

Siła hipnozy

23 października 2022

Medycyna powoli odsłania zalety hipnozy, która od scenicznych występów kieruje się w stronę gabinetów lekarskich. Choć szarłatańskie popisy wielokrotnie nadwyrężały jej wiarygodność, hipnozę rozpoczęto z sukcesem stosować w wielu dziedzinach medycyny. Czy każdego da się jednak zahipnotyzować? Co decyduje o naszej podatności na hipnozę i jak działa mózg u osób będących w transie? Zjawisko to stawia przed badaczami wiele pytań i broni się przed dostarczeniem niektórych odpowiedzi.



David Oakley – emerytowany profesor z University College w Londynie, jest jednym z niewielu badaczy, którzy wierzą w to, że poważnie podchodząc do sprawy, jaką jest hipnoza pomogą podnieść jej wiarygodność zbrukaną przez szarlatanów i estradowe pokazy.

– Myślę, że hipnoza nie jest doceniania ani akceptowana – dodaje Irving Kirsch z University of Hull. Częściowo dzieje się tak z racji jaskrawych opisów prezentowanych w literaturze i filmie, które sprawiły, że zjawisko hipnozy odbiera się wciąż jako coś dziwnego i niewiarygodnego. Wiele ludzi nadal z niej szydzi.

Jednakże poza poprawianiem reputacji hipnozy, Oakley ma również na celu lepsze zrozumienie pewnych medycznych przypadłości. Chodzi o wykorzystywanie hipnozy w indukcji ich symptomów u osób zdrowych. Tworzenie takich „wirtualnych pacjentów” z objawami, które można dosłownie włączać i wyłączać za pomocą pstryknięcia palcami znacznie ułatwia zrozumienie i badania nad anormalną aktywnością mózgu, która je powoduje.

– To jak proces naprawiania – mówi Peter Halligan, neuropsycholog z Cardiff University. Cały mechanizm zaczyna doceniać się dopiero wtedy, kiedy rzeczy zaczynają się psuć.

W swych eksperymentach Halligan i Oakley skupili się na całej gamie dziwacznych przypadłości. Wśród nich znalazła się m.in. historyczna ślepota (kiedy to dana osoba traci wzrok mimo braku uszkodzeń narządu wzroku lub mózgu), paraliż historyczny (brak możliwości poruszania się mimo braku fizycznych uszkodzeń ciała), prozopagnozja (zaburzenie polegające na niemożności rozpoznawania twarzy), syndrom obcej kończyny (odczucie, że ręka lub noga żyją własnym niezależnym życiem) lub zespół Capgrasa (przekonanie, że osoby bliskie choremu zamienione zostały na ich sobowtórów). Wszystkie te przypadłości wedle opinii badaczy można wzbudzić w zdrowych ludziach jedynie za pośrednictwem hipnozy. Niektóre z nich to zaburzenia somatoformiczne, w przypadku których ludzie odczuwają objawy fizyczne mimo braku przyczyn.

Wszystkie są równie rzadkie a fakt, iż towarzyszą często osobom z innymi problemami, takimi jak depresja lub schizofrenia sprawia, że badania nad nimi są utrudnione.

HIPNOTYCZNA ELITA

Julia Russel, nauczycielka i była studentka Oakleya należy do tzw. elity hipnotycznej. Brała ona udział w ostatnich testach związanych z tzw. syndromem obcej kończyny. Swe doświadczenie opisuje ona jako zupełnie niezwykle. W czasie transu ręka

Russel poruszała się na różne sposoby. Potem zasugerowano jej, że do pokoju, w którym przebywa wejdzie badacz, który będzie chciał, aby jej ręka poruszała się. Gdy ten pojawił się, Russel mówi, że doznała dziwnego odczucia.

– Poczułam się pominięta – mówi. Eksperymentatorka chciała, aby moja ręka się poruszyła, a ja nie miałam w tym żadnego udziału – mówi. Było to tak, jakby jej myśli wpływały bezpośrednio na moje zachowanie, bez mojej interwencji.

Czy aktywność zahipnotyzowanego mózgu może rzeczywiście naśladować to, co dzieje się w umyśle osoby chorej? Jeśli tak, to czego możemy się dowiedzieć?

Oakley i Halligan przekonani są, że ich wirtualni pacjenci doświadczają pewnego rodzaju zmian w mózgu jak osoby realnie chore. Halligan mówi, w jaki sposób wzbudzili u jednego z ochotników sytuację, w której zasugerowano mu, że lewa część jego pola widzenia nie istnieje. Potem poprosili go o przerysowanie kilkunastu obiektów widocznych na kartce. Większość osób zahipnotyzowanych, których wprowadzano w podobny trans i dawano podobne zadanie, przerysowywała jedynie połowę widocznego obrazka, jednakże w tym jednym szczególnym przypadku ochotnik narysował jedynie prawą stronę każdego z przedmiotów. Podobnego zachowania można spodziewać się jedynie u osób cierpiących na zespół nieuwagi stronnej.

