

La hipnosis en la investigación de supuestas abducciones

Isidro Pérez Hidalgo

Introducción

A raíz de mi participación en el programa "Otros Mundos", con mi amigo Javier Sierra, me ha parecido oportuno escribir sobre una de las áreas más controvertidas de la investigación con hipnosis: la abducción (o supuesta abducción) de personas por Objetos Volantes No Identificados (OVNI). El programa se ha centrado en la figura del pintor y escultor Robert Llimós, artista de una larga trayectoria y merecido prestigio (Otros Mundos. Capítulo 2).

La vida del artista cambió a partir de un supuesto contacto extraterrestre en la localidad brasileña de Fortaleza. Según su testimonio, permaneció unas dos horas y media en el interior de una nave alienígena, manteniendo una comunicación intensa con esos seres procedentes del espacio exterior.

A partir de ese momento, toda su obra se centra en reproducir a esos seres, tanto en pinturas como en esculturas; ha abandonado su línea de trabajo habitual, dedicado fervientemente a lo que él considera en cierto modo una misión. Esto ha supuesto aparentemente un perjuicio para su credibilidad y para la comercialización de sus trabajos. No obstante, no voy a entrar ahora en el caso Llimós. Aconsejo a los lectores que vean el programa y juzguen por ellos mismos. Este caso me sirve de punto de partida para

un comentario más general sobre la polémica del uso de la hipnosis con "abducidos".

En general, podemos decir que el fenómeno OVNI es un fenómeno típico del siglo XX, y más concretamente de su segunda mitad, a partir del término de la Segunda Guerra Mundial, que como sabemos tuvo lugar en 1945. Si bien es verdad que ya con anterioridad se había hablado de objetos volantes no identificados, los medios de comunicación divulgan de forma masiva el tema a partir de la posguerra: los "platillos volantes" comienzan a ser un tema recurrente no solo en los informativos, sino también en la ficción.

Es en 1947 cuando el caso Kenneth Arnold adquiere una gran notoriedad. Arnold era un piloto privado que observó una formación OVNI volando en cadena cerca de Washington. Las agencias de prensa difunden el incidente a bombo y platillo, y de hecho a partir de aquí comienza a utilizarse la denominación "Platillos Volantes" ya que, según el testimonio de este piloto, los objetos volaban con una trayectoria irregular que le recordaban "un plato lanzado al agua". No obstante, la fuerza aérea de Estados Unidos consideró que el avistamiento de Arnold era tan solo un espejismo. Este fue el inicio de un importante fenómeno sociológico; en muy poco tiempo el número de

avistamientos aumenta de forma espectacular.

En los años 50 se populariza la idea de la abducción, con testigos que afirman haber sido secuestrados por extraterrestres, que los introducen en una nave espacial. Habitualmente dichos sujetos manifiestan haber perdido su voluntad y/o su conciencia en el momento previo a ser desplazados a la nave. También refieren con frecuencia una distorsión en el tiempo asociada a los hechos narrados. En muchos casos relatan pesadillas recurrentes, cicatrices o marcas de origen desconocido y reacciones fóbicas.

En Brasil, uno de los primeros "encuentros" de naturaleza traumática se produjo en 1957, según el relato de Antônio Vilas-Boas. Cuenta que fue raptado por un humanoide, que lo introdujo en una nave en la que mantuvo relaciones sexuales con una atractiva mujer alienígena. La experiencia de unas cuatro horas de tiempo real, le pareció que duraba unos dos días. Hasta su muerte, acaecida en 1992, se mantuvo firme en la narración de los hechos.

En 1961 se produce supuestamente el que probablemente es el caso más famoso de abducción en la historia de la ufología. Un matrimonio, Barney y Betty Hill, experimenta un episodio singular en el que se utilizó la hipnosis como procedimiento de investigación, por el psiquiatra Dr. Benjamin Simon, aunque dicha hipnosis se practicó en 1964. Según la narración del matrimonio, ellos estaban conduciendo, volviendo de unas vacaciones, y circulando por New Hampshire avistan un punto luminoso en el cielo; parece que el

objeto los acompaña en determinados momentos de su viaje, hasta que desciende sobre el coche en el que viajaban, situándose a unos 25 metros por encima. A continuación, ellos experimentan un estado de conciencia alterado y perciben sonidos extraños. Barney había detenido el vehículo, para después huir, con el temor de que unos seres extraños, que habían divisado con prismáticos dentro de la nave, les capturen. Después de llegar a su casa, la pareja siente sensaciones inexplicables y se duchan varias veces en un intento de descontaminarse de una posible radiación. También dibujan lo que han visto; según parece, sus ilustraciones coinciden en gran parte.

