



*Classificazione Decimale Dewey:*

**006.3014 (23.) INTELLIGENZA ARTIFICIALE. Linguaggio e comunicazione**

**GERARDO IOVANE, GIOVANNI IOVANE, DARIO SILVESTRI**

# **INTELLIGENZA ARTIFICIALE E COMUNICAZIONE IPNOTICA**





©

ISBN  
979-12-218-2520-6

PRIMA EDIZIONE  
**ROMA 18 FEBBRAIO 2026**

# Sommario

<b>PREFAZIONE .....</b>	<b>9</b>
<b>CAPITOLO 1: INTRODUZIONE .....</b>	<b>17</b>
1.1 COSA SI INTENDE PER INTELLIGENZA ARTIFICIALE IPNOTICA .....	17
1.2 PERCHÉ IL TERMINE È METAFORICO E NON CLINICO .....	18
1.3 COMUNICAZIONE, ATTENZIONE E IMMAGINAZIONE .....	20
1.4 INTERDISCIPLINARITÀ DEL TESTO .....	22
<b>CAPITOLO 2: IPNOSI, SUGGESTIONE E STATI DI COSCENZA .....</b>	<b>25</b>
2.1 BREVE STORIA DELL'IPNOSI .....	25
2.2 STATO VS PROCESSO IPNOTICO .....	27
2.3 SUGGESTIONE COME FENOMENO QUOTIDIANO .....	29
2.4 ATTENZIONE, ASSORBIMENTO, IMMAGINAZIONE .....	32
2.5 FRAINTENDIMENTI COMUNI .....	35
<b>CAPITOLO 3: LINGUAGGIO IPNOTICO E ARCHITETTURA DELLA MENTE .....</b>	<b>39</b>
3.1 LINGUAGGIO COME ESPERIENZA, NON INFORMAZIONE .....	39
3.2 PACING & LEADING: SINCRONIZZAZIONE E GUIDA .....	42
3.3 METAFORE E SIMBOLI NELLA COMUNICAZIONE IPNOTICA .....	45
3.4 AMBIGUITÀ PRODUTTIVA E LINGUAGGIO INDIRETTO .....	48
3.5 RITMO, RIPETIZIONE E RIDONDANZA .....	51
3.6 PATTERN LINGUISTICI E CARICO COGNITIVO .....	54
3.7 NEUROSCIENZE DELLA SUGGESTIONE (OVERVIEW NON CLINICA) .....	57
<b>CAPITOLO 4: INTELLIGENZA ARTIFICIALE GENERATIVA .....</b>	<b>61</b>
4.1 COME FUNZIONANO I MODELLI GENERATIVI (LIVELLO CONCETTUALE) .....	61
4.2 GENERAZIONE DI TESTO, AUDIO, IMMAGINI E VIDEO .....	65
4.3 PERCHÉ L'AI PRODUCE LINGUAGGIO "SUGGESTIVO" .....	69
4.4 CONTINUITÀ SEMANTICA, COERENZA NARRATIVA E RIDUZIONE DELL'ATTRITO .....	73
4.5 PATTERN LINGUISTICI EMERGENTI E LIMITI STRUTTURALI .....	78
4.6 AI COME CO-AUTORE NELLA CREAZIONE IPNOTICA .....	82
<b>CAPITOLO 5: PROMPTING ORIENTATO ALLA SUGGESTIONE .....</b>	<b>87</b>
5.1 PROMPT DESCRITTIVI VS ESPERIENZIALI .....	87
5.2 PROMPT PER INDUZIONI NARRATIVE .....	93
5.3 PROMPT PER METAFORE TRASFORMATIVE .....	97
5.4 PROMPT PER RICALCO EMOTIVO E LINGUISTICO .....	102
5.5 PROMPT MULTI-STEP E LAYERING SUGGESTIVO .....	106
<b>CAPITOLO 6: AUDIO IPNOTICI GENERATI CON AI .....</b>	<b>111</b>
6.1 DALLA SCRITTURA ALLA VOCE .....	111
6.2 PROSODIA, INTONAZIONE E SILENZI .....	115

