



Fondatore: Prof. Franco Granone

**CORSO DI FORMAZIONE IN IPNOSI CLINICA  
E COMUNICAZIONE IPNOTICA**

**Anno 2025**

**“La comunicazione ipnotica, uno strumento nel  
dialogo di emergenza.”**

Progettazione di un corso per infermieri delle Centrale Operativa e del 118  
Territoriale

**Candidato** Ferrando Monica

**Relatore** Muro Milena

**Correlatore** Vitali Marco

## Sommario

<b>“LA COMUNICAZIONE IPNOTICA, UNO STRUMENTO NEL DIALOGO DI EMERGENZA.”</b> .....	<b>1</b>
<b>PROGETTAZIONE DI UN CORSO PER INFERMIERI DELLE CENTRALE OPERATIVA E DEL 118 TERRITORIALE</b> .....	<b>1</b>
<b>RIASSUNTO - ABSTRACT</b> .....	<b>3</b>
<b>INTRODUZIONE – SCOPO DEL PROGETTO</b> .....	<b>5</b>
<b>LA COMUNICAZIONE IPNOTICA</b> .....	<b>8</b>
<b>METODOLOGIA</b> .....	<b>10</b>
A CHI È RIVOLTO E PERCHÉ? .....	10
DURATA DEL CORSO E STRUTTURA: PROGRAMMA .....	11
OBIETTIVI DEL CORSO .....	15
OBIETTIVO SECONDARIO.....	15
VALUTAZIONE.....	15
METODI FORMATIVI DA UTILIZZARE .....	16
FOLLOW UP DELLA FORMAZIONE .....	19
REFRESH DELLA FORMAZIONE.....	21
IL TIPO DI DIALOGO UTILIZZATO PER FARE LA FORMAZIONE .....	21
<b>RISULTATI</b> .....	<b>25</b>
<b>DISCUSSIONE</b> .....	<b>27</b>
<b>CONCLUSIONI</b> .....	<b>31</b>
<b>BIBLIOGRAFIA</b> .....	<b>33</b>

# RIASSUNTO - ABSTRACT

L'infermiere del Sistema di Emergenza Territoriale 118 opera in un contesto estremamente dinamico e complesso, dove la capacità di prendere decisioni rapide si affianca alla cruciale necessità di una comunicazione efficace con pazienti e familiari. Le interazioni sono rese difficili dall'elevato stress, dall'incertezza, dalla mancanza di tempo e dalle barriere comunicative.

Questo lavoro si propone di ideare un corso di formazione in **-comunicazione ipnotica-** specificamente rivolto agli infermieri che lavorano nell'ambito dell'emergenza in centrale operativa e sui mezzi di soccorso.

L'ipnosi clinica viene presentata non come una pratica da spettacolo, ma come una metodologia scientifica che sfrutta il linguaggio per indurre uno stato di attenzione focalizzata, utile a modulare la percezione del dolore e a ridurre l'ansia. La comunicazione ipnotica, a differenza dell'ipnosi clinica formale, è l'uso consapevole di elementi verbali e non verbali (come il tono di voce e la postura) per creare un rapporto di fiducia e facilitare il processo di cura.

Il corso, della durata di 16 ore suddivise in due giornate, include fondamenti teorici, applicazioni pratiche, role play e simulazioni di scenari complessi. L'obiettivo primario è fornire agli infermieri gli strumenti per migliorare la gestione del dolore e dell'ansia nei pazienti, riducendo al contempo il proprio stress lavorativo.

Un obiettivo secondario è la formazione gestita da infermieri esperti in ipnosi

clinica e in area d'emergenza, **peer educator** che possano diffondere la conoscenza di queste tecniche tra i colleghi, sfruttando la credibilità che un "pari" ha all'interno dell'ambiente lavorativo.

La metodologia didattica prevede lezioni interattive, dimostrazioni pratiche, esercitazioni a coppie e role play, per un apprendimento basato sull'esperienza. Per consolidare le competenze, sono previsti un **follow-up** a sei mesi e un **refresh** a tre anni.

Nonostante le criticità, come la scarsità di letteratura specifica in Italia e i pregiudizi sull'ipnosi, l'autrice ritiene che i benefici per professionisti e pazienti siano significativi e che il corso possa rappresentare una svolta per il settore dell'emergenza

# INTRODUZIONE – SCOPO DEL PROGETTO

Il Sistema di Emergenza Territoriale 118 è un contesto professionale caratterizzato da un'elevata complessità e dinamicità. L'infermiere che ha competenza in questo ambito, sia a bordo di un mezzo che in centrale operativa, è costantemente chiamato a prendere decisioni rapide in condizioni di stress elevato. L'efficacia di questi interventi non si misura solo in termini di competenza tecnica, ma anche, e in modo cruciale, nella capacità di gestire la **comunicazione** con pazienti e parenti.

La comunicazione in emergenza è difficile perché avviene in un contesto ad alta tensione, caratterizzato da forte stress emotivo e fisico, incertezza e rapidità d'azione. Questi fattori rendono complessa l'interazione tra personale sanitario, soccorritori, pazienti e familiari, aumentando il rischio di incomprensioni ed errori.