En ese mismo año, se ponen en contacto con la Fuerza Aérea de los Estados Unidos para exponer el caso. Los militares después de estudiar el caso, consideran que los Hill habían interpretado erróneamente que el planeta Júpiter era una nave extraterrestre. Recurren a algunos expertos civiles, dada la incredulidad de la USAF.

En 1963 hacen pública su experiencia, con la consiguiente conmoción generalizada; después de encontrarse con opiniones muy variadas sobre los hechos ocurridos, deciden buscar ayuda profesional.

En 1964 el Dr. Benjamin Simon comienza su investigación utilizando la hipnosis en varias sesiones con Barney y Betty, en citas individuales con el objeto de evitar que sus testimonios pudieran tener una influencia recíproca. Las sesiones con Barney parece que tuvieron mayor implicación emocional que las

de Betty. Después de dichas sesiones, el Dr. Simon llegó a la conclusión de que la hipótesis más razonable era que los recuerdos de Barney habían sido provocados por las pesadillas recurrentes que padecía Betty a partir del supuesto encuentro OVNI.

Barney describe a los seres que le secuestran como personajes que se comunican mediante telepatía, y le someten a una serie de exámenes físicos desagradables. Betty, en cambio, señala que hablaban con ella en inglés. Ambos consideran que las sesiones con Simon fueron útiles, a pesar de que a veces no están de acuerdo en sus versiones de los hechos.

El caso fue creciendo en popularidad y en 1966 el escritor John Fuller publica, de acuerdo con los Hill, un libro que se convirtió en un best-seller, que en su edición en español se tituló "El Viaje Interrumpido".

Si bien éste ha sido el caso más conocido de abducción, ha habido una amplia casuística, sustentada también por la cultura popular con abundantes comics, libros y películas sobre el tema.

En 1977 se lanza la película de Steven Spielberg "Encuentros en la Tercera Fase" (Una traducción más precisa hubiera sido "Encuentros del Tercer Tipo"). El título del film se basa en la clasificación de J. Allen Hynek, un astrónomo americano que trabajaba para la fuerza aérea de Estados Unidos. Dichos encuentros del tercer tipo son aquellos en los que habría una interacción directa entre extraterrestres y seres humanos. Es curioso que, aunque Hynek era en un principio escéptico,

terminó convirtiéndose en defensor del origen extraterrestre o extradimensional de estos fenómenos.

Un caso más reciente ha sido el de Stan Romanek, que ha aparecido con mucha frecuencia en los medios de comunicación desde 2008, afirmando haber sido abducido por extraterrestres, haber sido objeto de un implante de un artefacto por los alienígenas, asegurando mantener comunicaciones telepáticas con ellos, etc. Romanek ha sido desenmascarado y ha admitido haber falseado vídeos, cuando no se ha negado a pasar por una serie de pruebas. En 2017 se le encontró culpable de posesión de pornografía infantil, lo que aporta poco de positivo a su imagen ya suficientemente desacreditada.

Aproximaciones científicas

El doctor Leo Sprinkle (1999), fue uno de los primeros psicólogos interesados en la abducción. Después de estudiar los testimonios de las "víctimas", llegó a creer en la veracidad del fenómeno. Parece que él mismo llegó a considerarse un contactado, lo que le hizo perder credibilidad como profesor universitario.

La psicología y la medicina han tratado de estudiar el fenómeno de los abducidos, partiendo en general de la idea de que las situaciones que describen son imaginarias, aunque ellos consideran sus recuerdos como reales. No obstante, llama la atención que en muy pocos casos los sujetos que narran la abducción tienen antecedentes psicóticos o

patologías claramente explicativas de sus testimonios. Lo que sí parece claro es que aquellas personas que informan de contactos con extraterrestres, conocidos como "experiencers", muestran un perfil psicológico distinto a los sujetos que no informan de dichas experiencias. En general, reflejan niveles más altos de disociación, absorción y creencias en lo paranormal. Algunos autores destacan también la tendencia a alucinar y la propensión a la fantasía (French, Santomauro, Hamilton, Fox y Thalbourne, 2008).

