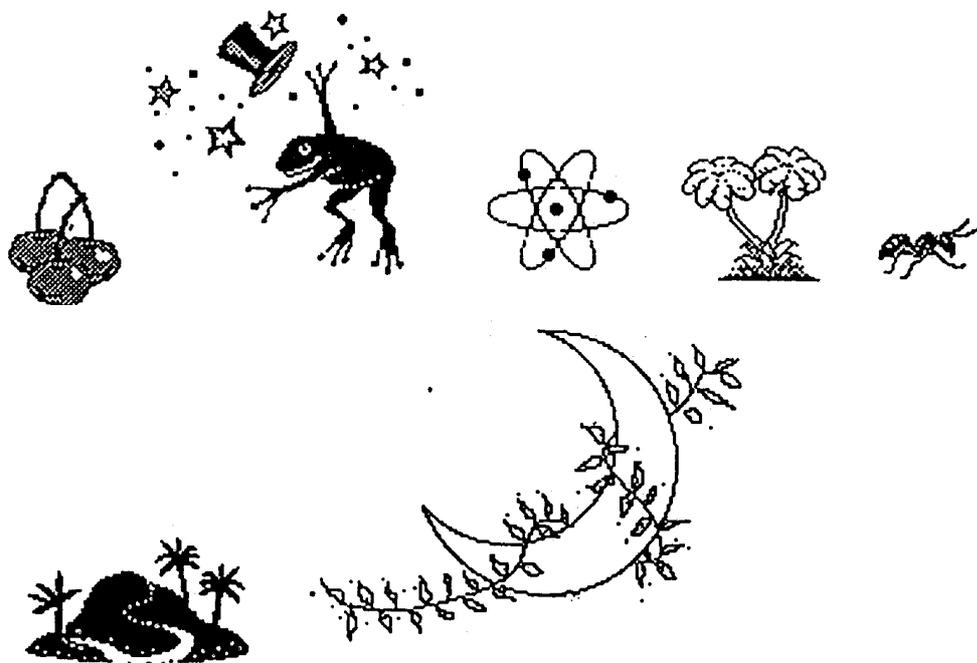


IPNOSI E TERAPIA BREVE



INDICE

SCHEMI APPLICATIVI	0
INTRODUZIONE	1
OBIETTIVI DELL'IPNOSI.....	1
LA "SFERA DI CRISTALLO" O DISTORSIONE TEMPORALE	2
INFORMAZIONI GENERALI.....	2
AMNESIE	2
RITMO DI LETTURA	2
STRUTTURAZIONE DELL'IPNOSI	3
PROCESSI MENTALI	3
PRIMA SEDUTA: INFORMAZIONI BASE	3
RICAPITOLAZIONE	4
ASPETTI DELL'IPNOSI.....	5
CONCETTI BASE	5
CONSCIO ED INCONSCIO.....	5
I DUE EMISFERI	6
<i>Concezioni generali</i>	6
<i>Concezione del tempo</i>	7
<i>Linguaggio</i>	7
TECNICHE PER NON RICORDARE (AMNESIE)	7
SEGNALI IDEOMOTORI.....	7
AFFERMAZIONI.....	8
CATALESSI	8
RISPOSTE IN TRANCE.....	9
SEDUTA DI IPNOSI	10
INDUZIONE DI TRANCE	10
<i>Catalessi</i>	11
FANTASIE	11
FAVOLA - PLANCE 4PLA – PROBLEMI SPECIFICI.....	12
<i>Ancoraggio del SI e del NO</i>	12
SFERA DI CRISTALLO.....	13
RISVEGLIO (CURATIVO).....	13
<i>Compito</i>	13
TERAPIA BREVE	13
CONCLUSIONI.....	13
INDUZIONE IPNOTICA: PRINCIPI DI BASE	15
PRIMA FASE	15
ATTIVARE IL CONCETTO.....	15
DEPOTENZIARE L'EMISFERO SINISTRO	15
ATTIVARE UNA RICERCA A LIVELLO INCONSCIO	16
PROGRAMMARE L'INCONSCIO	16
RISPOSTA IPNOTICA	16
RIASSUNTO	16
ULTERIORI INFORMAZIONI.....	18
ASPETTATIVE INCONSCIE	18