6 *Sommario*

6.3 SINCRONIZZAZIONE RESPIRO-VOCE .....	120
6.4 AUDIO PER AUTOIPNOSI E COACHING .....	124
6.5 LIMITI E PRECAUZIONI.....	129
<b>CAPITOLO 7: IMMAGINI IPNOTICHE E VISUAL DESIGN.....</b>	<b>135</b>
7.1 ARCHETIPI VISIVI E IMMAGINARIO COLLETTIVO.....	135
7.2 PATTERN, SIMMETRIA, GRADUALITÀ .....	140
7.3 COLORE, PROFONDITÀ E ATTENZIONE PERIFERICA.....	146
7.4 PROMPT VISIVI PER STATI MENTALI SPECIFICI .....	152
7.5 USO CONSAPEVOLE DI IMMAGINI IMMERSIVE .....	158
<b>CAPITOLO 8: VIDEO E CONTENUTI MULTIMODALI.....</b>	<b>165</b>
8.1 LOOP VISIVI E SLOW MOTION.....	165
8.2 NARRAZIONE AUDIOVISIVA INTEGRATA .....	168
8.3 SINESTESIA E ANCORAGGIO MULTIMODALE .....	171
8.4 VIDEO BREVI VS ESPERIENZE LUNGHE.....	174
8.5 RISCHI DI OVERLOAD SENSORIALE E MITIGAZIONI .....	177
<b>CAPITOLO 9: COACHING E CRESCITA PERSONALE.....</b>	<b>183</b>
9.1 VISUALIZZAZIONI GUIDATA E IMMAGINAZIONE CREATIVA.....	183
9.2 GOAL SETTING IPNOTICO .....	188
9.3 CAMBIAMENTO DI ABITUDINI .....	192
9.4 MOTIVAZIONE E PERFORMANCE.....	196
9.5 ETICA E LIMITI NEL COACHING IPNOTICO .....	201
<b>CAPITOLO 10: PSICOTERAPIA E COUNSELING: AMBITO DI SUPPORTO.....</b>	<b>207</b>
10.1 USO COMPLEMENTARE DELL'AI NELLA PRATICA CLINICA .....	207
10.2 MATERIALI PER IL LAVORO TRA LE SEDUTE .....	211
10.3: PSICOEDUCAZIONE ESPERIENZIALE .....	216
10.4 CONFINI CLINICI E RESPONSABILITÀ PROFESSIONALI.....	220
10.5 POPOLAZIONI CLINICHE SPECIFICHE E CONSIDERAZIONI SPECIALI.....	224
<b>CAPITOLO 11: COMUNICAZIONE PERSUASIVA ED ETICA.....</b>	<b>233</b>
11.1 MARKETING SUGGESTIVO E COMUNICAZIONE COMMERCIALE .....	233
11.2 STORYTELLING IMMERSIVO E NARRAZIONE PERSUASIVA .....	238
11.3 BRANDING EMOZIONALE E IDENTITÀ DI MARCA.....	243
11.4 DIFFERENZA TRA PERSUASIONE E MANIPOLAZIONE .....	248
11.5 FRAMEWORK ETICI E LINEE GUIDA OPERATIVE .....	252
<b>CAPITOLO 12: ETICA DELL'INFLUENZA ASSISTITA DA AI .....</b>	<b>259</b>
12.1 RESPONSABILITÀ DEL COMUNICATORE NELL'ERA ALGORITMICA .....	259
12.2 CONSENSO INFORMATO E VULNERABILITÀ COGNITIVA .....	263
12.3 TRASPARENZA ALGORITMICA E ACCOUNTABILITY .....	268
12.4 AUTONOMIA UMANA E NUDGING DIGITALE.....	272
12.5 VERSO UNA GOVERNANCE DELL'AI PERSUASIVA.....	276
<b>CAPITOLO 13: CONCLUSIONI E PROSPETTIVE FUTURE .....</b>	<b>285</b>