Il **forte stress** e le emozioni ad esso correlate (panico, ansia) che coinvolgono sia i pazienti che il personale sanitario e i soccorritori possono compromettere la lucidità e la capacità di comprensione. La **mancaza di tempo** richiede una comunicazione rapida e concisa, che può essere percepita come frettolosa. L'**asimmetria informativa** obbliga il personale a raccogliere dettagli cruciali in pochi istanti da persone impreparate. Infine, le **barriere comunicative** (linguaggio tecnico, rumore ambientale) e la **percezione del ruolo** (vulnerabilità del paziente contro l'autorità del sanitario) possono creare incomprensioni e sfiducia.

L'esperienza maturata in vent'anni di carriera, prima in Pronto Soccorso e poi nell'emergenza territoriale/centrale operativa, mi ha permesso di osservare in prima persona quanto un'interazione efficace possa prevenire complicazioni e migliorare l'esito dell'assistenza.

Nel corso degli anni, ho sempre cercato di approfondire le mie conoscenze in questo ambito, partecipando a numerosi corsi su comunicazione, gestione del paziente critico, mindfulness ed empatia. Questo percorso mi ha condotta a un momento di svolta professionale: il corso di formazione in **ipnosi clinica e comunicazione ipnotica**.

L'**ipnosi** è stata spesso associata all'ambito dello spettacolo e dell'intrattenimento, generando **pregiudizi** che la etichettano come una pratica banale e superficiale. Questa percezione ha portato anche a una diffusa idea che l'ipnosi sia uno strumento di manipolazione, usato per forzare la volontà delle persone e obbligarle a compiere azioni non desiderate.

È fondamentale, distinguere queste rappresentazioni dalla sua applicazione in un contesto clinico. L'ipnosi clinica, infatti, è una metodologia scientifica che mira a sfruttare le potenzialità della mente per superare le problematiche umane e facilitare il benessere.

L' ipnosi, ben lontana dall'immaginario collettivo, è una metodologia scientifica che sfrutta il potere del linguaggio per indurre uno stato di attenzione focalizzata. Questo stato permette di modulare la percezione del dolore e ridurre l'ansia, fattori che spesso rendono complessa la gestione di un'emergenza.

L'applicazione consapevole di un approccio comunicativo basato su queste tecniche ha profondamente trasformato il mio metodo di lavoro, rendendolo notevolmente più efficace. Ho avuto modo di sperimentare direttamente i benefici dell'utilizzo della comunicazione ipnotica, sia in ambulanza che durante i turni in centrale operativa, riscontrando una notevole differenza nel mio approccio e una risposta più positiva da parte dei pazienti e dei loro familiari.

Da qui è nata l'idea di questa tesi: sviluppare una proposta di corso di comunicazione ipnotica specificamente rivolto agli infermieri del sistema di emergenza. L'obiettivo è fornire loro uno strumento aggiuntivo per migliorare l'efficacia e l'umanizzazione dell'assistenza, permettendo di offrire ai pazienti non solo cure rapide, ma anche una relazione rassicurante e un maggiore senso di controllo sulla loro esperienza.

Questa iniziativa è supportata anche da un importante lavoro di ricerca condotto dal collega Dott.re Marco Vitali (Coordinatore della Centrale Operativa dell'Area Vasta Romagna), che nella sua tesi sperimentale sull'utilizzo della comunicazione ipnotica nella centrale operativa dove opera ha dimostrato come queste tecniche non solo migliorino la collaborazione e facilitino la raccolta delle informazioni, ma riducano anche in modo significativo il livello di stress percepito dagli operatori durante le chiamate di emergenza. Questo risultato rafforza la convinzione che l'integrazione delle competenze di

comunicazione ipnotica nella formazione degli infermieri possa rappresentare un salto di qualità nella gestione delle emergenze, elevando il livello dell'assistenza e riaffermando il ruolo centrale dell'infermiere come professionista capace di unire competenza tecnica ed empatia.

# LA COMUNICAZIONE IPNOTICA

La comunicazione ipnotica (C.I.) è una tecnica che utilizza l'applicazione consapevole del linguaggio e dei meccanismi neurolinguistici implicati in alcune funzioni della mente, per indurre nel paziente uno stato mentale naturale e diverso dagli stati di veglia e di sonno, offrendogli l'opportunità di sviluppare e incrementare le proprie capacità di autoapprendimento e autodeterminazione.

È una tecnica di comunicazione che sfrutta principi e meccanismi dell'ipnosi per instaurare una relazione terapeutica efficace, influenzare positivamente lo stato d'animo e fisico del paziente e facilitare il processo di cura.

Ha lo scopo di guidare il paziente verso uno stato di maggiore concentrazione e assorbimento, in cui le sue risorse interne (come la capacità di rilassarsi, gestire il dolore e la paura) possono essere attivate più facilmente.

Alcuni concetti chiave che la definiscono:

- **Non è ipnosi clinica formale:** Non si tratta di una seduta strutturata, ma dell'uso consapevole di **linguaggio verbale** (parole, metafore, suggerimenti positivi) e **non verbale** (tono di voce, ritmo, postura) durante la normale interazione con il paziente.
- **Obiettivo primario:** Creare un rapporto di fiducia e sicurezza, abbassando la critica per ridurre ansia, stress e paura. Può essere utilizzata per rendere più sopportabile un dolore acuto, distrarre il paziente durante procedure invasive o aiutarlo a sentirsi più calmo e collaborativo.
- **Principi di base:** Si basa sulla capacità della mente di rispondere a suggestioni e creare immagini mentali. L'operatore sanitario utilizza frasi che focalizzano l'attenzione del paziente su sensazioni positive o su un punto esterno, allontanandolo da ciò che sta generando disagio.
- **Applicabilità:** È particolarmente utile in contesti di **emergenza-urgenza**, dove il tempo è limitato e la gestione rapida di paura e panico è cruciale. Ad esempio, un infermiere che lavora in ambulanza può usare la comunicazione ipnotica per tranquillizzare una persona ferita, facilitando le operazioni di soccorso, oppure un

infermiere di centrale operativa può gestire telefonicamente una crisi di panico nell'attesa dell'arrivo dei mezzi di soccorso.

