



Lesam

Escuela de Hipnosis profesional

www.cursosdehipnosis.es - lesam.info@gmail.com



Asociación Profesional Española
de Naturopatía y Bioterapia
CENTRO ASOCIADO

PROGRAMA TEORICO - PRÁCTICO DEL CURSO INTENSIVO

GRADUADO EN HIPNOSIS

FORMACIÓN ACREDITADA



Asociación Profesional Española
de Naturopatía y Bioterapia

CURSO ACREDITADO

GRADUADO HIPNOSIS

Nº: 1623-166

Sede Central

C/ Los Centelles 26 - 4º - Puerta
46006 Valencia
Tel: 658 949 161 – 963 50 42 09

Escuelas en:

Valencia – Madrid – Sevilla – Barcelona



Escuela de Hipnosis profesional

www.cursosdehipnosis.es - lesam.info@gmail.com



Asociación Profesional Española
de Naturopatía y Bioterapia
CENTRO ASOCIADO

Curso Graduado en Hipnosis

GRADUADO EN HIPNOSIS CLÍNICA

Temario de Hipnosis clínica profesional de la Escuela de Hipnosis Lesam

REGISTRO DE LA PROPIEDAD INTELECTUAL

Código 1507284738319

Fecha 28-jul-2015 9:13 UTC

Licencia: All rights reserved.

ESTE CURSO CONSTA DE TRES PARTES:

- **Parte Práctica presencial:** Trabajando las regresiones paso a paso durante el curso.
- **Parte teórica no presencial:** De simple lectura en los Manuales que entregamos.
- **Parte online:** Parte teórica y técnica.

CONDICIONES

- **Duración del curso:** 3 meses.
- **Total de horas:** 200 horas.
- **Modalidad:** Curso teórico práctico y semi-presencial.
- **Intensivo:** Semi-presencial de un fin de semana de 20 horas.
- **Resto:** A distancia y On-line, durante tres meses, con tutorías.

PRECIO

- **Precio:** 490 Euros.

FORMA DE PAGO

- **Reserva Curso:** De 100 Euros.
- **Resto:** Al inicio del Curso.



Escuela de Hipnosis profesional

www.cursosdehipnosis.es - lesam.info@gmail.com



Asociación Profesional Española
de Naturopatía y Bioterapia
CENTRO ASOCIADO

DESCRIPCIÓN DEL CURSO.

Es totalmente práctico y eficaz aprendiendo de las dos diferentes escuelas. Mesmeriana y Ericksoniana, aplicando unas estrategias de aprendizaje, de una gran asimilación de los temas a tratar.

En este curso el ALUMNO una vez terminado estará TOTALMENTE CAPACITADO en desarrollar todas las técnicas de Hipnosis, entre otras como la hipnosis instantánea, Etc..

Los cursos son **SEMI-PRESENCIALES y ON-LINE**, mantenemos un límite de alumnos, para garantizar el buen desarrollo de las mismas y así poder disfrutar de unas clases magistrales, ya que consideramos que el tema a tratar merece una atención y concentración especiales.

OBJETIVOS.

El estudiante al final del curso estará en capacidad de hipnotizar al cliente y proveerle las inducciones necesarias para la parte que quiere cambiar.

La Hipnosis Ericksoniana está orientada a conseguir los objetivos y la mejoría del cliente. Busca los recursos, la motivación y la positividad. Facilita el cambio desde el inconsciente para que genere sus recursos creativos y dé solución a sus problemas.

Se obtienen resultados en muy pocas sesiones. Los excelentes resultados, no son sólo fruto de aplicar técnicas hipnóticas, la calidad de la escucha, la confianza en los recursos del cliente, el respeto por el proceso que está viviendo y su admiración a la valentía que muestra en resolver su problema, forman parte del proceso. Esta actitud de acogida y de entrega al cliente son imprescindibles en la aplicación de la Hipnosis Ericksoniana, por ello hay que enmarcarla dentro de las Psicoterapias Humanistas..

PARA QUÉ TE PREPARA.

El siguiente curso le prepara para obtener una formación en Hipnosis, conociendo la diversa anatomía y fisiología humana desde una aplicación práctica; acercándonos al mundo de la Hipnosis, ofreciendo una formación, además aprenderás a tratar de corregir los desequilibrios internos que favorecen el establecimiento de las enfermedades en los clientes.

SALIDAS LABORABLES.

Farmacias / Clínicas / Fitoterapia / Herbolarios / Consultas de Naturopatía / Balnearios / Centros Deportivos / Centros de Estética / Centros de Salud.

TITULACIÓN.

Una vez finalizado el curso, el alumno recibirá por parte de LESAM vía correo postal, la Titulación

Y el Certificado de estudios Oficial que acredita el haber superado con éxito todas las pruebas de conocimientos propuestas en el mismo.

Esta titulación incluirá el nombre del curso/máster, la duración del mismo, el nombre del alumno, el nivel de aprovechamiento que acredita que el alumno superó las pruebas propuestas, las firmas del profesor y Director del centro, y los sellos de la instituciones que avalan la formación recibida.



Escuela de Hipnosis profesional

www.cursosdehipnosis.es - lesam.info@gmail.com



Asociación Profesional Española
de Naturopatía y Bioterapia
CENTRO ASOCIADO

Al ser una formación ACREDITADA el alumno puede optar a convalidar su formación en LA ASOCIACIÓN ESPAÑOLA DE NATUROPATÍA Y BIOTERAPIA. APENB.

TEMARIO DEL CURSO GRADUADO EN HIPNOSIS

CAPÍTULO I

- **Introducción:**

La historia de la Hipnosis, es la historia de la lucha por su reconocimiento científico. Negada, apartada y abandonada en manos de charlatanes de feria durante años, ha sobrevivido a quienes en su día trataron de ridiculizar su verdadero valor.

Este es un manual de Hipnosis, conocimiento de cariz mágico en el pasado, que finalmente fue reconocido por la ciencia. Esa ciencia oficial, que se ha alimentado durante siglos de la magia, y que prefiere ignorar que todas las ciencias han sido magia alguna vez. Estas palabras no tratan en absoluto de descalificar ni a la ciencia ni al método científico, que es una herramienta válida, pero pretender que todo lo que no se ajuste al método no es cierto, es hacerle un flaco favor a la verdad. Las realidades absolutas no existen ni siquiera en la ciencia.

- **Antecedentes remotos:**

Los fenómenos que constituyen este estado tan particular que hoy en día conocemos como Hipnosis, son tan antiguos como la humanidad, probablemente lo que desde tiempos remotos nos ha llegado con el nombre de «Milagros», corresponden a fenómenos incomprensibles para la gente de la época, que habitualmente se asociaban a intervenciones divinas o al poder personal de algunos de sus enviados en la tierra. Este conocimiento raramente escapaba del control de las castas sacerdotales de Caldea, Persia, China, India, Grecia y Egipto, que lo utilizaban bajo la forma de rituales religiosos para tratar de escudriñar el futuro, sanar y a la vez acrecentar la fe del pueblo en sus dioses.

Las primeras indicaciones que han llegado a nuestros días nos las ofrece un papiro egipcio, conocido como Papiro de Harris, escrito en caracteres hieráticos unos 5000 años antes de Cristo. En este manuscrito, traducido por Chabas en el año 1860, se encuentran descritos los procedimientos básicos para provocar los estados hipnóticos, algunos de ellos de rigurosa actualidad aún en nuestros días. También en Egipto, concretamente en las ruinas de Tebas, Ebers descubrió un papiro al que dio su nombre y que databa aproximadamente de unos 3000 años antes de Cristo.