13.2 INTEGRAZIONE DELLE PROSPETTIVE: MENTE, LINGUAGGIO E TECNOLOGIA .....	290
13.3 SCENARI FUTURI E DIREZIONI EMERGENTI.....	294
13.4 RACCOMANDAZIONI PER LA PRATICA PROFESSIONALE.....	299
13.5: VISIONE D'INSIEME E RIFLESSIONI CONCLUSIVE.....	304
<b>APPENDICE A1: TEMPLATE, CHECKLIST E PROMPT OPERATIVI .....</b>	<b>311</b>
A1.1 TEMPLATE PER LA PROGETTAZIONE DI SCRIPT IPNOTICI .....	311
A2.2 CHECKLIST PER LA QUALITÀ E LA SICUREZZA .....	315
A1.3 PROMPT OPERATIVI PER DIVERSE APPLICAZIONI.....	319
A1.4: SCHEDE OPERATIVE PER CASI COMUNI .....	325
A1.5 DOCUMENTAZIONE E MONITORAGGIO DELLA PRATICA .....	331
<b>APPENDICE A2: CASI STUDIO DETTAGLIATI.....</b>	<b>337</b>
A2.1 CASO CLINICO — GESTIONE DELL'ANSIA GENERALIZZATA .....	337
A2.2 CASO DI COACHING — PERFORMANCE ESECUTIVA .....	341
A2.3: CASO APPLICATIVO — MARKETING ESPERIENZIALE .....	346
A2.4 CASO FORMATIVO — SVILUPPO DI COMPETENZE .....	350
A2.5 LEZIONI TRASVERSALI E RACCOMANDAZIONI.....	354
<b>APPENDICE A3: GLOSSARIO TECNICO .....</b>	<b>363</b>
A3.1 TERMINOLOGIA DELL'INTELLIGENZA ARTIFICIALE GENERATIVA .....	363
A3.2 TERMINOLOGIA DELL'IPNOSI E DELLA COMUNICAZIONE SUGGESTIVA.....	369
A3.3 TERMINOLOGIA DELLE APPLICAZIONI TERAPEUTICHE .....	376
A3.4: TERMINOLOGIA TECNICA E OPERATIVA .....	381
A3.5 TERMINOLOGIA ETICA E REGOLAMENTARE .....	385
<b>APPENDICE A4: RISORSE E STRUMENTI .....</b>	<b>391</b>
A4.1 PIATTAFORME DI INTELLIGENZA ARTIFICIALE GENERATIVA .....	391
A4.2 SOFTWARE PER LA PRODUZIONE AUDIO .....	396
A4.3 RISORSE PER LA FORMAZIONE PROFESSIONALE.....	401
A4.4 STRUMENTI PER IL WORKFLOW E LA GESTIONE DELLA PRATICA .....	403
A4.5 COMUNITÀ E RISORSE PER IL NETWORKING PROFESSIONALE.....	408
<b>APPENDICE A5: FRAMEWORK OPERATIVI.....</b>	<b>419</b>
A5.1 FRAMEWORK PER LA VALUTAZIONE INIZIALE DEL CLIENTE .....	419
A5.2 FRAMEWORK PER LA PROCETTAZIONE DI INTERVENTI IPNOTICI .....	424
A5.3 FRAMEWORK PER LA GESTIONE DELLE SESSIONI.....	429
A5.4 FRAMEWORK PER IL MONITORAGGIO E LA VALUTAZIONE DEGLI ESITI .....	433
A5.5 FRAMEWORK PER IL MIGLIORAMENTO CONTINUO DELLA PRATICA .....	437
<b>APPENDICE A6: ASPETTI LEGALI E NORMATIVI .....</b>	<b>445</b>
A6.1 QUADRO NORMATIVO GENERALE PER L'IPNOSI E LA COMUNICAZIONE SUGGESTIVA.....	445
A6.2 RESPONSABILITÀ SPECIFICA NELL'USO DI CONTENUTI GENERATI DA AI .....	450
A6.3 NORMATIVE SETTORIALI E CONTESTI SPECIFICI .....	455
A6.4 CONFORMITÀ E BEST PRACTICE OPERATIVE .....	459
A6.5 TENDENZE EVOLUTIVE E PREPARAZIONE AL FUTURO.....	463

<b>APPENDICE A7: FORMAZIONE E SVILUPPO DELLE COMPETENZE PROFESSIONALI .....</b>	<b>469</b>
A7.1 COMPETENZE FONDAMENTALI PER LA PRATICA INTEGRATA .....	469
A7.2 PERCORSI FORMATIVI E CERTIFICAZIONI.....	474
A7.3 SVILUPPO DELLE COMPETENZE PRATICHE ATTRAVERSO L'ESPERIENZA .....	478
A7.4 SUPERVISIONE E MENTORING SPECIALIZZATI .....	483
A7.5 MANTENIMENTO E AGGIORNAMENTO DELLE COMPETENZE NEL TEMPO.....	487
<b>NOTE BIBLIOGRAFICHE.....</b>	<b>495</b>

# PREFAZIONE

## Perché nasce questo libro

Questo volume nasce dall'intersezione di tre traiettorie convergenti: l'evoluzione dei sistemi di intelligenza artificiale generativa, la tradizione consolidata della comunicazione ipnotica ed ericksoniana, e la necessità crescente di comprendere come questi ambiti si intreccino in modalità tanto promettenti quanto delicate. Negli ultimi anni, l'avvento di modelli linguistici di grandi dimensioni (Large Language Models, LLM) ha radicalmente trasformato il panorama della comunicazione assistita da tecnologia. Non si tratta più di semplici strumenti di elaborazione testuale, ma di sistemi capaci di generare contenuti linguistici, visivi e sonori con una fluidità e una coerenza semantica che richiamano, in modo sorprendente, alcune delle dinamiche tipiche della comunicazione ipnotica [1].

