

Comune trance quotidiana

Inviato da Fabio Marchi

Erickson utilizzava la comune trance quotidiana e impartiva le suggestioni quando il paziente aveva già avviato uno stato naturale di trance (approccio naturalistico). Caratteristica della trance quotidiana è il predominio dell'emisfero destro e l'attivazione del parasimpatico. L'ipnosi utilizza e intensifica questo fenomeno naturale a fini terapeutici. Erickson ne parla in questi termini: "In quei momenti le persone [...] tendono a fissare lo sguardo verso destra o verso sinistra, a seconda dell'emisfero cerebrale dominante e ad assumere quell'aspetto assente o vuoto. Possono chiudere effettivamente gli occhi, immobilizzare il corpo (una forma di catalessi), reprimere certi riflessi (come inghiottire, respirare, ecc.) e sembrano momentaneamente dimentiche di tutto ciò che le circonda, sino a quando non abbiano completato la loro ricerca interiore a livello inconscio di nuove idee, risposte e schemi di riferimento che ristabiliranno il loro orientamento generale verso la realtà." (Milton H. Erickson, Opere, Vol. I, Astrolabio, p. 513)

Se sei interessato a saperne di più su Ipnosi o Autoipnosi, puoi Contattarci e prendere parte ad uno dei nostri corsi