

Extracto de lo referente a la hipnosis como potenciadora de la memoria, regresiones y posibles efectos de tales regresiones del libro: Sociedad Británica de Psicología (2002). *La naturaleza de la hipnosis*. Valencia: Promolibro.

"Además, los experimentadores deberían tener en cuenta que ciertos tipos de sugerencias dadas durante la hipnosis pueden determinar que algunas personas sean más propensas a la creación de "falsos recuerdos" (ver más abajo), y que la hipnosis puede incrementar las respuestas afectivas a ciertos estímulos, en particular aquellos relacionados con el pasado del sujeto (Nash, 1987)."

"El que a la hipnosis se le hayan atribuido propiedades hipermnésicas ha llevado a los Cuerpos de Policía de un gran número de países a utilizarla para intentar incrementar la memoria de los testigos de delitos. De todas formas, en las entrevistas de hipnosis forense se emplean normalmente una gran variedad de técnicas que, en ausencia de la hipnosis, pueden resultar muy útiles para ayudar a los testigos a recordar los detalles. Estas técnicas incluyen la reconstrucción del contexto, y el permitir un informe libre y sin interrupciones. Por lo tanto, la cuestión clave, es: ¿qué añaden los procedimientos hipnóticos a esas técnicas de incremento de la memoria?"

Las investigaciones experimentales sugieren que, con frecuencia, el adjuntar la hipnosis no tiene efectos sobre la memoria (American Medical Association, 1985; Heap, 1988) pero cuando se dan esos efectos, éstos tienden a estar restringidos a situaciones en las que se requiere que el participante recuerde libremente material significativo, como delitos grabados en película e incidentes escenificados (Lynn & McConkey, 1998; Wagstaff, 1999). En esos casos, los principales efectos pueden ser:

- i) Incremento de información correcta e incorrecta; por consiguiente, aunque los participantes pueden recordar más información correcta, no se observa más precisión, y de hecho, la hipnosis puede tener, a veces, un efecto perjudicial sobre la precisión.
- ii) Incremento de la confianza de los participantes en la veracidad de sus informes, aún cuando puedan no ser exactos y precisos.

Debido a los problemas asociados a esos efectos (American Medical Association, 1985), algunos Estados de EE.UU. han rechazado en los juicios los testimonios de testigos que previamente han sido entrevistados utilizando la hipnosis. En el Reino Unido, ese tipo de acciones no se han llevado a cabo, pero en 1987, el Home Office¹ presentó un primer borrador de directrices sobre el uso de la hipnosis en las entrevistas policiales (Home Office, 1987). En esas directrices se comenta, por ejemplo, que la precisión de la información obtenida con hipnosis debe ser tratada con mucha precaución; por consiguiente, la hipnosis solamente se debería emplear en casos serios y como último recurso cuando los otros métodos de investigación han fallado. Además, los delincuentes sospechosos no deberían ser

¹ Ministerio del Interior del Reino Unido.

hipnotizados bajo ninguna circunstancia, así como tampoco deberían serlo, normalmente, los testigos que hayan sido llamados a declarar en un juzgado. Respecto a los procedimientos, las directrices mantienen que si se emplea la hipnosis, ésta debería ser aplicada por psiquiatras cualificados o psicólogos clínicos, y que esa entrevista debería grabarse en vídeo.

Posteriormente, en 1988, el Home Office envió una circular en la que expresaba la disconformidad de utilizar la hipnosis como una herramienta de investigación policial, dados los riesgos asociados a su uso (Home Office, 1988).

En resumen, no hay ninguna evidencia de peso que apoye la idea de que los procedimientos hipnóticos mejoren con precisión el recuerdo del testigo de un delito. Por el contrario, la hipnosis puede abocar en falsos recuerdos y en una confianza inadecuada en el recuerdo. Por lo tanto, si la hipnosis se utiliza con fines de investigación, toda evidencia que se obtenga debe tratarse con la máxima prudencia."

"En el siguiente apartado se desarrollan los aspectos referidos al riesgo que los métodos de regresión tienen para elicitación de falsos recuerdos. La Sociedad Americana de Hipnosis Clínica (American Society of Clinical Hypnosis) (Hammond, et al., 1995), y la Sociedad Británica de Hipnosis Experimental y Clínica (British Society of Experimental and Clinical Hypnosis) (Oakley & Degun-Mather, 1997) ya han redactado unas recomendaciones para este asunto.

Se suele asumir que el cliente puede recordar fácilmente los sucesos en cuestión, pero hay ocasiones en terapia en las que recordar eventos significativos puede resultar difícil, como cuando el paciente se encuentra con material demasiado embarazoso o doloroso, cuando su recuerdo es muy limitado y pobre, o cuando es incapaz de recordar sucesos significativos. El uso de la hipnosis se considera apropiado a veces en esas circunstancias.