La suggestione, intesa come capacità del linguaggio di orientare l'attenzione, modulare gli stati di coscienza e facilitare cambiamenti esperienziali, rappresenta da sempre uno degli strumenti più potenti nella comunicazione umana. Milton H. Erickson ha dimostrato come la struttura stessa del linguaggio attraverso metafore, ambiguità, pacing e leading possa indurre modificazioni percettive e cognitive senza ricorrere necessariamente a protocolli formali di induzione ipnotica [2]. Oggi, i sistemi di AI generativa sono in grado di replicare molti di questi pattern linguistici con una precisione e una scalabilità inedite. Ciò solleva interrogativi fondamentali: come cambia la natura della suggestione quando è mediata da un algoritmo? Quali opportunità si aprono per professionisti della comunicazione, del coaching e della psicoterapia? E, soprattutto, quali responsabilità etiche emergono quando strumenti così potenti diventano accessibili su larga scala?

L'ipotesi di fondo che sostiene questo lavoro è che l'intelligenza artificiale non debba essere intesa come un ipnotista digitale, ma piuttosto come un amplificatore cognitivo: un sistema che potenzia le capacità comunicative umane, rendendo più efficiente la creazione di contenuti suggestivi, mantenendo però il controllo creativo, etico e clinico nelle mani del professionista umano. L'AI generativa, infatti, non possiede intenzionalità, empatia genuina, né capacità di adattamento relazionale in tempo reale; tutte qualità

essenziali in qualsiasi intervento che coinvolga la suggestione e la modifica degli stati di coscienza. Tuttavia, la sua capacità di generare rapidamente testi, immagini e contenuti audio coerenti con specifiche intenzioni comunicative la rende uno strumento straordinario per la progettazione di esperienze immersive, script ipnotici, visualizzazioni guidate e materiali psicoeducativi.

Questo libro nasce, dunque, dall'esigenza di fornire una mappa concettuale e operativa per chi desidera esplorare questo nuovo territorio con rigore scientifico e consapevolezza etica. Non si tratta di un manuale tecnico per sviluppatori di AI, né di un testo clinico riservato a psicoterapeuti: è piuttosto un'opera interdisciplinare, che dialoga con la psicologia, le scienze cognitive, l'informatica e le scienze della comunicazione, offrendo strumenti teorici e pratici per comprendere e utilizzare l'AI generativa in contesti di comunicazione ipnotica e suggestiva. Il pubblico ideale include coach, formatori, comunicatori professionali, psicologi e counselor interessati a integrare queste tecnologie nel proprio lavoro, ma anche ricercatori e studenti che desiderano comprendere le implicazioni di questa convergenza emergente tra tecnologia e mente.

### **Motivazioni personali e professionali**

La nostra esperienza professionale si colloca all'incrocio tra la pratica clinica, la formazione in comunicazione ipnotica e l'esplorazione delle tecnologie emergenti. Da anni ci occupiamo di linguaggio, suggestione e stati di coscienza, sia in contesti terapeutici che formativi, e abbiamo osservato con crescente interesse l'evoluzione dei sistemi di intelligenza artificiale. Quando, nel 2022, modelli come GPT-3.5 e successivamente GPT-4 hanno iniziato a dimostrare capacità linguistiche senza precedenti, è diventato evidente che si stava aprendo una nuova fase nella relazione tra tecnologia e comunicazione persuasiva. Non si trattava più di semplici chatbot o assistenti virtuali: questi sistemi erano in grado di produrre narrazioni complesse, metafore articolate, progressioni semantiche fluide; tutte caratteristiche centrali nella comunicazione ipnotica.

La motivazione principale che ha spinto la scrittura di questo libro è stata la constatazione di un vuoto: mentre la letteratura sull'AI generativa cresceva rapidamente in ambito tecnico e commerciale, mancava un'analisi rigorosa e approfondita delle sue implicazioni

nel campo della suggestione e della comunicazione ipnotica. Esistevano, e continuano a esistere, numerosi contenuti divulgativi, spesso di stampo commerciale, che promettono applicazioni miracolistiche dell'AI in ambito psicologico e formativo, ma senza una base teorica solida né una riflessione etica adeguata. Al tempo stesso, il mondo accademico e clinico sembrava poco interessato o addirittura diffidente nei confronti di queste tecnologie, talvolta liquidandole come meri strumenti di automazione priva di valore scientifico.