AUTOIPNOSI	18
DISSOCIAZIONE TRA PENSIERO ED AZIONE	18
INDICATORI DELLA TRANCE	19
REGRESSIONE D'ETÀ	20
ORDINI POSTIPNOTICI	20
DISTORSIONE TEMPORALE.....	21
PARTE PRATICA	22
INDUZIONE IPNOTICA	22
TERAPIA BREVE	23
INTRODUZIONE: LA COMUNICAZIONE	23
TEORIA DELLE TERAPIA	24
UTILIZZO DELLE PLANCHE	25
PLANCHE 4 PLA	26
PLANCHE APPLICATE A PROBLEMI SPECIFICI	27
<i>CIBO – OBESITÀ</i>	28
Procedura 1.....	28
Procedura 2.....	28
Procedura 3.....	28
Esercizio del modellare il corpo – metodo del confronto	28
<i>FUMO</i>	28
Procedura 1.....	28
Procedura 2.....	29
<i>MANGIARSI LE UNGHIE</i>	29
TEORIA	30
LE STRATEGIE DELLA PSICOTERAPIA	31
<i>DEFINIRE LE COMUNICAZIONI IN UNA RELAZIONE</i>	31
<i>LA CAPACITÀ DI COMUNICARE SULLA COMUNICAZIONE È SPESSO DIMINUITA</i> <i>NEL BORDERLINE.</i>	32
DEFINIZIONE DELL'IPNOSI	36
I NOSTRI DUE EMISFERI.....	37
<i>FUNZIONI DELL'EMISFERO SINISTRO</i>	37
<i>FUNZIONI DELL'EMISFERO DESTRO</i>	37
FASI DELL'INDUZIONE IPNOTICA.....	39
1. Fissazione dell'attenzione.....	39
2. Depotenziamento dell'emisfero sinistro.	39
3. Ricerca inconscia.	39
4. Processo inconscio.	39
5. Risposta ipnotica. (Può avvenire con una certa latenza).....	39
SISTEMI RAPPRESENTAZIONALI	40
<i>SCANSIONE OCULARE</i>	41
TEORIA DELLA TERAPIA	43
<i>LA TEORIA ORGANICA</i>	43
<i>LA TEORIA PSICODINAMICA</i>	45
<i>LA TEORIA NEI SISTEMI</i>	46
<i>IL DOPPIO LEGAME</i>	47
CONTESTO DI ACCETTAZIONE.....	49
RISTRUTTURAZIONI (WATZIAWICK)	50

ESEMPI.....	50
VISUALIZZAZIONE. CONOSCERE IL NOSTRO CERVELLO	55
L'INTERVISTA. DEFINIZIONE DEL PROBLEMA.....	58
<i>I mattoni</i>	59
RACCOLTA DEI DATI. IL SOGGETTO.....	60
I PRESUPPOSTI. LA VISIONE DEL MONDO (MAPPA)	62
VALUTAZIONE E RISULTATI	63
NOTE SULLA "PERCEZIONE"	64
<i>La mappa non è il territorio e il nome non è la cosa nominata.....</i>	64
<i>Condizioni necessarie alla "percezione"</i>	64
<i>I processi di formazione delle immagini sono inconsci ed inaccessibili.....</i>	65
IL PIACERE.....	66
<i>Creatività e piacere.....</i>	66
<i>Natura del piacere.....</i>	67
ESERCIZIO DI APPRENDIMENTO DELLA TRANCE. PER SCRIVERE UN'INDUZIONE IPNOTICA.....	69
DISTORSIONE TEMPORALE	71
<i>CONSIGLI PER IL TRAINING.....</i>	71
<i>ALLUNGAMENTO, DILATAZIONE, ESTENSIONE DEL TEMPO</i>	72
<i>CONDENSAZIONE TEMPORALE.....</i>	73
<i>RICALCO DEL FUTURO.....</i>	73
L'ORDINE POSTIPNOTICO	75
PROFONDITA' DELLA TRANCE.....	77
<i>NUOVO METODO</i>	77
L' INTERVENTO. RISOLVERE I PROBLEMI	79
<i>Preparazione.....</i>	79
<i>Ricerca delle soluzioni.....</i>	79
PASSE-PARTOUT. LA CHIAVE PER LA SOLUZIONE.....	81
INTERVENTI IN RISPOSTA AL COMPITO DELLA PRIMA SEDUTA	83
Procedura da seguire in caso di miglioramento	83
Procedura da seguire in caso di peggioramento.....	83
Procedura da seguire in caso di situazione stazionaria (caso peggiore).....	84
UNA TEORIA DELLA COLLABORAZIONE.....	85
TEORIA SULLA CATALESSI.....	86
MOVIMENTI E SEGNALI IDEO MOTORI.....	87
SFERE DI CRISTALLO. PROGETTARE IL FUTURO.....	88
<i>RENDERE IL FUTURO IMPORTANTE PER IL PRESENTE</i>	88
Esempio di caso clinico: paura di che cosa?	88
Esempio di caso clinico: forza battitore.....	89
Esempio di un caso clinico: la ragazza di Jake	90
<i>DISCUSSIONE.....</i>	92
LA TECNICA DELLE SFERE DI CRISTALLO	93
A) <i>Primo passo.....</i>	93
B) <i>Secondo passo</i>	93
C) <i>Terzo passo (il più importante).....</i>	93