- **Effetti:** Può indurre uno stato di rilassamento, ridurre la percezione del dolore, migliorare la compliance del paziente alle cure e ridurre la necessità di farmaci analgesici o sedativi in determinati contesti.

In sintesi, la comunicazione ipnotica è un'abilità professionale che trasforma la comunicazione in uno strumento terapeutico, ottimizzando l'efficacia dell'assistenza e migliorando l'esperienza complessiva del paziente.

# METODOLOGIA

## A chi è rivolto e perché?

Questo corso di comunicazione ipnotica è stato pensato specificamente per il personale del sistema di emergenza territoriale, con un focus particolare sugli **infermieri**.

Tuttavia, il corso può essere esteso anche a tutte le altre figure professionali che operano nel settore dell'urgenza ed emergenza, sia a bordo dei mezzi di soccorso che all'interno della centrale operativa. Questo include **medici, soccorritori dipendenti e volontari**.

Per adattare il corso alle diverse figure professionali, possono essere apportate integrazioni o modifiche al programma in base alle specifiche esigenze e al livello di conoscenza di ogni partecipante.

Il corso si rivolge ad una classe di 15-20 discenti, con un rapporto discenti/docenti di 1:6 per garantire in modo corretto lo svolgimento delle esercitazioni a piccoli gruppi.

## Durata del corso e struttura: programma

**Durata:** 16 ore (suddivise in 2 giornate)

---

### **Giorno 1: Fondamenti Teorici e Primi Approcci Pratici**

#### **Mattina (4 ore): Comprendere l'Ipnosi e la Comunicazione Efficace**

- **Introduzione alla Comunicazione Ipnotica in Emergenza:**
  - Definizione di ipnosi e autoipnosi (demistificazione: non è "sonno" o "abuso di controllo della mente").
  - La comunicazione ipnotica in ambito clinico.
  - Benefici e ambiti di applicazione specifici per l'infermiere in emergenza (es. gestione del dolore acuto, ansia pre-procedurale, pazienti agitati, spaventati).
- **I Pilastri della Comunicazione Ipnotica:**
  - **Linguaggio verbale:** Scelta delle parole, utilizzo di metafore, comandi indiretti e suggestioni positive.
  - **Linguaggio para verbale:** Tono, ritmo e volume della voce come strumenti per indurre uno stato di calma.
  - **Linguaggio non verbale:** Postura, contatto visivo e uso del tocco rassicurante.
- **La Relazione Terapeutica come Base:**
  - L'importanza del "rapport" per creare empatia con il paziente
  - Sintonizzazione (matching e mirroring) per entrare in sintonia con lo stato emotivo del paziente.

#### **Pomeriggio (4 ore): Tecniche di Comunicazione Ipnotica e Gestione del Paziente**

- **Induzioni Ipnotiche Semplificate per l'Emergenza:**
  - Tecniche adatte a contesti caotici.
  - "Focus di attenzione": guidare il paziente a concentrarsi su un suono, una sensazione o un'immagine.

- Utilizzo di punti di riferimento esterni (es. il rumore dell'ambulanza, il colore di una luce) per creare una trance "naturale".
- **Gestione del Dolore e dell'Ansia:**
  - **Tecniche per il dolore:** distrazione, dissociazione, immaginazione guidata (es. "il ghiaccio", "la stanza della calma").
  - **Tecniche per l'ansia:** uso di respirazione diaframmatica guidata, la respirazione quadrata e visualizzazioni rassicuranti.
- **Esercitazioni Pratiche:**
  - Role-playing a coppie per praticare le tecniche in scenari di emergenza simulati con role play (es. paziente con una frattura, paziente con attacco di panico).

## **Giorno 2: Applicazione e Casi Clinici**

### **Mattina (4 ore): Scenari Complessi e Integrazione nel Team**

- **Gestione di Scenari Specifici:**
  - Pazienti pediatrici: l'approccio ludico e fiabesco.
  - Pazienti anziani e fragili: adattare la comunicazione ai deficit sensoriali.
  - Pazienti con barriere linguistiche: l'uso del linguaggio non verbale.
  - Pazienti agitati o non collaboranti: tecniche per de-escalation della tensione e favorire la compliance.
- **Superare gli Ostacoli:**
  - Come gestire lo scetticismo del paziente o dei colleghi.
  - Affrontare i limiti e le controindicazioni (es. pazienti con psicosi, lesioni cerebrali).
- **Lavorare in Team:**
  - La Comunicare efficace con il medico e gli altri colleghi sulle tecniche utilizzate.
  - Integrare la comunicazione ipnotica nel piano assistenziale del paziente (come migliorare l'esperienza di cura favorendo la partecipazione attiva del paziente)

### **Pomeriggio (4 ore): Simulazioni e Strumenti di Autoconsapevolezza**

- **Simulazioni Avanzate:**
  - Role play: simulazioni in team con attori (pazienti simulati) che presentano quadri clinici complessi (es. grande ustionato, paziente con trauma grave).
  - Feedback e debriefing guidato per analizzare i punti di forza e le aree di miglioramento.
- **Autogestione dello Stress per l'Infermiere:**
  - Tecniche di auto-ipnosi per il personale sanitario.
  - Strumenti per mantenere la calma e la lucidità in situazioni ad alta pressione.
- **Valutazione e Chiusura del Corso:**
  - Discussione aperta, domande e risposte.
  - Consegna del materiale didattico e delle risorse consigliate.

