

qui

dal 2004

BRESCIA

mensile della città anno 8 - n. 77 - Marzo 2012 - euro 3

COVER STORY:
IL FUTURO
STEP BY STEP

Spedizione in a.p. D.L. 353/2003 (conv. in L. 2/10/2004 n. 46) art. 1, comma 1, DCB Bergamo in caso di mancata ricezione restituire al mittente - Edita Periodici S.r.l., Via B. Bono, 10 Bergamo 24121 - Massari pagata BG CPO

Cresi
mittente

periodic
Distribuzione
Postale Italiana

17718281807003


ph. Federico Buscarino

REPORTAGE
C'è di nuovo in centro

INTERVISTE
Giovanna Prandini: Il mio triennio in sintesi
Gianluca Grignani: Il futuro? Un foglio bianco

ESCLUSIVO
Il Castello di Padernello
torna al suo antico splendore

BRESCIA CON AMORE
Seconda edizione della manifestazione
dedicata agli innamorati



COME VINCERE LA PAURA DEL DENTISTA

Gianluca Bagattini

GIANLUCA BAGATTINI SPIEGA COME SI PUÒ SUPERARE L'ODONTOFOBIA CON L'UTILIZZO DELLE TERAPIE IPNOTICHE.

Perché un medico dentista si specializza in ipnosi terapeutica? “Avevo studiato il comportamento degli odontofobici cioè di chi ha il terrore di andare dal dentista, quelli che già in sala d'attesa tremano e quando devi operare sono in tensione e sopportano una fatica sproporzionata. Questi pazienti, quando hanno cicli di terapie elaborati, magari perché la loro paura ha fatto in modo di rimandare il problema, arrivano ad escogitare scuse infantili per sottrarsi agli appuntamenti. Con queste persone ho sempre cercato di fare quello che potevo ma intuivo che mi mancava uno strumento più adatto per poter affrontare queste fobie piuttosto diffuse.

Mi sono iscritto alla Amisi, l'Associazione medica italiana per lo studio dell'ipnosi, e ho sostenuto cinque anni di specialità acquisendo il titolo di Terapeuta Ipnostista: lo strumento che cercavo.”

In sostanza di cosa si tratta?

“La psicoterapia cura il dolore non fisico, quello derivante da problemi emotivi, affettivi e quant'altro. L'ipnosi terapeutica, ben lungi dall'essere quella spettacolare, per arrivare al risultato della trans ipnotica, comporta un discreto impegno, perché richiede un cambiamento che a sua volta comporta fatica.”

Che cos'è la trans ipnotica?

“È uno stato di coscienza modificato come quando, per esempio, guidiamo verso casa senza accorgercene e quando arriviamo ci chiediamo che strada abbiamo fatto... Non stavamo dormendo perché ci saremmo

sfraccellati ma non eravamo neppure totalmente svegli e coscienti... Si tratta di uno stato modificato di coscienza. 'Nè veglia nè sonno' diceva il Prof. Mosconi che ha sdoganato l'ipnosi in Italia già negli anni '50.

Come quando stai per addormentarti e sei in quello stato di torpore non ancora profondo.”

Come funziona una seduta di psicoterapia ipnotica?

“Si parla con il paziente e si cerca di capire il suo vissuto e da dove nasce il problema anche se, in questo caso, non è importantissimo conoscere i traumi infantili o cose del genere. Il passato ha sicuramente influito sull'insorgere delle fobie ma con questa terapia siamo particolarmente rivolti al futuro, a ciò che deve avvenire.”

Ma come si risolve il problema dell'odontofobia?

“Partendo dal presupposto che lo stato di sofferenza implica una scarsa accessibilità alle proprie risorse. Ognuno di noi ha le sue, ma frequentemente non ci risultano accessibili. È come avere il bancomat ma trovare il distributore vuoto. Abbiamo il denaro ma non è accessibile. Il nostro scopo è mobilitare tutte quelle energie che noi abbiamo e alle quali non riusciamo ad accedere.

