

# APUNTES ADICCIONES en HIPNOTERAPIA (excepto tabaco)

Enseñanzas de IVÁN LENTIJO  
(apuntes de Vicente Vega)

Las **ADICCIONES** (**sexo, juego, drogas, chocolate, dulces...**) están cubriendo un **VACIO**, en mucho caso emocional, sino no lo harían, que no han descubierto alternativas hacia ellas.

Si trabajas con **cocaína, alcohol...** es **recomendable trabajar con otro especialista de esa adicción**, puede ser psicólogo, psiquiatra, médico... que ya este trabajando con esa persona, pues hay que tener en cuenta que este tipo de personas pueden tener **pensamientos suicidas**, en la que hay que tener la preparación adecuada y saber como trabajarlo. Para estas adicciones se requiere primero un **EQUIPO MULTIDISCIPLINAR**, porque a veces lo que sucede es que no hay **COMPROMISO/ PERMANENCIA** de esa persona, entonces es conveniente que haya un equipo para trabajar con personas con drogas duras.

Es importante que **el cliente se COMPROMETA** con varias sesiones y ver como evoluciona, y ¿cómo lo vas a saber?: **Pidiendo que se comprometa** a estar un tiempo contigo. Porque hay casos **en alcoholismo que les cuesta comprometerse** y buscan excusas, entonces para empezar a trabajar debe estar comprometido y va a venir a varias sesiones, para ello lo mejor es **que paguen por adelantado**, porque si lo hacen sesión a sesión, muchas veces no hay retención, no hay compromiso por su parte, y ver que grado esta la persona de deterioro, de compromiso.

Mi experiencia con **DROGAS DURAS** es la **FALTA de COMPROMISO** de muchos clientes, que me anulan la sesión 1

hora antes y no vienen, esto nos afecta a nivel personal/profesional.

Solo lo hago si la persona esta verdaderamente COMPROMETIDA, que viene, que lo hace, que está en un proceso de desintoxicación, que está de lleno metido.

A la gente le pido un 9 o 10 de **nivel de compromiso**, si es menos de 8...ALERTA ROJA

¿Qué tendría que suceder para que tu nivel de compromiso fuera un 9 o 10?

En dejar de fumar hay muchas personas que vienen A PROBAR, como lo he probado tantas veces no pasa nada, yo quiero ver que la persona esté comprometida para liberarse de la adicción-

### SESIONES

Hago un paquete de **4/5 sesiones** en ALCOHOL, COCAINA... con determinadas herramientas, pues normalmente es un proceso más largo que dejar de fumar.

También puedes ofrecer un **servicio Premium (3/6 meses)** de acompañamiento.

### ALCOHOL

-Con respecto al **ALCOHOL** mi trabajo es ayudar a la persona a ganar **CONTROL sobre el ALCOHOL, a REDUCIR su consumo, pero no trabajaría con un alcohólico**, pues estos tienen falta de compromiso, la adicción es tan fuerte, está tan arraigada y no vienen a buscarte y si te vienen buscan una CURA MAGICA.

En ALCOHOL **hay que diferenciar entre un ALCOHÓLICO y una persona que es bebedora habitual**, pero que no se considera alcohólica, y lo que quiere NO es dejar el alcohol al 100%, si no REDUCIRLO.

Hay personas que no se consideran alcohólicas, pero se pegan unos atracones a diario de alcohol, entonces quieren verse capaces de REDUCIRLO, ese seria mi trabajo, y en muchos casos esta **ASOCIADO a un PROGRAMA de ADELGAZAMIENTO.**

***Puedes ver el BONO en el curso de BANDA GASTRICA para REDUCIR el ALCOHOL, hay algunos ejercicios para FORTALEZAR, REFORZAR el NO: “ No gracias, no bebo alcohol” como ANCLAJE Poniendo a la persona en situación de sentirse débil si alguien te invita a beber, y que se IMAGINE diciendo NO con CONFIANZA, con CONTROL.***