- Valutazione delle competenze acquisite tramite un test valutativo.

Il mix di teoria, esercitazioni e simulazioni realistiche è fondamentale per permettere agli infermieri di sentirsi sicuri nell'uso di queste tecniche in un ambiente così dinamico come quello dell'emergenza.

## Obiettivi del corso

Fornire agli infermieri gli strumenti teorici e pratici per integrare la comunicazione ipnotica nella loro pratica clinica quotidiana, al fine di migliorare la gestione del dolore, dell'ansia e dello stress nei pazienti in condizioni di emergenza, inoltre influire positivamente sul livello di stress percepito dagli operatori che molto spesso in condizioni di emergenza e urgenza sono esposti a situazioni di alta pressione.

## Obiettivo secondario

La possibilità di avvalersi di professionisti esperti di ipnosi clinica ci permetterà di creare un gruppo di peer educator per iniziare un percorso di formazione continuo e costante nell'ambito della comunicazione ipnotica in emergenza.

La **peer education**, o "educazione tra pari", è una metodologia formativa e didattica che si basa sullo scambio di conoscenze, esperienze e competenze all'interno di un gruppo di persone con caratteristiche simili (età, status sociale, interessi, ruolo professionale).

Il principio fondamentale è che la comunicazione e la trasmissione di un messaggio sono più efficaci e credibili quando provengono da un "pari", cioè da qualcuno che condivide lo stesso linguaggio, gli stessi valori e le stesse esperienze del gruppo a cui si rivolge.

Applicare la **peer education** in un corso di comunicazione ipnotica per infermieri che operano nell'emergenza potrebbe essere una scelta strategica, particolarmente efficace. Il motivo principale è che un "pari" (un collega infermiere) gode di una credibilità e di una comprensione del contesto lavorativo che un formatore esterno difficilmente potrebbe eguagliare.

## Valutazione

All'inizio del corso, sarà somministrato un **test a risposta multipla non valutativo**. Non si tratta di un esame, ma di uno strumento di programmazione didattica. Questo test ha un duplice scopo:

1. **Per il docente:** non viene effettuato per avere una panoramica del livello di conoscenza di base del gruppo e delle eventuali lacune perché l'argomento è nuovo e molte persone potrebbero non avere conoscenze in merito, ma permette di calibrare i contenuti del corso sulle reali necessità dei partecipanti. In questo modo, le lezioni possono essere adattate per essere più efficaci e mirate.
2. **Per i discenti:** Aiuta a fare emergere le aspettative e le conoscenze pregresse sull'argomento, fungendo da "attivatore" cognitivo. Non essendoci un punteggio da raggiungere, il test permette a tutti di riflettere sui propri punti di partenza in un ambiente privo di pressione.

Le risposte non verranno giudicate individualmente, ma saranno utilizzate come base per una **discussione collettiva** che aprirà la formazione.

Per concludere il corso, si propone, invece, un **test a risposta multipla valutativo** per l'accREDITAMENTO ECM (Educazione Continua in Medicina).

Per superare il corso e ottenere i crediti, i partecipanti dovranno raggiungere un punteggio minimo del **90%** e una presenza minima pari al **100%** della durata totale del corso.

Una volta completato il test, si procederà alla correzione e all'analisi collettiva delle risposte. Questo momento di revisione sarà utilizzato per fare il punto della situazione, chiarire eventuali dubbi e approfondire i concetti che risultassero ancora poco chiari. In questo modo, l'ultima parte della giornata formativa diventerà un'opportunità di confronto e apprendimento mirato, garantendo una comprensione completa degli argomenti trattati.

## Metodi formativi da utilizzare

Un corso di formazione sulla comunicazione ipnotica, specialmente se rivolto a professionisti del settore sanitario come infermieri deve bilanciare teoria e pratica per essere efficace.

L'obiettivo è fornire non solo le conoscenze, ma anche le abilità necessarie per applicare queste tecniche in contesti reali e spesso stressanti.

Ecco alcuni metodi formativi che utilizzerei per la gestione del corso:

- **Lezioni frontali interattive:** Non semplici monologhi, ma momenti di spiegazione dei concetti teorici (cos'è la comunicazione ipnotica, i suoi principi neurolinguistici, i pattern linguistici, ecc.) che includano domande, esempi pratici e discussioni per coinvolgere attivamente i partecipanti.
- **Dimostrazioni dal vivo:** L'istruttore può mostrare in tempo reale l'applicazione delle tecniche di comunicazione ipnotica, magari simulando una situazione tipica di emergenza. Questo permette ai discenti di osservare direttamente come si modula il tono di voce, il linguaggio del corpo e le parole per ottenere un determinato effetto sul "paziente".
- **Esercitazioni pratiche in piccoli gruppi o a coppie:** Questo è il cuore della formazione. I partecipanti si esercitano tra loro, a turno, nel ruolo di "operatore" e "paziente". In questo modo, possono mettere in pratica quanto appreso, ricevere feedback immediato dai colleghi e dall'istruttore e familiarizzare con le tecniche in un ambiente sicuro e controllato. Si possono simulare diversi scenari, come la gestione dell'ansia prima del posizionamento di un accesso venoso o il contenimento verbale di una persona in stato di agitazione.
- **Role-playing e simulazioni ad alta fedeltà:** L'uso di attori o di scenari realistici permette di simulare situazioni di emergenza complesse (ad esempio, un incidente stradale) in cui i partecipanti devono applicare le tecniche di comunicazione ipnotica sotto pressione. Questo aiuta a sviluppare la capacità di gestione dello stress e la fluidità nell'uso delle tecniche.
- **Analisi di video e casi studio:** La visione e l'analisi di filmati (anche reali, nel rispetto della privacy) di interazioni medico-paziente può essere un ottimo spunto di discussione. Si possono identificare i momenti in cui la comunicazione è stata efficace o inefficace e discutere come le tecniche ipnotiche avrebbero potuto migliorare la situazione.
- **Sessioni di debriefing e feedback:** Dopo ogni esercitazione o simulazione, è fondamentale dedicare del tempo al "debriefing". Si tratta di un momento in cui i partecipanti possono riflettere su ciò che hanno fatto, condividere le sensazioni provate e ricevere un feedback costruttivo dall'istruttore e dai colleghi.
- **Materiali didattici di supporto:** L'utilizzo di dispense, schemi riassuntivi, video di approfondimento possono supportare l'apprendimento anche al di fuori delle ore di lezione.

La combinazione di questi metodi assicura un percorso formativo completo, che va dalla comprensione dei principi teorici all'acquisizione di una competenza pratica e applicabile fin da subito.

Considerando che l'applicazione di questa comunicazione è molto diversa dagli standard a cui si è abituati, e che inizialmente può risultare difficile da applicare, propongo di organizzare:

**Una giornata di follow-up** da 8 ore a distanza di circa sei mesi dal corso iniziale.

Questo incontro permetterebbe ai partecipanti di:

- **Tirare le somme** sull'esperienza fatta.
- **Approfondire le criticità** emerse durante l'applicazione pratica delle tecniche.
- **Discutere casi specifici** portati dai discenti, analizzandoli insieme per trovare soluzioni mirate.

L'obiettivo è consolidare quanto appreso, trasformando i dubbi in punti di forza e garantendo che la comunicazione ipnotica diventi uno strumento efficace e integrato nella loro pratica quotidiana.

**Una giornata di refresh** da 8 ore a distanza di circa 3 anni dal corso iniziale

Questo incontro permetterebbe ai partecipanti di:

- **Rinforzare** i concetti fondamentali
- **Discutere di casi specifici** sia portati dai discenti che preparati dai docenti per sottolineare alcune criticità
- **Eventuale aggiornamento** delle tecniche
- **Rispondere** ad eventuali domande che possono insorgere

## Follow up della formazione

Per strutturare un efficace "follow-up" per un corso di formazione sulla comunicazione ipnotica, è fondamentale pensare a un evento che non sia una semplice ripetizione, ma un'occasione di consolidamento e perfezionamento delle competenze acquisite.

Ecco gli elementi chiave per un follow-up di successo:

### 1. Tempistica e Formato

- **Tempistica:** Idealmente, la sessione dovrebbe tenersi a **circa 6 mesi** dalla formazione iniziale. Questo intervallo permette ai partecipanti di applicare le tecniche sul campo, incontrare difficoltà e maturare un'esperienza pratica.
- **Formato:** Il formato più efficace è un **workshop pratico**, anziché una lezione frontale. Si tratta di un'occasione per "fare", piuttosto che per "ascoltare".

### 2. Contenuti e Struttura

La sessione di follow-up dovrebbe concentrarsi su quattro aree principali:

- **Riflessione e condivisione (Debriefing):**

Iniziare con un momento di condivisione delle esperienze. I partecipanti possono raccontare successi e difficoltà incontrate nell'applicazione delle tecniche. Questo crea un senso di comunità e permette a tutti di imparare dalle esperienze degli altri.

- **Problem-solving guidato:**

L'istruttore guida la discussione su un problema comune (es. "Come gestire il paziente che rifiuta la comunicazione ipnotica?") e facilita la ricerca di soluzioni creative basate sull'esperienza di tutti.

- **Approfondimento teorico mirato:**

Sulla base delle criticità emerse, si possono approfondire specifici concetti teorici. Ad esempio, se molti hanno avuto difficoltà con le metafore, si può dedicare un focus su come crearle in modo efficace e personalizzato.

- **Pratica avanzata e casistica:**

Questa è la parte più importante. I partecipanti portano dei casi specifici che hanno incontrato nella loro attività. Si possono fare simulazioni di gruppo per analizzare i casi, provare approcci diversi e trovare soluzioni concrete. L'istruttore può guidare i giochi di ruolo o intervenire con suggerimenti mirati.

### 3. Strumenti e Metodologie

Per rendere il follow-up dinamico e produttivo, si possono utilizzare le seguenti metodologie:

- **World Café:** Per il debriefing e il problem-solving, dividere i partecipanti in piccoli gruppi e farli ruotare su diversi tavoli, ognuno con un argomento specifico.
- **Analisi di casi pratici:** Chiedere in anticipo ai partecipanti di preparare un caso (anonimizzato) da presentare.
- **Esercitazioni a coppie/gruppi:** Ri-eseguire le esercitazioni del corso base, ma con un livello di complessità maggiore.
- **Q&A con l'esperto:** Un momento dedicato in cui l'istruttore risponde a domande specifiche e offre consulenza personalizzata.