Questa polarizzazione ci è sembrata insufficiente e poco produttiva. L'AI generativa, se compresa e utilizzata con competenza, può rappresentare un'estensione significativa delle capacità comunicative umane, accelerando processi creativi, personalizzando contenuti su larga scala e rendendo accessibili tecniche di comunicazione ipnotica a professionisti che, altrimenti, non avrebbero le risorse per svilupparle autonomamente. Allo stesso tempo, è innegabile che questi strumenti portino con sé rischi reali: la possibilità di manipolazione inconsapevole, la creazione di dipendenza da contenuti immersivi, la diffusione di pratiche pseudoscientifiche mascherate da innovazione tecnologica [3]. Scrivere questo libro è stato, dunque, un modo per affrontare queste tensioni in modo esplicito e costruttivo.

Sul piano personale, il confronto con l'AI generativa ha rappresentato anche una sfida intellettuale stimolante. Esplorare le capacità di questi sistemi ci ha costretto a esplicitare molte delle assunzioni implicite che guidano la nostra pratica comunicativa. Domande come cosa rende efficace una metafora, come si struttura una progressione ipnotica, quali elementi linguistici favoriscono l'assorbimento attentivo sono diventate centrali non solo per comunicare con l'AI, ma anche per affinare la nostra comprensione teorica della suggestione. In questo senso, l'AI ha funzionato anche come specchio epistemologico: una tecnologia che ci ha permesso di riflettere in modo più consapevole sui meccanismi che utilizziamo quotidianamente nel nostro lavoro.

### **Perché l'AI cambia radicalmente il modo di usare la suggestione**

L'intelligenza artificiale generativa introduce un cambiamento paradigmatico nella produzione e nella diffusione di contenuti suggestivi. Tradizionalmente, la creazione di script ipnotici, visualizzazioni guidate, metafore terapeutiche o narrazioni immersive

richiedeva competenze linguistiche avanzate, creatività narrativa e una profonda conoscenza dei meccanismi psicologici alla base della suggestione. Questi processi erano intrinsecamente artigianali: ogni professionista sviluppava nel tempo un repertorio personale di tecniche, immagini e pattern comunicativi, spesso attraverso anni di pratica e supervisione. L'AI generativa, invece, rende possibile la produzione rapida e su larga scala di contenuti linguistici complessi, riducendo drasticamente i tempi di creazione e permettendo un livello di personalizzazione prima impensabile.

Uno degli elementi più rilevanti è la capacità dei modelli generativi di produrre continuità semantica e coerenza narrativa senza soluzione di continuità. Un LLM può sviluppare una metafora estesa mantenendo costante il campo semantico, modulare il ritmo di un testo in base a indicazioni precise, e integrare elementi di pacing linguistico (ricalco del linguaggio del cliente) in modo sistematico. Questa fluidità rappresenta un vantaggio significativo rispetto alla scrittura manuale, che richiede sforzo cognitivo continuo per mantenere coerenza interna e progressione ipnotica. In termini tecnici, i modelli generativi operano attraverso meccanismi di predizione probabilistica basati su enormi corpi testuali, il che li rende particolarmente efficaci nel riprodurre pattern linguistici ricorrenti inclusi quelli tipici della comunicazione ipnotica [4].

Un secondo aspetto cruciale riguarda la multimodalità. Mentre in passato la creazione di contenuti ipnotici si limitava prevalentemente al testo scritto o alla voce registrata, oggi l'AI permette di generare simultaneamente testi, immagini, audio e persino video. Questo apre possibilità inedite per la costruzione di esperienze immersive che integrano più canali sensoriali, amplificando l'effetto suggestivo complessivo. Un esempio concreto: è possibile progettare una sessione di visualizzazione guidata in cui il testo ipnotico viene generato dall'AI, convertito in audio con voce sintetica modulata per favorire stati di rilassamento, e accompagnato da immagini simboliche create mediante modelli text-to-image. Tutto questo può essere realizzato in poche ore, laddove in passato avrebbe richiesto settimane di lavoro coordinato tra scrittori, speaker professionisti e designer.

Tuttavia, il cambiamento più profondo non è tecnologico, ma concettuale. L'AI generativa costringe a ripensare il ruolo del professionista: non più (solo) creatore diretto di contenuti, ma progettista di processi comunicativi, curatore di esperienze e garante etico

della qualità e della sicurezza. Il passaggio fondamentale è dall'esecuzione alla strategia: mentre l'AI si occupa della produzione materiale, il professionista definisce obiettivi, sceglie strutture narrative, calibra intensità suggestive, verifica coerenza clinica e contestuale. Questa riconfigurazione del lavoro richiede nuove competenze: la capacità di formulare prompt efficaci (prompt engineering), di valutare criticamente gli output generati, di integrare contributi umani e automatici in modo armonioso, e di mantenere sempre una postura riflessiva rispetto ai limiti e ai rischi dell'automazione [5].

