



anales DE psicología

Anales de Psicología
Universidad de Murcia
analesps@um.es
ISSN: 1695-2294
ESPAÑA

1999

Adolfo J. Cangas Díaz

ANÁLISIS Y MODIFICACIÓN DE LA SUSCEPTIBILIDAD HIPNÓTICA.

Anales de Psicología, año/vol. 15, número 001

Universidad de Murcia

Murcia, España

pp. 89-97

Análisis y modificación de la susceptibilidad hipnótica

Adolfo J. Cangas Díaz

Universidad de Almería

Resumen: El objetivo del presente trabajo se centra en analizar las diferentes variables que pueden incidir en la modificación de la susceptibilidad hipnótica. Para ello, se describen los principales programas estandarizados que se han desarrollado, haciendo particular hincapié en el último, el *Carleton Skills Training Package* (CSTP) (Gorassini y Spanos, 1986). Se analiza cuáles pueden ser los elementos novedosos de este programa y las principales controversias que se han generado a raíz del mismo. De igual modo, a la luz de los resultados expuestos, se analiza las repercusiones que pueden tener estos datos para el esclarecimiento de la hipnosis.

Palabras clave: Hipnosis, Susceptibilidad Hipnótica, Modificación de la Susceptibilidad Hipnótica

Title: Analysis and modification of hypnotic susceptibility

Abstract: The main objective of this work is to analyze the different variables that can affect hypnotic susceptibility modification. For this, the main standardized programs developed are described, with particular emphasis on the latest, the *Carleton Skills Training Package* (CSTP) (Gorassini y Spanos, 1986). This program is analyzed to see which are novel elements and the main controversies that have arisen from it. Likewise, in light of results, the repercussion that these data could have on the clarification of hypnosis are also analyzed.

Key words: Hypnosis, Hypnotic Susceptibility, Hypnotic Susceptibility Modification

Introducción

Un hecho fácilmente constatable en la práctica hipnótica es el diferente modo como los sujetos responden a las sugerencias. Algunas personas *entran* fácilmente en esta situación y realizan todos los comportamientos que el terapeuta les pide, mientras que otras no experimentan ni ejecutan las peticiones que el hipnotizador les sugiere. Este diferente modo de responder a las sugerencias es lo que tradicionalmente se ha denominado susceptibilidad hipnótica o sugestionabilidad (Bertrand, 1989).

Para medir este componente se han diseñado diferentes escalas estandarizadas, que se popularizaron sobre todo a partir de los años 60, contribuyendo notablemente a un mayor control experimental en los estudios de la hipnosis y a la posible replicación de las investigaciones ateniéndose a esta característica (Shor y Orne, 1962; Spanos *et al.*, 1983; Weitzenhoffer y Hilgard, 1959, 1962). Desde el inicio del desarrollo de estas pruebas, llamó la atención la estabilidad que

mostraban los sujetos en la puntuación a las mismas. Se observaba fácilmente que la mayoría de los sujetos obtenían una puntuación similar utilizando diferentes escalas de evaluación de la susceptibilidad hipnótica y, si se medía las respuestas del sujeto varias veces en el tiempo, incluso en períodos de varios años, apenas existían fluctuaciones (Hilgard, 1967).

Este dato sería uno más de los que conformaría la polémica clásica entablada en la hipnosis entre los que se denominan 'teóricos del estado' vs. 'teóricos del no estado' o también entre los crédulos y escépticos del trance hipnótico (Sutcliffe, 1960). Para los primeros, los teóricos del estado, la hipnosis supondría una especie de *trance* o *estado alterado de conciencia* al que los sujetos accederían por un procedimiento especial, como es la *inducción hipnótica*. Desde esta perspectiva, no todas las personas podrían experimentar las sugerencias, sino únicamente las muy sugestionables, que serían las que dispondrían de la "aptitud" requerida. Además consideran que esta característica no se puede aprender o modificar sustancialmente. La posible influencia de variables sociales o conductuales sólo produciría cambios pequeños y así, por ejemplo, no podríamos conseguir que un sujeto no susceptible a las sugerencias acabase comportándose como uno alto en sugestionabilidad

* Dirección para correspondencia: Adolfo J. Cangas Díaz. Depto. Psicología Clínica. Universidad de Almería. 04120 Almería (España).
E-mail: ajcangas@filabres.ualm.es

(Bowers & Davidson, 1991; Hilgard, 1989; Kihlstrom, 1985; Perry, 1977).

En la otra vertiente, los teóricos del no estado, entienden que el comportamiento hipnótico depende exclusivamente de variables cognitivas y/o contextuales manejadas en la situación hipnótica. En este sentido manifiestan que con un procedimiento adecuado sí se podría modificar la susceptibilidad hipnótica (Barber, 1969; Sarbin & Coe, 1972; Spanos, 1986).

