situazione. Il sonnambulismo viene considerato dagli specialisti un disturbo del risveglio, una difficoltà nel coordinare i centri che presiedono il passaggio dal sonno alla veglia. E' come se il cervello "non ce la facesse" ad uscire completamente dal sonno, ma mandasse comunque dei segnali motori che già appartengono alla veglia. Il sonnambulismo onirico non può avvenire durante la fase REM, quella dei sogni, perché in questa fase il corpo è paralizzato ed i muscoli non rispondono. E' di solito durante il sonno lento che si verificano queste deambulazioni notturne. Lo stato in cui si trova il sonnambulo è quello del "dormiveglia", di un risveglio parziale senza l'attivazione della coscienza. Il sonnambulo può vagare per casa evitando gli ostacoli: i suoi occhi sono aperti. Il fenomeno può prolungarsi per un tempo che va da qualche minuto a mezz'ora. Raramente i sonnambuli commettono errori tali da metterli in pericolo, sebbene, in teoria, potrebbero per esempio uscire da una finestra. La capacità di muoversi e camminare, di aggirare ostacoli, o anche di compiere piccole azioni come bere un bicchiere d'acqua, non stupiscono più di tanto, poiché avvengono al di fuori della coscienza in modo automatico. Vi è

inoltre un sonnambulismo completamente diverso, denominato pseudo-sonnambulismo, tipico degli anziani. Le persone che ne sono colpite possono alzarsi e camminare ma i meccanismi cerebrali che sottostanno a questo stato vanno ricercati nella fase REM, in quanto questi individui non hanno una paralisi muscolare in questa fase. Vi sono persone che "mimano" ciò che stanno sognando e le loro azioni sono coerenti con le immagini che vengono sognate.

### **Obiettivo della ricerca**

L'obiettivo di questa ricerca è di indagare la struttura di personalità e le caratteristiche di un gruppo molto specifico di soggetti che, opportunamente indotti in ipnosi, realizzano un repentino stato di trance profonda, definito come sonnambulico, con la realizzazione di una fenomenologia ben precisa. Viene inoltre proposto un nuovo modello metaforico per illustrare la "profondità di trance", inteso come un continuum a spirale che parte dalla veglia e sfocia nel sogno, secondo l'approccio costruttivista. Infine, viene illustrata l'utilità degli Algoritmi Cognitivi di WISDOM per la comprensione della modalità privilegiata di funzionamento dell'individuo, al fine di attivare i meccanismi che permettano l'instaurarsi della trance profonda.

### **Presupposti sperimentali**

La ricerca è stata effettuata presso il Dipartimento di Psicologia dello Sport della Scuola Universitaria Interfacoltà in Scienze Motorie, Università di Torino. Sono stati indotti in trance 45 soggetti, con lo scopo di selezionare 2 soggetti che andassero immediatamente in uno stato di trance profonda che rispettasse le seguenti regole: • repentino raggiungimento della trance profonda • • amnesia post-ipnotica totale • • analgesia e anestesia • • regressione di età e rivivificazione • • capacità di mantenere la trance ad occhi aperti • • efficacia del segnale post-ipnotico di recupero immediato della trance al tocco dell'ipnotista Identificati i 2 soggetti che più similmente tra loro rispettavano i criteri utilizzati per la definizione di trance profonda sonnambulica, ad ognuno di loro è stato somministrato il test di Rorschach, secondo il metodo della Scuola Romana Rorschach, allo scopo di indagare la loro struttura di personalità ed evidenziare eventuali similitudini nello psicogramma. I protocolli Rorschach dei sonnambulici sono stati inoltre confrontati con il protocollo di una donna capace di realizzare una trance "medianica" vigile, non riscontrando similitudini significative.

**Strumento di indagine** Test di Rorschach, secondo il metodo della Scuola Romana Rorschach, Roma. Il test proiettivo di Rorschach rappresenta, in succinto ma specificamente, l'insieme degli stimoli ambientali che giungono di continuo al nostro cervello, e riassume quindi egregiamente la realtà esterna. Il test rileva le differenti disposizioni intellettive ed affettive dei soggetti, permettendo di comprenderne i molteplici dinamismi.

