



Rev. Bras. de Hipnose 2016; 27(2):59-69

ISSN 1516-232X

Associação Brasileira de Hipnose - ASBH

*Revista
Brasileira de
Hipnose*

www.revistabrasileiradehipnose.com.br

A Hipnose Transformando a Emoção

Hypnosis changing the Emotion

Valéria Maria Barreto

*Curso de Pós-graduação em Hipnose Clínica, Associação de Hipnose do
Estado do Rio de Janeiro – AHIERJ, Rio de Janeiro, Brasil*

Resumo.

Neste trabalho, abordamos o desenvolvimento da hipnose no decorrer a história, o surgimento de novas técnicas e suas aplicações, usando de relatos de pessoas que foram hipnotizadas e a melhoria que ocorreu em suas vidas. Esperamos que a leitura deste estudo possa estimular reflexões sobre o real valor da hipnose quando utilizada adequadamente, para uma nova concepção da hipnose na psicoterapia.

Palavras-chave: Hipnose, Emoção, Psicoterapia, Hipnoterapia.

Abstract.

In this work, we discuss the development of hypnosis in the history course, the arising of new techniques and their applications, using reports of people being hypnotized and the improvement that has occurred in their lives. We hope that reading this study may stimulate reflections on the real value of hypnosis when used properly, for a new conception of hypnosis in psychotherapy.

Keywords: Hypnosis, Emotion, Psychotherapy, Hypnotherapy.

1. Introdução.

Muitas são as opiniões sobre a utilidade da hipnose como ferramenta dentro da psicologia, principalmente porque um grande médico, Sigmund Freud, depois de conhecer a mesma e utilizá-la em pacientes com histeria, relatou que o sintoma tratado, tempos depois, se manifestava de outra maneira, em outro lugar do corpo. Isto o levou a optar pelas associações livres, pois observou que conforme essas pacientes compartilhavam seus sentimentos, e os fatos do passado eram liberados do recalque para ser elaborados, o resultado era mais eficaz do que a hipnose que ele praticava. Ele concluiu que a participação direta da paciente permitia elaborações esclarecedoras sobre o seu sintoma.¹

Por outro lado, a facilidade para o conhecimento e uso em palcos confere à hipnose certa desvalorização da sua fantástica utilidade e real função. Na medida em que pessoas aparecem na televisão saboreando diferentes comidas e dizendo que são outras, fazendo ou simulando atitudes de choro e embalando crianças, a imagem da hipnose assume uma posição depreciada, como brincar de mágico com as pessoas ao nível do inconsciente.

Muitos são os psicanalistas que se referem à hipnose como algo descartável, apenas porque Freud um dia tomou a decisão de abandoná-la, optando então pela associação livre. Mas ele tinha

um caminho a seguir e pensou que a hipnose não respondia suas questões, e seus estudos trouxeram à tona conhecimentos sobre a própria consciência e o inconsciente.

Entretanto, novos conhecimentos foram desenvolvidos nesta área de hipnose e muito tem ajudado no crescimento e desenvolvimento da clínica psicoterapêutica, facilitando não só o diagnóstico, mas também o tratamento.^{2,3}

Neste trabalho, abordamos o desenvolvimento da hipnose no decorrer da história, o surgimento de novas técnicas e suas aplicações, usando relatos de pessoas que foram hipnotizadas e a melhoria que observada em suas vidas. Esperamos que a leitura deste estudo possa estimular reflexões sobre o real valor da hipnose quando utilizada adequadamente, e gerar uma nova concepção da hipnose na psicoterapia.

2. O que é a Emoção.

No século V a.C., nas artes plásticas, a emoção começou a tomar conta da figura completa e não apenas da sua face, que geralmente apresentava um semblante calmo. Os escultores do século IV a.C., como *Escopas de Paros*, esforçaram-se para representar o intelecto e a emoção através das feições do rosto, o que levou ao desenvolvimento dos retratos. Os primeiros idealizavam o modelo, representando mais um tipo do que um indivíduo. O caimento das roupas tornou-se dramático, com dobras onduladas complexas para efeitos de *luz e sombra*, além de indicar as diferentes texturas. O corpo humano era suave e gracioso, mas faltava-lhe a força e a dignidade das obras anteriores. Esta mudança é observada nas obras de Praxíteles (meados do século IV a.C.), que trabalhou principalmente com mármore.⁴

A emoção, desde os primórdios, envolve a expressão do ser humano em relação aos seus sentimentos, hoje, em pleno século XXI, o homem busca o seu equilíbrio, que se torna possível quando a emoção e a razão atuam juntas. Entretanto, esse equilíbrio é difícil já que a vida muitas vezes exige atitudes para satisfazer necessidades de autoafirmação em relação aos indivíduos que nos cercam.