Por tanto, la posibilidad o no de modificar este comportamiento constituyó una piedra angular dentro de la controversia clásica en las teorías de la hipnosis. Ahora bien, al margen de la repercusión en esta confrontación, el análisis de la modificación de la susceptibilidad hipnótica también nos puede ayudar a entender qué variables están precisamente implicadas en la hipnosis. Es decir si podemos conseguir que un sujeto, en principio no sensible a las sugerencias, acabe comportándose como alto en sugestionabilidad, probablemente, estaremos identificando elementos fundamentales en la determinación de este comportamiento.

Programas de modificación de la susceptibilidad hipnótica

Los primeros intentos que se realizaron para modificar la susceptibilidad hipnótica tuvieron relativamente poco éxito. Estos datos parecían confirmar la hipótesis, anteriormente comentada, propuesta por los 'teóricos del estado'. Así, se ensayaron diferentes procedimientos para intentar alterar la 'habilidad disociativa' de los sujetos a través de métodos como la 'deprivación sensorial' (Sanders y Reyher, 1969), entrenamiento en 'desarrollo personal' (Tart, 1970), drogas psicodélicas (Sjoberg y Hollister, 1965), entrenamiento en biofeedback EEG (London, Hart y Leibovitz, 1968), repitiendo los procedimientos de hipnosis (As, Hilgard y Weitzenhoffer, 1963; Cooper *et al.*, 1967) o mediante relajación muscular (Leva, 1974); no produciéndose incrementos importantes de la susceptibilidad hipnótica en sujetos poco sugestionables (Bowers, 1976; Perry, 1977).

No sería hasta el trabajo realizado por Pascal y Salzberg (1959), desarrollado posteriormente por Sachs y Anderson (1967), cuando empezaron a surgir datos positivos sobre la posibilidad de este cambio. En concreto, estos autores realizaron un entrenamiento que constaba de cuatro elementos:

- 1) Proveer a los sujetos información precisa sobre las sensaciones que se producen en las sugerencias indicándoles que, con el entrenamiento, se puede conseguir la experiencia de 'involuntariedad'. Para ello, se realizaban una serie de 'ejercicios físicos'. Por ejemplo, para ayudar a experimentar la sensación de 'pesadez' se colocaba unos libros sobre la mano del sujeto o, en ítems más abstractos como la 'amnesia', se realizaba una descripción más extensa de la sensación que se quería conseguir. A lo largo de todo el entrenamiento, se pedía al sujeto que centrara su atención exclusivamente en las sensaciones entrenadas y que las describiera para poder ayudarle a experimentarlas de un modo más adecuado.
- 2) Mejoras a partir del nivel inicial que mostraba el sujeto en cada sugestión. Si el sujeto tardaba, por ejemplo, un segundo en levantar la mano en la sugestión de 'pesadez', éste era el nivel inicial del que se partía. A partir de aquí se pedía que notara cualquier *mínima diferencia* que consiguiera en relación al objetivo de la sugestión proporcionándole, como ayuda, imágenes adicionales de pesadez.
- 3) Situación 'conflictiva' (*double bend*). Este paso se realizaba a la vez que el anterior. Consiste en pedir al sujeto que haga una señal cuando note que ocurre un cambio mínimo en la sensación de la sugestión. Una vez que lo realiza, se le pide que ejecute la respuesta objetiva correspondiente y se mide. Por ejemplo, después de indicar que nota un incremento en la sensación de pesadez del brazo, se le pide que intente levantarlo y se mide el tiempo que tarda en hacerlo. Así, se crea en el sujeto la necesidad de validar esta respuesta 'objetiva' (dificulada de elevar el brazo) con la respuesta 'subjetiva' de pesadez que mencionó.
- 4) Refuerzo verbal. Se refuerza verbalmente cualquier mínimo cambio o progreso que el

sujeto realice en la consecución de estos objetivos. Sin embargo, a medida que avanza el entrenamiento, el terapeuta va disminuyendo la tasa de reforzamiento social que da, sustituyéndolo por el reforzamiento *intrínseco* que supone la realización exitosa de los ejercicios.

Con este entrenamiento se obtuvo un incremento medio en la susceptibilidad hipnótica de 4 puntos en la SHSS:C, pasando los sujetos de una puntuación inicial pretratamiento de 5,4 puntos a 9,4 en la evaluación postratamiento. Estudios posteriores incorporarán un periodo de seguimiento de un mes manteniéndose los resultados en ese tiempo (Kinney y Sachs, 1974) e incluirán un grupo control (en concreto, un procedimiento de relajación) observándose que el incremento con el entrenamiento descrito es significativamente superior al obtenido con la relajación (Springer, Sachs y Morrow, 1977).