- **Hasta nuestros días:**

La destrucción del mayor foco de conocimiento de la historia antigua, a manos de la religión, hizo entrar a la humanidad en el período más oscuro de su historia, que se extendió hasta el final del Medioevo. Los herederos de la información permanecieron ocultos transmitiendo de generación en generación fragmentos de aquel antiguo saber, que poco a poco iba desvaneciéndose y tornándose de nuevo superstición, las antiguas ciencias sin orden ni control se tornaban útiles de hechicería, en manos de Brujas y Magos que tan sólo poseían residuos del antiguo conocimiento. Los fenómenos psico-fisiológicos de los estados alterados de consciencia eran interpretados como posesiones diabólicas y quienes los provocaban en unas ocasiones eran la encarnación del mal y, en otras, personas revestidas de santidad. No es hasta comienzos del Renacimiento cuando se empieza a producir un cambio en la actitud de las gentes hacia los fenómenos psíquicos.

- **La hipnosis moderna:**

Con el advenimiento del Psicoanálisis y la utilización de anestésicos en cirugía, la hipnosis queda relegada de los ambientes científicos, durante unos años tan sólo es utilizada en espectáculos de feria como entretenimiento pero con la llegada de la Primera Guerra Mundial, la escasez de



Escuela de Hipnosis profesional

www.cursosdehipnosis.es - lesam.info@gmail.com



Asociación Profesional Española
de Naturopatía y Bioterapia
CENTRO ASOCIADO

Facultativos y de anestésicos como el éter, obliga a utilizar las técnicas hipnóticas de nuevo para atender el enorme número de heridos de guerra, así como de afectados psicológicamente por ésta. Las neurosis traumáticas producidas por las circunstancias eran revividas mediante la hipnosis por los sujetos, llevándolos hasta situaciones de catarsis que los liberaban de las emociones causantes del trauma. Hadfield que junto con Wingfield, trataron con miles de sujetos durante la Primera Guerra Mundial, inventó el término «Hipnoanálisis» para bautizar el tipo terapéutico que él aplicaba, una unión de la catarsis hipnótica y la sugestión reeducativa.

- **Consciente y subconsciente:**

CEREBRO Y MENTE Oculta en el interior de nuestro cráneo, existe una máquina increíblemente poderosa cuyo aspecto no revela la gran potencialidad de sus funciones, una masa blanda y rugosa, aproximadamente de kilo y medio de peso que a pesar de su reducido tamaño contiene todo un universo de impresiones, sensaciones y actitudes que son la materia prima de nuestra personalidad.

- **La arquitectura cerebral:**

El ladrillo básico de nuestra estructura cerebral es la Neurona, responsable del flujo de la información en entre hemisferios y también entre el cerebro y el resto del organismo.

- **Funciones conscientes y subconscientes:**

Cada uno de ellos parece estar dotado especialmente para el desempeño de unas tareas funcionales específicas y complementarias. La Teoría del «Split Brain» o cerebro dividido de los neurofisiólogos R. Sperry y Michael Gazzaniga parece demostrar la especialización operativa de los Hemisferios cerebrales. Estos investigadores asocian a nuestro hemisferio Izquierdo los procesos lógicos, el razonamiento, los cálculos matemáticos, el lenguaje, la escritura y la lectura, los procesos de análisis y la función de traducción y conversión de las funciones del hemisferio derecho en situaciones lógicas en el mundo físico. Nuestro Hemisferio Derecho es el responsable pues, de todo lo concerniente al ritmo, la creatividad, el reconocimiento, la visión y la imagen, los procesos de síntesis, la consciencia interior, el sueño.

- **La formación de nuestra personalidad:**

Vivimos en un mundo sujeto a cambios de todo tipo, en el que las condiciones son cambiantes y no existen realidades absolutas. Incluso a una máquina tan perfecta como el cerebro humano le resultaría imposible sobrevivir y por tanto cumplir los objetivos primigenios grabados en sus genes, si careciese de la capacidad de cambio y adaptación para amoldarse a las diversas variaciones del exterior.

- **Estados alterados de consciencia:**

Antes de entrar en el estudio de las técnicas hipnóticas, objeto de este manual, debemos definir un concepto fundamental para la comprensión de muchas de las páginas siguientes. Se trata de los Estados Alterados de Consciencia (EAC). La mente humana como todo en este universo tiene poco en común con algo estático e inmutable, nuestro nivel de consciencia fluctúa constantemente y esas modificaciones producen constantes cambios en nuestra percepción de la realidad.

- **Ondas cerebrales y estados de consciencia:**

Con la llegada del electroencefalógrafo, se creyó poder medir de una manera precisa la actividad eléctrica cortical y su relación con los estados de consciencia, pero la complejidad y variabilidad de las lecturas registradas han convertido la investigación en un trabajo dificultoso e inacabado hasta el momento, no obstante se tiene la certeza de que cada estado de consciencia está propiciado por una determinada actividad electroquímica.



Escuela de Hipnosis profesional

www.cursosdehipnosis.es - lesam.info@gmail.com



Asociación Profesional Española
de Naturopatía y Bioterapia
CENTRO ASOCIADO

CAPÍTULO II

- **Definiciones y teorías explicativas:**

Cuando se trata de buscar una definición del concepto de Hipnosis, no tardamos en apreciar que todos los investigadores se han visto obligados a describirla mediante la exposición de los fenómenos asociados a ella. Sabemos que es un estado especial de nuestra mente, pero hasta nuestros días nadie ha sido capaz de definirlo con exactitud. Aunque las técnicas hipnóticas se han utilizado desde tiempos remotos, no fue hasta el año 1843 cuando un cirujano Escocés llamado James Braid, considerado el padre del Hipnotismo moderno, acuñó el término «HIPNOSIS» en el que en la actualidad englobamos toda la fenomenología que ésta produce. El nombre derivaba de la voz Griega «Hipnos» (sueño).

- **La sugestión:**

Siempre, desde sus inicios, se ha asociado la Hipnosis a la sugestión, ya Liènault y Bernheim utilizaban el término «sugestionabilidad» para tratar de definir el estado hipnótico. Pero ¿Qué es la Sugestión? El Diccionario de Psicología de Warren nos ofrece alguna descripción sobre la misma: «La sugestión es el estímulo, generalmente de naturaleza verbal, por el cual un individuo trata de despertar en otro la acción o el deseo de efectuar una acción, sin intervención de las funciones críticas de integración en el sujeto sometido al estímulo.»

- **La sugestión en la Hipnosis:**

Pavlov, sostenía que la sugestión en sus diversas formas, obraba estableciendo en la mente de los sujetos, reflejos condicionados. Estos condicionamientos son mantenidos, por lo general, bajo control por la consciencia que puede impedirlos si se contraponen a los esquemas de personalidad del sujeto. Cuando la rapidez de un suceso, impide la reflexión inmediata, bien porque la consciencia está focalizada en ese instante en otros objetivos, bien porque se ve sorprendida por la inmediatez de la sugestión, no puede impedir que el reflejo se manifieste sin mediar análisis críticos previos. Establecer esas condiciones, es el objetivo de todas las mecánicas inductivas.

