Государственный комитет Российской Федерации по связи и информатизации

Сибирский Государственный университет телекоммуникаций и информатики

**Хабаровский филиал**

# Реферат по психологии

# Гипноз

Студента 6 курса факультета РРТ

Спирина А.А. шифр 941р-095

**Южно-Сахалинск**

**1999**

Рассуждая о гипнозе, люди часто имеют в виду нечто почти сверхъестественное. При этом влияние одного человека на другого объясняется истечением этой силы в виде так называемого флюида с концов пальцев или из глаз гипнотизирующего во время сеансов гипноза. И поныне этот взгляд особенно охотно поддерживается так называемыми магнетизерами, пользующимися явлениями гипноза в своекорыстных целях эксплуатирования доверенных лиц. Но наука давно отрешилась от этих и подобных им необоснованных теорий.

Существенный шаг в научном разъяснении явлений гипноза сделал в свое время Бред, написавший в 40-х годах прошлого столетия исследование о гипнотизме, затем французский врач в Нанси Льебо, лечивший гипнотическим внушением больных и тоже написавший об этом методе интересное сочинение. Наконец, видную роль в истории вопроса сыграл знаменитый невропатолог Шарко, демонстрировавший в парижском госпитале явления гипноза на истеричных врачам всего мира. Он рассматривал гипноз как особое нервное состояние, вызываемое физическими приемами. Однако Шарко встретил резкого противника своих взглядов в лице профессора Бернгейма, вызывавшего гипноз путем словесного внушения и рассматривавшего самый гипноз как внушенный сон и все явления, наблюдаемые в гипнозе, как результат одного лишь словесного внушения. Эти разноречия сыграли затем большую роль в выяснении явлений гипноза, почему названные четыре исследователя и должны считаться основоположниками учения о гипнозе.

Что же такое гипнотическое состояние? Известно, что Шарко рассматривал его как особое нервное состояние, подобное истерии, Бернгейм - как внушенный сон, некоторые признавали его за особую эмоцию или душевное волнение (аффект), а В.М. Бехтерев признавал правильным рассматривать его как особое видоизменение сна.

Опровергая мнение Шарко, Бехтерев говорит о том, что гипнозу в той или иной степени поддается большинство людей, если не все. Признать же всех истеричными, очевидно, нельзя. Этой теории нанесен был окончательный удар, когда выяснилось необходимость признать гипноз и у животных за явление, совершенно аналогичное и родственное человеческому гипнозу. Если гипноз, как мы уже знаем, наблюдается и у животных, то вполне естественно, что корни его происхождения находятся глубоко в органическом мире. И действительно, в целом ряде животных, от низших до высших, мы наблюдаем особое состояние "оцепенения", или явления так называемой мнимой смерти, которые у тех же животных могут быть вызываемы и искусственно. Спрашивается: каков биологический смысл этих явлений, характеризующихся внезапной скованностью движений? Наблюдения показывают, что они развиваются при внезапном появлении опасности. Таким образом ясно, что во всем животном мире, до человека включительно, мы имеем общий тормозной рефлекс, развивающийся при условиях внезапных раздражений, поражающих мимико-соматическую сферу. Хотя этот рефлекс приводит в отдельных случаях к гибели индивида, в общем, однако, он является защитным, а следовательно, и полезным. Полезность этого тормозного рефлекса видна из того, что состояние оцепенелости является для большинства случаев в полной мере спасительным средством для животного (жучок, принимая неподвижное положение, становится менее заметным как цель для хищников).

Указанное состояние оцепенелости, наблюдаемое в природе, и есть прообраз гипнотического состояния. То, что мы называем гипнозом, является лишь искусственным воспроизведением общего тормозного рефлекса в виде сноподобной оцепенелости в той или иной степени.

Как мы уже говорили, установлено, что гипноз животных является совершенно аналогичным гипнозу у людей, а у животных о словесном внушении, как известно, не может быть и речи. То есть не оставляет сомнения то, что гипноз вызывается не одним внушением и что физически воздействия оказываются иногда более действенными, чем словесное воздействие в форме внушения.