Igualmente, poco tiempo después, se desarrollaría otro programa de modificación de la susceptibilidad hipnótica (Diamond, 1972), que manejará principalmente la información que mediante un modelo se les proporciona a los sujetos. Esta información es de dos tipos:

- a) Información *desinhibitoria*. Se pretende eliminar las ideas erróneas que los sujetos tengan sobre la hipnosis. Por ejemplo, el modelo explica que no hay que preocuparse por la "pérdida de control" o que se vaya a realizar algo que en realidad no se quiera. También se señala que la hipnosis no es algo "místico ni es un sueño" sino que se puede experimentar habitualmente (por ejemplo, "cuando se está absorto en la trama de una película"). El entrenamiento contribuiría a que sea más fácil discriminar "cuándo se está o no hipnotizado".
- b) Información *facilitadora*. En esta parte, se proporciona información general a los sujetos sobre la forma como muchas personas sugestionables describen la hipnosis. Así se señala, de forma metafórica, que hay una división de la *mente* en dos partes, una *realista*, "capaz de ser analítica y crítica" y otra *imaginativa*, "soñadora o capaz de elevarnos de la realidad". Asimismo, el modelo indica "para mí, la hipnosis ocurre cuando conscientemente

decido separar la parte real de mi mente por un cierto periodo de tiempo... y dejar que entre la imaginación". Por otro lado, se proporciona también información específica sobre métodos concretos para experimentar más intensamente las sugerencias. Así, se pone el énfasis en concentrarse y "suspenderse de la realidad" dejando que aflore la imaginación.

Los resultados de este programa también mostraron ser elevados (Diamond, 1972). Asimismo, estudios parciales que analizaron por separado elementos como el efecto de la información general sobre la hipnosis (Havens, 1977; Reilly, Parisher, Carona y Dobrovolsky, 1980), el uso del modelado (Botto, Fisher y Soucy, 1977; DeVoge y Sachs, 1973) o el efecto del reforzamiento sobre el comportamiento del modelo (Havens, 1977) resaltaron la importancia de estas variables.

Sin embargo, a pesar de estos éxitos iniciales, no sería hasta la década de los años ochenta cuando realmente se popularizaría otro programa, que tiene gran vigencia en la actualidad, como es el *Carleton Skill Training Package* (CSTP). Este programa, que se definirá de naturaleza *sociocognitiva*, utilizará tres elementos principales:

- 1) Información: Se proporciona a los sujetos información positiva sobre lo que es la hipnosis y se eliminan ciertos errores comunes que habitualmente se asocian a la misma.
- 2) Se enfatiza la importancia de utilizar la imaginación para experimentar los efectos de la sugestión.
- 3) Se dan instrucciones específicas al sujeto sobre cómo debe comportarse en cada sugestión y se indica que no debe esperar simplemente a que el efecto de las mismas ocurra (*happen*) sino que tiene que implicarse activamente (*enact*). Este aspecto se enfatiza también mediante la presentación de un vídeo donde aparece un modelo, que manifestará haber pasado previamente por el programa, y que realizará las distintas sugerencias que componen el CSTP. El modelo, a la vez que las efectúa, expresa en voz alta lo que en cada momento está pensando y sintiendo. También, después de cada sugestión, mantiene una entrevista con el experimentador

donde manifestará cómo se encontró y recalcará los puntos fundamentales del CSTP.

Después de la presentación de estos tres elementos es cuando se expone a los sujetos a las cuatro sugerencias entrenadas y a otras cuatro nuevas para medir su generalización. En total, la duración de este programa es de unos 75 minutos. Los resultados encontrados con este entrenamiento resultarán particularmente llamativos, obteniéndose por término medio que entre la mitad y dos tercios de los sujetos pasan de ser poco sugestionables a comportarse como altos en sugestionabilidad (Gorassini y Spanos, 1986; Spanos, Robertson, Menary y Brett, 1986; Spanos, Robertson, Menary, Brett y Smith, 1987; Spanos, Cross, Menary, Brett y de Groh, 1987; Spanos, de Groh y de Groot, 1987; Spanos, Lush y Gwynn, 1989; Spanos, Burgess y Wallace-Capretta, 1996).

Sin embargo, otros estudios encontrarán que la eficacia que manifiestan los autores de la Universidad de Carleton con este programa no es tan elevada y, además, el cambio únicamente se daría en las respuestas *objetivas* a las sugerencias pero no en las *subjetivas* (Bates, 1992; Bates y Brigham, 1990; Bates *et al.*, 1988). Este hecho supone, para estos autores, que puede haber algún factor 'inespecífico', o no determinado en el laboratorio original, que explique los resultados del mismo. Por ejemplo, una posibilidad sería el *rapport* que se establece con los sujetos (Bates *et al.* 1988), el cual no se valora explícitamente en el entrenamiento. También, manifiestan, lo que se fomentaría con este entrenamiento son simplemente respuestas de 'sumisión' (Bates, 1992). Es decir, ya que los individuos conocen el objetivo del CSTP (incrementar las respuestas a las sugerencias) lo que harían los sujetos es simplemente modificar las respuestas 'visibles' de las sugerencias, pero no las 'subjetivas', lo que indicaría que simplemente hacen lo que se les pide por las demandas de la situación hipnótica, pero en realidad no las experimentarían.

