



Rev. Bras. de Hipnose 2019; 30(1): 25-27

ISSN 1516-232X

Associação Brasileira de Hipnose - ASBH

*Revista
Brasileira de
Hipnose*

www.revistabrasileiradehipnose.com.br

A Hipnose na Prática Clínica Psicológica *Hypnosis in the Clinical Practice in Psychology*

Vânia Conrado Ghelli, ScM

Associação Brasileira de Hipnose, Brasil

Resumo.

O objetivo deste artigo é contribuir para a ampliação do olhar da Psicologia sobre o uso da hipnose como ferramenta na promoção da mudança de determinados padrões de pensamento e de comportamento. Tais mudanças permitirão ao paciente experimentar vivências que o levarão a novas formas de processar e acessar informações, para lidar com um sintoma específico ou aprofundar naquilo que chamamos de subconsciente.

Palavras-Chave: Psicologia, Hipnose, Prática Clínica.

Abstract.

The purpose of this article is to contribute to broadening the view of Psychology on use of hypnosis as a tool in promoting the change of certain patterns of thought and behavior. Such changes will allow the patient to live experiences that will lead him to new ways of processing and accessing information, to deal with a specific symptom or to deepen in what we call the subconscious.

Keywords. Psychology, Hypnosis, Clinical Practice.

1. Introdução.

Psicologia é o estudo dos processos mentais e do comportamento humano, de acordo com a Associação Americana de Psicologia (APA). Assim sendo, a Psicologia se refere ao estudo da mente, de como ela funciona e de que maneira ela afeta o comportamento humano.¹

A APA define a hipnose como sendo um *procedimento durante o qual um profissional de saúde ou pesquisador sugere a um cliente, paciente, ou sujeito que vivencie mudanças em sensações, percepções, pensamentos ou comportamentos.*²

Zeig Jeffrey³ define hipnose que, estruturalmente, talvez não essencialmente, como sendo uma forma de embrulhar ideias, embrulhá-las como presente e apresentá-las ao paciente de forma bem atrativa, como algo muito valioso, para ajudá-lo a fazer brotar as potencialidades que estão escondidas.

O objetivo deste trabalho é ampliar o olhar da Psicologia sobre o uso da hipnose como ferramenta na promoção da mudança de determinados padrões de pensamento e de comportamento.

2. Hipnose Clínica e Psicologia.

O trabalho dos psicólogos é altamente variado, mas todos compartilham um objetivo primordial. Esse objetivo é ajudar as pessoas a terem uma vida melhor, através de novas opções, novas escolhas. Como ferramenta terapêutica, pela eficácia e por ser um método de terapia breve (re-

solução nº 013/00, de 20/12/2000 pelo CFP) o uso da hipnose representa recurso auxiliar no trabalho do psicólogo.

Para Dr. Daniel Araóz, a hipnose constitui um enriquecimento de qualquer modalidade terapêutica porque é um refinamento enriquecedor da comunicação entre terapeuta e paciente.^{4,5}

Sabemos que na prática clínica psicológica encontraremos uma indução especial e única para cada paciente. O uso da hipnose como instrumento psicológico leva o paciente a se tornar seu próprio indutor, nas mudanças necessárias agindo para que possam ocorrer de uma forma mais rápida, segura e ecológica, tendo a ecologia como mudanças significativas em todos os âmbitos de sua vida.⁶

Você não apenas conhece a si mesmo... como tem imensos recursos; você tem os recursos que vão lhe permitir lidar como os desafios que surgem em sua vida.⁶

Ao perguntar a uma paciente que me foi indicada pelo ambulatório de hipnose da Sohimerj quando em fase final do curso de hipniatria pela UNIRIO como tinha sido a experiência dela no tratamento através da hipnose, em fevereiro de 2007. Ela numerou três condições:

1ª tem que querer e sentir prazer na mobilização casa-clínica;

2ª haver empatia na relação terapeuta *versus* paciente; e

3ª confiança.