- **El lenguaje hipnótico:**

En la Hipnosis el manejo de la sugestión no es tan sólo verbal como hemos visto, pero el lenguaje hipnótico es la piedra angular en el desarrollo de la sesión de hipnosis sea cual sea su propósito. Veamos pues unas reglas que permitan construir frases eficaces utilizando al máximo la potencialidad del fenómeno sugestivo. Inicialmente es importante que en nuestras sugerencias pidamos al sujeto cosas POSIBLES, es decir que el sujeto pueda realizar a fin de no crearle ningún tipo de conflicto. Así mismo, la Sugestión debe ser ESPECÍFICA y BREVE, es preferible siempre hacer sugerencias cortas y continuas que extensas y complejas ya que estas son de más difícil comprensión por parte del sujeto.

- **La programación neurolingüística:**

En 1980, falleció el Dr. Milton H. Erickson, probablemente uno de los mejores hipnólogos clínicos del mundo, El reconocimiento a su trabajo fue debido al hecho de que aplicaba gran parte de su metodología de un modo intuitivo. « Simplemente confío en mi mente inconsciente», comentaba cuando se le preguntaba cómo se decidía por el empleo de uno u otro método de inducción ante un caso difícil. Durante su vida profesional consiguió éxitos espectaculares con personas consideradas refractarias a la hipnosis. Grinder y Bandler, convirtieron los procesos intuitivos de algunos famosos terapeutas y de Erickson especialmente, en procesos concretos, racionales y lógicos. Procesos esencialmente comprensibles, que agruparon posteriormente en patrones de comunicación eficaz. Al conjunto de técnicas resultantes se le bautizó con el nombre de Programación Neurolingüística (PNL).

- **Omisión de información:**

Las Omisiones de Información son estructuras lingüísticas que aparentemente ofrecen una información específica al ser escuchadas por el



Escuela de Hipnosis profesional

www.cursosdehipnosis.es - lesam.info@gmail.com



Asociación Profesional Española
de Naturopatía y Bioterapia
CENTRO ASOCIADO

sujeto, sin embargo dada la omisión en ellas de información precisa, el sujeto se ve obligado a volcar sus propias experiencias para poder comprender el sentido de las frases. Las Omisiones de Información se construyen mediante el uso adecuado de varios elementos.

- **El trance:**

Consideramos trance hipnótico el estado resultante de la aplicación exitosa de una determinada técnica hipnótica en uno mismo o en los demás. Las prácticas del Yoga, o la meditación e incluso las oraciones religiosas, tienen como objetivo final crear un trance autoinducido en el sujeto que las practica. Muchos de ellos creen que el trance los acerca a sus dioses o a planos intangibles de existencia, pero en realidad el trance nos pone en contacto con algo mucho más cercano que todo eso, nos permite acceder a nuestro subconsciente.

- **Modificaciones psíquicas en el hipnotizado:**

Los cambios Psíquicos durante el trance hipnótico, afectan más a la voluntad que a la consciencia y van estrechamente ligados al grado de profundidad alcanzado por el sujeto. Por lo general el sujeto, conserva una vez establecido el estado hipnótico, su capacidad crítica, y una cierta operativa mental que va diluyéndose conforme aumenta la profundidad del trance. Por este motivo muchos sujetos manifiestan al salir del trance sus dudas respecto al hecho de haber estado hipnotizados. En cualquier caso, se establece en el sujeto una especie de contradicción psíquica ya que por un lado su consciente trata de racionalizar el proceso pero se ve confundido por la facilidad con que son aceptadas las sugerencias del operador.

CAPÍTULO III

- **Modificaciones somáticas en el hipnotizado:**

Paralelamente a los variados cambios psíquicos que se observan en el estado hipnótico, se producen otros no menos interesantes en lo que se refiere a la fisiología del sujeto. Entre ellos podemos destacar los que atañen a los sentidos, en grados profundos y especialmente en estados sonambúlicos se advierte una hiperestesia sensorial fuera de lo común.

- **Condiciones en las que realizar experiencias:**

Aunque en realidad la inducción del trance hipnótico puede ser llevada a cabo con éxito en cualquier circunstancia, dependiendo del sujeto y de la habilidad del operador, el seguimiento de una serie de consejos que damos a continuación aumentará nuestro porcentaje de éxitos y facilitarán sin duda la consecución y el mantenimiento del estado hipnótico.

- **Cualidades del hipnólogo:**

La propia capacidad para provocar el trance hipnótico es una de las primeras dudas que se le plantean al principiante. Ante esto hay que decir que cualquier persona está capacitada para aprender estas técnicas, aunque como en todas las profesiones los hay especialmente dotados.

- **Algunos elementos de influencia:**

El cine, la literatura y la televisión nos han presentado una imagen del hipnotizador clásico, ejerciendo su gran influencia a través de una poderosa mirada y de autoritarias órdenes impartidas al sujeto con voz solemne y grave.

Si bien es cierto que algunas personas, parecen estar por naturaleza dotadas con esas capacidades para la práctica del hipnotismo, todos sin excepción como hemos comentado anteriormente, podemos acceder a dominarlas, dado que muchos de los elementos de apoyo son susceptibles de adquirirse a través de entrenamiento.



Escuela de Hipnosis profesional

www.cursosdehipnosis.es - lesam.info@gmail.com



Asociación Profesional Española
de Naturopatía y Bioterapia
CENTRO ASOCIADO

- **Quien es hipnotizable:**

Páginas atrás, refiriéndonos a la sugestión se decía que todos éramos sugestionables en mayor o menor medida, cuando tratamos de decidir qué sujeto es susceptible a la Hipnosis y cuál no lo es, debemos concluir exactamente en lo mismo... todos lo somos en mayor o menor medida. Todos las personas son susceptibles de acceder a estados de trance hipnótico, en la medida en que seamos capaces de anular su capacidad de contra sugestión, en definitiva en la medida en que podamos sortear la capacidad crítica de su cerebro izquierdo para ponernos en contacto con su cerebro derecho, y esa es una de las tareas más importantes del hipnólogo. Existen personas que asumen el estado hipnótico de una forma muy rápida y de un modo muy profundo y en el extremo opuesto, las hay que son absolutamente refractarias a la hipnosis.

- **Signos de susceptibilidad a la hipnosis:**

El hipnotizador profesional acaba adquiriendo casi como un automatismo el arte de distinguir los buenos sujetos hipnóticos, pero ¿quien es un buen sujeto hipnótico?

Hemos visto que las personas refractarias totalmente a la hipnosis conforman un pequeño grupo respecto al total, no obstante el grueso de la población es susceptible en uno u otro grado de acceder al trance hipnótico, por tanto la pregunta debería ser ¿hasta dónde se puede llegar con un sujeto determinado?

- **Pruebas de predisposición a la hipnosis:**

Las pruebas de predisposición a la hipnosis son pequeños test de sugestionabilidad que se efecto aún al sujeto de forma previa a la inducción hipnótica propiamente dicha.

Su empleo es interesante porque además de ofrecernos una valiosa información respecto al sujeto (facilidad para relajarse, concentración y sugestibilidad), también empiezan a establecer la relación sujeto-hipnólogo desde el momento en que la persona empieza a familiarizarse con la voz y manipulaciones del operador, así mismo también comienza a acatar sus ordenes más o menos directas en esta fase.

- **Las pruebas de Coue:**

En las tres pruebas que define el profesor francés para medir la sugestionabilidad de los individuos, Coué utiliza en realidad, como factor más importante, la estimulación de la autosugestión para conseguir cualquier propósito.

Las tres tienen la virtud de ir iniciando al sujeto en la educación del control de la mente sobre el cuerpo.