D) Quarto passo	94
Osservazione	94
APPLICAZIONI GENERALI	95
INDUZIONE IPNOTICA	97
LA DANZA DEL FUOCO	97
APPROFONDIMENTI BREVI	98
CON LE MANI SOSPESE IN CATALESSI	98
UTILIZZABILE IN GENERALE	98
QUANDO C'E' UNA CATALESSI	98
APPROFONDIMENTO DELLA TRANCE	99
NOVE METODI PER IL RISVEGLIO	101
UTILIZZAZIONE DELLE SFERE DI CRISTALLO: IL FUTURO	102
Primo passo	102
Secondo passo	102
Terzo passo (il più importante):	103
Quarto passo	104
PLANCHE "4PLA"	105
PRIMO TEST	105
SECONDO TEST	105
TERZO TEST	106
QUARTO TEST	106
QUINTO TEST	106
ANCORAGGIO	108
Procedura di applicazione	108
ASPETTATIVE	110
INDUZIONE INFORMALE	111
FISSAZIONE DELLO SGUARDO	113
UTILIZZAZIONE DEI PROCESSI IDEO-SENSORI	114
TRATTAMENTO DEL SINTOMO	115
TRANCE LEGGERA	115
TRANCE PROFONDA	115
PRESCRIZIONE DEL SINTOMO	116
ESERCIZIO DI VISUALIZZAZIONE:	117
LAVAGNA	117
DOPPIA DISSOCIAZIONE / DOPPIO LEGAME	118
UTILIZZAZIONE DEI PROCESSI IDEO - DINAMICI	119
PROCESSI IDEO SENSORI	119
PROCESSI IDEO AFFETTIVI	119
DIRETTIVA IMPLICITA	120
PROCESSI IDEO COGNITIVI	120
REGRESSIONE D'ETA	121
TECNICA DELLO SCHERMO CINEMATOGRAFICO	121
REGRESSIONE IL	122
APPROFONDIMENTO	123
TRAINING	125