Newman y Baumeister (1996) resaltan el hecho repetido en la casuística de los abducidos de que sus experiencias son humillantes y desagradables. Proponen que podría haber una correspondencia con el masoquismo sexual con fantasías que incluyen pasividad, indefensión, experiencias degradantes y un erotismo sutil. Consideran que pueden darse muchos falsos recuerdos motivados por nuestras necesidades inconscientes. Consideran también que la hipnosis puede fomentar esos falsos recuerdos.

Sin embargo, Lynn y Kirsch (1996) afirman que Newman y Baumeister exageran en cuanto al papel de la hipnosis en la creación de fantasías, señalando que la hipnosis en realidad no produce más falsos recuerdos que otras situaciones no hipnóticas en las que se proporciona a los sujetos una información falsa. También postulan que otros procedimientos como la relajación, la imaginación guiada, la interpretación de los sueños o la asociación libre pueden aumentar el riesgo de producir falsos recuerdos.

Estos autores distinguen siete pasos que pueden conducir a la creación de falsos recuerdos en aquellas personas que afirman haber sido abducidas, con independencia de que se haya utilizado la hipnosis con ellos o no:

1. Una persona esta predispuesta a aceptar la idea de que ciertas experiencias sorprendentes o "inexplicables" (por ejemplo, la amnesia o la parálisis) pueden ser signos reveladores de una abducción por un OVNI.
2. La persona busca un terapeuta, al que ve como una autoridad, que sea al menos receptivo a sus explicaciones y que esté familiarizado previamente con los testimonios de las abducciones.
3. A su vez, el terapeuta enmarca esas experiencias sorprendentes en términos de la narrativa de las abducciones.
4. No se buscan otras explicaciones a la experiencia.
5. Se da un compromiso cada vez mayor con la explicación de la abducción y se reduce la ansiedad al reducir la ambigüedad.
6. El terapeuta legitima o ratifica la experiencia del abducido, lo que en sí es un refuerzo positivo adicional.
7. El cliente adopta el rol de "víctima" o "abducido", que

queda integrado en la psicoterapia y en la visión que tiene el cliente de sí mismo.

La parálisis del sueño es un fenómeno relativamente común en la población general. En este cuadro, la persona siente que no puede moverse a pesar de sus esfuerzos, en el momento en el que está a punto de quedar dormida o de despertar. Suele durar unos segundos, pero en algunos casos va acompañada de una serie de alucinaciones de carácter pavoroso; presencias malignas, monstruos o seres aparentemente extraterrestres. En cierta medida, podríamos decir que el cerebro ha despertado del sueño, pero el cuerpo no.

Parece claro que las supuestas abducciones están relacionadas con la parálisis del sueño. Este tipo de parálisis momentánea puede ocurrir en un porcentaje alto de la población. Según el estudio de Spanos y colaboradores (1995) con estudiantes universitarios, un 21% manifestaban haber sufrido al menos un episodio, y alrededor de un 98% referían alucinaciones que acompañaban a la parálisis del sueño. Barber y Sharpless, en 2011, indicaron que hay un 34% de prevalencia de este cuadro en personas que padecen ansiedad o depresión.

Spanos y colaboradores (1993) resaltan las similitudes en los relatos de abducción con las experiencias de la parálisis del sueño. La mayoría de las experiencias OVNI en este estudio ocurrieron de noche, y cerca

de un 60% de las experiencias estuvieron asociadas al sueño.

Blackmore y Cox (2000) encuentran que existe una marcada asociación entre parálisis del sueño y abducciones, y no encuentran en cambio relaciones entre abducción y sintomatología del lóbulo temporal.

McNally y colaboradores (2004) encuentran una mayor presencia de parálisis del sueño en personas que habían sufrido abusos sexuales en la infancia, al ser comparadas con un grupo control.