- **Pruebas de Khonsthman:**

La prueba de Khonsthman es una de esas pruebas que tras su realización por parte del sujeto, aumenta la «creencia» de este en la capacidad del operador. En realidad, prácticamente no utiliza mecánicas sugestivas, pues se basa más en mecanismos fisiológicos naturales, pero si la prueba es exitosa, resulta absolutamente convincente, generando una receptividad en el sujeto que facilitará notablemente el futuro intento hipnótico.

- **Pruebas del listón:**

Es una prueba curiosa que nos da una orientación de la profundidad del trance que asumirá el sujeto en la hipnosis posterior. Se pide a la persona que se coloque de pie frente al operador y se relaje, se le dice entonces que coloque los brazos en cruz con las palmas de las manos hacia el suelo. Cogiendo su mano derecha se la gira de modo que su palma quede orientada hacia el techo de la habitación y se hace cerrar su mano izquierda con el pulgar extendido apuntando al techo....



Escuela de Hipnosis profesional

www.cursosdehipnosis.es - lesam.info@gmail.com



Asociación Profesional Española
de Naturopatía y Bioterapia
CENTRO ASOCIADO

Pruebas de la caída de la mano:

Esta prueba es muy similar a la anterior pero es excelente para medir la sugestibilidad de un grupo numeroso.

La susceptibilidad a la hipnosis queda reflejada por la diferencia de altura entre brazo derecho e izquierdo al finalizar la prueba. Esta prueba es excelente para seleccionar rápidamente unos cuantos buenos sujetos de entre un grupo de personas.

- **Pruebas de oclusión de los glóbulos oculares:**

Estas pruebas son de las que mejor funcionan a la hora de establecer en el sujeto, la convicción de que el hipnólogo ejerce un control sobre él. Son pruebas que pueden desviarse fácilmente hacia la inducción completa dependiendo siempre de la sensibilidad del sujeto ya que una de las premisas de los primeros grados de la hipnosis es la imposibilidad de abrir los ojos.

- **Péndulo de Chevreul:**

La prueba de chevreul utiliza un objeto similar a un péndulo, compuesto de una pequeña bola de cristal sujeta a una cadenita o a un hilo. La persona lo sujeta por el hilo y mantiene la bola a la altura de los ojos. Este sistema sirve tanto para evaluar al sujeto como también para conseguir una inducción rápida por sorpresa. Esta prueba de sugestión es particularmente eficaz ya que se genera un efecto de biorretroalimentación desde el sistema nervioso central hasta los dedos del paciente, quien con su propia energía induce el balanceo del péndulo.

- **Prueba del peso del brazo:**

Pidámosle al sujeto que extienda su brazo derecho hacia delante mientras lo sostenemos por debajo del codo y de la muñeca como si fuésemos a calcular su peso. Le pedimos entonces que cierre sus ojos y relaje progresivamente los músculos del brazo mientras se lo vamos mencionando, con voz pausada y lenta le solicitamos que relaje los dedos de la mano, la mano, la muñeca, el antebrazo y el codo, antes de pedirle que relaje los músculos del brazo retiramos súbitamente nuestras manos que sostenían su muñeca y su codo. Si el sujeto ha sido capaz de sugestionarse logrando la relajación, su brazo caerá sin resistencia, si no ha sido así permanecerá en alto extendido o caerá mostrando una resistencia voluntaria.

- **Prueba del alejamiento y acercamiento de las manos:**

Se le pide al sujeto que extienda las manos colocando las palmas de las manos enfrentadas entre sí y paralelas. Se le pide también que no mire sus manos, sino que debe mirar nuestros ojos (Recordar que el operador debe mirar un punto en el entrecejo del sujeto). « *Usted continua mirando mis ojos, nada más que mis ojos y mientras los mira sus manos continúan acercándose entre ellas..... etc.* (insistir en el concepto)». Más tarde se insiste en la idea de que las palmas de sus manos se funden y se pegan.... La sugestibilidad se mide por la dificultad en la separación de las palmas de las manos y la aproximación entre las manos.

- **Pruebas disimuladas:**

En ocasiones, no se informa al sujeto del hecho de que vamos a efectuar una prueba de sugestión con él. Este tipo de pruebas se llaman disimuladas y a pesar de que en ellas hay un poco de parodia cuando funcionan generan un grado de hipersugestibilidad extremo en el individuo objeto de la prueba.

- **Pruebas olfativas:**

Esta prueba es excelente para identificar los mejores sujetos de entre un grupo. Se utiliza un frasco de vidrio con tapón lleno de agua coloreada. El operador mantiene el frasco en alto para que todos puedan verlo y sacando el tapón dice:



Escuela de Hipnosis profesional

www.cursosdehipnosis.es - lesam.info@gmail.com



Asociación Profesional Española
de Naturopatía y Bioterapia
CENTRO ASOCIADO

«Este perfume es de un olor tan intenso que se está extendiendo por toda la estancia, incluso su aroma es perceptible en espacios abiertos.... por favor, levantar las manos los que estéis oliendo el olor del perfume en este momento»
Por regla general todos los que perciban el perfume son excelentes sujetos.

- **Pruebas térmicas:**

Hay diversas pruebas que implican sugerencias de frío y calor que se pueden emplear para medir el grado de sugestibilidad del sujeto.

- **Causas y mecanismos de resistencia a la hipnosis:**

La palabra «Hipnosis» ha sugerido siempre emociones diversas en el profano, las espectaculares manifestaciones de algunos fenómenos hipnóticos han despertado durante siglos curiosidad, admiración y temor. Muchas de esas impresiones han ido conformando en la memoria popular una serie de conceptos tan negativos como alejados de la auténtica realidad de la hipnosis.

CAPÍTULO IV

- **Grados de profundidad en el trance hipnótico:**

La clasificación en grados de los fenómenos hipnóticos, ayuda al operador a establecer en qué situación de profundidad se encuentra un sujeto y determinar de este modo que puede solicitarle a este en cada instante del trance. Como hemos visto en los apartados dedicados a la fenomenología hipnótica, hay todo un abanico de modificaciones psico-fisiológicas en el sujeto hipnotizado que dependen de la profundidad del trance que éste sea capaz de asumir.

- **Grados de profundidad requerida en la hipnosis:**

Estudiar y practicar con la escala de **Escala de Le Cron Bourdeaux**.

- **Técnicas de inducción al trance hipnótico:**

Durante el desarrollo de una sesión hipnótica el operador realiza por lo general cuatro procesos bien diferenciados, atendiendo a la finalidad que cada uno de ellos persigue. Estos procesos son: Inducción, Profundización, Utilización y Deshipnotización.

El proceso de inducción, establece el trance, la profundización lo hace más intenso llevando al sujeto a través de distintos grados de profundidad según requiera el objetivo perseguido, una vez este ha sido profundizado y estabilizado, el hipnólogo emplea las técnicas y sugerencias apropiadas, (Terapéuticas o de cualquier otra naturaleza) para conseguir los resultados motivo de la sesión de hipnosis, y finalmente se entra en el proceso de deshipnotización para sacar al sujeto del estado hipnótico.

- **Algunos conceptos previos:**

En el transcurso de estas líneas se vierten, en ocasiones, conceptos cuyo significado conviene aclarar antes de proseguir. Tal es el caso de las actividades ideo-motoras, ideo-sensoriales, intra-hipnosis y post-hipnosis. Las actividades ideo-motoras, se refieren a respuestas musculares que se obtienen inconscientemente ante un pensamiento, una idea o una imagen. Estas respuestas, que forman parte del sistema de reacción automática del sujeto ante un estímulo, se realizan completamente al margen de la voluntad del mismo y tienen su origen en los centros subcorticales de nuestro cerebro. Se trata de reflejos no aprendidos, de carácter involuntario y cuya finalidad es probablemente la de la supervivencia.



