

CRITERIOS DE SELECCION DEL TERAPEUTA EN HIPNOSIS CLÍNICA:

Criterios de selección del terapeuta más deseable para el tratamiento con hipnosis clínica:

La hipnosis clínica al igual que otros modelos clínicos, no son métodos paliativos de tratamiento sino que consisten en la aplicación de uno o varios modelos de terapia enfocados a reestructurar y/o moldear la conducta patológica de un paciente.

¿Qué diferencia existe entre un tratamiento paliativo y una terapia?:

Un tratamiento paliativo es aquél cuya finalidad estriba en aliviar la sintomatología (dolor, malestar, percepción de pérdida del control) pero no entra a contemplar su causa, por tanto, sólo inhibe los síntomas, mientras que una terapia trata el origen y reestructura las causas del trastorno.

¿En qué consiste la terapia en hipnosis clínica?:

Cuando se habla del "tratamiento de la psique" se implica que existen psiques, personalidades o conductas en un estado de sufrimiento o insatisfacción. El grado hasta el cual los pensamientos o sentimientos de una persona están perturbados, puede variar enormemente, a veces la perturbación (trastorno o patología) es tan grande que produce una incapacitación para cumplir con las exigencias mínimas de la vida cotidiana.

Los participantes de la terapia son:

1) El paciente:

Las características del paciente más deseable son:

- Individuo verbal, inteligente.
- Motivado para el cambio y consecuentemente para la terapia que lo hará posible.
- Con una ansiedad moderada acerca de la necesidad de cambiar.
- Con un buen rapport hacia el terapeuta (confianza en las capacidades del terapeuta para resolver los episodios patológicos de su conducta).
- Con "mentalidad clínica"; es decir, que debe apreciar y comprender la importancia de los factores hipnoterapéuticos para la determinación del comportamiento.

2) El terapeuta:

Las características del terapeuta más deseable en hipnosis clínica son:

- Capacidad para escuchar a los pacientes con la formación necesaria para aislar el diagnóstico, comunicándoles una sensación de comprensión y sensibilidad (empatía) sin enjuiciarlos.

- Capacidad de combinar la calidez y el apoyo a los pacientes que tienen problemas a través de un modelo de terapia adecuado para abordarlos con responsabilidad, logrando los cambios estructurales en la conducta que el paciente necesita y/o demanda.
- Capacidad para comunicar una sensación de confianza al paciente, haciéndole ver que puede lograr su recuperación (cuando esto sea posible).

Carl Rogers señaló que las cualidades o condiciones necesarias y suficientes para lograr el cambio terapéutico comportamental estriba en que el terapeuta debe proyectar autenticidad, empatía y respeto incondicional.

El interés por las características del paciente y del terapeuta ha avanzado hasta el punto de considerar que existe una cualidad interaccional, que Berzins define que: La idea de que ciertas combinaciones de terapeutas y pacientes son más deseables que otras, debe ser tenida en cuenta, por tanto, el criterio de selección de terapeuta más deseable para el tratamiento con hipnosis clínica por parte del paciente debe asentarse en un razonamiento lógico:

- 1) No siempre el terapeuta más próximo es el más deseable para un tratamiento con hipnosis clínica.
- 2) No siempre aquellos terapeutas cuya presentación o exposición de su adecuación en hipnosis clínica, es simplemente un número de colegiado de un determinado gremio y poco más, son los más deseables para un tratamiento con hipnosis clínica.
- 3) Nunca un terapeuta sin especialización específica en hipnosis clínica suele ser el más deseable para un tratamiento con hipnosis clínica.
- 4) Como resulta lógico, no siempre los terapeutas que anteponen otras especialidades al modelo de hipnosis clínica son los más deseables para un tratamiento con hipnosis clínica.
- 5) Aquellos terapeutas que afirman resolver los episodios patológicos de sus pacientes por medio de otros modelos terapéuticos diferentes de la hipnosis clínica, y que dicen utilizar sólo la hipnosis clínica como herramienta complementaria o coadyudante, obviamente no siempre son los más deseables para un tratamiento con hipnosis clínica.
- 6) Aquellos terapeutas irresponsables con su formación continuada, tan necesaria en una especialidad sujeta a continuos avances, tanto en el conocimiento del trastorno como en los protocolos de intervención, y que consecuentemente no estén afiliados a ninguna organización profesional específica y especializada en hipnosis clínica, no siempre suelen ser los más deseables para un tratamiento con hipnosis clínica.
- 7) Aquellos terapeutas más preocupados en el proteccionismo gremial de su sector, que en los trastornos de sus pacientes (afirmaciones como: solo médicos psiquiatras pueden atender... solo psicólogos clínicos pueden atender... solo enfermeros pueden atender.... solo fisioterapeutas pueden atender...) no siempre suelen ser los más deseables para un tratamiento mediante hipnosis clínica (con mucha frecuencia los proteccionismos gremiales esconden a veces intereses exclusivamente económicos de un determinado gremio sobre otro, sino particulares, que no son de mucho interés para los pacientes, a quienes tan a menudo se trata de confundir).

