

## RECENZJE

Ernest L. Rossi

HIPNOTERAPIA. PSYCHOBIOLOGICZNE MECHANIZMY UZDRAWIANIA

Wydawnictwo Zysk i Spółka, wyd. I polskie, Poznań 1995

Chociaż techniki hipnotyczne i sugestywne stosowano w leczeniu różnych schorzeń od tysięcy lat, hipnoterapia jako metoda leczenia budzi niezmiennie wiele kontrowersji. Część z nich dotyczy samego zjawiska hipnozy – nie jest ono jak dotąd dostatecznie zbadane, a pomiędzy badaczami występują różnice zdań na temat tego, czym jest hipnoza i jak można stwierdzić, czy taki stan w ogóle występuje. Jeżeli trudno odpowiedzieć na pytanie, **czym** jest hipnoza i na podstawie jakich wskaźników można stan ten odróżnić od nie-hipnozy (czyli stanu snu lub stanu czuwania), jeszcze więcej trudności następuje przy pytaniu, **jak** działa ona w sytuacji terapeutycznej. Z powodu trudności w zrozumieniu działania hipnozy wielu psychoterapeutów odrzuca ją całkowicie. Nie starają się więc zgłębić tej metody ani studiować książek, w których tytule znajduje się słowo „hipnoza”. Tymczasem książkę Ernesta Rossiego „Hipnoterapia. Psychobiologiczne mechanizmy uzdrawiania” należy wziąć do ręki koniecznie. Stanowi ona bezcenne źródło informacji dla wszystkich, którzy zajmują się relacją pomiędzy psychiką a ciałem, a więc chorobami psychosomatycznymi (którymi są, w świetle współczesnych badań, wszystkie choroby).

Rossi rozpoczyna od stawiania podstawowych dla każdego terapeuty pytań: w jaki sposób psychika wpływa na ciało? Gdzie znajduje się to połączenie? I – ostatecznie – czy istnieją metody modyfikacji tych oddziaływań, tak, że za pomocą metod psychologicznych można leczyć choroby somatyczne?

Zaczynając od odpowiedzi na ostatnie pytanie, Rossi dokonuje przeglądu badań i doniesień na temat szeroko pojętego efektu placebo w schorzeniach związanych z autonomicznym układem nerwowym, układem hormonalnym i układem odpornościowym, a także w uśmierzaniu bólu. Wyciąga wniosek, iż reakcja na podanie placebo „musi być istotnym składnikiem wszelkich sytuacji klinicznych”. Omawia też na podstawie badań Evansa, Orna i McGlashana relację między sugestią hipnotyczną a efektem placebo, twierdząc, że oba zjawiska zachodzą na poziomie psychobiologicznym, na którym pośrednikiem jest prawa półkula mózgowa.

Pytania: „w jaki sposób psychika wpływa na ciało?” i „gdzie znajduje się to połączenie”, stanowią centrum rozważań rozdziału drugiego. Rossi wprowadza w nim pojęcie „transdukcji informacji” odnoszące się do transformacji informacji z jednej formy w inną. Podobnie jak energia może przechodzić z jednej formy (np. mechanicznej) w inną (np. elektryczną), informacja może przechodzić z jednego poziomu (np. genetycznego) na inny (np. odpornościowy). Dokonując przeglądu badań z zakresu fizjologii, endokrynologii i psychoneuroimmunologii Rossi omawia rolę układu limbiczno-podwzgórzowego oraz innych obszarów mózgu z nim związanych w procesie wymiany informacji pomiędzy psychiką a ciałem.

Innym istotnym zagadnieniem, które porusza Rossi analizując psychobiologiczne mechanizmy uzdrawiania, jest pojęcie **uczenia się i zapamiętywania zależnego od stanu**. Podsumowuje on poglądy licznych autorów, którzy zajmowali się zjawiskiem dysocjacji i jego związkami z procesami zapamiętywania i uczenia się. Porównując wyniki badań McGaughy, który dowiódł, że hormony uwalniane w czasie stresu modulują zapamięty-

wanie i uczenie się w układzie limbicznym (szczególnie w obszarze jądra migdałowego i hipokampa), z poglądami Selyego, który uznał te same hormony za źródło zaburzeń psychosomatycznych, Rossi wysuwa hipotezę, iż każda sytuacja stresowa powoduje w istocie zmianę stanu świadomości, z którym związany jest szczególny rodzaj zapamiętywania, uczenia się i zachowania, dostępny wyłącznie w tym stanie. Stąd, zgodnie z poglądami Ericksona, objawy psychosomatyczne byłyby dysocjacjami psychoneurofizjologicznymi, które można usunąć na drodze resyntezy w hipnozie, która sama jest zmienionym stanem świadomości.