O homem, como ser emocional, está sempre envolvido com o que o outro pode pensar sobre si. Então se pode questionar: será necessário mudarmos nossa maneira de pensar para nos ajustarmos ao que o mundo quer de nós? *Se o indivíduo for solicitado a responder a esta questão, viverá unicamente para agradar o outro ou o meio social. O seu eu emocional vai querer sempre ser aquilo que os outros esperam, aquilo que eles desejam. É fácil concluir que, se permitirmos isso, vamos ter que alterar constantemente nosso comportamento, para nos conformar sucessivamente aos diferentes tipos de ambiente pelos quais circulamos diariamente. Intuitivamente, isto já parece ruim*⁴. Mas, o homem não pode viver a sua vida em função do que os outros querem ou pensam, porque estará criando uma insatisfação interior muito grande e máscaras que com certeza interferem nas relações inter e intrapessoais.

Existe uma grande justificativa para que não usemos máscaras, e que os outros possam perceber realmente quem somos. Pois ninguém vai conseguir *entrar em nosso cérebro e saber nossos pensamentos*. É apenas através de nossas atitudes que as pessoas irão conhecer algo sobre o nosso pensar, criando um modelo daquilo que somos baseados em nossas ações e pela forma que reagimos diariamente às diversidades de situações que vivenciamos em nosso dia a dia.

A medida que a razão e a emoção são identificadas pelo próprio sujeito, ele terá condições de ter atitudes que reflitam o que realmente está dentro do seu interior, e isto irá influenciar a sua forma de agir. A razão e a emoção atuam como núcleos ordenadores que estruturam a personalidade humana. Sendo assim se as ações não refletirem coerência, equilíbrio, reflexão e justiça, a imagem criada pelos outros será a de uma pessoa confusa e atrapalhada, tornando assim a interação social muito difícil⁴.

No ano de 1997, Mayer e Salovey⁵ propuseram uma revisão ampliada do trabalho prévio, editado em 1990, que falava sobre a percepção e o controle da emoção, mas que não enfocava o pensamento sobre o sentir, propondo assim uma nova definição para *Inteligência Emocional*. Esta inteligência envolveria: a capacidade de perceber acuradamente, de avaliar e de expressar emoções; a capacidade de perceber e/ou gerar sentimentos quando eles facilitam o pensamento; a capacidade de compreender a emoção e o conhecimento emocional; e a capacidade de controlar emoções para promover o crescimento emocional e intelectual.⁵

O processamento das informações relacionadas com a emoção pode ser explicado pelo sistema que envolve quatro estágios que podem ser organizados a partir das etapas psicológicas envolvendo a percepção, a avaliação e expressão da emoção, utilizando a mesma como facilitadora do pensamento, compreendendo e analisando o emprego do conhecimento emocional através do controle reflexivo que irá promover o crescimento emocional e intelectual do sujeito.⁵

Através do desenho, a emoção da criança é expressa anterior à escrita ou à fala, podendo ser comprometedor anular a expansão do traço infantil, no ponto de vista que Greenspan. Ao anular esta expressão, podemos estar contribuindo para a formação de indivíduos passivos.⁶

A educação no Brasil não tem dado a devida importância do garatujar da criança. Porém, quanto mais cedo ela for incentivada ao uso da cor, maior será a sua coordenação motora, que irá contribuir para o desenvolvimento da criatividade infantil e suas emoções. O chamado *desenhismo*, enfocado pelo professor Luiz Vidal Gomes⁶, ressalta que unindo o conhecer com o fazer e o uso das mãos em conjunto com a coordenação e a visão estimula as conexões neurais que irão influenciar a elaboração de etapas que influenciam o desenvolvimento cognitivo da criança.

Já foi observado que muitas crianças chegam à adolescência com o seu processo de crescimento desestruturado, pois, devido às contingências do seu dia a dia, atingem a sua autoconfiança e junto com ela a sua versatilidade para desenhar. E isto é uma influência do modo racional de pensar do ocidente no início precoce na infância, resultando assim em um indivíduo adulto com déficit na área da criatividade, da intuição e da imaginação, supervalorizando assim o lado esquerdo do cérebro, que é o lado da razão, e que vem a valorizar o consumismo sobrepondo o racional ao mental, o falar e o escrever acima do desenhar e o materialismo sobre a felicidade.⁷

Mas o lado intuitivo não deveria ser abafado no decorrer de nossa vida infantil, e quando aceitamos esta imposição, atribuímos à vida mental uma posição secundária e de menor significado. Como no organismo até a falange do menor dos dedos tem a sua função importante, assim também não há meios de descartar a parte orgânica do lado subjetivo de nossa mente, se ele existe deve ser devidamente utilizado e a sua não utilização contribuirá para com que o sujeito fique pela “metade”, ou incompleto. Com uma grande possibilidade de adquirir problemas psíquicos que irão repercutir no organismo⁸.