### **Tecniche di induzione ipnotica utilizzate per la ricerca**

Metodo del barcollamento unito alla fissazione diretta dello sguardo. Approfondimento della trance tramite conteggio progressivo sincrono al respiro e rotazione del braccio.

## **Analisi dei risultati: Caratteristiche strutturali comuni nei soggetti esaminati, analisi dello specchio dei computi del Rorschach**

L'esame dei risultati ottenuti dall'elaborazione dei Rorschach somministrati (riportati in Appendice) evidenzia alcune caratteristiche comuni ai soggetti, che possono essere così riassunte.

- Presenza di interpretazioni intramaculari (Dim, DimD) superiori all'8%, che denotano un certo senso critico e la capacità di vedere "l'altra faccia" della realtà.
- Risposte inquadrabili nelle Categorie di Contenuti 2 e 6, con percentuali che risultano essere significative. In particolare le risposte inquadrabili nella Categoria 2 indicano forme difensive incentrate sulla scissione ed atteggiamenti regressivi che investono tutte le strutture psichiche. Le risposte inquadrabili in Categoria 6 indicano problemi di identità, forme esibizionistiche, affettività ambigua e manipolativa.
- Presenza di Manifestazioni Particolari altamente significative in tutti i protocolli. Risposte rispecchio (RI) e Rilievo di Simmetria (RS), confabulazioni di primo e secondo livello e contaminazioni di primo e secondo livello. I rispecchi di persone, cose, paesaggi, ... sono interpretazioni che depongono per uno spiccato narcisismo. Secondo **Morgenthaler** si tratta di individui che pensano sempre all'impressione che il proprio comportamento fa alle altre persone. Le interpretazioni di colore puro denotano passività. L'analisi delle cromestesi dell'individuo indica il suo grado di emotività. Interpretazioni CF rivelano un'affettività che desidera l'adattamento, ma non riesce a raggiungerlo: siamo in presenza di una personalità egocentrica, dall'affettività labile, estrosa, lunatica, incapace di serrare un vero legame affettivo con l'oggetto. Di qui deriva l'**impressionabilità** ed anche la **suggestionabilità** di questi individui, facili prede delle influenze affettive di altre persone. Circa la suggestionabilità, essa sarà minore se alle CF si accompagnano molte Dim, mentre sarà "intensiva" (cioè difficile da ottenersi ma duratura) se accanto alle CF si avranno molte M. Questo perché le Dim inibiscono l'affettività, mentre le M razionalizzano e quindi, in un certo modo, frenano le spinte suggestive.
- Vi è inoltre presenza di **perseverazione** e **viscosità** nelle risposte, soprattutto nelle Tavole colorate VIII, IX e X: questa caratteristica dei soggetti risulta particolarmente significativa per la presente ricerca. Viene notata una certa stereotipia del pensiero e la presenza di **perseverazione** viene intesa come il potere di persistenza di contenuti rappresentativi, cioè la loro tendenza ad imporsi di per sé stessi alla coscienza del soggetto. In alcuni casi si nota addirittura "**viscosità del tema**", in cui il soggetto aderisce ad un contenuto generale sviscerandolo in numerose risposte che lo riguardano.
- Tutti i soggetti compiono diverse rotazioni durante le interpretazioni.
- Sono presenti diverse risposte "Radiografia" che possono significare "guardarsi dentro" o guardare dentro agli altri.
- Il tempo medio di latenza risulta essere nella norma.
- Il modo di comprensione rilevato è identico per i soggetti esaminati e cioè del tipo G\* (D) Dim\*, indicando essenzialmente una intelligenza di tipo astratto.
- Il valore di F+% è piuttosto basso, sotto la media, così come l'indice di realtà che risulta essere 4.
- Gli indici G% ( R ) sono abbastanza elevati, così come G+% ( G ) risulta avere valori simili per i soggetti, compreso tra 53 e 62.
- L'indice di impulsività è superiore alla media.
- L'indice di autocontrollo non è mai elevato e risulta per un soggetto praticamente assente.