REGRESSIONE D'ETA TRAMITE ALLUCINAZIONE	126
TRAINING IL (ERICKSONN)	128
INDUZIONI.....	135
ESERCIZIO DI APPRENDIMENTO DELLA TRANCE.....	136
Fare alcune domande per ratificare la trance	137
INDUZIONE IPNOTICA: CONSIDERAZIONI GENERALI	138
<i>INTRODUZIONE.....</i>	<i>138</i>
<i>ESERCIZIO DI VISUALIZZAZIONE.....</i>	<i>140</i>
<i>ESERCIZIO DI VISUALIZZAZIONE (parte seconda)</i>	<i>141</i>
<i>EFFETTI INDESIDERATI DELLA TRANCE IPNOTICA.....</i>	<i>142</i>
IN CASO DI RESISTENZA.....	142
SE IL PAZIENTE DURANTE L'INDUZIONE DI TRANCE INIZIA A RIDERE	142
DISSOCIAZIONE FRA PENSIERO E AZIONE	143
ANALOGIE: LA COSCIENZA E L'INCONSCIO.....	145
ACCESSO ALL'INDUZIONE	149
APPRENDIMENTO DELLA TRANCE PER ASSOCIAZIONE.....	150
INDUZIONE INDIRETTA DELLA TRANCE	151
INDUZIONE DELLA TRANCE ATTRAVERSO IL NON SAPERE E IL NON FARE. 152	
<i>SET D'INDUZIONE DELL'APPRENDIMENTO INFANTILE.....</i>	<i>152</i>
INDUZIONE: IL LUOGO MERAVIGLIOSO.....	153
INDUZIONE: IL MARE.....	154
INDUZIONE: LE NUVOLE.....	155
INDUZIONE: IL BUIO.....	156
INDUZIONE: RIACQUISTARE LA FIDUCIA IN SE STESSI E LA GIOIA DI VIVERE.	
.....	157
INDUZIONE: LA SCALA	158
INDUZIONE: LA DANZA DEL FUOCO.....	159
INDUZIONE: L'ARCOBALENO.....	160
INDUZIONE: IL TEMPO	161
INDUZIONE: L'OROLOGIO.....	164
INDUZIONE: PARLAMI PURE... ..	165
INDUZIONE: MANO FREDDA, MANO CALDA	166
INDUZIONE: LA CANDELA	167
INDUZIONE CON FISSAZIONE AD OCCHI APERTI	168
INDUZIONE ATTRAVERSO IL RICALCO DEL COMPORTAMENTO.....	169
INDUZIONE ATTRAVERSO LA CONVERSAZIONE.....	170
<i>TECNICA DI CONVERSAZIONE.....</i>	<i>170</i>
INDUZIONE ATTRAVERSO LA LEVITAZIONE DELLA MANO (1).....	171
INDUZIONE ATTRAVERSO LA LEVITAZIONE DELLA MANO (2).....	172
INDUZIONE: IL MONDO DELLE FAVOLE	173
INDUZIONE TRAMITE FAVOLA.....	174
INDUZIONE PER BAMBINI TRAMITE FAVOLA.....	175

<i>Il circo (dentista)</i>	175
<i>L'elefante al circo (enuresi)</i>	176
<i>Un'opera d'arte (svalutazione)</i>	179
<i>L'elefantino rosa (accettazione)</i>	180
<i>Il Ceppo galleggiante</i>	182
<i>Il brutto anatroccolo</i>	184
<i>Guizzo azzurro</i>	185
INDUZIONE PER SCETTICI	186
INDUZIONE DI UNA TRANCE SONNAMBULICA IN UN SOGGETTO SCETTICO	189
INDUZIONE: ESERCIZIO DI RELAX (DOPPIO LEGAME)	190
Si chiuderanno prima che le mani arrivino a toccarsi?	190
<i>STRUTTURAZIONE DELLA SITUAZIONE PER CREARE UN CONTESTO DI RICERCA</i>	
<i>INTERNO</i>	191
<i>FOGLIO A - CASO DI RESISTENZA</i>	192
<i>FOGLIO B - CASO DI RESISTENZA</i>	192
REGRESSIONE D'ETA	193
<i>TECNICA DI CONFUSIONE</i>	193
INDUZIONE DELLA TRANCE PER STRETTA DI MANO	194
<i>CONDIZIONI</i>	194
<i>INIZIO</i>	194
<i>UTILIZZAZIONE:</i>	194
ESPERIMENTO DI INTROSPEZIONE	196
INDUZIONE DELLA TRANCE UTILIZZANDO LA MUSICA INTERNA	197
LA CATALESSI NELL'INDUZIONE IPNOTICA	198
CATALESSI FACILE	199
PROCEDURA PRATICA PER LA CATALESSI (ES. ANESTESIA)	200
<i>ESEMPIO UNO</i>	200
<i>ESEMPIO DUE</i>	201
SE IL PAZIENTE RIDE DURANTE L'INDUZIONE	202
ESERCIZI DI AUTOIPNOSI	203
<i>A - La più semplice</i>	203
<i>B - La più efficace</i>	203
<i>C - Utilizzazione della trance della vita quotidiana</i>	204
FACILE INDUZIONE DI TRANCE (AUTO IPNOSI)	205
STRUTTURAZIONE DI UN CONTESTO DI RICERCA (CIECA)	206
FANTASIE	211
ESTASI DEI SENSI: IL CONTATTO	212
DISCESA IN ASCENSORE: REGRESSIONE D'ETÀ	213
UN AEREO CHE SCRIVE CON IL FUMO: MIGLIORARE LA CAPACITÀ DI	
CONCENTRAZIONE	214
ZONE EROGENE: APPREZZARE IL CONTATTO SESSUALE	215
IL SUSSURRO: SENTIRSI A PROPRIO AGIO USANDO LA MASTURBAZIONE	
INSIEME CON LA PENETRAZIONE	216
VIAGGIARE CON LA FANTASIA: IMPARARE AD USARE LA FANTASIA	216