Los mismos autores, al descomponer el CSTP en los elementos principales del programa encuentran que realmente el único elemento que es efectivo son las instrucciones, no así la información general sobre la hipnosis o el efecto del modelado; o sea, precisamente el componente

que más incidiría en esta respuesta de sumisión (Bates y Brigham, 1990).

Estas discrepancias han provocado que se hayan realizado varias repeticiones del CSTP encontrándose, no obstante, un mayor apoyo empírico a los resultados propuestos por la Universidad de Carleton, en el sentido de que se ha logrado modificar tanto las respuestas objetivas como subjetivas de las sugerencias de un modo significativo (Fellows y Ragg, 1992; Robertson, McInnis y St Jean, 1992; West y Fellows, 1996). Asimismo, en una replicación del estudio de Bates y Brigham (1990) sobre la eficacia de los elementos que componen el CSTP, no se han encontrado los mismos resultados. Aquí se observa que las instrucciones son un elemento clave en el éxito del programa, pero no se encuentra que ésta sea la única variable responsable en el éxito del mismo, sino que se requiere también la introducción de los otros dos elementos, la información general sobre la hipnosis y el modelado (Cangas y Pérez, 1997a).

También se plantea, como otra posible alternativa, el efecto mediador que pueden tener las expectativas de respuesta en el cumplimiento de las sugerencias (Council, Kirsch and Hafner, 1986; Gearan y Kirsch, 1993). Se ha comprobado que cuando se pide a los sujetos que realicen una predicción de cómo creen que será su comportamiento en el cumplimiento de las sugerencias y después se les presenta las mismas, generalmente hay una relación importante entre esta predicción y el comportamiento posterior que desempeñan. De este modo, plantean, lo que fundamentalmente provocan los programas de modificación de la susceptibilidad hipnótica es un cambio en las expectativas de los sujetos y de ahí el éxito de sus resultados (Gearan y Kirsch, 1993).

Sin embargo esta teoría puede adolecer de ciertas limitaciones, como es la propia forma de medir las expectativas que es sencillamente preguntando a los sujetos, antes de aplicar las sugerencias, cómo creen que van a comportarse. Este hecho resulta ya de por sí una manipulación verbal del contexto hipnótico, ya que es fácil que muchos sujetos traten precisamente de adecuar su actuación a la descripción previa que han

realizado [de modo parecido a como se intenta hacer en el paso tres del programa de Sachs y Anderson (1967)]. En cualquier caso, este cambio no se va a producir con cualquier procedimiento sino que se requerirá el manejo de ciertos elementos efectivos, o que al menos así lo consideren los sujetos, como pueden ser las variables introducidas en los programas de modificación de la susceptibilidad hipnótica descritos. Con esto, queremos plantear que la relación entre las expectativas y el comportamiento hipnótico probablemente no sea tan lineal como generalmente se manifiesta sino que puede venir determinada por variables manejadas en la situación hipnótica, como son las instrucciones dadas, las verbalizaciones que realiza el sujeto, el reforzamiento proporcionado por el terapeuta, etc. que son precisamente las que dan consistencia o entidad a las expectativas y, por tanto, a su efecto (Spanos, Burnley y Cross, 1993).

Siguiendo la lógica de los tres programas anteriores, nosotros también hemos aplicado un programa donde se proporcionaba a los sujetos información sobre lo que es la hipnosis, poniéndola en relación con comportamientos cotidianos como, por ejemplo, “cuando vamos conduciendo un coche mientras pensamos en otras cosas y cambiamos sin darnos cuenta las marchas, frenamos ligeramente, etc”. Señalábamos que lo que se requiere en la hipnosis son respuestas parecidas a estas. También introducíamos ejercicios físicos, análogos a la propuesta de Sachs y Anderson (1967), que ayudasen a experimentar la sensación de ‘involuntariedad’ e igualmente reforzábamos todos los comentarios y logros acordes con el objetivo propuesto. Sin embargo en esta investigación, a diferencia de las anteriores, utilizamos un diseño intrasujeto; en concreto, una *línea base múltiple entre conductas* (sugestiones) que nos permitiera observar la evolución de los sujetos en las distintas sugestiones y solventar así el problema de comparar la actuación de los sujetos con un grupo control realmente representativo. En este trabajo se obtuvo también una modificación importante de la susceptibilidad hipnótica (en concreto seis, de los diez sujetos que participaron

en el estudio, mejoraron sus respuestas a las sugerencias en la evaluación postratamiento) y, sobre todo, estos cambios fueron contingentes al momento en que se entrenaba cada sugestión manteniéndose, mientras tanto, el resto de las respuestas en los niveles de línea base; es decir, los cambios obtenidos se debieron al entrenamiento, no apreciándose mejoras hasta que éste se introdujo (Cangas y Pérez, 1997b).