Escuela de Hipnosis profesional

www.cursosdehipnosis.es - lesam.info@gmail.com



Asociación Profesional Española
de Naturopatía y Bioterapia
CENTRO ASOCIADO

- **Procedimientos sensoriales:**

Esta familia agrupa gran cantidad de sistemas aparentemente distintos que sin embargo tienen en común, la intencionalidad de mantener el consciente de la persona activamente ocupado mediante la saturación de uno o más de los sentidos del sujeto.

La totalidad de los procedimientos sensoriales se basan en una estrategia común a todos ellos, conocemos por ejemplo, los efectos y sensaciones que se producen si mantenemos durante cierto tiempo fija nuestra mirada en un punto, desenfoque de la visión, cansancio ocular, cierta pesadez en los párpados, irritación ocular..., todos esos síntomas pueden ser sincronizados y potenciados mediante sugerencias adecuadas a la consecución del objetivo que nos hayamos marcado.

- **Procedimiento de inducción mediante un punto:**

Este método tiene infinidad de variantes y cada especialista lo aplica en forma diversa, pero el denominador común del cual parte esta técnica es colocar al sujeto con la mirada fija en un punto del que no debe apartarla bajo ningún concepto mientras se lleva a cabo la experiencia, a fin de provocar el cansancio ocular.

- **Procedimientos fisiológicos y psico-imaginativa:**

Por lo general, la práctica de las disciplinas hipnóticas no entraña ningún riesgo, a excepción hecha, del mal uso que se haga de las inducciones del tipo que analizamos en este capítulo. Algunas de las técnicas de inducción que utilizan procedimientos fisiológicos, son absolutamente desaconsejables no tan sólo para el principiante, sino también para cualquier operador, es por esa razón por la que el autor desaconseja formalmente la práctica de las mismas.

CAPÍTULO V

- **Estrategias de los procedimientos psico-imaginativos:**

En general tras un período inicial en el que las sugerencias persiguen una relajación progresiva del cuerpo del sujeto, se empieza a desarrollar una escena imaginaria cargada de símbolos y arquetipos paralelos a las situaciones fisiológicas por las que el sujeto deberá pasar para llegar al estado hipnoidal, entre estos símbolos se pueden incluir escenas que inconscientemente se asocien a estados de calma, bienestar, tranquilidad, descanso, sueño, etc., incluso provocar la retroalimentación de experiencias propias del sujeto, pero previamente deberemos cerciorarnos de no sugerir imágenes o situaciones que puedan resultar conflictivas para la personalidad específica del sujeto.

(Sugerir a una persona que padezca fobia al agua, lo tranquiliza, relajada y descansada que se encuentra en una playa mientras la marea sube lentamente, arruinaría probablemente la sesión de un modo inmediato).

- **Primera fase de relajación progresiva:**

Un ejemplo: « Cierre los ojos y respire profunda y lentamente,..... imagine que puede sentir todos y cada uno de los poros de su cuerpo...puede imaginar también que siente como se van dilatando.... abriendo..... dejando escapar de su interior una especie de vapor grisáceo..... Todos los poros de su cuerpo están expulsando de su cuerpo esa especie de vapor que arrastra consigo... todas las tensiones.... los nervios,..... las angustias.....y los miedos que se han ido acumulando en usted durante las últimas semanas.» «Imagine.... todo su cuerpo expulsando gran cantidad de ese vapor que se va alejando perdiéndose en la atmósfera... en usted tan sólo queda calma,.... paz.... tranquilidad y bienestar,.... todas las tensiones, angustias, stress, inquietudes y miedos se han alejado de su cuerpo «. «Siga respirando profundamente.. y en tanto lo hace centre toda su atención en los dedos de su pie derecho, pronto se dará cuenta de que si centra su atención durante algunos segundos en cualquier parte de su cuerpo, está empezará a relajarse casi de inmediato aflojándose más y más para finalmente quedar completamente relajada.....



Escuela de Hipnosis profesional

www.cursosdehipnosis.es - lesam.info@gmail.com



Asociación Profesional Española
de Naturopatía y Bioterapia
CENTRO ASOCIADO

- **Segunda fase de relajación progresiva:**

Un Ejemplo: *Ahora mientras se encuentra más profundamente relajado, cada segundo que pasa... imagine que se encuentra paseando por un sendero... que se adentra en un bosque frondoso.... puede oír el rumor de la brisa entre las hojas de los altos árboles... todo es calma y serenidad... usted, camina por un sendero de tierra que descendiendo va penetrando hasta el corazón mismo de ese bosque acogedor... la luz del sol que se filtra entre los árboles forma un manto de claro-oscuros sobre la vegetación.... Paso a paso... avanza por el sendero sintiéndose cada vez más relajado en ese lugar especial y acogedor... conforme se interna por el sendero el bosque se hace más denso y la luz que penetra por entre sus altas copas es cada vez menor... Se respira tranquilidad y calma intensa,... profunda...*

- **Tercera fase profundización:**

Un Ejemplo: *Está cansado y se acomoda en uno de los huecos que forman las raíces del gran árbol protector.... se tumba... profundamente relajado... tan profundamente relajado que sus ojos se cierran.... la luz desaparece por completo y casi de inmediato..... se sumerge en un sueño, profundo, agradable intenso y relajante..... Duerme..... Usted duerme profundamente acompañado del silencio y la calma.....»*

- **Procedimientos psico-conflictivos:**

Las técnicas Psico-conflictivas consiguen tal desbordamiento, mediante el empleo de rápidas acciones y sugerencias contradictorias que acaban finalmente con cualquier intento de racionalizar el proceso por parte del sujeto, dada la rapidez y la ausencia de conexiones lógicas entre ellas. Literalmente, el consciente del sujeto casi sin poder materialmente analizar la sugestión anterior, se ve forzado a prestar atención a la siguiente, demasiadas cosas para pensar a un tiempo, el resultado final es una sensación de alivio por el hecho de poder dejar de concentrarse y se produce su entrada en trance de un modo casi inconsciente.

- **Procedimientos químicos y técnica de cuenta simple con visualización:**

Como algunas de las técnicas del grupo fisiológico, los procedimientos químicos deben ser usados tan sólo en casos de absoluta necesidad y cuando el uso de otras técnicas ha resultado infructuoso.

- **Procedimientos mixtos:**

En este grupo se engloban todos aquellos procedimientos que utilizan técnicas combinadas. Quizás la técnica más representativa de todas ellas sea la conocida como técnica de fraccionamiento de Vogt que fue el primero en describirla. Algunos autores consideran esta técnica un sistema de profundización, más que un método inductivo, pero la mecánica en la que se basa de ofrecer sucesivas inducciones hace que se la pueda considerar globalmente una técnica inductiva y a la vez un excelente sistema de intensificación del trance.

- **La profundización:**

Tras la consecución con éxito del estado hipnoide, todos nuestros esfuerzos deben encaminarse a estabilizar y profundizar el estado conseguido con la intención de lograr la máxima receptividad en el sujeto y la creación de las condiciones más ideales para la fase de utilización del trance que afrontaremos posteriormente.

Existe una amplia variedad en cuanto a sistemas de profundización se refiere, muchos de ellos se basan en las mismas técnicas que aplicamos para inducir pero aún siendo parecidos, la intencionalidad, la psicología de la actuación y las respuestas buscadas son diametralmente opuestas.



