

Megjelent a Magyar Pszichológiai Szemle 2019/1-es száma!

INTERAKCIÓS SZEMLÉLETŰ HIPNÓZISKUTATÁSOK

A tematikus szám szerkesztői: Költő András és Józsa Emese

Interakciós szemléletű hipnóziskutatás: a hipnózis szociál-pszichobiológiai modelljének kísérleti háttere

Az 1980-as évektől kezdve az Eötvös Loránd Tudományegyetemen működő Hipnóziskutató Laboratórium olyan komplex vizsgálati paradigmát alkalmaz, amely a hipnotizált személy és a hipnotizőr viselkedéses, élménybeli, élettani és kapcsolati jellemzőit egyszerre, a két résztvevő közötti interakció fényében vizsgálja. Ezt a paradigmát – és az alapjául szolgáló szociál-pszichobiológiai hipnózismodellt – mutatja be a tematikus szám első tanulmánya, **Bányai Éva (ELTE)** írása. Bár az interakciós szempontú megközelítés idő- és munkaigényes, gyökeresen megújította mind a hipnózis elméleti, mind gyakorlati vonatkozásait, így a hipnózis terápiás alkalmazását is.

A Tudat Fenomenológiája Kérdőív magyar változatával szerzett tapasztalatok

Józsa Emese (ELTE), Költő András (ELTE; National University of Ireland Galway), Bányai Éva (ELTE) és Varga Katalin (ELTE) tanulmánya a Tudat Fenomenológiája Kérdőív (Pekala 1982, 1991) magyar adaptációját és a kérdőív alkalmazásával kapott eredményeket foglalja össze. A kérdőív a tudat módosulásának mértékét és a szubjektív élmények mintázatát méri, és nem csupán hipnózisban, hanem bármilyen más helyzetben is alkalmazható, ahol a tudatállapot módosulására számítunk, így lehetővé teszi a különféle módszerekkel létrehozott vagy spontán kialakuló módosult tudatállapotok szubjektív élményeinek összehasonlítását is. Felhasználási lehetőségeit irodalmi összefoglalóval és kutatócsoportunk korábbi eredményeiből származó példákkal szemléltetjük. Kutatócsoportunknak a kérdőívvel hipnózishelyzetben kapott eredményei közül az interakciós szemlélet szempontjából kiemelkedő, hogy a szubjektív élmények szintjén a hipnotizőrök ugyanolyan mértékű tudatállapot-módosulásról számolnak be, mint az alanyok.

Hipnotizőrök archaikus bevonódásának vizsgálata

Az alany hipnotizőrrel kapcsolatos áttételi érzelmi bevonódásának mérésére szolgáló Archaikus Bevonódási Skála már régóta rendelkezésünkre áll, azonban a hipnózis interaktív megközelítése alapján a hipnotizőr ilyen jellegű élményeinek mérésére is szükség van. **Bányai Éva (ELTE), Józsa Emese (ELTE) és Költő András (ELTE; National University of Ireland Galway)** tanulmánya az erre a célra általunk kialakított hipnotizőri Archaikus Bevonódási Skála bemutatását szolgálja, mely megfelelő pszichometriai mutatókkal rendelkezik. A két skála alkalmazásával lehetővé vált az alanyok és hipnotizőrök archaikus bevonódásának összevetése, mely nagyfokú hasonlóságra mutatott rá, míg az egyes hipnotizőrök archaikus bevonódása szignifikáns különbségeket mutatott. Eredményeink arra utalnak, hogy az alanyok hasonló erősségű archaikus bevonódást élnek át különböző hipnotizőrökkel, az egyes hipnotizőrök érzelmi viszonyulása azonban jelentősen eltérhet más-más alannal végzett laboratóriumi hipnózisok során. Ez a megfigyelés fontos adalékokat szolgáltat a hipnoterápiás kapcsolat jobb megértéséhez is.