Discusión

La posibilidad de modificar o no las susceptibilidad hipnótica ha sido un punto central en la polémica clásica entablada en hipnosis entre los ‘teóricos del estado’ y del ‘no estado’. En este trabajo se han mostrado diferentes procedimientos efectivos en la modificación de este comportamiento. Ahora bien, en este momento, cabría plantearse por el éxito del último programa, el CSTP, que de hecho ha *eclipsado* a los anteriores o, dicho de otro modo, ¿qué es lo nuevo que aporta este programa para considerar su éxito?

En este sentido, creemos que la diferencia entre los distintos programas no es tan notable y probablemente de ahí que sus resultados no sean tan distintos (Cangas y Pérez, en prensa). En primer lugar, es importante tener en cuenta las críticas formuladas por el equipo de investigación de Bates al CSTP, en el sentido que realmente pueden existir elementos “inespecíficos” en este programa que expliquen sus resultados y que sus autores no resalten suficientemente. Sin embargo, quizás no sea sólo el *rapport* el elemento a considerar. Desde luego, este componente debe ser una condición necesaria en cualquier entrenamiento (sin él difícilmente se pueden producir cambios) pero por sí sólo no sería suficiente, se requería de más elementos para producir una variación importante (Gfeller, Lynn y Pribble, 1987; Spanos et al. 1989/90). En esta dirección, el reforzamiento que realiza el terapeuta sobre el comportamiento hipnótico de los sujetos puede ser un elemento esencial. Esta variable es fundamental en el desarrollo de cualquier comportamiento nuevo (Pérez Alvarez,

1993) y, de modo más o menos explícito, se aplica igualmente en estos programas -a pesar de que Gorassini y Spanos (1986) lo consideren algo "secundario" [aunque otros autores, como Sachs y Anderson (1967), lo incluyen explícitamente]-. La cuestión es, no obstante, que se haga de un modo más o menos planificado, el reforzamiento social siempre está presente; por ejemplo, cuando el terapeuta muestra interés por el comportamiento hipnótico del sujeto, cuando le hace preguntas sobre el mismo, cuando asiente a las afirmaciones que realiza el sujeto, etc., contribuyendo a que el sujeto responda en la dirección deseada.

Además, en todos estos programas se proporciona información general sobre lo que es la hipnosis y se instruye a los sujetos sobre cómo deben comportarse, enfatizando también que pueden recurrir a imaginar intensamente las sugerencias para experimentarlas adecuadamente. La diferencia más notable entre ellos es que el programa de Sachs y Anderson (1967) pretende ayudar a experimentar la sensación de las sugerencias a través de la práctica de diferentes 'ejercicios físicos', mientras que los otros dos programas, el de Gorassini y Spanos (1986) y el de Diamond (1972), manejan exclusivamente la información e instrucciones que se les da a los sujetos sobre cómo deben comportarse, facilitando también estas respuestas a través del modelado. Por tanto, estos dos últimos parecen ser más sencillos de aplicar, pero los tres manejan componentes similares.

Ahora bien a partir de aquí, como señalábamos en la introducción, podemos plantearnos entonces qué repercusiones pueden tener estos estudios en la consideración de lo que es precisamente la hipnosis. En primer lugar, habría que señalar que no parece adecuado plantear la distinción tradicional que se suele realizar entre sugestionabilidad hipnótica y sugestionabilidad *en vigilia*, ya que ambos casos formarían parte del 'comportamiento instruido' aunque en contextos distintos (Wagstaff, 1991). Es decir, la sugestionabilidad no parece ser una variable *cualitativamente* distinta al propio seguimiento de instrucciones, por cuanto se puede entrenar con un procedimiento adecuado.

Sin embargo, el terapeuta debe tener en consideración varios aspectos para conseguir de los sujetos un seguimiento acorde a los requisitos de las sugerencias. Así, en primer lugar, para que los sujetos atribuyan realizar las sugerencias de un modo *involuntario*, el terapeuta habitualmente debe recurrir a formular las peticiones de un modo "indirecto" (indicándoles, por ejemplo, "su brazo se está elevando", en vez de "eleve su brazo"). De este modo el terapeuta, en apariencia, parece que estuviera describiendo una acción, cuando en realidad lo que hace es pedir al sujeto que la realice (aprovechando a la vez cualquier mínimo cambio acontecido en esta dirección). Por eso es habitual encontrar continuamente el pronombre 'se' en las sugerencias. La cuestión es que, cuando después se le pide al sujeto que describa la acción, no *podrá* achacarlo a que la realizó debido a una petición directa del terapeuta, sino que en apariencia la habría realizado de un modo "impersonal" o "involuntario" (Cangas, Pérez y Errasti, 1994; Spanos y Gorassini, 1984).