Escuela de Hipnosis profesional

www.cursosdehipnosis.es - lesam.info@gmail.com



Asociación Profesional Española
de Naturopatía y Bioterapia
CENTRO ASOCIADO

- **Técnicas de profundización:**

Profundización mediante el empleo de cuentas numéricas. Los sistemas que utilizan cuentas numéricas, son muy efectivos y por tanto muy empleados, quizás el único inconveniente que se pueda atribuir a dichos métodos, es que se trata de concepciones puramente abstractas, ya que no recurren a ningún tipo de visualización, es posible, no obstante utilizar un sistema alternativo que añada al uso de cuentas, representaciones visuales.

- **Técnica de cuenta simple sin visualización:**

Una variante consiste en sugerir al sujeto que cada vez que pronunciamos un número lo visualice mentalmente, esto ofrece una tarea de la que preocuparse a la parte consciente que todavía pueda estar activa, realizando «pruebas de realidad», permitiendo a las sugerencias llegar al subconsciente sin oposición crítica.

Vamos a exponer ahora de un modo resumido, alguno más de los innumerables métodos que utilizan ejercicios numéricos con el propósito de profundizar el trance. Debe recordarse que los ejemplos son susceptibles de modificación, ampliación y reducción siempre que se respeten las estrategias generales que emplean.

- **Técnica de cuenta simple con visualización:**

Como explicábamos anteriormente, el uso de visualizaciones en combinación con ejercicios numéricos refuerza ambas técnicas, métodos como el de la escalera que se va bajando, peldaño a peldaño o el uso de un ascensor que va descendiendo, aportan al sujeto imágenes simbólicas de profundización y a la vez le permiten hacer procesos asociativos entre la cuenta descendente que se está efectuando y su estado.

Se puede seguir el mismo proceso cambiando la escalera, por un ascensor que va descendiendo lentamente piso a piso, aunque debemos de tener en cuenta en este caso la probabilidad de que el sujeto no padezca ninguna manifestación claustrofóbica que le pueda generar ansiedad o miedo arruinando de este modo la experiencia.

- **Técnica de profundización dispersión, numéricos:**

Tras unas cuantas inversiones, el sujeto estará completamente confuso y su concentración estará absolutamente centrada en el proceso para tratar de seguir las indicaciones que se le están ofreciendo, las repetidas profundizaciones y dispersiones del trance permiten que la persona haga una toma de conciencia del trance y de los diferentes estados de profundidad que él mismo alcanza, por último cada nueva repetición del proceso hace que el sujeto alcance niveles más profundos que la vez anterior, si tomamos la precaución de repetirle insistentemente que con cada reinducción alcanzará un mayor grado de profundidad.

- **Método de las manos que giran:**

Como se puede observar, durante la profundización se reta en diversas ocasiones al sujeto, el planteamiento de un desafío es un proceso delicado en el que debemos estar seguros de no fracasar, es necesario por tanto plantearlo con la firmeza y seguridad más absoluta, no obstante, si el sujeto empieza a detener las manos cuando le estamos diciendo que es totalmente imposible, debemos adelantarnos e interrumpir su proceso de voluntad cogiéndole las manos y obligándolo, con la más absoluta naturalidad, a continuar girándolas mientras seguimos sugestionando, es posible que tras la primera vez el proceso escape del control del sujeto tornándose automático. El automatismo de movimiento es un estado profundo de trance, una vez conseguido el sujeto sigue girando sus manos sin parar hasta que recibe la orden de que lo haga. El empleo de



Escuela de Hipnosis profesional

www.cursosdehipnosis.es - lesam.info@gmail.com



Asociación Profesional Española
de Naturopatía y Bioterapia
CENTRO ASOCIADO

desafíos «convence» al sujeto de que ya no ejerce el control, una vez más ese convencimiento se transforma automáticamente en profundización de su estado.

- **Método de la levitación de la mano:**

Un conocido método inductivo, que puede ser usado como sistema de profundización del trance. Después de llevar al sujeto al estado hipnoidal y mientras este permanece con los ojos cerrados, se le indica lo siguiente.

- **Técnica de la catalepsia del brazo:**

Quizás uno de los más populares sistemas de profundización sea el método de la catalepsia rígida del brazo, este sistema indica, caso de conseguirse con éxito, que el sujeto ha alcanzado un grado medio de hipnosis o segundo grado. Para conseguirlo, se eleva el brazo del sujeto, cogiéndolo por la muñeca y colocándolo horizontal, lo estiramos suave pero firmemente hacia delante unas cuantas veces mientras nos dirigimos a la persona en los siguientes términos:

- **Profundización mediante técnica psico-imaginativa:**

La frontera entre los sistemas de inducción y los de profundización es, salvo casos muy concretos, muy difusa, como anteriormente dijimos lo que realmente los diferencia en muchas ocasiones es la intencionalidad y la respuesta buscada, por esta razón en ocasiones el paso desde el estado hipnoidal al primer grado es simplemente una extensión del proceso inicial, en general tras conseguir la oclusión ocular se procede a emplear una técnica de profundización que llevará al sujeto paulatinamente a acceder a diferentes grados de profundidad.

- **Métodos de profundización psico-imaginativa:**

Para el operador resulta imprescindible inicialmente crear o adaptar algunos guiones básicos, que luego pueden enriquecerse con los simbolismos específicos del sujeto.

Otro efecto que puede conseguir este tipo de visualización es la aceleración del proceso de profundidad al ir incrementando la velocidad con la que pasan días y noches. Una vez hemos instalado en el subconsciente del sujeto el ciclo estímulo-respuesta, basta con dejar un período de silencio para que este siga verificándose de un modo automático.

- **La disociación en la profundidad del trance:**

Un modo particular en el uso de las técnicas psico-imaginativas es el que incorpora secuencias que tienden a la disociación del sujeto. Hasta este momento hemos hablado de la disociación y su utilización en el establecimiento del trance pero también es posible provocar y aumentar la separación de las funciones mentales del sujeto en los procesos de profundización.

El proceso disociativo de la personalidad es una habilidad del ser humano que todos poseemos en diversos grados. En general podríamos definirla como la capacidad de aislarnos mentalmente de nuestro entorno y observarnos desde un punto de vista externo a nosotros mismos. Es como un «verse desde fuera». Este proceso que puede parecerse extraño, es muy habitual, la ensoñación es un proceso disociativo.

Utilización del trance:



Escuela de Hipnosis profesional

www.cursosdehipnosis.es - lesam.info@gmail.com



Asociación Profesional Española
de Naturopatía y Bioterapia
CENTRO ASOCIADO

En las primeras páginas de este manual ya nos hemos referido al excelente futuro que se abre ante la hipnosis, su aplicación abarca bien directamente, bien auxiliando a otras técnicas, un sinfín de aspectos. Esa inmensa diversidad de usos, impide que sea posible en el marco de estas líneas analizar las diferentes técnicas específicas de aplicación, alguna de las cuales por si solas, llenarían más de un volumen. Debemos conformarnos pues con los objetivos propuestos por este escrito, que no son más que el conocimiento profundo de las mecánicas de generación, profundización y estabilización del trance hipnótico, que es premisa fundamental para poder acceder, más tarde a las técnicas de utilización.

- **La deshipnotización:**

Existe a este respecto una mala información, propiciada generalmente por muchos profanos y algunos profesionales que por falta de conocimientos o de la suficiente práctica, gustan de insinuar que puede plantearse algún tipo de problema para salir del trance hipnótico. Tales declaraciones además de absurdamente falsas, hacen un flaco favor al mundo de la hipnosis al reforzar creencias y supersticiones en definitiva resistencias no necesarias. Incluso aunque el operador haya actuado torpemente, nunca nadie ha dejado de despertarse de un trance hipnótico no hay que preocuparse por tal razón ante tan alarmistas comentarios, pues en todos los casos nuestras dificultades estibarán en el acto de inducir el trance y no en el de disiparlo.