VAPORE CALDO: IMPARARE A CONCENTRARSI SULLE SENSAZIONI PIACEVOLI ED ELIMINARE I PROBLEMI DI ECCITAZIONE.....	217
GIOCARE A PRENDERSI: IMPARARE CHE COSÌ IL GIOCO ADULTO.....	218
IL FIORIRE DELLA PASSIONE: COMPRENDERE COME SI SVILUPPA LA PASSIONALITÀ.....	219
IL CONTATORE GEIGER: FARE NUOVE SCOPERTE SULLE ZONE EROGENE.	220
LA MAPPA ANATOMICA: COMUNICARE AL PARTNER LE PARTI PIÙ SENSUALI DEL PROPRIO CORPO.....	220
IL GIARDINO DELL'EDEN: RIVITALIZZARE LA PROPRIA PASSIONALITÀ.....	221
UN ENORME RECINTO DEI GIOCHI: IMMAGINARE IL LINGUAGGIO SESSUALE COME QUALCOSA DI GIOCOSO	221
IL SU-E-GIU': TROVARE L'EQUILIBRIO FRA IL GIOCO ED IL DOVERE	222
DA AVVERSARIO AD AMICO: TRASFORMARE I SENTIMENTI NEGATIVI IN POSITIVI.....	222
DANZARE COME UNA COSA SOLA: L'EQUILIBRIO TRA IL PIACERE E IL BISOGNO DI COMPIACERE	223
VENTI DI GUERRA... E DI PACE: CEDERE IL POTERE IN CAMBIO DEL PIACERE	223
UNA BOCCATA DI ENERGIA CREATIVA: RICATTURARE L'ENERGIA DA INVESTIRE NELLA VITA SESSUALE.....	224
IL TIRO ALLA FUNE: ABBANDONARE LE LOTTE DI POTERE CON IL PARTNER	224
ABBASSARE LA GUARDIA: RIDURRE IL COMPORTAMENTO DIFENSIVO.....	225
UN INDENNIZZO ERRONEO: RIMANERE FOCALIZZATI SUGLI ASPETTI POSITIVI DEL PARTNER	226
<i>PRIMA FASE</i>	<i>226</i>
<i>REPLAY Istantaneo</i>	<i>226</i>
IL SALTO DI FEDE: IMPARARE AD AVERE FIDUCIA.....	227
LA STAZIONE RADIO DEL PIACERE: ELIMINARE L'ORGASMO PRECOCE.....	227
LO SCIVOLO DELLA TUA VITA: IMPARARE AD ABBANDONARE IL CONTROLLO.....	228
SOLO NELLA FOLLA: CONCENTRAZIONE E/O ELIMINARE I PROBLEMI DI EREZIONE.....	229
IL PIANISTA: CONCENTRAZIONE E/O ELIMINARE I PROBLEMI DI EREZIONE	229
UMTY DUMPTY RICOSTRUITO: SOPRAVVIVERE CON IL CUORE SPEZZATO	230
L'APPLAUSO. AUTOSTIMA.....	231
APPLICAZIONI PRATICHE DELL'IPNOSI	233
FACILITAZIONE DELL'AUTO-ESPLORAZIONE: SCRITTURA AUTOMATICA... 	234
APPROCCI IPNOTICI AL DOLORE	237
<i>CONSIDERAZIONI GENERALI.....</i>	<i>237</i>
<i>PROCEDURE IPNOTICHE PER IL CONTROLLO DEL DOLORE</i>	<i>238</i>
<i>PROCEDURE GENERALI DI INTERVENTO SUL DOLORE</i>	<i>241</i>
PROCEDURA 1.....	241
PROCEDURA IN CUI SI AGGIUNGE UNO SPOSTAMENTO DEL DOLORE	242