С другой стороны, нельзя признать безоговорочно и то сближение гипноза и сна, доходящее почти до отождествления, которое делает Бернгейм. Гипноз и сон при известных чертах сходства имеют и существенные различия. Так, с гипнотиком можно говорить и получать от него ответы; далее, во время гипноза наблюдается повышенная внушаемость, каковой не бывает в обыкновенном сне: загипнотизированного можно заставить путем внушения автоматически ходить, выполнять те или иные действия и т.п. Это и послужило для Бехтерева в свое время основанием к тому, чтобы признать гипноз не за сон, хотя бы и внушенный, а за своеобразное видоизменение сна, точнее - "родственное сну состояние".

К сказанному следует добавить, что гипноз отличается от обыкновенного сна еще одною особенностью, так называемым раппортом (подсознательное доверие). В глубоком гипнозе между гипнотизером и гипнотизируемым устанавливаются особые отношения: второй слышит слова только первого, подчиняется ему во всем, исполняет его внушения беспрекословно, тогда как на воздействия сторонних лиц он совершенно не реагирует.

Посмотрим теперь, на чем основывается эмоциональная теория гипноза. Она опирается на тот факт, что при некоторых эмоциях утрачивается способность воспроизводить пережитое во время сильной эмоции и вместе с тем во время переживаемой эмоции обнаруживается повышенная внушаемость. Эти обе черты, как известно, наблюдаются и в гипнозе. Но при сходстве в указанном отношении все же гипноз не подойдет ни под одну из известных эмоций, а чтобы признавать его особой эмоцией, необходимо указать его биологическую природу, ибо эмоции или мимико-соматические состояния, вырабатываются в жизненных условиях как определенные реакции при тех или иных внешних условиях.

В продолжение темы об эмоциях мне бы хотелось отметить факт, на котором акцентирует особое внимание читателя В.М. Бехтерев - факт, что под влиянием внушения в гипнозе той или другой эмоции или настроения соответственным образом изменяются как ритм дыхания, так и пульсовые волны, и ритм сердцебиения. Бехтерев убедился, что в гипнозе всякое внушенное чувствование сопровождается резкими изменениями пульса и дыхания. Особенно сильное влияние в этом отношении обнаруживали страх, гнев и угнетающие аффекты, между тем влияние радости обнаруживалось в менее значительной степени. Почти во всех случаях обнаруживалось как более или менее значительное учащение пульса, так и изменение пульсовой кривой. Изменение дыхания при радости выражалось учащением дыхания и уменьшением его амплитуды, иногда же, как при испуге и гневе, наблюдались неправильные и неравномерные дыхательные движения, представлявшиеся то глубокими, то поверхностными.

Существенным объективным признаком осуществления внушений, касающихся различного рода эмоций и настроений, а также внушенных ощущений или галлюцинаций приятного или неприятного свойства является соответственное изменение мимики лица.

Резюмируя наблюдения Бехтерева и его сотрудников, мы можем говорить о том, что в большинстве случаев глубокого гипнотического сна дыхание немного замедляется, а амплитуда дыхательных волн уменьшается; при переходе же от бодрственого состояния к гипнотическому сну субъект делает несколько глубоких дыханий, причем некоторое время дыхание становится немного ускоренным. Относительно пульса Бехтерев не смог высказаться с такой же определенностью. Кроме того, из его наблюдений видно, что при внушении анестезии раздражение электрическим током нередко почти не влияет на ритм дыхания и пульса, тогда как в бодрственном состоянии при тех же условиях замечены резкие колебания этих функций. Эти данные свидетельствуют о том, что в гипнотическом состоянии под влиянием внушения сфера чувствительности претерпевает резкие изменения, что может иметь не только глубокий научный интерес, но и практическое значение, так как может служить достаточным основанием для отличия внушения от симуляции.

Теперь мы можем сказать, что гипноз - "это особое биологическое состояние в виде сноподобного оцепенения как общего тормозного рефлекса, наблюдаемого у различных видов животных, не исключая и человека", по Бехтереву. Это-то состояние может быть воспроизводимо то в большей, то в меньшей степени искусственным путем, с помощью физических мер у самых различных животных, а у человека еще и путем словесных воздействий. Примерами физических приемов могут служить: пассы, так называемый магнетический взгляд; монотонные длительные звуки и т.п. Словесное воздействие имеет место у человека потому, что человек - существо социальное, и для него слово является символом и играет важную роль, замещая собой другие конкретные, т.е. физические, раздражители. Можно даже определенно сказать, что словесные раздражители в человеческом обществе играют гораздо более важную роль, нежели те или иные физические раздражители.