En 1987, el autor Whitley Strieber logró un gran éxito con el libro "Communion: A True Story - Encounters with the Unknown", que ha sido seguido por otras obras con la misma temática y que estaba dirigido al gran público. Existe también una traducción al español de este libro (Strieber, 1988), en el que este escritor habla de sus propias experiencias con extraterrestres que al parecer fueron en gran parte obtenidas a partir de la hipnosis, que le practicó Budd Hopkins, un investigador creyente de la teoría alienígena de las abducciones y que originalmente se dedicaba al arte (ver Hopkins, 1988).

Hopkins tuvo contacto con John Mack, psiquiatra que realizó también numerosas investigaciones hasta su muerte en 2004. Su trabajo en la universidad de Harvard corrió serio peligro dado su interés en este tema, que le alejaba del cientificismo imperante en un centro académico de tanto prestigio. Mack empleó la hipnosis en un 70% de los casos de abducidos que estudió de forma directa (Mack, 2008).

Hipnosis y falsos recuerdos

Sabemos que uno de los problemas que encontramos en el uso de la regresión hipnótica es la inducción de falsos recuerdos. También sabemos que el terapeuta puede ser el "culpable" de la creación de esas distorsiones de la memoria si aplica la hipnosis de forma incorrecta, "guiando" mediante sugerencias al paciente para que ratifique en su relato el punto de vista previo que el hipnólogo tiene sobre los hechos. Sabemos que en una regresión debemos mantener la neutralidad, "acompañando" al paciente en el proceso de volver al pasado, pero contaminando lo menos posible sus recuerdos.

Durante los años 80, se produjeron muchos casos en los que un mal uso de la regresión hipnótica condujo a situaciones legales complejas, por denuncias de abusos sexuales infantiles que estaban asociadas a falsos recuerdos obtenidos mediante hipnosis. Elizabeth Loftus ha estudiado en profundidad el problema del mito de los recuerdos reprimidos.

La amnesia funcional es un deterioro de la memoria normalmente asociado a un trauma psicológico y no a un daño cerebral. La amnesia funcional se caracteriza por:

1. Incapacidad aparente para acceder a información y recuerdos autobiográficos.
2. Influencia persistente de la información olvidada sobre la conducta, afectos y pensamientos del sujeto.
3. Este tipo de amnesia es reversible.

En nuestra consulta, hemos observado algunos casos muy llamativos de amnesia funcional en los que la hipnosis sí ha podido resultar muy útil para la recuperación de recuerdos. Algunos autores han visto una similitud entre la amnesia funcional y la amnesia poshipnótica que no deja de ser llamativa (véase por ejemplo Mazzoni, Laurence y Heap, 2014).

Podríamos pensar que algunos episodios disociativos pueden estar en relación con la amnesia funcional. En los casos de abducidos, no podemos acumular evidencias suficientemente sólidas como para afirmar la veracidad de los fenómenos narrados, pero si podríamos pensar que, si existiesen realmente dichos secuestros, el resultado podría ser una amnesia funcional en algunos sujetos, que teóricamente podrían ser ayudados mediante hipnosis; no obstante, deberíamos proceder con mucha cautela, para no contaminar la rememoración de las experiencias mediante la sugestión. Esta precaución es aplicable a todo tipo de regresiones, pero especialmente en el campo de los "encuentros con extraterrestres".

Algunos autores han tocado este tema señalando la diferencia entre dirigir ("lead" en inglés) y guiar ("guide") (Ewin & Eimer, 2006; Schefflin, 2012; Schefflin & Shapiro, 1989; Hunter & Eimer, 2012).

Hunter & Eimer (2012), cuando hablan de evitar opiniones preconcebidas, se expresan en los siguientes términos:

"A estas alturas, está claro que necesitamos evitar opiniones

preconcebidas. En cualquier caso, no todos los falsos recuerdos se originan por regresiones mal conducidas. Un "aspirante a abducido" puede confabular fácilmente una historia muy convincente (¿demasiados episodios de Expediente X?). El subconsciente puede responder fácilmente a la fantasía o recuerdo alterado como si fuera real. En definitiva, tratamos con percepciones bastante más a menudo que con la realidad. Durante la terapia de regresión hipnótica, ayudamos al cliente a liberarse del pasado, sean hechos, ficción o una combinación de ambos".

Pautas para la hipnosis con abducidos

Me voy a permitir, desde mi experiencia con algunos casos de abducidos, sugerir algunas líneas del empleo de la hipnosis en estos casos, con las dificultades especiales que entrañan.