Tramite il colloquio e varie metodiche, una di queste è la trans ipnosi o ipnosi, invece, riusciamo in questo intento. La transipnotica è una proprietà di ogni persona io non faccio niente su nessuno e nessun ipnotista non può nulla su una persona che non aderisce a questo contratto terapeutico. Non esiste l'ipnosi che consente la consegna del portafoglio...

L'ipnosi non può essere coercitiva ma necessita dell'adesione del paziente. La trans ipnotica è una proprietà dell'individuo a cui l'individuo accede guidato dal terapeuta.”

Come si concretizza questa guida?

“Nell'aiutare il paziente a distaccarsi dalla realtà. Nell'ambito della transipnotica la verbalizzazione del terapeuta conta qualcosa. Quel qualcosa che nasce in senso metaforico da ciò che il paziente gli ha raccontato.”

Quali suggerimenti dà il terapeuta al paziente nello stato di trans?

“Dove c'è una depressione dell'emisfero cognitivo, il sinistro, e una attivazione dell'attività dell'emisfero emotivo, il destro, il messaggio del terapeuta, a causa di questo disequilibrio, va direttamente all'inconscio baipassando tutte quelle resistenze al cambiamento che noi consapevolmente dimostriamo. Il cambiamento è difficile perché noi stiamo bene come stiamo e quindi nella transipnotica, lo stato modificato di coscienza aiuta la comprensione emotiva del racconto del terapeuta al paziente.

Superando le resistenze parliamo direttamente all'emisfero emotivo e, se tutto va bene, si riesce ad aprire quel borsellino dove sono nascoste quelle nostre risorse solitamente indisponibili.

Il paziente risolve da solo i suoi problemi grazie ad energie latenti che prima non erano utilizzate e che con questa terapia si mettono in circolo.”

bagattin gianluca@gmail.com

IPNOSI E PSICOTERAPIA IPNOTICA. ATTUALITÀ E DIFFERENZE



Un viaggio tra conscio ed inconscio, così si potrebbe definire la serata in compagnia del Dott. Gianluca Bagattini, membro della A.M.I.S.I. (Associazione Medica Italiana per lo Studio dell'Ipnosi), con il quale i soci del Rotary Club Rodengo Abbazia, lo scorso 6 febbraio, hanno provato ad addentrarsi nei non facili meandri della psiche umana. Prendendo subito le distanze dall'uso improprio di cui è spesso stata oggetto questa pratica, il relatore nel corso del suo intervento ha tracciato la differenza tra l'ipnosi e la psicoterapia ipnotica definendo la prima un "momento" di ricezione passiva di input e suggestioni a scopo analgesico sul dolore fisico, mentre la seconda un "percorso" che medico e paziente compiono insieme.

Attraverso la fiducia nel terapeuta, unitamente alla propria forza di volontà, il paziente si lascia trasportare in una condizione di trance ipnotica, uno stato modificato di coscienza che si ottiene attraverso tecniche di rilassamento, comunicazione emotiva, metaforica ed empatica allo scopo di spostare gradualmente l'attenzione della persona verso il proprio interno. Durante lo stato di trans ipnotica infatti, l'attività dell'emisfero sinistro del cervello che controlla le funzioni logiche e razionali diminuisce, mentre al contrario si crea una crescita dell'attività dell'emisfero destro che controlla il pensiero metaforico, l'immaginazione e lo stato emotivo della persona. Ovviamente, la trance ipnotica non provoca l'annullamento della volontà, ma soltanto una "sospensione" delle forme di controllo razionale per lasciare all'inconscio la possibilità di esprimersi liberamente e di stimolare conseguentemente le capacità d'autoguarigione dell'organismo. Il cambiamento è sempre un momento che genera paura e resistenza nella psiche umana e l'ipnosi, lavorando sulla parte inconscia, risulta molto efficace. Il Dott. Bagattini in conclusione ha citato come esempi di utilità della psicoterapia ipnotica l'utilizzo in Ostetricia durante la preparazione al parto, nell'approccio dell'odontofobia ed in generale come terapia d'elezione dell'ansia disfunzionale.