Dalsza część książki dotyczy praktycznego wykorzystania tych teoretycznych implikacji. W konsekwencji tego, że pamięć nie ma stabilnego charakteru, ale jest dynamiczną strukturą pobudzeń, Rossi uważa, że każde **docieranie** do zapomnianych treści jest jednocześnie **tworzeniem** nowego połączenia i w tym sensie stanowi proces terapeutyczny. Zgadza się tym samym z teoriami psychoanalitycznymi, choć opierając się na przesłankach neurofizjologicznych raczej niż psychologicznych. Korzystając z wprowadzonego wcześniej pojęcia transdukcji informacji, dokonuje analizy metod interwencji wszystkich współczesnych szkół psychoterapeutycznych z psychobiologicznego punktu widzenia. Według autora, większość procesów psychoterapeutycznych polega na zintegrowaniu „związanych ze stanem układów informacji”, które oddzieliły się od siebie. Przykładem tego są objawy psychosomatyczne, które nie mogą być wyrażone na poziomie werbalnym. Następnie Rossi opisuje szczegółowo procedury hipnotyczne, które mogą ułatwić docieranie do „związanych ze stanem zasobów” pacjenta. Posługuje się przy tym koncepcją rytmów ultradobowych, twierdząc, że ultradobowa faza spoczynku jest odpowiednikiem „naturalnego” stanu hipnozy, opisanego w jego wcześniejszych pracach. Uważa, że opór w hipnozie (i psychoterapii) może wynikać z oddziaływań terapeuty, który ignoruje ultradobowy rytm organizmu pacjenta, zamiast z nim współdziałać.

W kolejnych rozdziałach autor przygląda się dokładnie zagadnieniu przekazywania informacji pomiędzy psychiką a ciałem, analizując działanie układów autonomicznego, hormonalnego, odpornościowego i neuropeptydowego. Omawia przy tym niektóre objawy, problemy i choroby psychosomatyczne, które są z nimi najczęściej związane, przytaczając wielokrotnie doświadczenia z użyciem hipnozy, mające na celu modulację funkcji tych układów. Dowiadujemy się z tej części książki, w jaki sposób hipnoza może być wykorzystywana w leczeniu raka, alergii czy reumatoidalnego zapalenia stawów. Jednocześnie Rossi postuluje, że w zaburzeniach psychosomatycznych mogą mieć swój udział zakłócenia rytmu ultradobowego pacjenta. Opisuje także szczegółowo stosowaną przez Ericksona i jego naśladowców „zamięty symptom w sygnał”, dając wyraz przekonaniu, że choroba często stanowi przełamanie schematów funkcjonowania jednostki i tym samym umożliwia wprowadzenie zmian. Kończy klarownym podsumowaniem wszystkich twierdzeń na temat komunikacji psychiki z ciałem, które wcześniej przedstawił.

Niewątpliwą zaletą książki Rossiego jest to, że twierdzenia w niej zawarte opierają się na solidnych naukowych podstawach i na materiale doświadczalnym, często nieobecnym w innych opracowaniach zajmujących się wpływem psychiki na ciało. Po raz pierwszy Rossi opublikował swoją pracę w roku 1986, a więc zawarta w niej idea ścisłego wzajemnego wpływu i wymiany informacji między układami nerwowym, hormonalnym i odpornościowym była stosunkowo nowa. Stąd brakuje w niej doniesień o najnowszych odkryciach w dziedzinie neurologii, endokrynologii i immunologii, potwierdzających teorię wpływu psychiki na ciało. Nie umniejsza to jednak jej wartości dla wszystkich czytelników, którzy chcą dowiedzieć się podstawowych rzeczy na temat hipnozy i jej zastosowania w medycynie. Autor pisze: „Uczeni zastanawiają się, czy psychika może »przenosić góry«. W książce tej zajmujemy się kwestią o wiele skromniejszą: »czy psychika może przenosić cząsteczki«. Dokonując syntezy doświadczeń wielu badaczy, zajmujących się na przestrzeni dziesięcioleci tą kwestią, Rossi udziela odpowiedzi twierdzącej.