In sintesi, il follow-up deve essere un **percorso di apprendimento attivo**, basato sulle esperienze reali dei discenti, con l'obiettivo di perfezionare le loro competenze e superare le difficoltà, rendendo la comunicazione ipnotica uno strumento sempre più solido e integrato nella loro professione

### Refresh della formazione

A cadenza triennale si prevede un'attività di Refresh della durata di 8 ore nella quale è prevista una ripresa dei concetti principali, eventuali aggiornamenti delle tecniche ed un ampio spazio dedicato all'esperienze maturate dai discenti e dagli eventuali dubbi emersi.

### Il tipo di dialogo utilizzato per fare la formazione

Il tipo di dialogo utilizzato in un corso di formazione sulla comunicazione ipnotica è cruciale, perché non deve limitarsi a spiegare i concetti, ma deve anche **modellarli**. L'istruttore stesso deve incarnare i principi che sta insegnando, dimostrando in pratica come la comunicazione può essere usata in modo efficace e rispettoso.

Il dialogo in un corso di questo tipo può essere suddiviso in diverse tipologie, ognuna con un obiettivo specifico:

## 1. Dialogo di Modeling e Suggestione Indiretta

L'istruttore utilizza le stesse tecniche che insegna. Invece di dare ordini diretti ("Devi usare un tono di voce calmo"), si usano frasi che creano uno spazio di possibilità e incoraggiano l'apprendimento inconscio.

- **Esempi:**

- "Mentre riflettiamo su questo concetto, è possibile che vi accorgiate di come il vostro corpo si rilassi leggermente."
- "Potreste notare che, nel ripassare le slide, un'idea vi si chiarisce spontaneamente."
- "Alcuni di voi potrebbero scoprire che una pausa più lunga prima di una frase può generare un senso di maggiore attenzione."

## 2. Dialogo Esplorativo e Socratico

Questo tipo di dialogo serve a guidare i discenti verso la scoperta autonoma. Invece di fornire tutte le risposte, l'istruttore pone domande aperte che stimolano l'osservazione e l'analisi critica delle proprie esperienze.

- **Esempi:**

- "Cosa avete notato quando avete usato quel tipo di linguaggio con il vostro collega?"
- "Qual è stata la vostra sensazione quando il 'paziente' ha risposto in quel modo?"
- "In che modo un cambio nel vostro ritmo ha influenzato la dinamica della conversazione?"

## 3. Dialogo di Feedback Empatico e Costruttivo

Il feedback non deve essere giudicante, ma deve usare un linguaggio che valorizzi l'impegno e suggerisca alternative in modo gentile. L'obiettivo è rafforzare la fiducia e incoraggiare la crescita, piuttosto che creare ansia da prestazione.

- **Esempi:**

- "Ho notato che hai gestito molto bene la sua ansia iniziale. Una possibilità da esplorare, per la prossima volta, potrebbe essere quella di rallentare leggermente il ritmo delle domande."
- "È stato interessante vedere come hai provato ad usare quella metafora. Per renderla ancora più efficace, potresti pensare a un'immagine che risuoni ancora di più con la sua esperienza."

## 4. Dialogo di Empowering e Validazione

L'istruttore ha il compito di rafforzare le competenze innate dei discenti, collegando le nuove tecniche alle loro abilità già esistenti. Questo aiuta a superare la resistenza iniziale, facendo percepire la comunicazione ipnotica non come qualcosa di completamente nuovo, ma come un affinamento di ciò che già sanno fare.

- **Esempi:**

- "In quanto infermieri, avete già una profonda capacità di ascolto. Questa tecnica vi dà un modo per strutturare e amplificare questa vostra risorsa."
- "La vostra esperienza quotidiana vi ha già insegnato molto sulle dinamiche relazionali. Questo corso vi offre uno strumento aggiuntivo per agire su quelle dinamiche in modo ancora più consapevole."

In sintesi, il dialogo in un corso di questo tipo è un mix di **modeling, esplorazione e feedback costruttivo**. L'istruttore non si limita a parlare *della* comunicazione ipnotica, ma la utilizza costantemente, creando un ambiente di apprendimento che è esso stesso un'esperienza pratica e immersiva

# Risultati

Sono fermamente convinta che un corso sulla comunicazione ipnotica sia di enorme utilità per i professionisti che lavorano nel sistema emergenza-urgenza.

Sebbene all'inizio l'interesse possa essere limitato a coloro che sono già curiosi o motivati, credo che, con il tempo, i **risultati concreti sul campo** e il passaparola dimostreranno il valore di questa formazione, rendendola un elemento essenziale del percorso professionale in questo settore.

Si tratta di un obiettivo ambizioso, ma la mia esperienza diretta mi ha mostrato come questa tecnica possa fare la differenza:

- Ha trasformato il mio modo di comunicare e di rapportarmi ai pazienti, aumentato la mia sicurezza grazie a uno strumento in più per gestire i momenti critici.
- Mi ha permesso di affrontare situazioni complesse e ottenere i migliori risultati possibili per il paziente.

Ho visto i benefici anche attraverso il comportamento dei miei colleghi:

- **Sul campo:** Alcuni medici con cui collaboro mi lasciano intenzionalmente lo spazio per comunicare con il paziente, riconoscendo che questo crea le condizioni ideali per svolgere al meglio il servizio.
- **In centrale operativa:** Ho notato che colleghi, anche scettici, si fermano ad ascoltare le mie telefonate, affascinati dai risultati. Spesso mi dicono: "Meno male che hai risposto tu!" o "Quanta pazienza che hai!".
- **Con il team:** Ho visto soccorritori volontari, dopo avermi osservato usare queste tecniche, applicarle a loro volta con successo in situazioni difficili che altrimenti non avrebbero saputo gestire.

