

Előadás absztrakt:

Hipnózis hatása az érzelemszabályozásra: a pszichoszomatikus gyógyítás lehetséges háttérmechanizmusa

Bányai Éva

ELTE PPK Pszichológiai Intézet Affektív Pszichológia Tanszék

Az érzelem szabályozásában kulcsfontosságú, hogy az érzelmek kognitív-verbális válaszrendszere ne disszociálódjon a nyílt motoros vagy viselkedéses-kifejező válaszrendszertől és a rejtett testi-fiziológiai válaszrendszertől. Ehhez elengedhetetlen, hogy az általában automatikusan feldolgozott zsigeri ingerek tudatosíthatók legyenek.

A szerző munkacsoportja a hipnózis interakció több szempontú vizsgálata alapján leírt anyai hipnózisstílus esetén azt találta, hogy a hipnotizőr empatis tükröző reakciója a hipnotizáltat fokozatosan egyre érzékenyebbé teszi saját belső állapotaira. A kutatócsoport elektrofiziológiai vizsgálatokkal azt is kimutatta, hogy mély hipnózisban az automatikus információfeldolgozás jeleként elfogadott eltérési negativitás (EN) az éber állapotban megszokott jobb féltekei maximum helyett bal féltekei maximumot mutat, s ezzel együtt könnyebbé válik az automatikusan feldolgozott ingerek verbális megnevezése, tudatosítása.

A hipnoterápia egyik legkiemeltebb alkalmazási területe a pszichoszomatikus zavarok gyógyítása. A fenti kutatási eredmények azt a lehetőséget vetik fel, hogy a hipnózis azért olyan hatékony gyógyító eljárás ezeknél a betegségeknél, mert a hipnoterapeuta segíteni tud a többnyire alexithymiás pszichoszomatikus betegeknek zsigeri ingereik tudatosításában, érzelmi állapotaik verbális kifejezésében, mentalizációjában, s ezzel lehetővé válik a testi tünetek háttérében álló érzelmi feszültségek kognitív feldolgozása, végső soron az érzelmek hatékonyabb szabályozása.

Kulcsszavak: érzelemszabályozás, hipnózis, pszichoszomatikus zavarok, alexithymia, eltérési negativitás (EN), anyai hipnózisstílus.