- **Algunas señales indicadoras de profundidad:**

Como ya hemos comentado anteriormente, la identificación de signos externos indicadores de profundidad del trance en los sujetos, resulta compleja debido a la variedad en las respuestas individuales. No obstante existen algunos signos que se encuentran presentes de un modo más o menos regular en la mayoría de los sujetos, que pueden ofrecernos algunas señales orientativas para establecer un juicio sobre la profundidad de un trance. Uno de los síntomas que se observa con mayor rapidez, es el cambio en los patrones respiratorios del sujeto. Por lo general la respiración pasa de ser diafragmática a producirse abdominalmente. Se aminora la frecuencia respiratoria, en ocasiones hasta extremos de llegar a ser imperceptible por su lentitud.

- **Desarrollo de una sesión:**

Este apartado está destinado a estudiar algunas opciones que nos faciliten, el éxito en nuestros intentos hipnóticos. Describiremos la consecución y el mantenimiento del rapport con el sujeto de la experiencia, así como el desarrollo de una sesión de hipnosis, el contexto donde debe realizarse y algunos detalles que nos facilitarán la labor en sucesivas sesiones.

- **Cómo desarrollar una sesión:**

Condicionantes como el tiempo de que se dispone, y la mayor o menor dificultad del sujeto para acceder al trance deseado, son importantes a la hora de valorar cual debería ser el formato idóneo. Vamos a describir una hipotética primera sesión, en la que el sujeto y el operador van a encontrarse por primera vez, obviamente las subsiguientes sesiones, como indicaremos en su momento, resultaran mucho más breves.

Capítulo VI

- **Compendio de técnicas:**

Este apartado ha sido creado con el propósito de ofrecer una recopilación de técnicas diversas, para su estudio y su aplicación práctica.



Escuela de Hipnosis profesional

www.cursosdehipnosis.es - lesam.info@gmail.com



Asociación Profesional Española
de Naturopatía y Bioterapia
CENTRO ASOCIADO

Algunos de los métodos descritos son capaces de llevar al trance hipnótico con la mayor sencillez a un gran número de sujetos, otros por el contrario requieren práctica y experiencia en su ejecución.

La descripción de cada una de las técnicas es suficiente para lograr la inducción deseada, pero no debemos olvidar que la respuesta de los sujetos difiere notablemente de uno a otro, resulta por tanto imprescindible ajustar, en la práctica, la fraseología de cada uno de estos métodos al «tempo» del sujeto, analizando todos y cada uno de los cambios o signos que nos ofrece a fin de conseguir los resultados esperados. Iniciar una cuenta para provocar un cierre ocular, por ejemplo, cuando el sujeto todavía no ha podido experimentar ningún tipo de cansancio visual o solicitarle algún tipo de acción cuando aún no hemos conseguido establecer las premisas necesarias nos conduciría directamente al fracaso en el intento hipnótico.

- **Procedimientos sensoriales:**

Nos encontramos por tanto ante un método de fascinación, de características un tanto autoritarias. Estando frente al sujeto de pie o sentados, se le indica que fije su mirada en los ojos del operador, mientras este va desplazando su mirada desde la raíz hasta la punta de la nariz del sujeto, consiguiendo de este modo un movimiento de dilatación y contracción pupilar que ayuda a provocar el estado de fascinación en el sujeto.

- **Procedimientos fisiológicos:**

Se trata de un método de los considerados rápidos, como se sabe las técnicas de hipnosis instantánea no son aplicables a todos los sujetos y el éxito o el fracaso en su aplicación dependen de una serie de factores como son la sugestionabilidad de la persona, la pericia y el prestigio del hipnólogo. Este es un método que puede ser considerado como autoritario (Paternal), los sucesivos giros en uno y otro sentido que se va imprimiendo a la cabeza del sujeto unidos a las sugerencias de tono imperativo, crean el estado de disociación y una notable profundización.

- **Procedimientos psico-imaginativos:**

La técnica del bosque y la oscuridad progresiva es otro método que presentamos, en su momento, como ejemplo de inducción psicoimaginativa, recordemos que la aplicación de sistemas psicoimaginativos requieren una relajación progresiva previa a la fraseología de inducción propiamente dicha, por tal motivo solamente en este ejemplo mencionaremos la fase de relajación inicial a modo de orientación.

En las restantes técnicas de este grupo tan sólo se expresarán los procesos inductivos propiamente dichos.

- **Procedimientos psico-conflictivos:**

Como todos los sistemas de confusión, éste utiliza una técnica que puede ser más o menos tradicional, salpicándola con rápidas órdenes dadas para ser anuladas o invertidas casi de inmediato al mismo tiempo que se pide al sujeto que ejecute tareas diversas, tal cúmulo de trabajos a realizar, desconcierta a las mentes más analíticas, ya que acaban por desbordar sus capacidades críticas. Debemos recordar cuando empleemos una técnica de confusión que si ofrecemos dos órdenes seguidas en el contexto de una sola frase, tan sólo una de dichas sugerencias, puede acaparar la atención consciente del sujeto, por tal razón el uso de algunos métodos sugestivos que estudiamos anteriormente (presuposiciones, ambigüedades, etc.) resulta muy apropiado.

- **Procedimientos varios:**

Estos tipos de técnicas pueden considerarse procedimientos mixtos por el hecho de emplear acciones ideosensoriales e ideomotoras de forma combinada, por lo general su aplicación es de largo desarrollo y requiere gran habilidad por parte del operador.



Escuela de Hipnosis profesional

www.cursosdehipnosis.es - lesam.info@gmail.com



Asociación Profesional Española
de Naturopatía y Bioterapia
CENTRO ASOCIADO

En su ejecución más purista, no suelen incorporar vocablos como «sueño», «sopor» etc., sino que se limitan a sugerir al sujeto estados de relajación profunda. El excesivo consumo de tiempo y paciencia necesarios para su aplicación puede verse recompensado, en siguientes inducciones, si el operador no olvida impartir las oportunas órdenes post-hipnóticas, para facilitar la entrada en trance en futuras sesiones. Ya expusimos un ejemplo de técnica levitatoria abreviada en el apartado que destinábamos al estudio de la profundización del trance, describiremos ahora un sistema inductivo completo que utiliza las palabras «sueño» y «dormir» al final de la inducción y que además ofrece otras variantes que mejoran la efectividad de la técnica original que Erickson describió en 1923. Solicitaremos al sujeto, sentado en una silla o sillón, que deje sus brazos reposando con las manos encima de sus muslos.

- **Técnicas hipnóticas especiales:**

Dentro del campo de aplicación de la hipnosis, existen un gran número de técnicas secundarias, se trata de procedimientos especiales cuya puesta en práctica requiere mayor especialización siendo los objetivos que persiguen, por lo general, más concretos que los de inducción y profundización. Su ejecución, tan sólo debe intentarse cuando se posee una sólida formación en las mecánicas de inducción y profundización, ya que su aplicación requiere grandes dosis de experiencia.

- **Hipnosis instantáneas super rápidas:**

Se entiende por Hipnosis instantánea, la capacidad de provocar en breves segundos un profundo trance hipnótico en el sujeto objeto de la experiencia.