Questi esempi mi confermano che un corso ben strutturato sulla comunicazione ipnotica può fare davvero la differenza, migliorando non solo l'operato dei professionisti, ma soprattutto la **qualità del servizio e l'esperienza del paziente**.

Sulla base di questi motivi e della scarsa letteratura disponibile, come evidenziato dalla tesi del collega Dott.re Marco Vitali, sono convinta che una formazione di questo tipo possa **migliorare il benessere dei professionisti e ridurre il burn-out** in un ambiente di lavoro così stressante.

Risultato secondario

La creazione di un gruppo di peer educator non solo rende l'apprendimento più efficace, ma potrebbe trasformare gli infermieri in agenti di cambiamento, capaci di diffondere la cultura di una comunicazione ipnotica, più consapevole ed efficace all'interno del proprio ambiente lavorativo.

# Discussione

Nel corso della mia formazione in Ipnosi Clinica e Comunicazione Ipnotica, ho avuto modo di confrontarmi con numerosi colleghi che, incuriositi dall'argomento, mi hanno chiesto delucidazioni sulla tecnica. Una volta definito il tema della tesi, ho deciso di sondare le loro aspettative in merito a un potenziale corso.

Ho notato un interesse eterogeneo: alcuni colleghi conoscevano già l'argomento, avendo partecipato a corsi introduttivi organizzati dalla nostra azienda (Città della Salute e della Scienza di Torino). Altri, invece, erano completamente a digiuno e non avevano idea di cosa aspettarsi da una formazione di questo tipo.

Le aspettative di un collega che partecipa a un corso di comunicazione ipnotica possono essere diverse, per le motivazioni spiegate precedentemente, ma spesso si concentrano su un miglioramento sia professionale che personale.

Possono essere riassunte in tre macro-aree:

## 1. Miglioramento della Pratica Clinica

- **Gestione del dolore e dell'ansia:** L'infermiere si aspetta di apprendere tecniche concrete per alleviare il dolore acuto e ridurre l'ansia dei pazienti, soprattutto in situazioni di emergenza dove l'uso di farmaci può essere limitato o meno efficace.
- **Aumento della collaborazione del paziente:** Un'aspettativa comune è quella di imparare a creare un rapporto di fiducia rapido (**rapport**), che faciliti la collaborazione del paziente durante procedure invasive o situazioni stressanti. Ciò si traduce in un lavoro più agevole per l'infermiere e in un'esperienza meno traumatica per il paziente.
- **De-escalation verbale:** Molti infermieri cercano strategie per gestire pazienti agitati o in preda al panico, con l'obiettivo di de-escalare verbalmente la tensione e ripristinare un clima di calma senza ricorrere a mezzi coercitivi.

## 2. Sviluppo di Competenze Personali e Interpersonali

- **Maggiore sicurezza e autocontrollo:** L'infermiere si aspetta di acquisire uno strumento che lo faccia sentire più sicuro e competente nelle situazioni difficili, sapendo di poter fare affidamento su un'abilità comunicativa in grado di fare la differenza.
- **Gestione dello stress personale:** Un'aspettativa implicita è imparare a mantenere la calma e la lucidità anche in contesti ad alta pressione, evitando che lo stress del paziente o della situazione si ripercuota sul proprio stato emotivo.
- **Rafforzamento dell'empatia:** Il corso viene visto come un'opportunità per affinare la propria sensibilità e la capacità di sintonizzarsi sui bisogni emotivi del paziente, migliorando la qualità dell'assistenza offerta.

### 3. Riconoscimento Professionale

- **Innovazione e specializzazione:** L'infermiere può vedere il corso come un modo per specializzarsi e distinguersi, acquisendo una competenza non ancora diffusa ma di grande valore.
- **Rafforzamento del ruolo infermieristico:** Partecipare a un corso di questo tipo può rafforzare la percezione del proprio ruolo, non solo come esecutore di procedure tecniche, ma come professionista in grado di offrire un'assistenza olistica che tiene conto della sfera psicologica del paziente.
- **Validazione della propria esperienza:** L'infermiere che si avvicina al corso spesso ha già intuizioni e capacità comunicative innate. L'attesa è che il corso le validi e le strutturi in una metodologia scientifica, fornendo un quadro teorico a ciò che già fa in modo istintivo.

Dopo aver analizzato i numerosi aspetti positivi e i benefici che un corso di questo tipo può offrire, è doveroso esaminarne anche le criticità che potrebbero ostacolarne la realizzazione e l'efficacia.

#### **Mancanza di evidenze scientifiche specifiche**

Nonostante la comunicazione ipnotica sia supportata da studi in diversi ambiti clinici, mancano ancora **evidenze scientifiche specifiche e letteratura di riferimento** mirate all'applicazione nel contesto dell'emergenza-urgenza in Italia. La rarità di ricerche in questo settore rende difficile quantificare con precisione i benefici e dimostrarne l'efficacia in modo rigoroso, un aspetto che può ostacolare l'approvazione del progetto da parte delle istituzioni sanitarie.