A percepção, avaliação e expressão da emoção abrangem desde a capacidade de identificar emoções em si mesmo, em outras pessoas e em objetos ou condições físicas, até a capacidade de expressar essas emoções e as necessidades a elas relacionadas, bem como a capacidade de avaliar a autenticidade de uma expressão emocional, detectando sua veracidade, falsidade ou tentativa de manipulação. A emoção como facilitadora do ato de pensar diz respeito à utilização da emoção como um sistema de alerta que dirige a atenção e o pensamento para as informações (internas ou externas) mais importantes. A capacidade de gerar sentimentos em si mesmo pode ajudar uma pessoa a decidir, funcionando como um "ensaio", no qual as emoções podem ser geradas, sentidas, manipuladas e examinadas, antes da tomada de decisão. A compreensão e análise de emoções (conhecimento emocional) incluem desde a capacidade de rotular emoções, englobando a capacidade de identificar diferenças e nuances entre elas (como gostar e amar), até a compreensão da possibilidade de sentimentos complexos, como amar e odiar uma mesma pessoa, bem como as transições de um sentimento para outro, como a de raiva para a vergonha, por exemplo. Finalmente, o controle reflexivo das emoções para promover o crescimento emocional e intelec-

tual refere-se à capacidade para tolerar reações emocionais, agradáveis ou desagradáveis, compreendê-las sem exagero ou diminuir sua importância, controlá-las ou descarregá-las no momento apropriado.⁹

As emoções apresentam reações orgânicas refletidas nos comportamentos externos e internos do sujeito, sendo uma combinação completa de aspectos fisiológicos, sociais e psicológicos que irão interagir nas mais diversas situações que venham a inferir na vida humana. Nossas emoções são produto da interação de áreas específicas do sistema nervoso e foram desenvolvidas naturalmente através de milhões de anos de evolução. Como resultado, nossas emoções possuem o potencial de nos servir como um sofisticado e delicado sistema interno de orientação. Elas nos alertam quando as necessidades humanas naturais não são encontradas. Por exemplo, quando nos sentimos sós, nossa necessidade é encontrar outras pessoas. Quando nos sentimos receosos, nossa necessidade é por segurança. Quando nos sentimos rejeitados, nossa necessidade é por aceitação.¹⁰

As emoções são talvez a maior fonte potencial capaz de unir todos os membros da espécie humana. Claramente, as diferenças religiosas, culturais e política não permitem isto, apesar das emoções serem “universais”.¹⁰

Robert Plutchik¹¹, em 1980, dividiu em oito categorias básicas que influenciam a conduta do ser humano em relação a sua motivação, aproximação ou evitação de pessoas ou situações. São elas: surpresa, tristeza, desgosto, ira, esperança, alegria e aceitação. Cada uma dessas emoções vai influenciar as circunstâncias e as atitudes de várias maneiras no ambiente que nos cerca, podendo ocorrer a combinação de algumas entre si apresentando assim uma variabilidade em sua intensidade.

A seguir, fazemos uma breve descrição das áreas nervosas relacionadas com as emoções e o comportamento emocional.

2.1. A Fisiologia da Emoção.

O afeto faz com que o organismo tenha reações que são geradas no sistema nervoso central e no autônomo, e pelas glândulas endócrinas. No sistema nervoso central, os circuitos ativados regulam e integram as respostas emocionais.

O *córtex cerebral* se acha envolvido na identificação, avaliação e tomada de decisões a respeito de dados sensoriais e comportamento subsequente. Os pensamentos, expectativas e percepções que surgem aqui desempenham papéis importantes em manter e dissolver afetos e o comportamento que os acompanha.³²

A *formação reticular*, uma rede de células nervosas no tronco cerebral, alerta o córtex para importante informação sensorial. Quando os dados a respeito destes eventos potencialmente despertadores de emoção filtram através deste sistema, são isolados como importantes. A formação reticular desperta o córtex, que dá à matéria sua plena atenção. Para respondermos apropriadamente a uma emergência, temos de estar alerta.¹²

O *sistema límbico* tem um desempenho um papel regulatório nas emoções e na motivação. Mesmo sem o conhecimento preciso das suas funções de todas as estruturas límbicas, é certo que as informações sensoriais passam através do deste sistema em sua trajetória para o córtex. Este, por sua vez, envia mensagens para o sistema límbico. Formando este sistema temos a amígdala, que é ativada em situações com marcante significado emocional, sendo também relacionada com aprendizados emocionais e armazenamento de memórias afetivas. Além disso, a amígdala é responsável pela formação da associação entre estímulos e recompensas.¹³

O *septo*, que desempenham papéis na raiva, no prazer e respostas neurovegetativas. Já foi demonstrado em animais que com lesões bilaterais da área septal leva ao quadro de *raiva septal*. Neste há hiperatividade emocional, ferocidade e ira diante de situações que geralmente não alteram o comportamento animal.¹³

O *hipotálamo* é uma parte do diencefalo considerado como maestro do sistema nervoso autônomo, sendo responsável pela ativação do sistema nervoso simpático durante situações emergenciais. Também é envolvido nas reações típicas do medo, raiva, fome, sexo e sede.¹³

O *sistema nervoso autônomo* responde às emoções. Quando ocorre uma emoção intensa, muitas vezes as pessoas estão conscientes de um tumulto interno, podendo o organismo reagir com batimentos acelerados, taquicardia, músculos tensos, tremores e sinais semelhantes. Estas respostas são chamadas de *reações autônomas*. O sistema nervoso autônomo consiste em nervos que vão da medula espinhal e do cérebro para os músculos lisos dos órgãos internos, glândulas e coração e vasos sanguíneos. Os dois ramos deste sistema, o sistema simpático e o parassimpático, são responsáveis pela manutenção do equilíbrio interno.