Este fenómeno es para el observador una de las experiencias más fascinantes, inquietantes y rodeadas de magia del hipnotismo. En realidad no hay nada de sobrenatural en su aplicación, ya que esta se rige por las mismas reglas de la sugestión hipnótica y de la psicología.

En el apartado que dedicábamos a las pruebas de sugestión, hacíamos notar, que muchas de ellas dejaban al sujeto en un estado sugestivo tan alto, que nos permitía llevar a cabo la inducción con tan sólo unas pocas sugerencias pronunciadas en el momento oportuno.

- **Hipnosis en grupo:**

En ocasiones el hipnólogo se ve obligado a practicar inducciones de forma simultánea a un grupo más o menos numeroso de personas, las razones pueden ser la demostración de las técnicas hipnóticas ante un auditorio, o la práctica de alguna sesión de hipnoterapia de grupo.

Muchos autores consideran que resulta mucho más sencillo inducir a un sujeto dentro del marco de una sesión de grupo, que no de forma aislada. Estas opiniones se basan en la idea de que en grupo se genera una especie de contagio emocional, que facilita la sugestibilidad de todos los integrantes del mismo. La principal dificultad al realizar este tipo de inducciones, es la diferente velocidad de respuesta que muestran los sujetos al seguir nuestras instrucciones y también los diversos grados de profundidad que alcanzan, durante la experiencia, los diferentes miembros del grupo. Por esta razón el hipnólogo deberá ajustar el «tempo» de sus sugerencias al grueso del colectivo.

Evidentemente no todos los integrantes del grupo alcanzarán, el estado de hipnosis profunda, algunos de ellos ni siquiera el estado hipnoidal, otros por el contrario alcanzarán estados sonambúlicos con facilidad, y entre unos y otros se manifestará toda una variada gama de niveles hipnóticos.

- **La regresión Hipnótica Regresiones:**

Cada día, hay personas que acuden hasta la consulta del terapeuta, con la intención de resolver problemas de carácter emocional, arraigados en su psique desde tiempos muy antiguos. Esos problemas, que con el transcurso del tiempo se convierten en pesadas cargas que se arraigan en el presente, pueden acarrear trastornos físicos y psicológicos aun a pesar de que el acontecimiento que las provocó fuese una experiencia traumática acontecida en un pasado en ocasiones remoto. Manifestaciones tales como, miedos irracionales, sentimientos de inferioridad, baja



Escuela de Hipnosis profesional

www.cursosdehipnosis.es - lesam.info@gmail.com



Asociación Profesional Española
de Naturopatía y Bioterapia
CENTRO ASOCIADO

autoestima, tics nerviosos, tartamudeo y tendencias depresivas, de las cuales se desconocen las causas objetivas, pueden tener su raíz en el pasado.

- **Regresión y reviviscencia:**

Cada día, hay personas que acuden hasta la consulta del terapeuta, con la intención de resolver problemas de carácter emocional, arraigados en su psique desde tiempos muy antiguos. Esos problemas, que con el transcurso del tiempo se convierten en pesadas cargas que se arrastran en el presente, pueden acarrear trastornos físicos y psicológicos aun a pesar de que el acontecimiento que las provocó fuese una experiencia traumática acontecida en un pasado en ocasiones remoto. Manifestaciones tales como, miedos irracionales, sentimientos de inferioridad, baja autoestima, tics nerviosos, tartamudeo y tendencias depresivas, de las cuales se desconocen las causas objetivas, pueden tener su raíz en el pasado.

- **Un esquema de regresión:**

Debemos recordar siempre que en cualquier terapia hipnótica, en la que exista dialogo, éste no se dirige hacia la parte consciente de la mente del sujeto, si no que nuestro propósito es el de alcanzar la parte subconsciente del mismo. La palabra es procesada y comprendida por el consciente, pero no así por el subconsciente. El lenguaje de este es el de las imágenes y el de las emociones.

Por tal razón la regresión debe conducirse con verbalizaciones psico-imaginativas, es decir historias que incluyan evocaciones y visualizaciones en sus estructuras y que tiendan a conseguir el propósito de la sesión de regresión.

Para hacer más comprensible este concepto, imaginemos que nuestro deseo es generar en una persona las sensaciones de aislamiento del exterior que se producen durante el sueño natural., podríamos en tal caso, evocar un tranquilo día de campo, mientras el sujeto tumbado en la hierba observa como el sol se pone en el horizonte, y la oscuridad va progresivamente llenando el entorno de calma, paz y tranquilidad. Visualizar esta escena (En este caso muy esquemática), es interpretado por el subconsciente del sujeto como algo rutinario que ocurre todos los días,.. el dormir asociamos la oscuridad al sueño y el proceso de la puesta de sol al proceso de ir suspendiendo nuestras funciones vigílicas. Si el sujeto visualizase esta escena con la suficiente intensidad, aislándose del entorno y completamente concentrado en ella, inmediatamente esa acción actuaría como detonante de una reacción psicofisiologica que sin duda lo conduciría al sueño efectivo.

Capítulo VII

- **Modelo de una sesión para dejar de fumar:**

Un tratamiento completo para dejar de fumar con hipnosis, desde la primera sesión con sus pasos correspondientes para que el cliente deje de fumar desde la primera sesión.

- **Modelo de una sesión para adelgazar con hipnosis:**

Un tratamiento completo para adelgazar con hipnosis, desde la primera sesión con sus pasos correspondientes, para que el cliente empiece adelgazar desde la primera sesión.



Escuela de Hipnosis profesional

www.cursosdehipnosis.es - lesam.info@gmail.com



Asociación Profesional Española
de Naturopatía y Bioterapia
CENTRO ASOCIADO



Asociación Profesional Española
de Naturopatía y Bioterapia®

Acreditación

Concedida al

Escuela Superior de Hipnosis y Naturopatía LESAM

VALENCIA

La Asociación Profesional Española de Naturopatía y Bioterapia A.P.E.N.B. acredita que el curso ha sido auditado y acreditado conforme al referencial con el siguiente:

CÓDIGO

CAT:1623/166

otorgado al curso de:

GRADUADO EN HIPNOSIS

PRESENCIAL - SEMIPRESENCIAL - ON-LINE

Fecha de Acreditación inicial: **27 de julio de 2015**

Siempre que se mantengan las condiciones de la acreditación, este certificado es válido hasta el: **27 de julio 2020**

Para comprobar la validez de la Acreditación puede acceder a: www.apenb.org (Directorio de Cursos Acreditados)
Para cualquier aclaración sobre el presente certificado pueden ponerse en contacto con A.P.E.N.B.

Fecha: 27 de junio de 2015

Asociación Profesional Española de Naturopatía y Bioterapia (A.P.E.N.B.)
N.I.F. G-65232167
inscrita en el Registro Nacional de Asociaciones Grupo 1, Sección 1,
Número Nacional 593986
Avda. Josep Tarradellas, 38
08029 BARCELONA
Teléfono de contacto: 902 002 449
e-mail: acreditacion@apenb.org



Don Marcos Vélez Cabezeulo

www.apenb.org



Escuela de Hipnosis profesional

www.cursosdehipnosis.es - lesam.info@gmail.com



Asociación Profesional Española
de Naturopatía y Bioterapia
CENTRO ASOCIADO

INSCRIPCIÓN:

Para inscribirte, rellena el siguiente formulario: [haz click aquí](#)

Si tienes alguna, duda contacta con en el teléfono: 658 949 161.

¡Plazas limitadas!

Es necesario reservar plaza

Próximos cursos

[Haz clic aquí](#)