Infine, l'AI democratizza l'accesso a strumenti un tempo riservati a pochi. Un coach con formazione di base in comunicazione ipnotica può ora creare materiali di qualità professionale senza necessariamente possedere competenze avanzate in scrittura creativa o produzione audio. Questo solleva questioni etiche rilevanti: da un lato, aumenta la diffusione di pratiche potenzialmente benefiche; dall'altro, riduce le barriere all'ingresso, rendendo possibile l'uso improprio o superficiale di tecniche delicate. È proprio per questo motivo che riteniamo essenziale un approccio formativo rigoroso e consapevole.

### **Avvertenze etiche e legali**

Questo libro non è un manuale clinico e non sostituisce in alcun modo la formazione specialistica in psicoterapia, ipnosi clinica o counseling. Le tecniche e gli strumenti descritti sono pensati per professionisti che operano in contesti di comunicazione, coaching e crescita personale, e devono essere utilizzati sempre nel rispetto dei limiti della propria competenza professionale e delle normative vigenti. L'uso della suggestione, anche quando mediato da tecnologia, implica una responsabilità diretta nei confronti delle persone con cui si lavora. La capacità di influenzare stati di coscienza, orientare l'attenzione e facilitare cambiamenti esperienziali richiede non solo competenza tecnica, ma anche integrità etica, consapevolezza dei propri limiti e disponibilità a supervisionare costantemente il proprio operato.

Sul piano legale, è fondamentale precisare che in molti paesi l'uso dell'ipnosi in ambito terapeutico è regolamentato e riservato a professionisti sanitari abilitati (medici, psicologi, psicoterapeuti). Anche quando non si utilizzano formalmente tecniche ipnotiche, ma si lavora con linguaggio suggestivo, visualizzazioni guidate o contenuti immersivi, è

necessario operare sempre all'interno del proprio ambito di competenza professionale. Un coach non può fare psicoterapia; un formatore non può trattare sintomi clinici; un comunicatore non può sostituirsi a un professionista sanitario. L'AI, per quanto potente, non modifica questi confini: anzi, li rende ancora più rilevanti, poiché facilita la creazione di contenuti che potrebbero oltrepassare i limiti di competenza se utilizzati senza discernimento [6].

Sul piano etico, emergono questioni centrali legate al consenso informato e alla trasparenza. Quando si utilizzano contenuti generati da AI in contesti di coaching, formazione o supporto psicologico, è importante che le persone coinvolte siano consapevoli della natura di questi strumenti. Non si tratta di nascondere l'uso dell'AI, ma di contestualizzarlo in modo appropriato: i clienti hanno il diritto di sapere che i materiali utilizzati sono stati creati con il supporto di sistemi automatici, pur essendo stati selezionati, personalizzati e validati dal professionista umano. Questo principio di trasparenza è coerente con le linee guida internazionali sull'uso etico dell'AI in ambito psicologico e formativo [7].

Un'altra dimensione etica riguarda la vulnerabilità cognitiva. Le persone che si rivolgono a professionisti per percorsi di crescita personale, cambiamento di abitudini o supporto emotivo si trovano spesso in stati di particolare apertura e recettività. L'uso di tecniche suggestive potenziate dall'AI amplifica il potere comunicativo del professionista, ma anche la sua responsabilità. È essenziale evitare qualsiasi forma di manipolazione, garantire che i contenuti siano sempre orientati al benessere della persona, e mantenere un atteggiamento di rispetto profondo verso l'autonomia e la dignità del cliente. La suggestione etica è quella che facilita consapevolezza, non dipendenza; che promuove autonomia, non condizionamento; che rispetta i tempi e i limiti della persona, senza forzature.

Infine, è importante sottolineare che l'AI generativa presenta limiti strutturali che devono essere sempre considerati. I modelli attuali non possiedono comprensione semantica profonda, empatia genuina, capacità di adattamento relazionale in tempo reale, né sensibilità ai segnali non verbali che sono fondamentali in qualsiasi interazione umana autentica. L'AI può produrre testi tecnicamente corretti ma emotivamente inappropriati,

metafore formalmente coerenti ma clinicamente inadeguate, contenuti apparentemente empatici ma privi di autenticità relazionale. Per questo motivo, la revisione umana è sempre obbligatoria, e il giudizio professionale deve rimanere centrale in ogni fase del processo. Questo libro è scritto partendo dal presupposto che l'AI è uno strumento, non un sostituto; un amplificatore, non un decisore; un supporto, non un professionista. E come ogni strumento potente, richiede competenza, responsabilità e costante vigilanza etica.