O *sistema parassimpático* tende a ser mais ativo quando os animais estão comparativamente calmos, quando digerem seu alimento, dormem e se recuperam de uma doença. O *sistema simpático* assume quando surgem emergências mobilizando os recursos para que o corpo entre em ação, proporcionando as condições para as atitudes de alarme.¹²

O *tálamo* é o centro de integração do cérebro, sendo parte do diencefalo. Suas ligações dão acesso às informações de todas as áreas sensoriais e suas ramificações para o cérebro e para os centros dos controles motores¹³.

As *glândulas suprarrenais* estão localizadas acima dos rins, e liberam catecolaminas (adrenalina e noradrenalina) quando estimuladas por emoções. Esses hormônios estimulam centros nervosos e órgãos, enquanto o corpo permanecer alerta e ativo em função do estado emocional¹³.

O Psicólogo Gary Schwart¹⁴ confirmou em seus estudos que, quando os indivíduos têm pensamentos felizes, eles produzem respostas faciais musculares diferentes das que são produzidas com pensamentos tristes ou que produzam raiva. Se não detectadas por observação, elas podem ser medidas através da aceleração da respiração, dos batimentos cardíacos, temperatura do rosto, tensão muscular etc...

Existem poucas diferenças nas respostas fisiológicas dos seres humanos em relação às mesmas emoções. Pois todos sentem raiva, medo e dor variando apenas o tipo, e a intensidade. As tendências de resposta à emoção são detectadas desde a tenra idade. Logo após o nascimento, os bebês podem apresentar uma tendência a responder a um tipo específico de emoção de um modo distinto, predominantemente secretando ácido gástrico, acelerando a taxa cardíaca ou elevando a temperatura do corpo e podendo ser influenciada por hereditariedade sendo uma opinião suposta através de pesquisas com gêmeos e com ninhadas de cachorros e ratos. As emoções também podem ser afetadas pelo aprendizado.

Não existe um padrão nas respostas fisiológicas devido à diferença de idade, sexo, drogas, dieta, personalidade e estilo combativo. Pesquisas desenvolvidas nesta área mostram que os homens reagem diferentemente das mulheres diante da pressão social, as dietas, e que o estresse pode alterar a capacidade de funcionamento visceral orgânico, alterando os padrões hormonais distintos que, dependendo do grau de ansiedade, poderão levar ao desenvolvimento de *doenças psicossomáticas*.

2.1.1 - Atuação da Amígdala nas Emoções.

Muitas de nossas explosões emocionais são sequestros neurais que atuam em uma emergência através da ação do centro límbico recrutando o resto do cérebro em uma interação de seu plano de urgência. Essa reação repentina é disparada momentos antes o neocórtex, ter tido a oportunidade de perceber o que realmente está acontecendo ter tempo hábil para avaliar se a sua decisão é ou não uma boa ideia. Esses sequestros não são, de modo algum, incidentes isolados e horrendos, que podem levar o indivíduo a atitudes brutais, mas que após um pouco de reflexão e retrospectiva a atitude passa a ser avaliada como inadequada e está tomada de poder neural se origina a amígdala, um centro no cérebro límbico.¹⁵

O hipocampo e a amígdala são duas áreas-chave do cérebro primitivo. Essas estruturas límbicas tem a responsabilidade por uma grande parte da aprendizagem, da memória. A amígdala é a “especialista” em questões emocionais, e se for extirpada do resto do cérebro, o resultado é uma impressionante incapacidade de avaliar o significado emocional dos fatos; esse mal é às vezes chamado de “cegueira afetiva”¹⁵.

Um indivíduo em que a amígdala tenha sido retirada irá preferir o isolamento, ao contato humano. Embora mantenha a sua comunicação oral, não poderá reconhecer seus amigos mais íntimos, parentes e até mesmo a mãe, sem angústia, devido a sua indiferença. A perda da amígdala significa a perda de toda a identificação de sentimentos e também qualquer entendimento sobre o sentir dos outros.

O afeto e a paixão dependem da amígdala. Nos animais a sua ausência abole o sentimento de medo e de raiva e do impulso de competição e cooperação. O animal perde o senso do lugar em que ocupam na ordem social de sua espécie. A emoção fica embotada. Sem amígdala, não há lágrimas de dor para acalantar.

O neurocientista do centro de ciência neural a universidade de Nova Iorque, Joseph Ledoux foi o primeiro a descobrir o papel-chave da amígdala no cérebro emocional. Ele utilizou métodos de pesquisa inovadores para época, responsáveis por um nível de precisão antes desconhecidos.¹⁵

2.2. A Relação entre Cognição e Emoção.

Os psicólogos acreditam que as interpretações dos indivíduos em relação às situações imediatas de raiva, medo, ansiedade, atração determinam seus rótulos emocionais para a reação do sistema nervoso simpático bastante semelhante. Observando que este conceito envolve a cognição, ficou sendo conhecido como *teoria cognitiva da emoção*.