#### **Scetticismo e pregiudizi**

Un ostacolo significativo è rappresentato dallo **scetticismo** e dai **pregiudizi** che ancora circondano il concetto di ipnosi. Molti professionisti e non, associano l'ipnosi a pratiche da spettacolo, ignorandone l'applicazione clinica e terapeutica. Superare queste resistenze culturali richiede un'introduzione al corso molto attenta e demistificante, che si concentri sulla dimensione scientifica e sulla comprovata efficacia della tecnica.

#### **Limiti individuali dei professionisti**

Non tutti i professionisti potrebbero essere naturalmente predisposti a questo tipo di comunicazione. La capacità di applicare efficacemente le tecniche ipnotiche dipende da **caratteristiche personali** come l'empatia, la flessibilità, la pazienza e l'autocontrollo, doti che possono essere sviluppate ma che in alcuni casi potrebbero rappresentare un limite intrinseco per l'operatore. Il successo del corso dipenderà in gran parte dalla volontà dei discenti di mettersi in gioco e superare i propri schemi comunicativi abituali.

### **Difficoltà a reperire docenti qualificati**

L'ultima criticità, ma non meno importante, è la **difficoltà a reperire personale formato e disponibile a fare docenza**. La comunicazione ipnotica in ambito clinico richiede formatori con una duplice esperienza: profonda conoscenza della materia e competenza diretta nel settore sanitario. La carenza di figure professionali con questo profilo specifico rende la strutturazione e la sostenibilità del corso una sfida notevole.

# Conclusioni

Da un'analisi della letteratura sui percorsi formativi in Italia e all'estero, emerge che l'**ipnosi clinica** è ampiamente riconosciuta dalle principali organizzazioni professionali in diversi ambiti clinici e psicoterapeutici. Tuttavia, in Italia, a differenza di Paesi come la Gran Bretagna, la Svizzera, la Francia, il Belgio e Stati Uniti (per nominarne alcuni) dove l'ipnosi è parte integrante dei percorsi di studio, questa disciplina è ancora percepita come marginale e non è inclusa nei percorsi universitari dedicati agli infermieri.

La mancanza di un'adeguata formazione in questo campo e le risorse limitate del nostro sistema sanitario rendono difficile per gli operatori prestare la dovuta attenzione alla sfera emotiva e culturale del paziente. In un contesto caratterizzato da ritmi di lavoro frenetici e carenza di personale, la qualità dell'assistenza rischia di risentirne, limitandosi spesso agli aspetti puramente tecnici.

In questo contesto, l'obiettivo della mia tesi acquisisce un'importanza ancora maggiore: proporre un corso di formazione in **comunicazione ipnotica** specificamente pensato per gli infermieri del sistema di emergenza territoriale (118) e della centrale operativa.

Questo corso si propone di fornire un ulteriore strumento, nuovo e diverso, proprio come “aggiungere un nuovo attrezzo alla propria cassetta degli attrezzi” ai professionisti che ogni giorno affrontano situazioni complesse e stressanti sia a livello tecnico che emotivo.

L'integrazione di queste competenze porterebbe a un duplice risultato a lungo termine:

**Miglioramento dell'assistenza:** Affiancare l'eccellente competenza tecnica dei colleghi con una comunicazione efficace, per rispondere ai bisogni di un paziente vulnerabile, spaventato e sulla difensiva.

**Riduzione dello stress:** Offrire agli operatori sanitari un metodo per gestire meglio le interazioni difficili, con la conseguente riduzione dello stress e del rischio di burnout, con tutti i benefici che ne derivano per il benessere del personale

Confrontando le criticità analizzate con i benefici esposti in questa tesi, sono ancora più convinta che la formazione in comunicazione ipnotica possa rappresentare una **vera**

**svolta** per il sistema di emergenza/urgenza territoriale. Nonostante le sfide, come la scarsità di studi specifici e lo scetticismo, i potenziali vantaggi per i professionisti e, soprattutto, per i pazienti sono troppo significativi per essere ignorati.

Pertanto, mi impegnerò con determinazione a portare avanti questo progetto, con l'obiettivo di trasformare un'idea ambiziosa in una realtà formativa concreta.

# Bibliografia

- Vitali, Marco. Tesi “Parole che salvano” Anno 2024 CIICS Istituto Franco Granone
- Granone F. (1987) Ipnosi Clinica e Sperimentale . Torino: UTET
- Erickson, M. H. Rossi, E. L. (1985). Ipnosi e psicoterapia: la terapia ericksoniana. Astrolabio Ubaldini.
- Maria Tereza Pere Tesi “Comunicazione ipnotica: percorsi formativi per gli infermieri” Anno 2017 CIICS Istituto Franco Granone

## **Comunicazione Efficace e Gestione dell'Emergenza**

- Borgoni, L., & Calini, G. (2017). La comunicazione in emergenza: tecniche e strategie. Maggioli Editore.
- Pellai, A. (2012). Il metodo del colloquio in emergenza. Centro Scientifico Editore.
- Farinella, M., & Rosignoli, V. (2019). La comunicazione efficace in ambito infermieristico. Edises. Metodologie Formative
- Knowles, Malcolm S. (1980). The Modern Practice of Adult Education: From

## **Didattica, Metodologia Formativa e Peer Education**

- Sclavi, M. (2003). Arte di ascoltare e mondi possibili. Bruno Mondadori.
- Spigarelli, A. (2016). La peer education in sanità. Edizioni Universitarie.
- Pellegrini, V., & Riva, G. (2018). Psicologia della formazione e delle risorse umane. McGraw-Hill.