**Anna Trzcieniecka-Green**

Peter Randal, Jonathan Parker

## AUTYZM. JAK POMÓC RODZINIE

Tytuł oryginału: Supporting the Families of Children with Autism.

Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne 2001. Wydanie pierwsze w j. polskim, str. 286, bibliografia, indeks rzeczowy.

Praca poświęcona „Naszym rodzicom, kolegom i przyjaciółom”.

Książka jest rezultatem czterech lat pracy i badań naukowych, prowadzonych w Centrum Oceny i Wsparcia Rodzin, powstałym w 1994 roku przy uniwersytecie w Hull.

We wstępie do polskiego wydania została wysoko oceniona przez prof. H. Jaklewicz.

Autorzy prezentują najważniejsze wyniki badań dotyczących potrzeb rodzin dzieci autystycznych. Tekst podstawowy składa się z 9 rozdziałów, w których przedstawione są problemy rodziców wychowujących dzieci autystyczne z zespołami Kanner'a i Aspergera.

Rozdział 1 – „Coś jest nie w porządku z naszym dzieckiem” – zawiera zapis 7 przypadków rozpoznanych jako autyzm dziecięcy, co umożliwia rodzicom porównanie przytoczonego obrazu chorobowego z objawami u ich dziecka, oraz próbę odpowiedzi na pytanie „Co czują rodzice?” (str. 29). Omówiono w nim także czynniki stresogenne, ogólny wpływ autyzmu m.in. na rodziców i rodzeństwo, potrzeby rodziny oraz – szczegółowo – sprawy fizjologiczne i bezpieczeństwa fizycznego. Zwrócono uwagę na ważność przynależności i miłości, szacunku i sukcesu, na potrzeby procesów poznawczych i estetycznych oraz samodoskonalenia się, samospelnienia.

Niezwykle ważne miejsce zajmują w nim dane dotyczące stresu, odczuwanego przez ludzi dotkniętych autyzmem. Przytoczony jest przykład „cichego myślenia” osoby autystycznej: „Ja zawsze chciałem wiedzieć, jak wy myślicie, chciałem być taki jak wy, chciałem pasować do waszego świata” (str. 40), „świat w mojej głowie jest cichy i spokojny” (str. 41).

Dziecko autystyczne wymaga kontaktu ze specjalistami – ich pomoc jest niezbędna na wielu płaszczyznach wiedzy, między innymi psychologii społecznej, z której wywodzi się teoria etykietowania. „Nie należy lekceważyć tej teorii, gdyż słusznie przestrzega ona przed nadawaniem poszczególnym chorobom fałszywych etykiet” (str. 42).

Rozdział 2 – „Zaspokojone i nie zaspokojone potrzeby rodziny” – opisuje stany psychologiczne rodzin i ich stosunek do chorego dziecka, jego terażniejszości i przyszłości. Proponowane rodzinom postępowanie wobec chorego dziecka wymaga ich określonego przygotowania, niekiedy dla nich trudnego i wprost niemożliwego. Autorzy zalecają kontakty ze specjalistycznymi ośrodkami, zajmującymi się problemami autyzmu. W rozdziale tym zamieścili różne załączniki, mające ułatwić opiekę nad chorym dzieckiem, ze względu jednak na ich mnogość są one przydatne raczej dla specjalistów.

Rozdział 3 – „Diagnoza” – przekazuje znane powszechnie informacje o autyzmie, w dostępnej dla rodziców formie obrazu chorobowego, opisanego ponad 50 lat temu przez Kanner'a, który po raz pierwszy użył terminu „autyzm”. Zawiera także „Raport psychologiczny” (str. 103), przydatny dla pracowników placówek zajmujących się dziećmi z zaburzeniami rozwojowymi, nie tylko z autystycznymi. Autorzy opisują również przypadki zespołu Aspergera, podkreślając ich odrębność i podobieństwo. Zwracając uwagę na pracę z rodzicami, podają wskazówki, program zajęć z dzieckiem.