A felnőttkori hipnotikus fogékonyság fejlődési és szocializációs meghatározói

Az alany és a hipnotizőr közötti kapcsolat bizonyos értelemben „újraéleszti” a gyermek–szülő viszonyt. Például a hipnoterapeuta (öntudatlanul vagy tudatosan) anyai vagy apai jellegű hipnózis-stílust alkalmazhat különböző klienseivel. Ennek ellenére keveset tudunk arról, hogy az alany szüleivel kapcsolatos emlékei befolyásolják-e hipnózisba való bevonódását. **Költő András (ELTE; National University of Ireland Galway), Józsa Emese (ELTE) és Bányai Éva (ELTE)** tanulmánya azokat a vizsgálatokat foglalja össze, amelyekben munkacsoportunk az alanyok szülei nevelési stílusára vonatkozó emlékek és a viselkedéses, fenomenológiai és kapcsolati hipnózis-dimenziók kapcsolatát elemezte. A szigorú, hideg, büntető szülőket felidéző alanyok félelemtelibb helyzetként élték meg a hipnózist, és igyekeztek elkerülni, hogy a hipnotizőr elégedetlen legyen velük. Ezeket az összefüggéseket azonban részben az alexitímiás érzelemfeldolgozás – az érzelmek azonosításának nehézsége – mediálja. A hipnoterápia megtervezéséhez segítséget jelenthet, ha a terapeuta az intervenciók megtervezése előtt felméri a kliens szüleivel kapcsolatos emlékeit.

Új kutatási eredmények aktív-éber hipnózisban: fenomenológiai, fiziológiai és endokrin elemzések

Bányai Éva az 1970-es években, Ernest R. Hilgard Stanford egyetemi hipnózis-laboratóriumában dolgozta ki az aktív-éber hipnózist, amivel bebizonyította, hogy hipnotikus módosult tudatállapot nem csak a hagyományos, relaxáción alapuló módszerrel, de aktivitás fokozásával is létrehozható. Számos vizsgálat bebizonyította, hogy relaxáció hipnózis során – különösen a közepes és erős fogékonyságú alanyok esetén – jelentős elmozdulás történik mind az alany, mind a hipnotizőr agyféltekei aktivitásában és pszichoendokrin folyamataiban. **Kasos Enikő (ELTE), Kasos Krisztián (ELTE), Józsa Emese (ELTE), Költő András (ELTE; National University of Ireland Galway), Bányai Éva (ELTE) és Varga Katalin (ELTE)** ebben a tanulmányban olyan vizsgálatokat mutatnak be, amelyek az elektrodermális aktivitás és az oxitocin- és kortizolszint elemzése révén alátámasztják, hogy az aktív-éber hipnózisban is megjelennek hasonló központi idegrendszeri és hormonális változások. Ezek erőssége összefügg az alany hipnázibilitásával és a módosult tudatállapot fenomenológiájával. Eredményeik alátámasztják, hogy az aktív-éber hipnózis is előidézi a hagyományos hipnózisban talált, kölcsönös idegéletteni és endokrin változásokat, s így a hipnoterápia fontos eszköze lehet.

A hipnotikus interakciók fenomenológiája

Varga Katalin (ELTE) tanulmánya elméleti megfontolásokat és empirikus adatokat mutat be a hipnotikus interakció résztvevői által átélt szubjektív élmények párhuzamos feldolgozásával kapcsolatban. Mindennek eredményeként a hipnotizőr és alanya élményeinek jellegzetes egybecsengése alapján a fenomenológiai szinkronit is az interakciós szinkronjelenségek körébe sorolhatjuk. A hipnózis szakirodalmán belül azonban még várat magára az áttörés az élmény-dimenzió kellő súlyú képviselőjében. Ennek éppen az az egyik oka, hogy egyelőre nagyon kevés empirikus kutatás van ezen a téren. Laboratóriumunknak a tanulmányban bemutatott nemzetközileg is elismert, ígéretes eredményei tehát hiánypótlónak tekinthetők. A modern anya-gyerek kutatásokat figyelembe véve a tanulmány konklúziója, hogy a hipnózis a kedvezőtlen korai élmények korrigálásának hatékony terápiás eszköze lehet.

Amennyiben a 2019/1. számot meg szeretné vásárolni, akkor kérjük írjon az alábbi email

címre: journals@akkr.hu

A különszám cikkei letölthetőek az alábbi linken keresztül:

[www.akademiai.com](https://akademiai.com)<https://akademiai.com/toc/0016/74/1>

Üdvözlettel,

Prof. Fülöp Márta

Magyar Pszichológiai Szemle főszerkesztője

fulop.marta@ttk.mta.hu

Saad Judit

Szerkesztőségi titkár

pszichoszemle@gmail.com