As três condições que ela apresentou foram satisfatórias. Transcrevo agora a resposta desta mesma paciente a minha pergunta:

No início da minha relação com a terapeuta (terapia) achei necessário, durante várias sessões, conversarmos para nos conhecermos, para abordagem do tratamento, e nas conversas pude também abranger meus conhecimentos. Sou extremamente racional e achamos conveniente trabalharmos também o lado emocional. Quero dizer que sempre anseio por explicações racionais, lógicas, coerentes e porque não convenientes. Segundo a terapeuta sou cheia de “crenças”, mas esta denominação eu discordo. Para mim o certo é “teorias” que ao longo de minha existência, através da aplicação, vão se confirmando.

Nos primeiros exercícios de relaxamento, minhas “viagens” foram extremamente salutares. Comecei descobrindo como meu inconsciente é capaz de me levar à plenitude de felicidade e a sensações extremamente desagradáveis que me fizeram chorar copiosamente. Mas foi bom, pois pude me questionar e descobrir, através de discussões, alguns pontos para tratar. O mais interessante é que o próprio inconsciente alerta sobre o ponto fraco e ele mesmo comanda o tratamento e cura.

Outro fato importante para mim tem sido o encarar com mais serenidade o vai e vem ao hospital, pois cuidando de minha mãe doente ficava completamente desorientada. Durante o decorrer de minha vida se me lembrei dos meus sonhos uma dúzia de vezes foi muito. Agora, não são todos os dias e nem todas as semanas, quando acordo sou capaz de descrevê-los inclusive sentindo sensações antes nunca sentidas, tanto de medo como de felicidade.

Dr. James Braid, em 1843, nos diz: *esta ferramenta passou a ser reconhecida em diversas áreas, devido ao seu imenso poder de construir novas realidades aos sujeitos simplesmente através da linguagem*⁷.

Como psicoterapeutas, escutamos o que nos diz o paciente, pois buscamos nos encontrar com o ele em seu próprio nível de experiência para juntos buscarmos novas maneiras de lidar com situações de conflito para ele. Através desta poderosa ferramenta podemos fornecer novas experiências que levem a mudanças de comportamento e sentimentos de uma forma mais rápida, efici-

ente e ecológica, tendo a ecologia como mudanças significativas em todos os âmbitos de sua vida.

A hipnose ocupa um lugar de respeito como ciência que trata quase que exclusivamente com interações psique/corpo.

Conclusão.

É necessária uma anamnese detalhada do paciente com um objetivo traçado por ele inicialmente, mesmo que no futuro ele mude seu objetivo, para a escolha da melhor abordagem através da hipnose clínica, já que cada um traz sua própria história. E principalmente muitas vezes o “por que” certos fatos acontecem não são tão importantes para o paciente, como fazer que caminhem na solução de suas necessidades, neste caso o que importa é o “como”. Através da hipnose ajudamos ao paciente de maneira que ele passe de uma percepção a uma perspectiva mais ampla. A hipnose é um aprendizado vivencial.

Referências

1. Silvestre J. O Que é Psicologia? Psicologado [S.L.], 2009.<https://psicologado.com.br/psicologia-geral/introducao/o-que-e-psicologia>.
2. Mendes ST. A Associação Americana de psicologia define hipnose da seguinte maneira, 2016. <https://www.facebook.com/notes/sidimar-terra-mendes/a-associação-americana-de-psicologia>.
3. Zeig J K. Vivenciando Erickson. São Paulo: Livro Pleno, 2003.
4. Robles T. Concerto Para Quatro Cérebros em psicoterapia. B. H.: Editorial Diamante, 2001.
5. Robles T. Terapia Feita Sob Medida. 2ª edição revisada, Belo Horizonte: Ed Diamante, 2005.
6. Túlio L. Psicoterapias e Estados de Transe. São Paulo: Summus, 1985.
7. Ferreira MVC. Hipnose na prática clínica. São Paulo: Atheneu, 2003