PROCEDURA IN PRESENZA DI UN PROBLEMA SPECIFICO	243
ESEMPIO DI INTERVENTO SUL DOLORE DOTT. G. RIATSCH, 18.12.98.....	245
OBESITA'	246
<i>ESERCIZIO PER MODELLARE IL CORPO. METODO DEL CONFRONTO</i>	<i>246</i>
PROBLEMA DEL CIBO	247
PROCEDURA 1	247
PROCEDURA 2 DIRETTA	249
PROCEDURA 3	249
SCARSA LIBIDO, IMPOTENZA (UTILIZZAZIONE FACOLTÀ ONIRICHE)	251
PAURA DEGLI ESAMI.....	252
IMPARARE DALL'ESPERIENZA	253
APPRENDIMENTO SCOLASTICO.....	256
APPRENDIMENTO I. L'AMICO	258
APPRENDIMENTO II. AMO IL ME IN TE.....	261
PROBLEMA DEL FUMO	264
PROCEDURA 1	264
PROCEDURA 2	265
PROCEDURA 3	266
PROBLEMA DELL'ALCOOL	268
PROCEDURA 1	268
PROCEDURA 2	270
MANGIARSI LE UNGHIE	271
APPLICAZIONE	271
METODO DIRETTO.....	272
BRUXISMO.....	273
INTRODUZIONE ALLA TERAPIA SESSUALE	277
CONOSCENZA DEL SESSO	277
DUE CERVELLI?	278
COME LA VISUALIZZAZIONE PUO AGGIRARE I BLOCCHI SESSUALI	278
COME USARE IL CERVELLO DESTRO, PER TROVARE LA PASSIONE E SUPERARE LA NOIA.....	279
RITO E SCIENZA.....	279
QUANTO SIETE ANNOIATI DALLA VOSTRA VITA SESSUALE?.....	280
ANALISI DI UN CASO DI DISMENORREA	282
TERAPIA DI COPPIA. TEORIA	283
<i>Le indicazioni alla terapia di coppia</i>	<i>283</i>
<i>Gli aspetti formali del matrimonio.....</i>	<i>285</i>
<i>Le fasi successive del matrimonio.....</i>	<i>287</i>
<i>Il conflitto nel matrimonio</i>	<i>289</i>
TERAPIA DI COPPIA. IL SINTOMO COME TATTICA NELLE RELAZIONI	290
DEFINIRE LA RELAZIONE.....	290
IL CONTROLLO DELLA RELAZIONE.....	292
LE STRATEGIE DELLA PSICOTERAPIA NELLA COPPIA	299
LA RESISTENZA AL CAMBIAMENTO	304
L'INTERVENTO TERAPEUTICO	307
GLI EFFETTI DELLA TERZA PERSONA	307

<i>LA DEFINIZIONE DELLE REGOLE</i>	308
<i>LA SOLUZIONE DEI PROBLEMI A LIVELLO DI CHI DEFINISCE LE REGOLE</i>	310
CASI CLINICI	316
RAPPORTI FAMILIARI	316
<i>Colpo per colpo</i>	316
<i>Sete di cambiamento</i>	317
<i>Il pensionato prepotente</i>	319
ESEMPI DI RICONFIGURAZIONE	321
<i>Essere una madre perfetta</i>	321
<i>La chiave</i>	322
<i>La gruccia di alluminio</i>	322
APPENDICE: TECNICHE DI ROY MARTINA	324
RILASSAMENTO DI ROY MARTINA	324
IPNOSI: RICERCA DELLE PROPRIE PAURE	324
IPNOSI: RICERCA DELLA PROPRIA PARTE NEGATIVA	325
IPNOSI: RICERCA DELLA PROPRIA PARTE POSITIVA.....	325
IPNOSI: RICERCA DI CIO' DI CUI ABBIAMO BISOGNO	325
IPNOSI: SENTIRE IL NOSTRO CUORE	326
IPNOSI: PERDONO DELLA MADRE	327
IPNOSI: PERDONO DEL PADRE	328
INDICE	329