### COCAÍNA

Es una adicción muy arraigada y es más complicada de trabajar, pues **hay un VACÍO** al igual que la **ludopatía, sexo...** y si logras adivinar o hacer que esa persona entienda que es lo que le está dando las drogas, va haber muchas + posibilidades que esa persona cambie. En estas adicciones se puede **trabajar con el VACIO que le lleva a la adicción** haciendo un **REENCUADRE (6 pasos)** para saber porque razón lo hace y que está sucediendo en su vida

### LUDOPATIA

Está muy arraigada y se necesita otro profesional (psiquiatra, psicólogo) que trabaje con ella. Se yo la trabajara la haría sin etiqueta, yo le preguntaría que esta sucediendo, como le está afectando en su vida e investigaría y utilizaría las herramientas que conozco.

Hay que identificar cuales son los activadores (qué esta sucediendo) que le llevan a la persona a necesitar “el JUEGO”. Al igual que el resto de las adicciones hay un **VACIO EMOCIONAL** que se cubre con el juego.

PRIMERA SESIÓN:

-REENCUADRE 6 pasos y TERAPIAS de PARTES son muy útiles. También puedes utilizar las **consecuencias de que la persona siga con la adicción** o que se ponga en la piel de los seres queridos mientras continua por ese mal camino a través de los **OJOS del AMOR.**

SEGUNDA SESIÓN

-Una REGRESION para ver como empezó la adicción y que se sienta como era su vida antes de ella.

### CANNABIS(PORROS)

Es más fácil trabajar y muy similar al tabaco, pero no son la mismas las razones que fumar tabaco, pues lo que ODIA del cannabis es diferente de lo que ODIA del tabaco.

### CRACK ( cocaína sin procesar)

Pregunto que es lo que le llevo a tomarla, si hay un VACIO está sustituyendo algo y debemos ir a la raíz del problema

### ESTRUCTURA TERAPIA ADICCIONES

Es parecida a la de DF, pero no es exactamente la misma, hay que cambiar varias piezas.

1-LIMPIEZA EMOCIONAL: hacerla siempre al principio y a partir de lo que salga hacer el resto.

2- OJOS del AMOR (cambio de roles): para perdonar a una persona o perdonarse.

3- ANCLAJE (con la señal del OK, de confianza)

4- REENCUADRE (alternativas a la adicción):

trabajar el VACIO (emoción) que le lleva a la adicción.

5- ANCLAJE (señal ok)

6- DOS CAMINOS

7- PUENTE al FUTURO: trabajar la MOTIVACION que le ha traído a la consulta.

OTROS: RECURSOS (para la vida) , RUEDA GIRATORIA, SUBMODALIDADES.

. **LIMPIEZA EMOCIONAL** y ver lo que pasa, y a partir de ahí utilizas otras herramientas: **Submodalidades, OJOS del AMOR,**

**RECURSOS (del pasado )...** hacerlo en varias sesiones, no lo tienes que hacer todo en una sesión.

### **. OJOS del AMOR**

Mirar a través de los OJOS del AMOR donde se trabaja el **CAMBIO de ROLES**, como por ejemplo perdonar a una persona o a si mismo, son personas que **han sufrido en la niñez algún tipo de problema, el entorno no ha sido el adecuado, entonces hay que enseñarle de nuevo AMARSE**, a quererse y sentir AMOR, pues estas adicciones vienen muchas veces dadas por falta de amor y esta terapia es muy potente. Sentir el sufrimiento o la alegría **desde los OJOS del AMOR**, e utiliza tanto en **FUMADORES /BEBEDORES/ DROGADICTOS.**

Es hacerte meter en la piel de una persona que te quiere, te admira y que sientas como esa persona se siente a medida que vas deteriorándote en el tiempo: FUMANDO, BEBIENDO, DROGANDO.. y mira las consecuencias después de **3 MESES** cuando esa persona no ha hecho ningún cambio, es decir imagínate que (X) viene para **dejar fumar PORROS**, yo le voy a pedir que me diga que persona también se va a emocionar y va a estar encantada de que deje de fumar porros ... y me va a decir: “ mi pareja, mi hijo...”