Pesquisas realizadas pelos psicólogos Stanley Charter e Jerome Singer¹⁶ comprovam esta teoria e neste estudo observaram que os participantes do grupo de mal informados e ignorantes, por não estarem cientes do mínimo que estava a acontecer, sobre o que queriam os pesquisadores e aonde iriam chegar, eram mais vulneráveis à influência do sujeito que viria participar do grupo como aliado e, através de suas atitudes, conseguia gerar sentimentos tantos positivos quanto os negativos. Nesta investigação confirma-se que a sensação de uma emoção pode aparecer quando os indivíduos rotulam um padrão vago de vigilância fisiológica.

As cognições podem ou não provocar sensações que estão acopladas ao afeto, desempenhando assim a função de manter a moderação das emoções. Porque, através de observações formais ou informais, pressupõem o sujeito deixando que os seus sentimentos sejam prolongados ou intensificados aumentando assim as contingências que sustentam o seu comportamento indesejado, mas cultivado indiretamente por essas emoções enraizadas em sua psique, fazendo um controle e assim mascarando seus verdadeiros sentimentos o que causam um verdadeiro bloqueio afetivo atingindo, assim, o indivíduo em todos os aspectos de sua vida social. Na construção do conhecimento em psicologia observa-se uma diversidade de limitações que são encontradas em relação a expressar a complexidade do real, afinal, o seu objeto de estudo, o homem, é por deveras complexo e singular, envolvendo a ideia sobre o ser, o psiquismo humano, seu comportamento etc. Essa construção tem se baseado em noções muito simples que atingem de forma mutiladora este objeto, tendo assim necessidade de análises mais atomizadas, isolando-se da subjetividade e necessitando de processos mais significativos¹⁷.

Enquanto ciência a Psicologia tem a dupla influência da pluralidade de teorias e metodologia, e as poucas articulações e diálogos entre si. E nesse sentido, cria o impasse com as emoções e a subjetividade humana, fragmentada nas ideias, sentimentos e nos processos subjetivos no decorrer da história com influências da parte biológica, individuais, sociais e culturais, formando assim um retalho de inúmeras perspectivas de um estudo que tem sido colocado como único meio de

explicar a hostilidade existente, relacionada com as propostas distintas sobre as mais variadas formas de abordar este pensamento.

O problema das emoções e da subjetividade que afeta a Psicologia, de uma forma geral gera algumas questões relevantes. Uma delas consiste em investigar a possibilidade de confirmar se a psicologia após ser atingida pelo paradigma científico ocidental realmente efetivou estudos e teorizações condizentes com a complexidade da subjetividade humana.

A segunda envolve em questionar até onde a Psicologia pôde desenvolver estudos e teorizações condizentes com a complexidade dos processos emocionais.

Justificam-se tais questões, uma vez que sendo essencialmente complexos e demandando uma visão altamente singular de compreensão, frequentemente esses processos têm sido mutilados como objetos de estudos e compreendidos sob uma ótica utilizada para outros objetos de estudo, como as propriedades da matéria, o computador, os demais seres vivos, dentre outros¹⁸⁻²⁰.

Dispensamos uma resposta direta e bem fundamentada a tais questões, busca-se, no entanto, uma análise crítica sobre a construção do conhecimento em torno do problema das emoções pontuando como o paradigma simplificador do ocidente não colaborou para o desenvolvimento de uma visão complexa sobre o assunto. E dentre os possíveis caminhos para a construção de uma nova compreensão epistemológica nesse sentido, destacam-se as compreensões complexas, inspiradas particularmente pela obra de Morin¹⁸⁻²⁰, implicando, não apenas nas possíveis articulações entre as distintas contribuições, mas, principalmente, na contextualização dessas articulações no cenário de questões epistemológicas fundamentais e que dizem respeito às disjunções clássicas do paradigma ocidental, com relação à ideia sujeito-objeto. E através do estudo das emoções, problema de considerável importância está sendo abordado, objetivando a construção de uma nova qualificação da condição humana na ciência.

O estudo das emoções, como de qualquer processo subjetivo, seria então definido em termos de um objeto de interesse psicológico (sistema ou objeto de estudo) que implicaria em estruturas latentes (traços) portadoras de propriedades e passíveis de mensuração, em função de uma relação isomórfica com comportamentos verbais ou motores - os únicos acessíveis à observação científica²¹. Tal perspectiva desconsidera o caráter irregular, processual e contraditório presente nas emoções que, segundo Gonzalez Rey¹⁷, não se esgota em nenhum outro sistema subjetivo, embora interaja com eles, nem tampouco estabelece relações isomórficas com os mesmos ou com quaisquer comportamentos observáveis.

Ao longo da história da Psicologia, ao focar o estudo das emoções, há a possibilidade da ausência de uma teoria mais ampla e dominante sobre a subjetividade que possa contribuir de uma forma intensa para com as diversas mutilações efetivadas sobre tal fenômeno. A partir da concepção estruturalista de Schultz e Schultz^{22,23}, alguns pontos relevantes, comumente presentes em diversas escolas psicológicas, podem ser destacados para ilustrar semelhantes operações de pensamento.

Contudo, o reconhecimento de que as emoções desempenham um papel fundamental em seu comportamento, implica em que o sujeito tenha noção mais abrangente de sua própria existência e participação na humanidade, o que lhe traz diversos tipos de responsabilidades éticas com a mesma. Sua subjetividade individual se vê interconectada em todo um processo de ecologia planetária, numa nova visão em que as disjunções intransponíveis são aos poucos substituídas pelo diálogo e pela aproximação²³.

