

6. SOUHRN

Současná hypnologie je charakterizována třemi hlavními proudy. Jednak se zabývá hypnózou jako terapeutickou metodou (a v této oblasti má nejdelší tradice), jednak je hypnóza používána jako metoda pro výzkum psychických stavů a procesů, které pomáhá modelovat, a konečně je hypnóza zkoumána jako jev sui generis. Další charakteristikou moderního výzkumu hypnózy je důraz na metodologické otázky, neboť jen touto cestou lze dojít k pregnantním výsledkům, nezatíženým nekontrolovanými chybami.

Vztahově interpersonální či motivační teorie tvoří jednu velkou skupinu výkladových principů, jiní autoři chápou hypnózu jako stav. Avšak i v rámci odlišných přístupů je patrný posun k multifaktoriálním koncepcím hypnózy, které vzhledem k současné úrovni poznatků nejlépe postihují širokou paletu hypnotických jevů.

Stejně tak sugestibilita je pojímána buď jako schopnost individua reagovat na sugesci nebo naopak jako sociální proces. Klasické Eysenckovo dělení sugestibility na primární, sekundární a terciární je nahrazováno sugestibilitou motorickou, „nemožností odporovat výzvě“ a senzorio-fantazijní sugestibilitou.

Ke klíčovým bodům výzkumu hypnózy i hypnoterapeutické praxe patří otázka hypnability. Opět je definována buď jako schopnost, nebo jako vztah. Incidenci hypnability v populaci byla v posledních letech věnována pozornost vzhledem k existenci kvalitních měřicích nástrojů. V našich zemích však nejsou k dispozici moderní údaje, proto se věnujeme těmto otázkám. Uvádíme přehled nejnovějších škál hypnability, jejich charakteristiky i jejich vzájemné vztahy. Je patrný posun od čistě psychometrických škál k měřicím nástrojům orientovaným více klinicky a použitelným nejen v laboratoři, ale i v ordinaci. Tak se opět začínají sblížovat experimentální a terapeutická hypnóza, které se v letech po druhé světové válce odlišovaly stále více, neboť závěry platné pro jednu z nich se často jen omezeně týkaly druhé varianty. Pro zkoumání distribuce hypnability u dvou vzorků naší populace jsme použili standardizovanou Harvardskou skupinovou škálu hypnability a srovnali naše nálezy s původními

normami a s výsledky zahraničních šetření. Náš soubor středoškoláků dosahuje v průměru vyšší hypnability než soubor vysokoškolských absolventů, frekventantů kursů hypnózy. Rozdíl interpretujeme jako vliv věku a odlišných motivačních faktorů. Z analýzy pořadí obtížnosti položek vyplývá, že nejobtížnější jsou sugesce kognitivní disociace, častěji se realizovaly sugesce typu „nemožnosti odporovat výzvě“ a relativně nejsnazší jsou ideomotorické sugesce.

Do popředí vystupuje význam charakteristik hypnotizovaných osob, a to nejen jejich relativně trvalé osobnostní vlastnosti, ale i postoje determinanty chování. Emocionální stránce postojů říkáme v souvislosti s hypnózou očekávání, kognitivní procesy je charakterizována prekoncepte. Tu definujeme jako souhrn představ, vědomostí a názorů dané osoby na hypnózu. Na jejím vytváření se podílí více faktorů. Silně působí prostředky masové komunikace, jiným zdrojem je shlédnutí modelové situace. Prekoncepte ovlivňuje nejen úroveň hypnability subjektu, ale i jeho chování v hypnóze a realizaci určitých hypnotických fenoménů. Je diskutována otázka vzájemného vztahu prekoncepte se situačními faktory, zejména s použitou indukční procedurou.