## **Struttura di personalità dei soggetti esaminati e relazione con il sonnambulismo**

Da quanto emerso dall'analisi approfondita della struttura di personalità dei soggetti, effettuata con il Rorschach e con colloqui clinici di valutazione psicodiagnostici, si può ragionevolmente ipotizzare che coloro che vanno automaticamente e repentinamente in trance sonnambolica hanno una fissazione sulle Tavole colorate (non riescono a sganciarsi dalla prima percezione, quindi le risposte date sono conseguenti e dipendenti dalla prima risposta) attuando meccanismi di perseverazione delle risposte e viscosità del tema. Al fine del raggiungimento dello stato sonnambolico pare quindi determinante il coinvolgimento del soggetto su uno stimolo emotivo personale particolarmente significativo.

## **Utilizzo dei risultati della ricerca per favorire il raggiungimento dello stato sonnambolico in ogni soggetto**

Per identificare il "modus operandi" del soggetto da ipnotizzare gli strumenti ritenuti più idonei sono l'identificazione delle metafore personali del soggetto ed una approfondita analisi della sua struttura cognitiva. Si propone quindi di utilizzare un questionario con metafore che permetta di evidenziare un continuum emotivo, e la somministrazione di WISDOM, per l'identificazione dei metaprogrammi del soggetto, al fine di sfruttare l'effetto "perseverazione/viscosità" per raggiungere lo stato di trance profonda. Wisdom è un "test" che viene eseguito su calcolatore. Il soggetto deve rispondere ad una serie di item di vario tipo, come descritto in seguito, semplicemente utilizzando il mouse del computer. L'elaborazione dei risultati avviene automaticamente ed in tempo reale, rendendo snello ed efficace il test. WISDOM, in concessione da Apprendimenti e Linguaggi del dott. Fabio Rondot al Dipartimento di Psicologia dello Sport di Torino, si basa su 15 item fondamentali: 1. Rappresentazioni Sensoriali (Visivo &mdash; Auditivo &mdash; Kenestesico) 2. Referenti Privilegiati (Persone &mdash; Oggetti &mdash; Luoghi) 3. Modalità di Comparazione (Similitudini &mdash; Differenze) 4. Grado di definizione linguistica 5. Andamento nei Livelli Logici 6. Dimensionamento Temporale 7. Andamenti Temporalmente 8. Collocazione nello Spazio 9. Immediatezza del feedback 10. Focalizzazione dell'Attenzione 11. Referenza Privilegiata 12. Informazioni - Azioni 13. Collocamento nel Gruppo 14. Ricollocamento nel Gruppo 15. Rapporto Qualità &mdash; Quantità (relativamente alle informazioni). Offre indicazioni relativamente alle modalità di agire nel quotidiano cui un individuo fa riferimento; detto in altri termini delinea un profilo delle strategie abitualmente utilizzate per svolgere un compito, rapportarsi ad un interlocutore e/o ad un obiettivo. Consente di far esplicitare l'organizzazione semantica che sottende un pensiero ; detto in altri termini aiuta a definire reti di "parole chiave" tra loro coordinate al fine di rendere coerente e maggiormente condivisibile una descrizione, un pensiero, un termine. Consente di rintracciare l'allineamento valoriale di un singolo soggetto rendendo evidente il flusso delle energie e dunque delle disponibilità e del grado di motivazione\motivabilità del soggetto. Possiamo infatti pensare che, metaforicamente, i valori assolvano per le persone la funzione che i vettori svolgono per la fisica... indicano direzione, intensità, durata dell'energia e

dunque, per quel che riguarda le persone, della determinazione dell'orientamento, della disponibilità. Relativamente a specifiche contestualizzazioni consente di rendere espliciti i presupposti cui un singolo soggetto fa riferimento rendendone così comprensibile l'impianto "epistemologico" di riferimento. Prendendo come termine di paragone la geometria il singolo soggetto passa da un livello di "utilizzo" di alcuni teoremi, alla "scoperta- comprensione" degli assiomi che ne determinano coerenze, campi di applicazione e, conseguentemente, efficacia. In conclusione Wisdom consente di:

- avere un quadro di riferimento complessivo relativamente alle informazioni raccolte
- definire e "pesare" le aspettative di un soggetto relativamente ad un interlocutore
- rintracciare all'interno di un gruppo di persone quella che più si avvicina al profilo ideale definito.

