

HIPNOSIS, HERRAMIENTA Y MODELO TERAPÉUTICO

José Cano

Después de muchos años en la profesión de psicoterapeuta, puedo afirmar que la aplicación constante de la hipnosis conduce a trabajar con un enfoque ecléctico.

Cuando usamos la hipnosis en la práctica terapéutica, todas las corrientes conocidas actualmente se confunden en una sola, debido a que la herramienta hipnótica nos permite trabajar directamente con el inconsciente, esa parte de la mente que no se ve sujeta o limitada a las situaciones inmediatas y, por lo tanto, abre la puerta a los códigos de nuestra mente, códigos con los que aprehendemos la realidad y que han quedado registrados a lo largo del ciclo vital.

Es de suponer que todos los modelos de tratamiento psicológico inciden de un modo u otro en el subconsciente. El paradigma conductista hace alusión a las leyes del aprendizaje para explicar la conducta patológica y/o la falta de adaptación a un contexto dado. El psicoanálisis y las psicoterapias derivadas de este modelo aducen que los trastornos de hoy son causados por las experiencias traumáticas del pasado. Otros modelos defienden el tratamiento de las cogniciones y creencias erróneas. En otros se enfoca el problema en las representaciones de las personas de influencia, de cómo tales personas son posicionadas socialmente y de cómo son tomadas para generar nuestra identidad. En definitiva, todos los modelos tendrán que trabajar con el subconsciente, con esa parte de la mente que *no podemos hablar de ella sino sólo hablar con ella*.

Al trabajar con un sujeto hipnotizado lo hacemos con el inconsciente, con ese personaje interior que es capaz de colocarse en metaposición. O sea, que se ve a sí mismo fuera del contexto, lo que permite realizar una perfecta autoobservación, y, por consiguiente, detectar los estímulos, físicos y relacionales, que condicionan y provocan las correspondientes emociones, así como hacer una mejor lectura del significado de las situaciones relacionales. Hablamos, dialogamos, proponemos e incluso tratamos de convencer al subconsciente con la misma disposición con la que habitualmente lo hacemos con cualquier persona en estado de vigilia. La diferencia estriba en que cuando queremos suprimir cualquier miedo o conflicto en una persona mediante la argumentación consciente, esto es, a través del diálogo en estado de vigilia, comprobamos lo poco fructífero que resultan tales intentos.

Yo diría que relacionarnos con ese personaje interior o subconsciente es utilizar un modelo psicoterapéutico

específico, es hablar de un enfoque centrado en los sujetos, en personas concretas. No pretendo apropiarme de un principio o premisa del modelo humanista, sino que definiendo el enfoque ecléctico, por lo que, muchas veces, será inevitable utilizar conceptos y terminología característicos de los modelos psicoterapéuticos que hoy en día se presentan con mayor relevancia en el campo de la terapia psicológica. Para los legos, para los poco expertos e incluso para los que poseen una mayor experiencia en la aplicación de la hipnosis pero que, tal vez, se vean anclados en un determinado enfoque, la hipnosis puede resultar una simple herramienta aplicable a un modelo concreto. Los que defendemos la “hipnoterapia” como modelo psicoterapéutico tenemos en cuenta las aportaciones de las demás corrientes en el tratamiento psicológico, sabemos que es fundamental tener presente ciertas premisas del paradigma psicoanalítico, conductista y sistémico, pero tales ideas no agotan la explicación del fenómeno “trastorno o problema psicológico”. Por encima de las explicaciones de cualquier corriente psicológica se sitúa la cultura, ese gran programa con el que, a través del proceso de enculturación, todos construimos nuestra mente; esto es, los significados y los valores que condicionan nuestro modo de ser y comportarnos. Y la enculturación es un proceso muy individual, de ahí que sólo la mente de cada persona pueda explicar las causas del problema psicológico que se pretende resolver. Sólo la mente del sujeto conoce el verdadero significado, y su correspondiente afecto, de cualquier acontecer, de cualquier relación social o interpersonal. Los premios y castigos que refuerzan una conducta u otra son determinados por los valores personales, valores fundamentados en la cultura del entorno, pero, también, moldeados por la mente de cada sujeto.

El modelo hipnoterapéutico no trabaja con categorías nosológicas o trastornos, sino con personas, con el mapa de códigos de cada persona. Es evidente que, en nuestra labor clínica, las ideas aportadas al pensar en un “trastorno psicológico” deben ser tomadas en consideración, pero sabiendo que casi siempre serán ideas instrumentales. La experiencia nos enseña los peligros que entraña la búsqueda de un diagnóstico. Practicamos psicoterapia para generar cambios en el sujeto que sufre, y no para categorizarlo. Pensemos en el peligro iatrogénico cuando comunicamos un diagnóstico a alguien; pensemos en nuestra actitud tendenciosa cuando nos dejamos dirigir por la idea de un diagnóstico.