Con frecuencia, se utiliza el término "regresión de edad" cuando la hipnosis se emplea para ayudar al cliente a recordar sucesos de periodos muy antiguos de su vida. Aunque ello puede tener un rol legítimo a desempeñar en los acercamientos terapéuticos aludidos, se debe resaltar que la regresión de edad no lleva literalmente al sujeto a una etapa de desarrollo cognitivo, neurológico o neurofisiológico correspondiente a dicha edad o periodo (Nash, 1987). "

"Las técnicas mencionadas siempre se acometen con el conocimiento y entendimiento de sus propósitos por parte del cliente. Sin embargo, un problema con todos los métodos que incluyen imaginación guiada es que el terapeuta puede favorecer el desarrollo de fantasías que no son tomadas como tales, ni por el cliente ni por el terapeuta (Laurence & Perry, 1983).

Los pequeños cambios inconscientes o los adornos de los recuerdos pueden resultar inocuos, pero es importante que el terapeuta, cuando emplee la hipnosis de esa manera, esté alerta sobre su posible ocurrencia. Cuando se emplea la hipnosis basándose en la idea de que con ella se facilita el recuerdo de sucesos de los que en un primer momento no se tenía recuerdo consciente, se corre un considerable riesgo de provocar un perjuicio. La comprensión actual de los procesos de memoria no permite afirmar inequívocamente si es posible o no acceder, mediante las técnicas hipnóticas, a los recuerdos reprimidos que están fuera de la conciencia. En cualquier caso, buena parte de la evidencia sugiere que esto es

poco plausible (Holmer, 1990; Pope & Hudson, 1995). Lo que no admite discusión es que utilizar la hipnosis con ese propósito conlleva un riesgo real de provocar pseudorecuerdos sustanciales. Algunas veces pueden ser tan estrafalarios o extraños (por ejemplo, "recuerdo" de abducciones por extraterrestres) que cualquier persona razonable los rechazaría fácilmente, pero en otros casos, pueden ser lo suficientemente plausibles como para engañar tanto al paciente como al terapeuta, y aceptarlos como exactos. Este problema ha recibido gran atención en el llamado debate de los "recuerdos recuperados" (Conway, 1997; Ofshe & Watters, 1994)."

"Simplemente el que terapeuta diga que es consciente del problema y que está alerta no es suficiente para que esté protegido de los falsos recuerdos. La investigación ha mostrado que el mero hecho de etiquetar una situación como "hipnótica" provocará que las personas que están intentando recordar sus sucesos más antiguos, producirán muchos más sucesos y más remotos aún, siendo, en una proporción significativa, anteriores a los 12 meses de edad (Green, 1999; ver también Marmelstein & Lynn, 1999). El hecho de que esto suceda dentro del periodo aceptado como periodo de amnesia infantil (Howe & Courage, 1993; Ushel & Neisser, 1993), permitiría estar prácticamente seguros de que los sucesos recordados son falsos."

"Existe la creencia general de que la hipnosis facilitará el recuerdo de sucesos olvidados (Johnson & Hauck, 1999; Wagstaff, 1988), de ahí que se generen recuerdos de sucesos, tanto verdaderos como falsos. Un terapeuta no podrá enseñar eficazmente al cliente que la hipnosis no tiene ese poder, si él mismo procede a utilizar las técnicas hipnóticas para la búsqueda de esos recuerdos que no se encuentran disponibles."

"En resumen, la hipnosis no tiene ninguna propiedad especial para incrementar la memoria, ni en terapia ni en ningún otro contexto. Hay circunstancias en las que los propios componentes de la hipnosis, como la sensación de relajación y bienestar, pueden justificar su uso durante un periodo de recuerdo. Los procedimientos hipnóticos pueden ser útiles para examinar y reestructurar los recuerdos existentes que están asociados al problema del cliente. De cualquier modo, en esas situaciones debe reconocerse el potencial para producir recuerdos de los que se está seguro, pero que no son precisos. La hipnosis no debería usarse basándose en la idea de que con ella se pueden recuperar recuerdos de sucesos de los que el sujeto no se acuerda, pero que son la causa de su problema actual."

"Cualquier persona que emplee la hipnosis con fines terapéuticos debería confinar su aplicación sólo a aquellos problemas para cuyo tratamiento está profesionalmente cualificado. En este sentido, una regla sensata a seguir es que sólo se debe utilizar la hipnosis en el tratamiento de los problemas que uno estaría cualificado para tratar sin hipnosis."