Fornisce:

- profili e materiale cartaceo da lasciare in dotazione ai partecipanti
- indicazioni di percorsi di allenamento
- indicazioni di specifici esercizi

### **La funzione fondamentale di WISDOM e degli Algoritmi Elaborativi per la**

**causa ipnotica** Gli esseri umani non operano direttamente sul mondo che vanno sperimentando, ma operano attraverso le trasformazioni sensoriali che di esso acquisiscono. Dunque la "verità" piuttosto che un criterio di misura assoluto della realtà può essere considerata la metafora che assurge a "spiegazione di un evento" in un dato spazio-tempo... Ogni individuo vive costantemente in una doppia dimensione, una sorta di universo al tempo stesso interno ed esterno. Così capita di essere assolutamente conquistati dal piacere di camminare in un paesaggio incontaminato e contemporaneamente di addentrarci sempre più lungo i sentieri tracciati da un ragionamento o da una fantasia; l'ubiquità negata dalla dimensione fisica dell'universo ci è dunque concessa dall'incessante ricerca di una possibile armonia. Se è vero che "la mappa non è il territorio", è altrettanto percepibile che il luogo ove queste due istanze risiedono è solo apparentemente l'esterno per il territorio e l'interno per la mappa; così come ciò che le separa è solo apparentemente la nostra fisio-psicologia. Un osservatore attento è in grado di cogliere che esistono mappe poste all'esterno (pensiamo ad una fotografia o ad uno spartito musicale) e territori posti all'interno (pensiamo ad una sensazione, una fantasia, un archetipo di junghiana memoria). In questo senso l'esperienza ci racconta che mappe e territori interagiscono in una relazione che rispetta solo parzialmente le leggi della causalità; e dunque, tale relazione per essere meglio compresa andrà considerata presupponendo un livello di complessità più elevato. Troviamo un chiaro esempio di tutto ciò nelle parole di **Mozart**, che sono chiaramente la descrizione di uno stato di trance ipnotica, forse coinvolgenti meccanismi di perseverazione e viscosità : "Può accadere durante un viaggio, in carrozza, oppure dopo un buon pasto, o durante una passeggiata, o di notte, quando non riesco a dormire: le idee allora arrivano a fiumi, e sono le migliori. Quelle che mi piacciono, le tengo a mente e le canticchio tra me e me; le altre invece mi dicono pochissimo. Quando già tengo ferma qualche cosa, me ne viene una dietro l'altra, che ci potresti tinger dentro il pane a forza di contrappunto, di timbro dei diversi strumenti eccetera. E così l'anima s'accalora, sempre che io non venga disturbato: e il tutto va crescendo sempre di più, e io lo rendo sempre più ampio e chiaro, sicché arriva veramente a diventare quasi concluso nella mente, anche se è molto lungo, come un bel quadro o una bella persona, e ascoltarlo nell'immaginazione, non di seguito,