Rozdział 4 – „Pomyłki diagnostyczne i zaburzenia podobne do autyzmu” – jest jednym z ciekawszych rozdziałów omawianej książki. Do „worka autyzmu” wrzucane są różne

zaburzenia rozwojowe, co odbija się niekorzystnie na terapii dzieci. Około 32 proc. diagnoz stawianych przez specjalistów jest niejednoznacznych, „specjaliści, stawiając takie dwuznaczne i mylące diagnozy często komunikują je z wielką pewnością siebie i wydaje się, że doskonale wiedzą, o czym mówią” (str. 123), rozpoznając np. „tendencje autystyczne”, „częściowy autyzm” itp. Opisano dokładnie zespół Aspergera, który w praktyce jest mylnie rozpoznawany. Zespół ten został oficjalnie uznany dopiero w czwartej edycji DSM-IV, w 1994 r., choć występuje znacznie częściej (u 2 025 osób na 10 000) niż „klasyczny” autyzm (występujący u 4 osób na 10 000) (str. 131).

Temat „Wpływu autyzmu na rodziców” rozbito na dwa rozdziały 5 i 6. Obejmują one teoretyczne i praktyczne dane oraz doświadczenia samych rodziców, wychowujących dzieci autystyczne. Zawierają także opis relacji między zdrowym rodzeństwem a chorym dzieckiem i ich przystosowanie do istniejących warunków bytowania w rodzinie.

Rozdział 7 – „Rodzina a zachowania trudne” – rozwija i uzupełnia poprzednie rozważania, z zaznaczeniem ważności behawioralnej i systemowej terapii. Dokładnie są opisane doświadczenia rodziców i ich własne wypracowania strategii radzenia sobie z trudnymi zachowaniami swoich dzieci.

Rozdział 8 – „Strategia dotycząca nauczania” – porusza niezmiernie ważny problem. Każde dziecko od samego początku swego rozwoju jest nauczane. W przypadku dzieci autystycznych nauczanie jest niezwykle trudne lub wręcz niemożliwie. W tym rozdziale znajduje się wiele wskazówek dotyczących nauczania dzieci w domu, przedszkolu, szkole, w klasach integracyjnych. Interesujące dane zawarte są w części mówiącej o uczniach dobrze funkcjonujących, wśród których znajdują się dzieci z zespołem Aspergera. Przytoczona jest również „metoda łagodnego nauczania”, stosowana w Holandii, a także metoda Lovaasa „intensywne behawioralne podejście” z zaznaczeniem pozytywnych i negatywnych cech takiej terapii.

Rozdział 9 – „Autyzm a dojrzewanie” – omawia problem zachowywania się osób dorosłych z zespołami autystycznymi. Rodzice skarżą się, że ośrodki specjalistyczne, do których uczęszczały ich obecnie dorosłe dzieci, stosują ogólne metody terapeutyczne, nieprzystosowane do specyficznych potrzeb ludzi autystycznych. Nie uwzględniają ich hormonalnego dojrzewania i związanego z tym okresem rozwojowym emocjonalnego napięcia.

Ten ostatni rozdział jest najważniejszy, gdyż problemy chorych autystycznych nie kończą się w dzieciństwie, lecz towarzyszą im przez całe życie. Od dorosłego chorego otoczenie wymaga dojrzałości, często zapominając, że nie można od niego oczekiwać zachowań zdrowego człowieka. Nadmierne wymagania mogą pogorszyć i bez tego trudności w życiu codziennym chorego. Szczególnie drażliwym problemem jest seksualność. Spędza on sen z powiek rodziców dorastających dzieci. Niewykwalifikowani pracownicy całodobowych ośrodków opiekuńczych zupełnie go ignorują (str. 243). Na końcu tego rozdziału są wskazówki, mające na celu ułatwienie rodzicom i opiekunom chorych poradzenie sobie z tym trudnym, często wstydlivym problemem.

Książka P. Randala i J. Parkera może być zalecona rodzicom chorych na autyzm dzieci po uprzednim ich przygotowaniu przez specjalistów – lekarzy, psychologów, pedagogów placówek specjalistycznych – i dobraniu odpowiednich technik. Należy uwzględnić w przygotowaniu rodziców ich wykształcenie i umiejętność niesienia pomocy własnemu dziecku. Mnogość wskazówek, technik, rozważań teoretycznych nie zawsze jest możliwa do wykorzystania w rodzinie chorego. Zależy to nie tylko od wykształcenia rodziny, ale i od konkretnych warunków bytowych.

Książka jest cennym podręcznikiem dla pracowników specjalistycznych placówek leczniczo-wychowawczych, zajmujących się dziećmi i dorosłymi z różnymi zaburzeniami rozwojowymi.