# CAPITOLO 1: Introduzione

## 1.1 Cosa si intende per intelligenza artificiale ipnotica

Il termine intelligenza artificiale ipnotica richiede una definizione precisa per evitare fraintendimenti concettuali e applicativi. Non ci riferiamo, in questa sede, a sistemi di AI capaci di indurre stati ipnotici in senso clinico, né tantomeno a macchine dotate di capacità ipnotiche autonome. Piuttosto, intendiamo descrivere l'uso consapevole e strategico di sistemi di intelligenza artificiale generativa per la creazione, l'ottimizzazione e la distribuzione di contenuti comunicativi che incorporano principi, strutture e pattern tipici della comunicazione ipnotica ed ericksoniana. In altre parole, l'AI diventa uno strumento al servizio del professionista umano per amplificare l'efficacia suggestiva della comunicazione, mantenendo sempre il controllo progettuale, etico e relazionale nelle mani dell'operatore.

La comunicazione ipnotica, nella tradizione ericksoniana, non si limita all'induzione formale di trance, ma comprende un ampio repertorio di tecniche linguistiche orientate a facilitare stati di attenzione focalizzata, assorbimento immaginativo e apertura al cambiamento [8]. Questi stati non sono necessariamente alterati in senso forte, ma piuttosto rappresentano modalità particolari di elaborazione dell'informazione, caratterizzate da ridotta attività critica, maggiore recettività alle suggestioni indirette e accesso facilitato a risorse immaginative e simboliche. Il linguaggio ipnotico opera attraverso meccanismi come il pacing (ricalco dell'esperienza soggettiva), il leading (guida verso nuove esperienze), l'uso di metafore trasformative, l'ambiguità produttiva, la ridondanza semantica e la progressione narrativa controllata [9].

I modelli di intelligenza artificiale generativa, in particolare i Large Language Models, presentano caratteristiche strutturali che li rendono particolarmente adatti alla produzione di questo tipo di linguaggio. Innanzitutto, la loro architettura basata su meccanismi di attenzione (attention mechanisms) consente di mantenere coerenza semantica su lunghi archi narrativi, generando testi che presentano continuità tematica, progressione logica e fluidità stilistica. Questo è essenziale per la creazione di script ipnotici, che richiedono sviluppo graduale, ridondanza controllata e assenza di discontinuità narrative che

potrebbero interrompere l'assorbimento attentivo [4]. In secondo luogo, i LLM sono addestrati su enormi corpi testuali che includono, tra le altre cose, narrazioni letterarie, testi poetici, contenuti meditativi e materiali psicoeducativi: tutti ambiti in cui la dimensione suggestiva del linguaggio è centrale.

Un esempio concreto può chiarire il concetto. Supponiamo di voler creare uno script di visualizzazione guidata per un percorso di coaching orientato alla gestione dello stress. Tradizionalmente, il professionista dovrebbe scrivere manualmente il testo, prestando attenzione a elementi come il ritmo delle frasi, l'uso di immagini sensoriali, la progressione dal concreto all'astratto, l'integrazione di suggestioni permissive (potresti notare..., forse ti accorgi...) e la costruzione di una narrativa che conduca gradualmente verso uno stato di rilassamento. Utilizzando un sistema di AI generativa, è possibile fornire istruzioni strutturate (prompt) che guidino il modello nella generazione di un testo con queste caratteristiche. Il prompt potrebbe specificare: tono calmo e rassicurante, uso di metafore naturali (acqua, alberi, montagne), progressione da immagini visive a sensazioni corporee, inclusione di pause suggerite, linguaggio permissivo anziché direttivo. L'AI produce quindi un primo draft che il professionista rivede, personalizza e adatta al contesto specifico del cliente.

È fondamentale sottolineare che l'AI non fa ipnosi: l'ipnosi è un processo relazionale che richiede presenza, adattamento in tempo reale, lettura dei segnali non verbali e sintonizzazione empatica: tutte dimensioni che i sistemi attuali non possiedono. Ciò che l'AI può fare è generare materiali comunicativi che incorporano principi ipnotici, i quali saranno poi utilizzati dal professionista in contesti relazionali appropriati. L'intelligenza artificiale ipnotica è quindi una pratica ibrida: combina la capacità computazionale di generare linguaggio coerente e suggestivo con la competenza umana di progettare, contestualizzare, personalizzare e validare eticamente questi contenuti. È uno strumento di potenziamento, non di sostituzione.

## 1.2 Perché il termine è metaforico e non clinico

L'uso del termine ipnotica in questo contesto è deliberatamente metaforico e richiede precisazioni importanti per evitare derive pseudoscientifiche o applicazioni inappropriate.