Entre o cientista, o cidadão e o homem não se tornam necessários saltos consideráveis para transpor o que a influência do paradigma dominante afastou, pois novas conexões passam a ser traçadas. Tal se verifica não só no nível epistemológico, onde os sistemas de ideias buscam novas conexões, mas também no interior dos próprios sujeitos em que diferentes vozes reivindicam seu espaço com a própria voz de cientista. O conhecimento transforma-se também em uma questão de autoconhecimento²⁴.

3. Hipnose na Subjetividade e na Ciência.

Um dos processos fisiológicos que envolve forte conteúdo emocional e que deve ser compreendido na sua subjetividade é a dor, já que sua expressão é dimensionada com base na construção de sentidos e processos subjetivos complexos a partir das trocas sócio-culturais²⁵. Por outro lado, um recurso analgésico e anestésico, cujo potencial é conhecido de longa data, é a hipnose. Esta é capaz de modificar a experiência dolorosa, agindo de forma efetiva sobre este processo subjetivo²⁶.

Segundo Neubern²⁵, a “construção terapêutica sobre a subjetividade da pessoa necessita também focar suas possibilidades hipnóticas, que, na maior parte das vezes, é desconhecida da própria pessoa, já que a experiência hipnótica remete a um conjunto de processos singulares e típicos da pessoa e que, em consequência, cabe ao terapeuta buscar compreender a forma particular de sua expressão”.

Entre suas importantes aplicações hoje, a hipnose tem sido aplicada como técnica auxiliar em pesquisas sobre mecanismos neurofisiológicos envolvidos na experiência dolorosa e em diversos processos neurais, como a memorização, aprendizagem e a representação das sensações²⁸.

4. Conhecendo a hipnose.

Mesmer, o criador da teoria do magnetismo animal, se tornou uma celebridade usando em seus pacientes atendimentos de hipnose gratuitos. Independente das resistências que o levaram a deixar a Áustria e seguir para França, onde suas ideias tinham mais receptividade, alguns médicos daquela capital achavam que ele tinha um segredo, um remédio específico e tentaram então roubar suas ideias sem sucesso, vindo a ser até chamado de charlatão. Wolfart, após um ano da morte de Mesmer, relata como pode uma comunicação não escrita ser tão mal entendida, falsamente apreendida, corroida e violada pela crítica e falsamente exercida, de modo a induzir a uma utilização errônea do mesmerismo.²⁹

Pesquisando-se a história da hipnose pode-se observar que os pesquisadores do passado participaram ativamente para conduzir a hipnose à área científica e dar-lhe prestígio, o qual foi e ainda tem sido afetado pela hipnose de palco e de divertimentos.²⁹

Já no século XIX, estudiosos resolveram explorar o fértil veio da hipnose encaminhando-se para a experimentação e principalmente para a terapêutica. Com este espírito então originaram-se nos países europeus e nas Américas sociedades locais integrando-se em um movimento internacional de reabilitação da hipnose.²⁹

É importante considerar que a hipnose do século XIX utilizava somente a técnica de “sugestão”, diferente daquela do final do século XX, que passou a utilizar as técnicas catárticas, designada hoje pela psicoterapia como hipno-análise, agregando as técnicas hipnóticas a conceitos psicanalíticos. Ela deixou de ser rotulada como sono ou forma de sono. Hoje existe uma variedade de técnicas.

Em 1975, Moraes Passos²⁹ escrevia: *hoje a hipnose ocupa um lugar incontestado como instrumento da medicina, em geral, e da psiquiatria, em particular, o que deveria ser imitado pela psicologia, pois implicaria em diagnóstico mais amplo e profundo em relação ao que está recalcado, e melhor elaboração do tratamento. Isto diminuiria o tempo de tratamento, sendo menos doloroso para o sujeito, já que hoje a hipnose tem métodos que podem ser utilizados nas queixas que geram sofrimento para ele. O terapeuta tem condições de dar segurança e proteção sem, no entanto, impedir o confronto do cliente com a ideia que causa angústia, que precisa ser enfrentada e assumida, com a lembrança total ou parcial.*

O aparecimento da hipnose na história vem de tempos bem antigos, entre as nações que conheciam este tipo de transe estão a Índia, Pérsia, Caldeia e China. Paracelso (1493-1541) considerava o corpo humano como verdadeiro imã dotado da propriedade de atrair o fluido dos astros, do qual se nutria, e de eliminar os elementos terrestres. Ocorreu na história da hipnose uma divisão importante entre a magia, o ocultismo, e a era científica. *Assim como a química nasceu da alquimia, a hipnose teve sua origem no mesmerismo.*³⁰

Em 1887, Freud iniciou o uso da sugestão hipnótica na clínica. Em 1888, começou a seguir o exemplo de Breuer, utilizando a hipnose para o tratamento catártico da histeria e, na terapia, ciente dos traumas das pacientes, se empenhava em fazê-las lembrar e reproduzir as experiências vividas em um estado de hipnose. Mas gradualmente abandonou a hipnose, e a substituindo pela associação livre por não achar que era tão efetiva.³¹

O termo *hipniatria* deriva do sufixo grego *Yatros* (médico), do qual origina *iatria* (ato médico), e sob essa denominação, hipniatria, a hipnose foi considerada como procedimento ou ato médico em reunião instituída pelo Conselho Federal de Medicina em Sessão Plenária no dia 24 de agosto de 1999 em resposta à consulta que o Dr. Mozart Smith Jr. realizou através de seu parecer número 42/99³², proporcionando um grande avanço para a hipnose no Brasil.