-Respeto al paciente-

Vamos a emplear la palabra "paciente" de un modo que en ningún momento quiere ser peyorativo. Como hemos aclarado, el supuesto abducido no presenta habitualmente una patología concreta y puede estar dentro de los parámetros de la normalidad psicológica. Entendemos que la persona acude a la consulta en busca de ayuda, salvo en aquellos casos en los que está colaborando con una investigación. Nuestra actitud debe ser la de transmitirle que, aunque el fenómeno es inusual, puede tener diferentes

interpretaciones; por tanto, no tenemos por qué oponernos a su punto de vista, sino más bien mantenernos en una neutralidad abierta a diversas explicaciones.

-Anamnesis-

Podemos realizar una entrevista breve para evaluar el estado psicológico general del paciente y recoger la información específica que puede recordar antes de que procedamos a la intervención hipnótica. En este paso, debemos valorar el impacto psicológico que la experiencia, ya sea falsa o real, ha producido en el consultante.

En la historia clínica, es recomendable verificar si el paciente ha tenido experiencias que podríamos considerar pseudoalucinatorias, y que pudieran tener una cierta similitud con las abducciones: fenómenos como el "déjà vu", las experiencias de naturaleza telepática, la percepción de contacto con personas fallecidas, etc. Este tipo de acontecimientos o percepciones en la vida de la persona podemos entenderlos como fenómenos hipnóticos naturales en relación con la capacidad de absorción, aunque no tenemos datos empíricos que relacionen las experiencias de abducción con la Escala Tellegen, a la que hemos hecho mención en un número anterior de *Hipnológica*.

Aunque en general los abducidos no son personas con un diagnóstico de psicosis, conviene tener en cuenta esta posibilidad. También valorar si la experiencia supone algún tipo de ganancia secundaria o de mecanismo de compensación.

-Uso de respuestas ideodinámicas-

Es interesante que el relato verbal que nos facilita el sujeto se complemente con el uso de respuestas ideodinámicas, preferiblemente con los códigos, "sí", "no", "no sé". Antes de proceder con el interrogatorio ideodinámico, deberíamos entrenar al sujeto en responder de este modo a una serie de preguntas intrascendentes, para dar mayor validez a las respuestas relacionadas con los hechos que queremos examinar.

-Grabación-

La grabación en vídeo puede aportar aspectos interesantes para revisar posteriormente la exploración hipnótica

-Análisis de los resultados-

Sigue siendo recomendable en esta fase que el clínico no entre a valorar la objetividad de los recuerdos, a dictaminar si es verdad o mentira lo que el sujeto nos cuenta. Sin embargo, podemos estimularle a que busque evidencias complementarias: testimonios de otras personas, huellas físicas, pruebas médicas si son pertinentes, consulta a especialistas fiables en el tema de la ufología, etc.

Posiblemente, lo más importante será determinar si, después de todo el proceso anterior, el supuesto abducido necesita ayuda psicológica o no. En algunos casos puede que sea necesario abordar el tratamiento estableciendo un diagnóstico de presunción.

-¿Terapia?-

Entendemos por todo lo anterior, que en algunos casos puede ser necesario un plan de intervención terapéutico, para restablecer el equilibrio psicológico en el consultante. De nuevo aquí tenemos que resaltar la prudencia, ya que corremos el riesgo de que el "abducido" se sienta sometido a un rol de enfermo, lo cual podría ser una forma de dificultar la ayuda que se le pueda prestar, incluso en el caso de que efectivamente encontremos alguna patología.

La idea fundamental es dotarle de una serie de recursos que le permitan continuar adelante en su vida, y aquí la hipnosis puede ser una de las herramientas que utilicemos dentro del paquete terapéutico. Es muy probable que tengamos que utilizar técnicas de replanteamiento cognitivo y fortalecimiento del ego.

-Contacto con los medios de comunicación-

En muchos casos, la persona que se siente abducida busca hipnosis por consejo de los medios de comunicación. Esto puede suscitar algunos problemas que debemos considerar:

Privacidad. La información que suministremos a un medio de comunicación deberá siempre contar con el permiso del consultante y debe ceñirse a los datos indispensables para el estudio del caso, sin invadir otros aspectos de su vida privada. En esta privacidad debería omitirse cualquier tipo de diagnóstico.