Halligan i jego koledzy zebrali grupę 12 studentów łatwo zapadających w trans, którym następnie albo zasugerowali, że ich noga jest sparaliżowana, albo powiedzieli im, aby udawali taki stan, a gdy uda im się oszukać badającego otrzymają za to nagrodę. Badacze nie zdawali sobie sprawy z tego, która część osób udaje paraliż aż do czasu, gdy spojrzeli oni na wykresy aktywności ich mózgów. Między aktywnością osób udających a zahipnotyzowanymi istniała spora różnica. Jeden z obszarów mózgu, kora okołoczołowa, która bierze udział w tłumieniu emocji, pozostawał wysoce aktywny.

Yann Cojan z Uniwersytetu Genewskiego próbował podobnego eksperymentu związanego z wmawianiem pacjentom, że ich lewe ręce są „sparaliżowane”. Badaczowi udało się odkryć, że wykresy pracy mózgu u osób zahipnotyzowanych różniły się znacznie od wykresów tych, którzy jedynie udawali trans.

Co więcej, obie grupy naukowców zauważyły pewne różnice w aktywności mózgu u osób z paraliżem hipnotycznym i tych z prawdziwymi przypadkami paraliżu histerycznego. Cojan, który natknął się na większe różnice twierdzi, że mimo faktu, że hipnoza stanowi interesujący temat do badań nie przyniesie najprawdopodobniej ulgi osobom cierpiącym na poważne schorzenia.

To, czy medycyna wykorzysta hipnozę jest kwestią czasu. Być może największy przełom związany będzie z przekonaniem wielu osób, iż jest to zjawisko realne.

CO, KTO I JAK?

Niektóre z opinii na temat hipnozy nie doceniają jej siły podobnie jak w przypadku placebo, które mimo faktu, że jest nieszkodliwą substancją pomaga wielu osobom. Ludzie z poważnymi poparzeniami, których bólu nie są zawsze w stanie uśmierzyć medykamenty uspokajają się po zastosowaniu hipnozy – mówi David Oakley.

Od 1996 roku Amerykański Narodowy Instytut Zdrowia uznaje hipnozę za skuteczną metodę walki z bólem, zaś ostatnie analizy potwierdziły jej skuteczność w chirurgii. Niektóre z badań wykazały, że hipnoza jest bardziej skuteczna od stosowania placebo.

Dla naukowców otwartą sprawą pozostaje to, czy istnieje określony wzorzec reagowania na hipnozę przez mózg. Najnowsze badania wskazują, że zahipnotyzowani ochotnicy mieli mniej rozproszone myśli, jednakże wciąż trudno określić, czy działa się tak wskutek hipnozy czy może technik relaksacyjnych, jakie

wykorzystuje się w jej zastosowaniu.

Najlepszym sposobem, aby przekonać się o swej własnej podatności na hipnozę jest wprowadzenie się w ten stan. Istnieje wiele skal (w tym Stanfordzka Skala Podatności Hipnotycznej) pozwalających określić to, w jaki sposób dana osoba jest skłonna do wejścia w stan hipnozy. Z kolei osoby, które silnie utożsamiają się z bohaterami książek czy filmów, wpadają w rodzaj transu w czasie uprawiania sportu czy posiadają w dzieciństwie wymyślonych przyjaciół są często skłonne do bycia zahipnotyzowanymi.

Niektóre z eksperymentów wskazują na fakt, że nasza podatność na hipnozę jest w nas głęboko zakorzeniona. W czasie badania przeprowadzonego na 50 osobach i polegającego na badaniu zmian ich podatności na hipnozę w czasie okazało się, że nawet po 25 latach nie zaszły u nich na tym polu wielkie zmiany. James Horton odnalazł nawet pewne ślady w budowie mózgu mogące wiązać się z tym, w jaki sposób dana osoba podatna jest na hipnozę. Inne badania sugerowały także, że skłonność do wchodzenia w ten stan może być dziedziczna, zaś jeszcze inna grupa naukowców starała się odkryć gen, który może za to odpowiadać.

Autor: Nicola Jones

Ilustracja: [geralt](#) (CC0)

Źródło zagraniczne: „New Scientist”

Źródło polskie i tłumaczenie: Infra.org.pl