A publicação desse *parecer* no Diário Oficial contribuiu para uma mobilização das Sociedades de Odontologia e Psicologia de forma a considerar a Hipnodontia como ato odontológico e Hipnoterapia como ato psicológico que utilizam a hipnose^{33,34}.

5. Importância de Milton Erickson para a Psicologia.

A obra de Erickson contribuiu para que a Psicologia buscasse um conjunto de noções a serem traduzidas para um esquema conceitual inteligível, já que a riqueza dos dados obtidos na psicoterapia convencional pode permitir uma variedade de narrativas e diversas formas de compreensão³⁵⁻³⁷. Deve-se compreender a obra de Erickson como uma variedade de informações que, ao mesmo tempo questionadoras, denunciam a falência e apontam soluções diante dos dilemas e limitações do paradigma que predomina na ciência e influencia a psicologia³⁸.

Erickson lidava com seus pacientes e se posicionava diante dos paradigmas que dominam a psicologia de forma a não criar nenhuma resistência na sua prática terapêutica e hipnoterapêutica, ativando de forma indireta e progressiva a via do inconsciente, e as etapas que envolvem o processo de mudança na vida do indivíduo³⁹⁻⁴¹. Sua contribuição para a comunidade científica promoveu transformações significativas, que renovam o parecer da Psicologia Clínica, construindo uma revolução e uma nova ordem, sabendo-se que, dentro de sua obra, ainda nos esperam muitas surpresas³⁸.

Em seus artigos, Neubem^{38,42,43} enfatiza que a terapia de Erickson não é algo convencional, pois ao construir a sua teoria, ele utilizou a subjetividade como objeto complexo e a busca de novas racionalidades. A teoria ericksoniana apresenta como eixo fundamental uma noção complexa de subjetividade para um novo paradigma que se constitui o seu legado e que tem uma sintonia com a realidade da cultura que o cercava.

Para Erickson, o inconsciente faz parte da interligação mente-corpo e, por isso, guarda conhecimentos para prover o indivíduo da capacidade de superar situações críticas. Suas terapêuticas são amplamente aplicadas hoje e os seus marcam o início da *Hipnose Moderna*.^{44,45}

6. Conclusão.

A importância do homem em se autoconhecer não justifica ele se afastar socialmente de tudo ou de todos para adquirir este conhecimento, que é lento e progressivo e envolve a aceitação de seus limites, e de seu potencial, e a forma como irá lidar com estes limites sem deixar-se imergir

no sentimento de culpa. Isto apenas poderá aumentar o complexo de inferioridade e criar coraças de resistência para mudar. Ao ser capaz de manter uma comunicação adequada, as emoções irão ajudá-lo nas relações interpessoais de forma positiva. Se for verbalmente hábil, juntamente com suas expressões, ele terá possibilidade de melhor expressar suas emoções, sendo também necessária a capacidade de escutar e entender os outros.

A psicoterapia sob hipnose permite o uso de técnicas eficientes para promover o autoconhecimento e importantes mudanças nos sentimentos, emoções e, conseqüentemente, no comportamento emocional. A hipnose movimentada contribui Entre outros aspectos autoimagem, autoconfiança e o entendimento das motivações, levando o sujeito a uma vida bem mais produtiva e realizadora em todos os sentidos.

Referências.

