

Indice

Prefazione	VII
Introduzione	IX
1. Il colloquio anamnestico	1
1.1. Storia dietologica.....	1
1.2. Tempi e modalità di sviluppo dell'obesità	3
1.3. Le problematiche psicologiche	4
1.4. Infanzia e adolescenza.....	7
2. Problematiche	11
2.1. Esserci ed esibirsi.....	11
2.2. All'origine dell'obesità	14
2.3. L'esperienza alimentare	15
2.4. Situazioni esistenziali e aumento di peso	17
2.5. Il dimagrimento: difficoltà e ostacoli	20
2.6. Perfezionismo	23
3. La terapia	25
3.1. La motivazione	26
3.2. Gli obiettivi terapeutici.....	28
3.3. La terapia cognitivo-comportamentale.....	30
4. Ipnositerapia	37
4.1. Indicazioni	37
4.2. Suggestioni ipnotiche	38
4.3. Ipnoanalisi, rivivificazione d'età, visualizzazione.....	41
4.4. Modalità della terapia	42
5. Tecniche ipnotiche	45
5.1. Tecniche sintomatiche-comportamentali	46
5.2. Tecniche di rinforzo e ristrutturazione dell'io.....	46
5.3. Tecniche ipnoanalitiche, regressive, esplorative, ideomotorie, dissociative, metaforiche	46

Tecniche ipnoanalitiche	46
Ipnoanalisi	46
Scrittura automatica	47
Catarsi	47
Tecniche regressive	47
Tecniche esplorative	48
Il ponte affettivo	48
La proiezione teatrale	48
La desensibilizzazione implosiva	48
Tecniche ideomotorie	49
Risposta ideomotoria	49
Tecniche dissociative	50
Stato dell'io	50
Tecniche metaforiche	51
Metafora e similitudine	51
6. Suggestioni ipnotiche. Indicazioni e finalità	53
6.1. Suggestioni visualizzanti immaginative	53
6.2. Suggestioni sostitutive del pasto	53
6.3. Suggestioni specifiche funzionali	54
6.4. Suggestioni condizionanti	54
6.5. Suggestioni ristrutturanti	54
6.6. Autoipnosi	54
7. Casi clinici	57
7.1. Primo caso clinico	57
7.2. Secondo caso clinico	95
7.3. Terzo caso clinico	132
Prima parte	132
Seconda parte	193
Terza parte	215
7.4. Quarto caso clinico	236
7.5. Quinto caso clinico	260
7.6. Sesto caso clinico	273
7.7. Settimo caso clinico	284
Conclusioni	305
1. Obiettivi per il terapeuta	305
2. Obiettivi per il paziente	306
3. Cause del fallimento della terapia	308
4. Un decalogo da offrire all'obeso	309

Appendice	311
1. Terminologia ipnotica	311
2. Fenomenologia ipnotica.....	312
Sintomatologia psichica	312
Sintomatologia somatica	316
Istinti, carattere, sentimenti, volontà	317
Bibliografia	321
Lecture consigliate	323

Prefazione

Il libro, complemento del precedente “Ipnosi e fumo” sulle potenzialità dell’ipnosi nella disassuefazione tabagica, si propone di evidenziarne possibilità e limiti nella terapia dell’obesità. Vuole anche dare una conoscenza approfondita dell’argomento offrendo risorse per affrontare una patologia così complessa dai risultati terapeutici deludenti. La descrizione dettagliata di casi clinici significativi e didatticamente importanti sottolinea la variabilità delle problematiche incontrate, la difficoltà delle soluzioni, la necessità di un impegno terapeutico costante, l’importanza dell’intervento ipnotico, elementi tutti da tener presente per rendere efficace il trattamento.

Il libro vuole anche esprimere il ringraziamento all’ipnosi che ha stimolato la mia crescita professionale offrendomi modalità nuove e originali nell’affrontare i problemi. Un ringraziamento ancora ai pazienti che mi hanno accompagnato negli anni e mi hanno spinto a pormi continui interrogativi, a scoprire strategie efficaci per superare limiti apparentemente insuperabili, ad avventurarmi alfine in territori inesplorati per trasformare i problemi in soluzioni. Le loro esigenze hanno permesso di scoprire in me stesso, far vivere e crescere possibilità e capacità inaspettate. Un ultimo ringraziamento a mia moglie che ha preso l’impegno di rivedere il testo per ottimizzarlo, oltre che nella stesura linguistica, in chiarezza e comprensibilità.