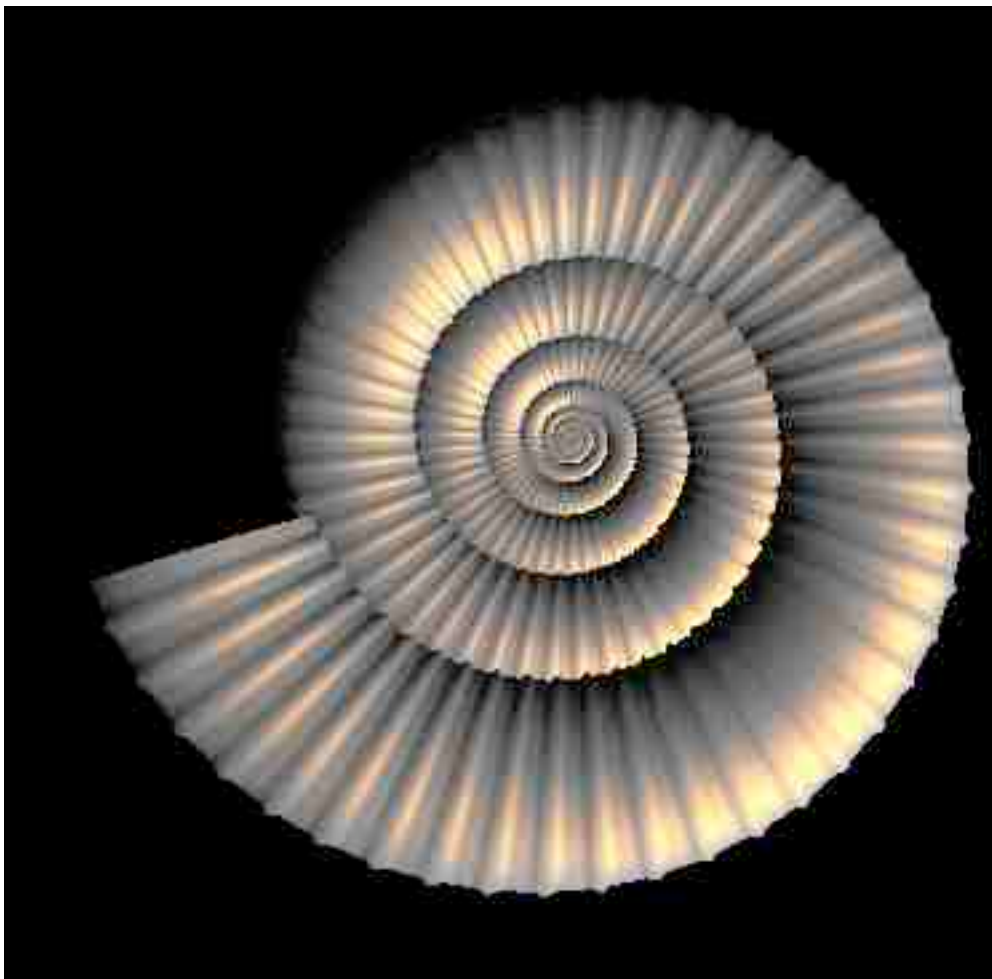
quale poi dovrà riuscire, ma in qualche modo tutto assieme subito: che banchetto! Tutto, trovare e fare, mi succede come in un sogno bello, forte. Ma ascoltare il tutto, così nell'insieme, è davvero la cosa migliore". Siamo dunque necessitati ad attribuire un senso\significato ad ogni evento che attiva il nostro apparato sensoriale e per conoscere una qualsiasi cosa questa deve per definizione passare attraverso la strettoia elaborativa delle nostre percezioni. Ogni stimolo per poter arrivare a destinazione (nel mondo interno) dovrà però superare non solo i filtri fisiologici, rientrando nella gamma del percepibile a livello sensoriale, ma dovrà anche essere riconosciuto come "stimolo significativo" a livello cognitivo (sappiamo bene che le figure geometriche sono percepibili solo da persone che abbiano ricevuto una educazione scolastica) ed essere accettabile sul piano affettivo non attivando meccanismi di difesa (quali ad esempio la negazione ). Per meglio comprendere, facciamo riferimento ad una proiezione di diapositive a colori osservate ad una distanza di 10 metri da un daltonico, da un miope, da un normo-vedente. Pensiamo ora che le stesse diapositive siano osservate da un fotografo professionista e da un neofita; e ancora pensiamo che le diapositive siano viste da una persona innamorata di chi le ha scattate e da un'altra che invece prova per la stessa profondo rancore. E' possibile che il daltonico e il miope abbiano la stessa quantità-qualità di percezioni? E i dettagli osservati dal fotografo professionista saranno per numero e complessità simili a quelli del neofita? E ancora, chi ama percepisce la stessa qualità-quantità di sensazioni di chi odia? Così, ogni qual volta un individuo si trova nella condizione di voler\dover elaborare l'ambiente non può far altro che utilizzare la propria organizzazione fisio-psicologica ed è in questo senso che gli algoritmi utilizzati possono essere pensati come "mediatori fisiologico-cognitivo-affettivi" della relazione tra quanto nel tempo è entrato a far parte della struttura stessa dell'individuo e quanto è parte integrante dell'ambiente. Metaforicamente quanto affermato è pensabile come una clessidra le cui ampole rappresentano l'una l'ambiente esterno all'individuo (il mondo); l'altra, il suo ambiente interno (ciò che si crea dalla continua interazione tra l'organizzazione fisiologica, affettiva e cognitiva). Ogni qual volta un'informazione passa da un'ampolla all'altra la trasduzione è resa possibile da modalità (abitudini) di elaborazione che chiameremo "algoritmi elaborativi". A questo proposito ci sarà capitato di incontrare persone che, indipendentemente dal contesto e\o dalla relazione rintracciano con estrema facilità le similitudini presenti. A questi soggetti sentiremo spesso dire: "Questo quadro mi ricorda quello del tal autore... per favore il solito... questa sera non posso, ho l'incontro del Mercoledì... tutto il mondo è paese...". Al contrario, esistono persone capaci di sottolineare le più piccole differenze; sono quelle che con più facilità ci dicono: "Hai visto, il nostro vicino ha una bicicletta nuova... proviamo un locale diverso dal solito... non vorrete mica fare il giro dell'altra volta?!...". L'algoritmo cognitivo sottostante agli esempi citati prende in considerazione (produce) relazioni di similitudine e differenza tra le "cose" che superano le nostre soglie percettive. Un altro algoritmo facilmente rintracciabile è quello che ci "orienta nel tempo"; ci sono infatti persone per le quali futuro e passato non esistono (dimenticano velocemente o non fanno progetti); altre invece vivono quasi esclusivamente proiettate nell'una o nell'altra dimensione. I due esempi consentono di comprendere che quanto viene prodotto dall'incessante attività di elaborazione costituisce il materiale con il quale