De igual modo, para 'garantizar' el cumplimiento de ciertas sugerencias y que el sujeto lo atribuya al efecto de la hipnosis, el terapeuta a veces se vale de *fenómenos naturales* que se hacen pasar por 'hipnóticos'. Un ejemplo típico es la *inducción hipnótica* de 'fijación ocular'. En este procedimiento se señala al sujeto que *entrará* en hipnosis cuando cierre los ojos. Primeramente se le pide que centre la vista en un punto elevado del techo (para que así los músculos oculares se fatiguen rápidamente y no pueda mantener los ojos abiertos durante mucho tiempo) y, después, el terapeuta acompaña las instrucciones que da con los movimientos de párpados que el sujeto realiza hasta que, finalmente, los ojos se cierran. Así, se asegura el cumplimiento del mandato que se le da al sujeto (en este caso, que cierre los ojos) -que para muchos sujetos será 'sorprendente'- pero, sobre todo, el sujeto fácilmente lo achacará precisamente a la hipnosis. De igual modo, la mayoría de las sugerencias habitualmente se valen de efectos *naturales* similares que utilizan la fuerza de la gravedad, la restricción en la estimulación física, los efectos de la imaginación, etc.

La propia situación hipnótica, donde se utiliza una luz tenue, silencio, un sillón cómodo, etc. es

ya en sí una situación “no habitual”, que puede ser suficiente para que muchos individuos manifiestan encontrarse en una situación ‘distinta’. Posteriormente, una vez que los sujetos cumplen las primeras sugerencias, es mucho más sencillo que realicen otras más difíciles. Por tanto, en la hipnosis no es que no se experimenten ciertas sensaciones -alguna se va a sentir- sino que las que ocurran los sujetos las atribuyen a ‘estar hipnotizados’.

También, en la práctica hipnótica habría que tener en cuenta más variables *persuasivas* que maneja el terapeuta (Kidder, 1972), como es el uso contingente del reforzamiento o del castigo, la forma de formular las preguntas -o de no hacerlo- (dando por supuesto que el sujeto está hipnotizado) y el grado de motivación o interés de los sujetos por experimentar los efectos de la hipnosis (hay que tener en cuenta que habitualmente suelen ser personas ‘voluntarias’, se trata de una experiencia atractiva, los sujetos han visto a otras personas hipnotizadas, etc). Además, también habría que considerar la tendencia general al seguimiento de instrucciones que muestran los individuos, que puede estar influyendo igualmente en el cumplimiento de las sugerencias [para un análisis más detallado de todas estas variables puede consultarse Cangas (1998)].

De este modo, como se puede observar, los programas de modificación de la susceptibilidad hipnótica recurrirán a elementos similares para intentar cambiar el comportamiento hipnótico de los sujetos proporcionando, por ejemplo, infor-

mación adicional de lo que es la hipnosis, más acorde con la idea de que es un fenómeno ‘natural’, se eliminan ciertos ‘miedos’ o ideas erróneas que tengan los sujetos sobre este fenómeno, se indica que no es difícil conseguir la experiencia de las sugerencias, se recurre al uso del modelado, se instruye en el uso de imágenes adecuadas, se refuerza el comportamiento hipnótico, etc.

Ahora bien, en última instancia, esto supone que para conseguir un cambio en el comportamiento hipnótico de los sujetos debemos recurrir a “replantearles” lo que creen precisamente que es la hipnosis diciéndoles, por ejemplo, que es un fenómeno ‘habitual’, que es sencillo de realizar, que deben tener una actitud activa, etc. Por tanto, también es cierto que en algunos casos estamos eliminando cierto “encantamiento” de estos procedimientos por lo que pudiera ser que estemos reduciendo parte de su efecto. Por tanto, en la práctica clínica, esto debería llevar a plantearnos que probablemente con sujetos poco sugestionables, cuyo comportamiento no se deba fundamentalmente al “miedo” de ser hipnotizado, sea más aconsejable antes que intentar modificar la sugestionabilidad recurrir sencillamente a utilizar procedimientos no hipnóticos (o, al menos, no *rotulados* como tales). A su vez, para el estudio de la hipnosis, estos resultados nos señalan qué elementos pueden ser importantes en la práctica hipnótica y el terapeuta puede recurrir a ellos para conseguir un mejor seguimiento de las sugerencias por parte de los sujetos.

Referencias

- As, A., Hilgard, E.R. y Weitzenhoffer, A.M. (1963). An attempt at experimental modification of hypnotizability through repeated individualized hypnotic experiences. *Scandinavian Journal of Psychology*, 4, 81-89.
- Barber, T.X. (1969). *Hypnosis: A scientific approach*. New York: Van Nostrand Company.
- Bates, B.L. (1992). The effect of demands for honesty on the efficacy of the Carleton Skills Training Program. *International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis*, 40, 88-102.
- Bates, B.L., y Brigham, T.A. (1990). Modifying hypnotizability with the Carleton Skills Training Program: a partial replication and analysis of components. *International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis*, 38, 183-195.
- Bates, B.L., Miller, R.J., Cross, H.J. y Brigham, T.A. (1988). Modifying hypnotic susceptibility with the Carleton Skills Training Program. *Journal of Personality and Social Psychology*, 55, 120-127.
- Bertrand, L.D. (1989). The assesment and modification of hypnotic susceptibility. En N.P. Spanos y J.F. Chaves.

