

HIPNOSE ERICKSONIANA, APLICAÇÕES NA CLÍNICA PSICOLÓGICA

Josmar Furtado de Campos², Andréa Olimpio de Oliveira³

Resumo: *Este artigo tem como proposta proporcionar informações essenciais e orientar os procedimentos aos interessados em hipnose diante aos pacientes. A Hipnose é uma ferramenta que ainda está em plena construção e a psicoterapia usando a hipnose é algo que está profundamente ligado à própria evolução do homem. Somos hipnotizados a todo o momento sem que percebamos, como, por exemplo, quando assistimos a um filme que estamos gostando, ficamos emocionados, nós podemos chorar, rir, podemos ficar revoltados, alegres. A hipnose Ericksoniana ou hipnose moderna foi desenvolvida pelo médico psiquiatra Milton Erickson, o mesmo desenvolveu uma hipnose baseada em um vasto conhecimento sobre a comunicação humana e em métodos indiretos de indução ao transe. Erickson fazia de metáforas e foi considerado um grande contador de histórias com excelentes resultados terapêuticos, sua indução é indireta, interativa, partindo da observação do comportamento do paciente e de todas as reações. A Hipnose Ericksoniana não é apenas uma abordagem terapêutica, é um conhecimento eficaz tanto dentro do consultório quanto na rotina do dia a dia, todos nós temos o desejo de incentivar mudanças significativas em todos os âmbitos de nossas vidas. É uma filosofia que ajuda os pacientes a superar obstáculos que a princípio acreditavam que eram insuperáveis. Na clínica psicológica o uso desta ferramenta ajudará na promoção da mudança de determinados padrões de pensamento e de comportamento e da reprogramação inconsciente da percepção da patologia de seus pacientes.*

Palavras-Chave: *Hipnose Ericksoniana, hipnose na prática clínica, hipnose clássica, transe hipnótico*

Introdução

A hipnose na prática clínica psicológica é uma ferramenta auxiliar

²Graduando em psicologia – FACISA/UNIVIÇOSA. e-mail: josmarfc@yahoo.com.br

³Professora do Curso de Psicologia – FACISA/UNIVIÇOSA. e-mail: andreaif@ig.com.br

para o psicólogo atuar clinicamente junto ao paciente. Este artigo tem como proposta proporcionar informações essenciais e orientar os procedimentos aos interessados em hipnose diante aos pacientes.

A hipnose existe desde a existência do homem, não se sabe ao certo a sua origem, mas povos antigos como os Astecas, os Persas, os Maias, Civilização babilônica, Grécia e Roma antigas “Templos dos Sonhos” utilizaram-se da hipnose como um meio de cura. Sacerdotes provocavam um tipo ou estado de “sono mágico” através da imposição das mãos ou rituais. Sempre envolvida em mistérios a hipnose esteve associada a curas, era considerada instrumento da vontade divina (CARREIRO, 2005).

Hipnose segundo o dicionário “Aurélio”, é o estado mental semelhante ao sono, provocado artificialmente, e no qual o indivíduo continua capaz de obedecer às sugestões feitas pelo hipnotizador HOLANDA (2014). Já a Associação Americana de Psicologia – APA (1993), considera que a hipnose é um procedimento, durante o qual um pesquisador ou profissional da saúde, sugere que um cliente, paciente ou indivíduo, experimente mudanças nas sensações, percepções, pensamentos ou comportamentos.

O termo hipnose vem do grego hipnos = sono + latim osis = ação ou processo, deve o seu nome ao médico e pesquisador britânico James Braid apud CARREIRO (2005, p.12), que o introduziu pois acreditou tratar-se de uma espécie de sono induzido (Hipnos era também o nome do deus grego do sono). Quando tal equívoco foi reconhecido, o termo já estava consagrado, e permaneceu nos usos científico e popular.

Para Bernheim apud CARREIRO (2005, p.120) “todos nós somos sugestionáveis, uns mais outros menos, todos somos alucináveis ou alucinados”. Afirmava que os indivíduos são potenciais ou efetivamente alucinados durante boa parte de suas próprias vidas. Dizia ainda que “todos temos a nossa propensão inata à crença, temos a nossa credibilidade natural”.

Material e Métodos

O presente trabalho foi elaborado com base em pesquisas e revisões bibliográficas que contemplam o tema. Foram utilizadas páginas eletrônicas, livros, artigos científicos e notícias sobre o conceito de hipnose psicologia. O

mesmo está disposto através da introdução e discussão sobre essa temática. O termo de busca nos bancos de dados foi hipnose Ericksoniana, hipnose na prática Clínica, hipnose clássica, também foi utilizada a busca em lista de referências dos artigos identificados e selecionados. Procurou-se proporcionar informações essenciais e orientar os procedimentos aos interessados em hipnose diante aos pacientes.

