

Transa încrederii.

O abordare relațională a hipnozei terapeutice

Dr. Krisztina G. Szabó

"Cei mai mulți oameni își trăiesc viața într-o transă a neputinței, iar sarcina noastră este să transformăm această transă într-o transă a încrederii." spune Milton Erickson, iar într-una din conversațiile înregistrate în seria "In the room with Milton H. Erickson", el se referă la o clientă afirmând că "mama acesteia îi oferise un singur tip de sugestie: limbajul fricii", respectiv că ea avea nevoie să învețe "limbajul iubirii". Cadrul conceptual oferit de teoria atașamentului susține și el ideea că modelele noastre relaționale timpurii formează, de fapt, imaginea noastră despre noi înșine, cât și despre ceilalți, precum și așteptările noastre referitoare la interacțiunile cu ceilalți. Realitatea noastră este una relațională, în care perspectivele "Eu-Tu", "Aici-Acolo", "Acum-Atunci" sunt create și în permanență recreate în relații (teoria cadrelor relaționale). În sensul acesta, orice interacțiune este una sugestivă (mai ales cele semnificative), iar în cadrul interacțiunii terapeutice, avem posibilitatea și sarcina de a rescrie – verbal și nonverbal – "scenariul" transei inițiale a clientului în direcția încrederii, a iubirii. Dincolo de problema concretă cu care clientul se prezintă în terapie, "copilul" din el caută, chiar și fără să știe, această transă a încrederii. În hipnoterapie, avem șansa dublă de a realiza acest lucru, prin interacțiunea "normală", și în mod condensat în interacțiunea din cadrul transei formale. În cadrul acestui atelier, ne propunem să prezentăm aspecte teoretice și date empirice pe tema legăturii dintre atașament, sugestibilitate și starea de bine, respectiv să oferim o demonstrație practică.

Cuvinte-cheie: *atașament, sugestibilitate, hipnoză terapeutică*