-Vale, quiero que te imagines esa persona delante de ti, (esto lo evocas, lo maquillas, llevas esa conexión de amor y **te imaginas a esa persona entrado dentro de ella** y empieces a ver a través de los ojos de esa persona:

-¿Qué es lo que sucede **3 MESES** después de NO haber hecho ningún cambio?

-¿Cuáles son las consecuencias de seguir fumando porros **3 MESES** más y no haber hecho ningún cambio?

-¿Ahora sabes las consecuencias **1 AÑO** después de seguir fumando porros y no haber hecho ningún cambio?

Siéntelo... viéndolo a través de de esa persona...nota como se siente... como si estuvieras viéndolo ahora mismo...

Eso se puede llevar tan lejos como quieras, como cuando estás postrado en la cama a punto de morir o incluso algunos lo llevan hasta el cementerio, es decir cuando le preguntas a la persona:

-¿Cuáles son las consecuencias de seguir fumando/bebiendo/drogando esa persona?

Tienes que hacer que eleve esa emoción y se sienta como se va a sentir cuando le de un ataque al corazón u otra cosa, esto también es algo de aversión

. **ANCLAJES POSITIVOS:** hacer un ANCLAJE de CONFIANZA para que diga automáticamente:

“No gracias, no bebo alcohol” “No gracias, no tomo drogas”.

. **ASOCIACIÓN NEGATIVA:**

Podría hacerse utilizando un IMPACTO EMOCIONAL fuerte ocurrido en su vida y le deje tocado, y se diga tengo que DEJAR la ADICCIÓN, porque ha pasado esto, y hacer énfasis en ese dolor e incrementarlo.

. **REENCUADRE 6 pasos** (alternativas a la adicción)

Para buscar el **VACIO** que se está cubriendo, suele haber mucha **FALTA de AMOR** en esa persona y hay que darle mucho amor a esa persona, buscar la **intención positiva** de la adicción, hay algo que le está ayudando a la persona y cuando lo haces consciente ya hay posibilidad de ayudar a esa persona **creando alternativas** en el subconsciente, el problema es cuando la alternativa del tabaco es comer y engorda, ha cambiado el fumar por la comida, esto significa que no se ha cubierto esa intención positiva del cigarrillo. ¿Qué **ALTERNATIVAS** por medio del REENCUADRE 6 pasos tengo para sustituir la adicción?

. **DOS CAMINOS** al final, porque hay personas que se **MOTIVAN por lo que van a conseguir después de la adicción y hay otras personas que se MOTIVAN por correr fuera y lejos del DOLOR**, ya que están hartos de esa situación y quieren cambiarlo, y

entonces la motivación de ese dolor, de alejarse les motiva +, entonces con los DOS CAMINOS ellos mismos pueden ver el sufrimiento de ir por uno o la MOTIVACION de conseguir lo que desean, esta es importantísima para que se vea en el FUTURO con los CAMBIOS, como va a ser su nueva vida, para ello hay que saber cual es su MOTIVACION e incrementarla.

. **RECURSOS** (para la vida):

Traer recursos del pasado de esta persona, de incluso antes que tenia la adicción, como la CONFIANZA, SEGURIDAD, AUTOESTIMA... y lo importante es darle estos RECURSOS, que ya los tiene o si no crearlos o traerlos de otras personas a los que admiras, que vuelvan a sentir AMOR por uno mismo o por alguien querido( familia, amigos...) que te admira a través de los **OJOS del AMOR**, que se mire al ESPEJO diciéndose **AFIRMACIONES. POSITIVAS**. Con estos RECURSOS volver a sentirse bien, con fuerza, con MOTIVACION y eso lo hacemos trayendo RECURSOS del pasado, de historias antes de la adicción.

. La **RUEDA GIRATORIA**:

Normalmente no seria lo primero a utilizar en ALCOHOL, COCA..., si no que seria parte del proceso, te puede servir para **reducir las emociones negativas o incrementar las sensaciones positivas**, sin embargo en dejar de fumar si la hago al principio, para reducir la ansiedad por fumar, porque quiero una acción impactante, fuerte, porque va a estar una sesión conmigo.

,

...