edifichiamo le nostre rappresentazioni (sia quelle relative al mondo che ci circonda, sia quelle riferite alle nostre dimensioni interiori). Tali rappresentazioni sono idealmente distribuite su un continuum che va da quelle "sensorialmente basate" a quelle "linguistiche".

**Wittgenstein** amava sottolineare la differenza fondamentale tra le frasi: la mela è verde, la mela è buona. A livello di rappresentazione mentale entrambe sono sensorialmente basate ma se una "mela verde" evoca una rappresentazione visiva (almeno inizialmente) una "mela buona" esplicita automaticamente una sovrapposizione di rappresentazioni in quanto evoca sia semplici percezioni sensoriali che rappresentazioni complesse. Così il linguaggio ci rappresenta la realtà sia ad un livello operativo che in una dimensione semantica; così, con parole, gesti e affermazioni siamo in grado di creare e/o condividere soggetti, eventi, relazioni, emozioni, Universi. Dunque le parole del linguaggio sono ad un tempo segno e simbolo; permettono di indicare un concetto e contemporaneamente sono strumenti di evocazione; consentono ad ogni nome di rappresentare l'integrazione tra significante e significato. Così se il segno convenzionale è l'indice (la classificazione), il simbolo evocato si fa mito. Linguisticamente, ognuno di noi è un po' come un pittore che, partendo da dei colori base, con maggiore o minore abilità giunge a definire su di una tela forme, emozioni, pensieri. Tentando una semplificazione possiamo pensare che le rappresentazioni linguistiche: - rispettano i vincoli degli algoritmi percettivi - sono soggettive e in funzione della mappa di riferimento - sono delle astrazioni - si evolvono per complessificazioni successive - tendono ad essere socialmente condivisibili - possono creare nuove rappresentazioni. Con il linguaggio quindi, agiamo una serie di descrizioni, creazioni e comunicazioni che possono essere raggruppate in agiti linguistici.

**Nuovo modello di definizione della trance: metafora della spirale** Per meglio comprendere la fenomenologia ipnotica e descrivere la possibilità che ogni individuo ha di raggiungere stati profondi, può essere utile utilizzare la metafora della trance a spirale tridimensionale, progressiva. Nel punto di origine possiamo identificare lo Stato di Veglia, il "corpo" della spirale rappresenta la trance ipnotica e quindi tutte le fenomenologie che ad essa appartengono, il bagaglio psichico di ogni essere umano. La parte terminale della spirale è il Sogno, in cui tutto è possibile ma non vi è collegamento tra l'azione pensata ed il movimento muscolare corporeo.