- Hypnosis: the cognitive-behavioral perspective* (pp. 18-31). N.Y. Prometheus Books.
- Botto, R. W., Fisher, S. y Soucy, G. P. (1977). The effect of a good and a poor model on hypnotic susceptibility in a low demand situation. *The International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis*, 25, 175-183.
- Bowers, K.S. (1976). *Hypnosis for the seriously curious*. Nueva York: W.W. Norton & Company.
- Bowers, K.S., & Davidson, T.M. (1991). A neodissociative critique of Spanos's social-psychological model of hypnosis. En S.J. Lynn y J.W. Rhue (Eds). *Theories of hypnosis: Current models and perspectives* (pp. 105-143). Nueva York: Guilford.
- Cangas, A.J. (1998). Análisis conductual del comportamiento hipnótico. *Acta Comportamentalia*, 6, 21- 46.
- Cangas, A.J., y Pérez, M. (1997a). Eficacia de los componentes del programa de la Universidad de Carleton en la modificación de la susceptibilidad hipnótica. *Psicologemas*, 22, 149-162.
- Cangas, A.J. Y Pérez, M. (1997b). Transformación de las instrucciones en sugerencias mediante procedimientos operantes. *Psicothema*, 9, 167-174.
- Cangas, A.J. y Pérez, M. (en prensa). The effect of two procedures on hypnotic susceptibility modification. *Contemporary Hypnosis*.
- Cangas, A.J., Pérez, M., y Errasti, J.M. (1994). Incremento de la involuntariedad hipnótica mediante el contraste activo-pasivo. *Psicología Conductual*, 2, 235-244
- Cooper, L.M., Branford, S.A., Schubot, E. y Tart, C.T. (1967). A further attempt to modify hypnotic susceptibility through repeated individualized experience. *International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis*, 15, 118-124.
- Council, J.R., Kirsch, I., & Hafner, L.P. (1986). Expectancy versus absorption in the prediction of hypnotic responding. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50, 182-189.
- DeVoge, J.T. y Sachs, L.B. (1973). The modification of hypnotic susceptibility through imitative behavior. *The International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis*, 21, 70-77.
- Diamond, M.J. (1972). The use of observationally presented information to modify hypnotic susceptibility. *Journal of Abnormal Psychology*, 79, 174-180.
- Fellows, B.J., y Ragg, L. (1992). The Carleton Skill Training Program: A preliminary British trial. *Contemporary Hypnosis*, 9, 169-174.
- Gearan, P. & Kirsch, I. (1993). Response expectancy as a mediator of hypnotizability modification. *The International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis*, 41, 84-91
- Gfeller, J., Lynn, S.J. y Pribble, W. (1987). Enhancing hypnotic susceptibility: Interpersonal and rapport factors. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 586-595.
- Gorassini, D.R., & Spanos, N.P. (1986). A social-cognitive skills approach to successful modification of hypnotic susceptibility. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50, 1004-1012.
- Havens, R.A. (1977). Using modeling and information to modify hypnotizability. *The International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis*, 25, 167-174.
- Hilgard, E.R. (1967). Regularidad en los fenómenos de la hipnosis. En G.H. Estabrooks (Ed). *Problemas actuales de la hipnosis* (pp. 9-35). México: Fondo de Cultura Económica (Orig. 1962).
- Hilgard, E.R. (1989). Simulation, compliance and skill training in the enhancement of hypnotizability. *British Journal of Experimental and Clinical Hypnosis*, 6, 9-11.
- Kidder, L.H. (1972). On becoming hypnotized: How skeptics become convinced. A case study of attitude change. *Journal of Abnormal Psychology*, 80, 317-322.
- Kinney, J.M., y Sachs, L.B. (1974). Increasing hypnotic susceptibility. *Journal of Abnormal Psychology*, 83, 145-150.
- Leva, R.A. (1974). Modification of hypnotic susceptibility through audiotape relaxation training: Preliminary report. *Perceptual and Motor Skills*, 39, 872-874.
- London, P., Hart, J. y Leibovitz, M. (1968). EEG alpha rhythms and hypnotic susceptibility. *Nature*, 219, 71-72.
- Pascal, G.R. y Salzberg, H.C. (1959). A systematic approach to inducing hypnotic behavior. *International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis*, 7, 161-167.
- Pérez Álvarez, M. (1993). Técnicas operantes para el desarrollo de conductas. En F. Labrador, J.A. Cruzado y M. Muñoz, eds. *Manual de técnicas de modificación y terapia de conducta* (pp. 477-500). Madrid: Pirámide.
- Reilly, R.R., Parisher, D.W., Carona, A. y Dobrovolsky, N.W. (1980). Modifying hypnotic susceptibility by practice and instruction. *The International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis*, 28, 39-45.
- Robertson, L., McInnis, K., y St Jean, R. (1992). Modifying hypnotic susceptibility with the Carleton Skill Training Package. *Contemporary Hypnosis*, 9, 97-103
- Sachs, L.B., y Anderson, W.L. (1967). Modification of hypnotic susceptibility. *International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis*, 15, 172-180.
- Sanders, R.S y Reyher, J. (1969). Sensory deprivation and the enhancement of hypnotic susceptibility. *Journal of Abnormal Psychology*, 74, 375-381.
- Shor, R.E., y Orme, E.C. (1962). *Harvard Group Scale of Hypnotic Susceptibility, Form A*. Palo Alto, Calif.: Consulting Psychologist Press.
- Sjoberg, B.M. y Hollister, L.F. (1965). The effect of psychotomimetic drugs on primary susceptibility. *Psychopharmacologia*, 8, 251-262.
- Spanos, N.P. (1986). Hypnotic behavior: a social psychological interpretation of amnesia, analgesia, and "trance logic". *The Behavioral and Brain Sciences*, 9, 449-502.
- Spanos, N.P., Burnley, C.E., & Cross, P.A. (1993). Response expectancies and interpretations as determinants of hypnotic responding. *Journal of Personality and Social Psychology*, 65, 1237-1242.
- Spanos, N.P., Cross, W.P., Menary, E.P., Brett, P.J., y de Groh, M. (1987). Attitudinal and imaginal ability predictors of social cognitive-skill training enhancement of hypnotic susceptibility. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 13, 379-398.
- Spanos, N.P., y Gorassini, D.R. (1984). Structure of hypnotic test suggestions of responding involuntarily. *Journal of Personality and Social Psychology*, 46, 688-696.
- Spanos, N.P., de Groh, y de Groot. (1987). Skill training for enhancing hypnotic susceptibility and word list amnesia. *British Journal of Experimental and Clinical Hypnosis*, 53, 911-921.
- Spanos, N.P., Flynn, D.M. y Niles, J. (1989-90). Rapport and cognitive skill training in the enhancement of