Для вызывания гипноза у человека В.М. Бехтерев пользовался комбинированным раздражением, и физическим и словесным одновременно.

Попробуем ознакомиться еще с несколькими точками зрения на гипноз. Я предлагаю рассмотреть гипноз по Павлову. Вспомните школьный курс анатомии и физиологии человека - теорию Павлова с ее процессами возбуждения и торможения в коре головного мозга. Там все просто: в состоянии бодрствования в коре преобладает процесс возбуждения, в состоянии сна - процесс торможения, а гипноз - это очаг возбуждения в заторможенной коре. Вся кора спит, но команды гипнотизера поступают, поскольку спящий мозг не может критически осмыслить их - гипнотизируемый выполняет эти команды, тут же забывая об этом. Теория достаточно удобная, но если следовать только ей, мы наталкиваемся на ряд ограничений.

Во-первых, гипноз по Павлову - это всегда сон. Значит, для того, чтобы привести человека в гипнотическое состояние (торможение коры головного мозга с очагом возбуждения в ней) и начать им управлять, его надо сначала усыпить ("гипноз" с греч "сон"). Во-вторых, раз человека надо усыплять, то кто-то заснет, а кто-то - нет: появляются такие понятия, как "гипнабельность" (способность конкретного человека погружаться в гипнотический сон) и "внушаемость" (способность конкретного человека выполнять приказы гипнотизера некритично). В рамках Павловской теории эти понятия имеют смысл, но все ли явления охватываются этой теорией?

Оказывается, не все. Можно найти множество примеров, опровергающих эту точку зрения. В произведении А.М. Свядоща "Неврозы и их лечение" рассматривается пример, когда негипнабельную женщину, не усыпляя, загипнотизировали среди бела дня. Это и является примером еще одного подхода - эриксонианский гипноз, практическую часть которого вы можете найти у С. Горина в книге "А вы пробовали гипноз?". Для того, чтобы теоретически обосновать эриксонианский гипноз, нам даже не придется уходить от Павловской теории. Гипноз можно представить не только как сон коры и бодрствование какого-то очага, но и как бодрствование коры и особо возбужденное состояние, "сверхбодрствование" этого очага.

Не раз мы сталкивались с тем, что многие гипнотизеры считали, что гипноз похож по своей физиологической природе на естественный сон человека, но сон имеет две фазы - медленную и быструю, или, как иногда говорят, есть два вида естественного сна - пассивный и активный. Размышляя над этим, Д.В. Кандыба выдвинул гипотезу, что и гипнозов должно быть два: "пассивный" - это тот, который описывал Бернгейм, и "активный" - существование которого Кандыба вначале предположил теоретически. В 1984 году он создает новый вид транса и называет его СК - "Состояние Кандыбы", в которое он включает и гипнотические, и медитационные, и наркотические состояния, и состояния влюбленности и творческой эйфории, и состояния, рождаемые действием музыки, танца и т.п. СК - специфическое состояние организма, характеризующееся высокой избирательной психофизиологической управляемостью с элементами автоматизма. СК соединило все виды транса, представив их в едином процессе и единой психотехнологии.

Чудесные исцеления, прорицатели на любой вкус, телесеансы психотерапии, массовые увлечения экстрасенсами, передача мыслей на расстоянии, и передача биоэнергии, колдовство, общение с инопланетянами и т.д. заполнили наше ежедневие. Правдивое и подлинное научное слово об этих явлениях имеет неоценимое значение. Знакомство с богатством идей, фактов, наблюдений всех перечисленных выше авторов в этой сложнейшей области сейчас, как никогда, на мой взгляд, необходимо. Оно помогло мне разобраться в проблемах, связанных с гипнозом. Хотя за время работы с литературой по гипнозу, я не обучился воздействию на других и на себя, но данная работа помогла мне составить научное представление о гипнозе.

ЛИТЕРАТУРА

1. В.М. Бехтерев Гипноз. Внушение. Телепатия.

М.-Мысль, 1994.

2. С. Горин А вы пробовали гипноз? Канск-1994.

3. Д.В. Кандыба Тайные возможности человека. Книга 1 М.-КСП, 1995.