U 120 středoškoláček jsme dotazníkovou formou zjišťovali, jaké jsou zdroje informací o hypnóze, co si pod tímto pojmem představují, jaké vlastnosti hypnóze připisují a konečně jaké osobnostní vlastnosti by měl podle nich mít hypnotizér a hypnotizovaná osoba. Výsledky šetření prokázaly nedostatečnou informovanost a absenci seriózních zdrojů informací o dané problematice. Na druhé straně jsme zjistili, že osoby s adekvátními a realistickými názory jsou vstřícnější vůči hypnóze a terapeutické užití hypnózy má u nich větší možnosti.

Hypnóza je natolik různorodým fenoménem, že potřeba její typologie je již starého data. Zaměřili jsme se na dělení hypnózy podle kritéria podobnosti se spánkem či bděním (spánková a bdělá hypnóza) a podle aktivity hypnotického chování (aktivní a pasivní hypnóza). Tradiční spojování hypnózy s inhibicí a se spánkem bylo korigováno elektroencefalografickými studiemi, které přinášejí záznamy podobné bdělému stavu, i manifestním chováním hypnotizovaných osob. Jsou referovány experimenty, které prokázaly existenci hypnózy bez útlumových projevů.

Zkoumání aktivní-bdělé hypnózy má teoretický význam pro obecnou psychologii a psychopatologii i praktický význam pro terapeutickou praxi. Pokusy s učením v hypnóze, s nácvikem koncentrace i redukování a odstraňování depresivní symptomatologie jsou jen některými příklady možnosti využití aktivní-bdělé hypnózy. Vznik určitého typu hypnotického chování je ovlivňován prekonceptí hypnózy, druhem použité hypnotizační procedury, hypnabilitou pokusné osoby, osobnostními vlastnostmi pokusných subjektů, implicitními požadavkovými charakteristikami jednotlivých sugescí a záměrným tréninkem.

Ověřovali jsme vliv prekoncepte na aktivitu vnějšího hypnotického chování. Protože dřívější vícefaktoriální experimenty nepřinášely jednoznačné výsledky, byl použit jednoduchý klasický projekt s jednou nezávisle a jednou závisle proměnnou. Ostatní proměnné byly kontrolovány. Metodologická stavba pokusu vylučovala vliv předpojatosti experimentátora na výsledky.

Ze 234 studentů bylo na základě testů bdělé sugestibility vybráno 31 pokusných osob, které se zúčastnily vlastních pokusů. Polovina osob obdržela výklad, že hypnóza je bdělý aktivní stav, a druhá část výklad hypnózy v termínech inhibice a spánku. Obě skupiny byly hypnotizovány neutrální tech-

nikou a jejich chování v hypnóze (evokované standardním souborem sugescí) hodnotili dva nezávislí pozorovatelé. Po ukončení hypnózy hodnotily pokusné osoby své chování na posuzovacích škálách.

Prokázali jsme vliv prekoncepce na typ chování v hypnóze. Sumací našich výsledků se závěry experimentů ověřujících vliv situačních proměnných na hypnotické chování vyplývá hypotetické tvrzení, že prekoncepce ovlivňuje jak navození hypnózy, tak i chování v hypnóze významněji než ostatní proměnné. Toto zjištění má praktické konsekvence pro terapeutickou praxi.

Byla potvrzena shoda mezi sebezposouzením a objektivním posouzením bdělé sugestibility i mezi jednotlivými druhy posuzování chování v hypnóze samotné. Schopnost pokusných osob hodnotit své hypnotické chování nejen na základě vnitřního prožitku, ale i tak, „jak to mohl vidět vnější pozorovatel“, svědčí pro disociační procesy v hypnóze a výsledek zapadá do Hilgardovy koncepce. Pro úplnost informací o faktorech ovlivňujících hypnotické chování by bylo vhodné samostatně ověřit ještě vliv indukční procedury bez interference s jinými proměnnými. Teprve zkompletování jednotlivých experimentálních výsledků však pomůže dokončit zmapování jedné stránky tak mnohotvárného jevu, jako je hypnóza.