Resultados e Discussão

Segundo FERREIRA (2003), as manifestações da hipnose ocorrem na vida diária sem que a maioria das pessoas perceba. Quando assistimos a um filme no cinema ou na televisão e estamos realmente gostando, nós nos emocionamos com as cenas do filme. Podemos rir, chorar, ficar revoltados ou alegres com determinadas cenas. A frequência cardíaca pode aumentar em determinadas sequências do filme; em outras pode ocorrer sudorese nas mãos, redução do ritmo respiratório. Nesses momentos em que nossa atenção está focalizada nas cenas (sugestões visuais, verbais, extra verbais, subliminares), respondemos a elas segundo nossa imaginação, segundo o conteúdo das próprias cenas e segundo nossas experiências passadas (estamos hipnotizados).

A hipnose Ericksoniana ou hipnose moderna foi desenvolvida pelo médico psiquiatra Milton Erickson, o mesmo não desenvolveu apenas mais uma teoria sobre a natureza da hipnose, mas uma abordagem diferente das existentes até então, desenvolveu uma hipnose baseada em um vasto conhecimento sobre a comunicação humana e em métodos indiretos de indução ao transe. Erickson fazia de metáforas e foi considerado um grande contador de histórias com excelentes resultados terapêuticos, foi um revolucionário da hipnologia no século XX. Sua abordagem é centrada no paciente, sua indução é indireta, interativa, partindo da observação do comportamento do paciente e de todas as reações.

DE OLIVEIRA FILHO (2009) considera Milton Erickson como sendo o pai da hipnose moderna, Erickson introduziu a abordagem naturalista, permissiva e indireta, percebeu a natureza multidimensional do transe, que se modifica de pessoa a pessoa e que há uma indução especial e única para cada paciente, fazendo com que o paciente se torne seu próprio indutor,

dentro de uma técnica bastante ágil. Este é o perfil do transe mais utilizado no atendimento a pacientes em todo o mundo até os dias de hoje.

Permanecemos em situações que prejudicam a nossa saúde física e mental pelo simples fato de que estamos vendo o problema somente por um ângulo, Erickson dizia que vivemos em problemas não porque gostamos, mas porque não vislumbramos outras possibilidades. E o ter um novo enfoque sobre o mesmo problema é o que a Hipnose Ericksoniana proporciona. Não seria mascarar o problema e sim mudar o ângulo de visão, ao muda-lo, a sua perspectiva se transforma e diversas outras possibilidades de resolução daquele problema passam a surgir.

Na prática clínica, a hipnose é um conjunto de técnicas psicológicas (hipnocomportamentais, hipnocognitivas, hipnoanalíticas e de hipnoanálise) que podem ser potencializadas e usadas com os diversos estados de transe hipnótico. Sendo que, a hipnose, é um estado de consciência expansiva no qual os poderosos recursos internos e o conhecimento que adquirimos durante toda a vida, e que usamos de forma inconsciente, tornam-se de repente disponíveis. Em hipnoterapia esses recursos podem ser “reprogramados” e direcionados para o equilíbrio e subsequente recuperação das mais diversas síndromas e patologias dos doentes (controle da dor, controle e gestão de stress). A hipnose é uma interessante combinação de relaxamento físico e perspicácia mental (Lopes, 2012).

Psicólogos, médicos e dentistas podem se utilizar desta interessante ferramenta e a partir daí trabalhar na promoção da mudança de determinados padrões de pensamento e de comportamento e da reprogramação inconsciente da percepção da patologia de seus pacientes.

Considerações Finais

A Hipnose é uma ferramenta que ainda está em plena construção e a psicoterapia usando a hipnose é algo que está profundamente ligado à própria evolução do homem. Há uma busca incessante dos mecanismos de autocura de desajustes internos, e cada vez mais criamos sintomas difíceis de serem diagnosticados nos microscópios feitos com lentes de vidro.

A Hipnose Ericksoniana não é apenas uma abordagem terapêutica, é um conhecimento eficaz tanto dentro do consultório quanto na rotina do dia a dia, todos nós temos o desejo de incentivar mudanças significativas em todos os âmbitos de nossas vidas. É uma filosofia que ajuda os pacientes a superar obstáculos que a princípio acreditavam que eram insuperáveis.

Referências Bibliográficas

AMERICAN PSYCHOLOGICAL ASSOCIATION. Directory of the American Psychological Association. American Psychological Association, 1993.

CARREIRO, Antônio Almeida. Hipnose e Psicoterapia: Etiologia e Praxis. Salvador: Editora Usina de Talentos, 2005.

DE OLIVEIRA FILHO, João Baptista. Técnicas Modernas De Transe Hipnótico Autor: João Baptista de Oliveira Filho (CRP 05/32031). Ficha Catalográfica, p. 22, 2009.

FERREIRA, Marlus Vinicius Costa. Hipnose na prática clínica. Atheneu, 2003.

HOLANDA, A.B. Dicionário Aurélio on-line. 2014.
<http://www.apa.org/search.aspx?query=hipnosis> – Acesso em 15/03/2017.

LOPES, A. Manual de Hipnose Clínica e Hipnoanálise: hipnose clínica integrativa. Porto. Academia da Formação Dr. Alberto Lopes Press, 2017.

LOPES, A; AMORIM, P. Efeito da Hipnose versus Analgesia Opióide sobre a dor e potenciais evocados em voluntários. Porto: Hospital Geral de Santo António, 2012.

ZEVALLLOS, J.Q. Hipnoterapia Ericksoniana, 2011.