Relación terapéutica con los pacientes:

Las características que configuran una relación terapéutica adecuada, tanto si utilizan la hipnosis clínica como si no, son:

- Ambas partes deben ser claramente conscientes del motivo por el cual se encuentran en ella, de lo que deben ser las reglas y las metas de su interacción.
- No debe ser una relación en la que los integrantes estén confundidos acerca de las funciones que deberán desempeñar y los modelos de terapia a seguir (deben evitarse por tanto aquellos terapeutas ambiguos que no le especifican al paciente si utilizarán hipnosis clínica o no.
- La relación debe ser voluntaria e iniciada por el paciente y aceptada por el terapeuta.

La hipnoterapia a menudo comienza con una especificación terapéutica que implica:

- Las metas del tratamiento.
- Los procedimientos de terapia que se emplean (dentro del tratamiento con hipnosis clínica).
- Los riesgos potenciales que pueden existir.
- Las responsabilidades individuales del paciente y del terapeuta.

Uno de los efectos de la "especificación terapéutica" es ayudar a que el paciente sea un agente más activo, cooperador y un planeador de sus cambios comportamentales, así como quien toma decisiones acerca de sus opciones en la relación terapéutica, evitando la figura del paciente pasivo que espera a que el tratamiento mediante hipnosis clínica le resuelva "de un plumazo" y en una sola sesión, los trastornos que ha acumulado durante años.

El propósito principal de la relación terapéutica es inducir al paciente a que se comporte de una manera que tanto el paciente como el terapeuta consideren deseable.

Korchin señaló que:

La relación terapéutica requiere un equilibrio entre el acercamiento y el alejamiento. La relación entre ambos se caracteriza también por otros compromisos morales y éticos por parte del terapeuta que sirven para aislar la relación terapéutica de las fuerzas externas, como proteger su vida privada, tomar el bienestar de sus pacientes como su prioridad principal... etc.

Técnicas de hipnosis clínica:

Por lo general los métodos del terapeuta se basan en una teoría formal de la conducta, la personalidad y los desordenes de la conducta en términos generales y de los problemas del paciente en términos particulares.

Algunos de los métodos principales de la intervención en hipnosis clínica son:

- Reflejos condicionados.
- Condicionamientos operantes y de extinción.
- Reestructuración cognitiva.
- Modelado conductual.
- Desensibilización sistemática, (cuando deba aplicarse).
- Aversión, (cuando deba aplicarse).
- Refuerzos positivos y/o negativos.
- Condicionamientos estructurales de autoestima, autoconcepto y autocontrol.
- Inhibición recíproca.
- Revivición, (en trastornos post-traumáticos únicamente).
- Psicología de la Gestalt.
- Psicología sistémica.
- Visualización creativa o guiada, (en la actualidad ya no se emplea mucho la metáfora ericksoniana en hipnosis clínica para este fin).
- Interacción psico-fisiológica. (Respuestas hormonales).

¿Qué es la Hipnoterapia?:

- 1) La hipnoterapia consiste en una relación interpersonal entre por lo menos dos participantes, uno de los cuales (el terapeuta) tiene una formación y experiencia especializada en el manejo de los protocolos hipnoterapéuticos.
- 2) El otro participante es un paciente que experimenta algún problema en su ajuste emocional, conductual o interpersonal y ha ingresado a la relación terapéutica con el fin de resolver su trastorno.
- 3) La relación terapéutica es una alianza de apoyo pero con propósitos clínicos bien definidos en la cual se usan varias técnicas con el objeto de provocar los cambios comportamentales o de interacción que el paciente desea y el terapeuta aprueba.
- 4) Estos métodos se basan en teorías formales universal y académicamente aceptadas acerca de los trastornos de la conducta en general y del trastorno del paciente en particular.
- 5) Independientemente de las inclinaciones teóricas y/o gremiales, la gran mayoría de los hipnoterapeutas emplean idénticas o muy parecidas técnicas de intervención.