1. Bachner-Melman R, Lichtenbe P. Freud's Relevance to Hypnosis: A Reevaluation. *Am. J. Clin. Hypn.* 2001; 44:37-50.
2. Chen AC. Higher cortical modulation of pain perception in the human brain: psychological determinant. *Neurosci. Bull.* 2009; 25:267-276.
3. Hurwitz TD, Mahowald MW, Schenck CH, Schluter JL, Bundlie SR. A retrospective outcome study and review of hypnosis as treatment of adults with sleepwalking and sleep terror. *J. Nerv. Ment. Dis.* 1991; 79:228-251.
4. Oliveira-Castro JM, Oliveira-Castro KM. A Função Adverbial de "Inteligência": Definições e Usos em Psicologia. *Psicologia: Teoria e Pesq.* 2001; 17: 257-264.
5. Mayer JD, Salovey P. What is emotional intelligence? In P Salovey, DJ Sluyter (Eds.), *Emotional Development and Emotional Intelligence: Implications for Educators.* New York: Basic Books, 1997.
6. Gomes LVN. *Desenhismo.* Santa Maria- RS: editora da UFSM, 1996.
7. Montenegro GA. Expressão Gráfica e Conhecimento Pensamento visual e inteligência. *Rev. Escola Minas* 2001; 54:1.
8. Montenegro GA. *A invenção do projeto: a criatividade aplicada em desenho industrial, arquitetura, comunicação visual.* Ed. Edgard Blücher, 2000.
9. Bueno JMH, Primi R. Inteligência Emocional: Um Estudo de Validade sobre a Capacidade de Perceber Emoções. *Psicologia: Reflexão e Crítica* 2003; 16(2):79-291.
10. Miguel FK. *Psicologia das emoções: uma proposta integrativa para compreender a expressão emocional.* Psico-USF 2015; 20(1):153-162.
11. Plutchik R. *Emotion: A Psychoevolutionary Synthesis,* 1980.
12. Davidoff L. *Introdução a Psicologia.* McGraw Hill, 1983.
13. Esperidião-Antonio V, Majeski-Colombo M, Toledo-Monteverde D, Moraes-Martins G, Fernandes JJ, Bauchiglioni de Assis M, Siqueira-Batista R. Neurobiologia das emoções. *Rev. Psiq. Clín.* 2008; 35 (2): 55-65.
14. Schwartz GE. *Principles and Practice of Stress Management.* The Guilford Press; 2 Sub ed., 1993.
15. Goleman D. *Inteligência Emocional: a teoria revolucionária que redefine o que é ser inteligente.* Rio de Janeiro: Objetiva 1996.
16. Schachter S, Singer J. Cognitive, social, and physiological determinants of emotional state. *Psychol Review* 1962; 69(5):379-399.
17. González Rey FL. *Epistemología cualitativa y subjetividad.* São Paulo: EDUC, 1997.
18. Morin E. *O problema epistemológico da complexidade.* Lisboa: Publicações Europa-América, 1996.
19. Morin E. Complexidade e ética da solidariedade. In: Castro, Gustavo de *et al.* *Ensaio de complexidade.* Porto Alegre: Sulina, 1997.
20. Morin E. *Introdução ao pensamento complexo.* Lisboa: Instituto Piaget, 1991.
21. Pasquali, L. (1996). Medida psicométrica. In L. Pasquali (Org.) *Teoria e Método de Medida em Ciências do Comportamento* (pp. 73-115). Brasília: INEP.
22. Schultz D, Schultz P. *História da Psicologia Moderna.* São Paulo: Pensamento, 1981.
23. Schultz D. *Teoria da Personalidade.* Brooks/Cole, 1981
24. Santos B. *Um discurso sobre as ciências.* Porto: Afrontamento, 1987.
25. Neubern MS. Hipnose, dor e subjetividade: considerações teóricas e clínicas. *Psicologia em Estudo, Maringá,* 2009; 14(2):303-310.
26. Méheust B. *Somnambulisme et médiumnit . Le d fi du magnetisme animal.* Paris: Synth labo, 1999.
27. Lee JS, Young DP. Use of Hypnosis in the Treatment of Pain. *Korean J. Pain* 2012; 25(2):75-80.
28. Pujol J, Vendrell P, Deus J, Junqu  C, Bello J, Mart -Vilalta JL, et al. The effect of medial frontal and posterior parietal demyelinating lesions on stroop interference. *Neuroimage.* 2001; 13:68-75.

29. Moraes Passos AC. Hipniatria. São Paulo: Ed. Cairu, 1975.
30. Bramwell JM. Hypnotism, its history, practice and theory. Philadelphia, JB, Lippincott, 1930.
31. Monteiro EA. A transferência de Freud. *Estilos Clin.* 1999; 4(7):159-168.
32. Parecer 42/99, Conselho Federal de Medicina, 1999. <http://www.portalmedico.org.br>
33. Resolução 13/00, Conselho Federal de Psicologia, 2000. <http://www.crpsp.org.br/>
34. Resolução 185/93, Conselho Federal de Odontologia, 1993. <http://www.cfo.org.br/index.htm>
35. Morin E. Problema epistemológico da complexidade. Portugal: Europa-América, 1983.
36. Morin E. O método 4. As ideias. Porto Alegre: Sulina, 1998.
37. Neubern MS. Milton H. Erickson e o Cavalo de Tróia: A Terapia Não Convencional no Cenário da Crise dos Paradigmas em Psicologia Clínica. *Psicologia: Reflexão e Crítica* 2002; 15:363-372.
38. Erickson M. e Rossi, E. *Hypnotherapy: an exploratory casebook*. New York: Irvington, 1979.
39. Zeig J, Geary, B. *The letters of Milton H. Erickson*. Phoenix: Zeig, Tucker & Theisen, 2000.
39. Haley, J. (1991). *Uncommon therapy*. New York: WW Norton.
40. Neubern, MS. Subjetividade, Epistemologia e Psicologia do Conhecimento. *Nova Perspectiva Sistêmica* 1999; 13:30-39.
41. Neubern MS. Três obstáculos epistemológicos para o reconhecimento da subjetividade na psicologia. *Psicologia Clínica: reflexão e Crítica* 2001; 14:241-252.
42. Landry, M., Appourchaux K, Raz A. Elucidating unconscious processing within instrumental hypnosis. *Frontier in Psychology*, 2013; 5:785.
43. Morgan DW. As contribuições ericksonianas à prática da meditação. *Rev. Bras. Hipn.* 1982; 3:8-22.