- hypnotizability. *Imagination, Cognition and Personality*, 9, 245-262.
- Spanos, N.P., Lush, N.I., y Gwynn, M.I. (1989). Cognitive skill-training enhancement of hypnotizability: generalization effects and trance logic responding. *Journal of*
- Spanos, N.P., Radtke, H.L., Hodgins, D.C., Stam, H.J., y Bertrand, L.D. (1983). The Carleton University Responsiveness to Suggestions: Normative data and psychometric properties. *Psychological Reports*, 53, 523-535.
- Spanos, N.P., Robertson, L.A., Menary, E.P., y Brett, P.J. (1986). Component analysis of cognitive skill training for the enhancement of hypnotic susceptibility. *Journal of Abnormal Psychology*, 95, 350-357.
- Spanos, N.P., Robertson, L.A., Menary, E.P., Brett, P.J. y Smith, J. (1987). Effects of repeated baseline testing on cognitive-skill-training-induced increments in hypnotic susceptibility. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 1230-1235.
- Spanos, N.P., Burgess, C.A. y Wallace-Capretta, S. (1996). Simulation, surreptitious observation and the modification of hypnotizability: two test of the compliance hypothesis. *Contemporary Hypnosis*, 13, 161-167.
- Springer, C.J., Sachs, L.B., y Morrow, J.E. (1977). Group methods of increasing hypnotic susceptibility. *International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis*, 25, 184-191.
- Sutcliffe, J.P. (1960). "Credulous" and "skeptical" views of hypnotic phenomena: A review of certain evidence and methodology. *International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis*, 8, 73-101.
- Tart, C.T. (1970). Increases in hypnotizability resulting from a prolonged program for enhancing personal growth. *Journal of Abnormal Psychology*, 75, 260-266.
- West, V. & Fellows, B. (1996). How to be a 'good' hypnotic subject! *Contemporary Hypnosis*, 13, 143-149.
- Wagstaff, G.F. (1991). Suggestibility. En J.F. Schumaker (ed). *Human suggestibility: Advances in theory, research and applications* (pp. 132-145). Nueva York: Routledge.
- Weitzenhoffer, A.M., y Hilgard, E.R. (1959). *The Stanford Scale of Hypnotic Susceptibility, Forms A and B*. Palo Alto, Calif.: Consulting Psychologist Press.
- Weitzenhoffer, A.M., y Hilgard, E.R. (1962). *Stanford Hypnotic Susceptibility Scale. Form C*. Palo Alto, Calif.: Consulting Psychologist Press.

(Artículo recibido: 10-9-98; aceptado: 1-3-99)