#### **LA METAFORA DELLA SPIRALE: VEGLIA-TRANCE-SOGNO**



**Conclusioni** Lo stato di trance profonda, generalmente inquadrato sotto il nome di stato sonnambulico, fa parte del bagaglio archetipico di ogni essere umano. La possibilità di accedere alle personali risorse proprie degli stati ipnotici profondi è spontanea in una piccola percentuale della popolazione, particolarmente predisposta. Tutti gli esseri umani possono accedere agli stati di ipnosi profonda tramite opportuno allenamento, percorrendo la Spirale della Trance, intesa come modello metaforico per descrivere la fenomenologia ipnotica. Il compito dell'ipnotista consiste nell'individuare i metaprogrammi di funzionamento del soggetto, per creare un continuum emotivo e linguistico, per esempio utilizzando il test WISDOM. La trance profonda si instaura se gli stimoli dell'ipnotista attivano nel soggetto le modalità psicologiche identificate dal test di Rorschach come possibili catalizzatori del sonnambulismo, e cioè perseverazione e viscosità. Le induzioni effettuate successivamente a questa ricerca e conformi al modello proposto hanno permesso, in questa fase iniziale, un approfondimento considerevole della trance in soggetti appartenenti al campione iniziale.

### **Dipinto sotto trance sonnambulica Blotto**



Molte produzioni artistiche, letterarie ed altro sono frutto di momenti in cui l'artista, il creatore sono andati in una trance profonda, come il dipinto di Blotto che potete vedere qui sotto.

### **BIBLIOGRAFIA**

Guglielmo Gulotta " Ipnosi: aspetti psicologici, clinici, legali, criminologici"  
Giuffrè Editore, 1980

Prof. Magno Occultis (Carlo Surchi) "Trasmissione del pensiero e Ipnotismo alla  
portata di tutti" Edizioni Bottega del Libro, 1934

Bernt H. Hoffmann "Manuale di Training Autogeno" Casa Editrice Astrolabio,  
1980

Dr. Léon Chertok "L'ipnosi" Edizioni Mediterranee, 1984

Giuseppe Tirone "Ipnositerapia. Tecniche di liberazione" Xenia Edizioni, 1999

Istituto Italiano di Programmazione Neurolinguistica / PNL META "Appunti sulla  
Programmazione Neurolinguistica, Grammatica e Pratica" Edizioni Sonda, 1996

Joseph Murphy " Il potere del Subconscio" Edizioni Mediterranee, 1992

Piero Angela "I misteri del sonno" Oscar Saggi Mondadori, 1996

Franco Granone "Trattato di Ipnosi" volumi 1 e 2 UTET, 1989

Milton H. Erickson, Ernest L. Rossi "Ipnositerapia" Casa Editrice Astrolabio,  
1978

Milton Erickson "Le nuove vie dell'Ipnosi" a cura di Jay Haley Casa Editrice  
Astrolabio, 1978

J.H. Schultz "Il Training Autogeno" Feltrinelli, 1971

L.E. Unesthal " Hypnosis in conditioning the problem athlete" Eds. Tryckeri AB,  
Oerebro, 1986

F.C. Giambelluca, S. Parisi, P.Pes " L'interpretazione psicoanalitica del Rorschach,  
modello dinamico strutturale" Edizioni Kappa, 1985

R. Badler, J. Grinder "Ipnosi e Trasformazione" Casa Editrice Astrolabio, 1983

Paul Watzlawick "La realtà della realtà" Casa Editrice Astrolabio, 1976

Ethel Spector Person "Sogni ad occhi aperti" Edizioni CDE su licenza Raffaello  
Cortina, 1998

Daniel Goleman "Intelligenza Emotiva" Edizioni Rizzoli, 1996

E.R. Kandel, J.H. Schwartz "Principi di Neuroscienze" Casa Editrice Ambrosiana,  
Gruppo Editoriale Zanichelli, 1985

H. Maturana, F. Varela " L'albero della conoscenza" Garzanti, 1999

F. Rondot, "Wisdom" Apprendimenti e linguaggi 1997