Nella letteratura scientifica e clinica, l’ipnosi è definita come un processo interattivo in cui un professionista qualificato utilizza procedure specifiche per facilitare stati di coscienza caratterizzati da attenzione focalizzata, ridotta consapevolezza periferica e maggiore responsività alle suggestioni [10]. Questo processo è intrinsecamente relazionale: l’efficacia ipnotica dipende dalla qualità della relazione terapeutica, dalla capacità del clinico di adattarsi in tempo reale alle risposte del cliente, e dall’integrazione di comunicazione verbale e non verbale. Un sistema di AI, per quanto sofisticato, non può replicare questa dimensione intersoggettiva.

Quando parliamo di intelligenza artificiale ipnotica, ci riferiamo invece all’applicazione di principi linguistici e comunicativi derivati dalla tradizione ipnotica alla progettazione di contenuti generati da AI. È una pratica che si colloca nell’ambito della comunicazione persuasiva, del coaching, della psicoeducazione e della creazione di esperienze immersive, ma che non sostituisce l’ipnosi clinica né può essere equiparata a essa. La metafora è utile perché evidenzia le somiglianze strutturali tra certi pattern linguistici prodotti dall’AI e quelli utilizzati nella comunicazione ipnotica (continuità semantica, ridondanza, metafore, progressione narrativa), ma sarebbe fuorviante interpretarla come un’affermazione di equivalenza funzionale.

Una delle principali differenze riguarda la dimensione dell’adattamento dinamico. In un’interazione ipnotica autentica, il professionista osserva continuamente le risposte del cliente: micromovimenti, cambiamenti nel ritmo respiratorio, modificazioni nell’espressione facciale, variazioni nel tono della voce: e modula la propria comunicazione di conseguenza. Questo feedback loop in tempo reale è essenziale per calibrare l’intensità suggestiva, modificare le metafore se non risuonano, rallentare o accelerare il ritmo in base allo stato del cliente. Un contenuto generato da AI, per quanto ben progettato, è statico: non può adattarsi alle risposte individuali, non può percepire segnali di disagio o sovraccarico, non può modificare la propria strategia comunicativa in corso d’opera [11].

Un secondo aspetto critico riguarda l’intenzionalità e la responsabilità etica. L’ipnosi clinica è sempre orientata al benessere del cliente, inserita in un contesto terapeutico definito, guidata da obiettivi concordati e sottoposta a supervisione professionale. L’AI,

invece, non possiede intenzionalità: genera contenuti sulla base di pattern statistici appresi durante l'addestramento, senza alcuna comprensione del significato o delle implicazioni di ciò che produce. Questo significa che un testo apparentemente ipnotico generato dall'AI potrebbe contenere suggestioni inappropriate, metafore inadeguate o progressioni narrative che, in determinati contesti, potrebbero risultare controproducenti o addirittura dannose. È per questo motivo che la revisione umana è sempre obbligatoria: solo un professionista competente può valutare l'adeguatezza clinica, etica e contestuale di un contenuto suggestivo.

Chiarire che il termine è metaforico serve anche a prevenire fraintendimenti commerciali. Esiste il rischio concreto che l'espressione AI ipnotica venga utilizzata in modo sensazionalistico per promuovere applicazioni dubbie, come app che promettono di ipnotizzare automaticamente gli utenti o servizi che millantano capacità terapeutiche senza basi scientifiche. Questo libro adotta una postura critica e rigorosa proprio per distinguersi da queste derive: l'AI può essere uno strumento prezioso per professionisti competenti, ma non è una scorciatoia magica e non può sostituire formazione, esperienza e responsabilità umana. Il termine ipnotica è una lente interpretativa, non una promessa di performance clinica.

### 1.3 Comunicazione, attenzione e immaginazione

Al centro dell'incontro tra intelligenza artificiale e comunicazione ipnotica si trovano tre processi cognitivi fondamentali: comunicazione, attenzione e immaginazione. Comprendere come questi processi interagiscono è essenziale per utilizzare l'AI in modo efficace e responsabile. La comunicazione, in senso lato, non è semplice trasmissione di informazioni, ma co-costruzione di significati condivisi attraverso processi simbolici, linguistici e relazionali. Quando comunichiamo, non trasferiamo contenuti da una mente all'altra, ma creiamo contesti interpretativi che permettono all'interlocutore di costruire rappresentazioni mentali coerenti con le nostre intenzioni comunicative [12]. Nella comunicazione ipnotica, questo processo è intenzionalmente orientato verso la facilitazione di stati esperienziali specifici: rilassamento, concentrazione, immersione immaginativa, apertura al cambiamento.