Información general sobre la hipnosis. En muchos casos, los medios de comunicación cuentan con un tiempo limitado, y sus intereses pueden diferir de los del clínico. Para evitar que el público pueda sentirse confundido, sería recomendable comentar los mitos generales acerca de la hipnosis que sabemos que son demasiado habituales. En cuanto al tema de los abducidos, conviene resaltar que el interrogatorio bajo hipnosis no es garantía de verdad, sino que puede haber distorsiones o confabulaciones del recuerdo.

¿Dictamen? Se nos puede pedir que nos pronunciemos sobre el testimonio que hemos recogido bajo hipnosis y la credibilidad acerca de los hechos. Por todo lo expuesto anteriormente, creemos que la hipnosis no es una prueba de que existan abducciones o de que no existan, sino que podría conducir a encontrar otro tipo de pruebas más objetivas.

En todo caso, nos parece que no todo está explicado acerca de este tema, y que es un reto para la ciencia llegar a conclusiones satisfactorias. Puede que de momento tengamos que manifestar un escepticismo sano, pero que nos permita estar abiertos a otros datos que de momento desconocemos.

Isidro Pérez Hidalgo
Psicólogo Clínico
Presidente de la Sociedad
Hipnológica Científica

Referencias

- Blackmore, S. & Cox, M. (2000) *European Journal of UFO and Abduction Studies*, 1,113-118.
- Ewin, D. and Elmer, B. (2006). *Ideomotor signals for rapid hypnoanalysis*. Springfield, Ill.: Charles C Thomas.
- French, C., Santomauro, J., Hamilton, V., Fox, R. & Thalbourne, M. (2008). Psychological aspects of the alien contact experience. *Cortex*, 44(10), pp.1387-1395.
- Hopkins, B. (1988) *Missing Time*. Ballantine Books.
- Hunter, C. and Eimer, B. (2012). *The Art of Hypnotic Regression Therapy*. Carmarthen: Crown House Publishing.
- Lynn, S. and Kirsch, I. (1996). Alleged Alien Abductions: False Memories, Hypnosis, and Fantasy Proneness. *Psychological Inquiry*, 7(2), pp.151-155.
- Mack, E.J. (2008), *Abduction: Human Encounters with Aliens*. Scribner.
- MacNally, R.J, Clancy, S.A, Barrett, H.M.& Parker, H.A. (2004). Inhibiting retrieval of trauma cues in adults reporting histories of childhood sexual abuse. *Cognition and Emotion*, 18,479-493.
- Mazzoni, G., Laurence, J. and Heap, M. (2014). Hypnosis and memory: Two hundred years of adventures and still going! *Psychology of Consciousness: Theory, Research, and Practice*, 1(2), pp.153-167

Newman, L. and Baumeister, R. (1996). Toward an Explanation of the UFO Abduction Phenomenon: Hypnotic Elaboration, Extraterrestrial Sadosomochism, and Spurious Memories. *Psychological Inquiry, 7(2)*, pp.99-126.

Schefflin, A. and Shapiro, J. (1989). *Trance on trial*. New York: Guilford Press.

Schefflin, A. (2012). How Not to Conduct a Forensic Hypnosis Interview: A Case Study. *American Journal of Clinical Hypnosis, 55(1)*, pp.68-84.

Sharpless, B. and Barber, J. (2011). Lifetime prevalence rates of sleep paralysis: A systematic review. *Sleep Medicine Reviews, 15(5)*, pp.311-315.

Spanos, N., Cross, P., Dickson, K. and DuBreuil, S. (1993). Close encounters: An examination of UFO experiences. *Journal of Abnormal Psychology, 102(4)*, pp.624-632.

Spanos, N., McNulty, S., DuBreuil, S., Pires, M. and Burgess, M. (1995). The Frequency and Correlates of Sleep Paralysis in a University Sample. *Journal of Research in Personality, 29(3)*, pp.285-305.

Sprinkle, R.L. (1999). *Soul samples*. Columbus, N.C.: Granite Pub.

Strieber, W.D. (1988). *Comuni3n*. Barcelona. Plaza & Janés.

