

«Из искры возгорится пламя!»... Ответ декабристов Пушкину



Ленинская ИСКРА

№ 3(169) ★ март 2024 г. ★
Основана в декабре 2006 года

Городская общественно-политическая газета 12+

Понятие гипноза: научный подход

Введение

Люди входили в транс гипнотического типа на протяжении тысячелетий. Во многих культурах и религиях это рассматривалось как форма медитации. Маги Персии и йоги Индии практиковали гипноз в течение тысяч лет в религиозных целях, погружая себя в экстатический транс каждым движением своего пальца, удерживая пристальный взгляд на кончике собственного носа; очевидно, что нет необходимости в экзотерическом воздействии, чтобы вызвать феномен месмеризма. Основная цель всех этих процессов - выработать привычку к абстрагированию или концентрации внимания, при которой субъект полностью поглощен одной идеей или цепочкой идей, в то время как он не осознает или безразлично относится к любому другому объекту, цели или действию. Самую раннюю запись описания гипнотического состояния можно найти в трудах Авиценны, персидского врача, который писал о "трансе" в 1027 году. Современный гипноз зародился в конце 18 века и стал популярным благодаря Францу Месмеру, немецкому врачу, который стал известен как отец "современного гипноза". В то время гипноз был известен как "месмеризм", названный в честь Месмера. Он придерживался мнения, что гипноз — это своего рода мистическая сила, которая перетекает от гипнотизера к загипнотизированному человеку, но его теория была отвергнута критиками, которые утверждали, что в гипнозе нет магического элемента.

Существуют различные теории, объясняющие гипноз и связанные с ним явления. Теории измененного состояния рассматривают гипноз как измененное состояние сознания или транс, характеризующийся уровнем осознанности, отличным от обычного состояния сознания. Напротив, негосударственные теории рассматривают гипноз, по-разному, как эффект плацебо, переопределение взаимодействия с терапевтом или форму образного исполнения ролей.

Основанные на гипнозе методы лечения синдрома раздраженного кишечника и менопаузы подтверждаются фактическими данными. Использование гипноза для лечения других проблем дало неоднозначные результаты, например, при отказе от курения. Использование гипноза как формы терапии для восстановления и интеграции ранней травмы вызывает споры в научном мейнстриме. Исследования показывают, что гипноз человека может способствовать формированию ложных воспоминаний, и что гипноз не помогает людям более точно вспоминать события.

Гипноз — своеобразное, близкое ко сну состояние человека и высших позвоночных животных, в основе которого лежат явления торможения высших отделов головного мозга. Вплоть до 60-х гг. 19 в. представления о гипнозе основывались на спиритуалистических допущениях особых «флюидов», или магнетических волн, — особых токов, якобы распространяемых гипнотизёром. Мистические представления о гипнозе были разрушены работами русских (В. М. Бехтерев, О. О. Мочутковский, А. А. Токарский и др.) и французских (Н. Бернгейм и Ж. Шарко) учёных. С именами этих учёных связано начало научной разработки проблем гипнотических состояний. Ими установлено терапевтическое значение гипноза, а также выяснена специальная роль внушения как метода использования

психологического фактора в лечебных целях. Однако в явлениях гипноза оставалось еще много невыясненного. В частности, ошибочно смешивали гипноз и внушение. Сторонники психологического направления и сейчас продолжают придерживаться устарелого и неправильного положения Бернгейма, что «гипноза нет, есть только внушение, внушение же есть самовнушение». Между тем явления гипноза и внушения различны: если состояние гипноза свойственно и человеку и животным, то восприимчивость к словесному внушению — свойство лишь высшей нервной деятельности человека. Физиологическая сторона внушения нашла своё объяснение в учении И. П. Павлова о сигнальной функции больших полушарий, о взаимодействии первой и второй сигнальных систем в высшей нервной деятельности человека.

И. П. Павлов и его ученики, тщательно изучая гипноз в опытах на животных и наблюдениях над людьми в клинике, дали научное обоснование явлений гипноза, что нанесло решительный удар по общепринятому в то время субъективно-психологическому пониманию гипнотических состояний. Теоретическая основа для этого была уже подготовлена учением И. М. Сеченова о центральном торможении головным мозгом нижележащих отделов нервной системы. В основе гипнотического состояния, согласно учению И. П. Павлова, лежит процесс торможения, развивающегося в форме частичного коркового сна, обусловленного дробным и неравномерным распространением торможения по поверхности коры больших полушарий головного мозга. Это пространственное ограничение иррадиации и интенсивности процесса торможения служит основным отличием гипнотического сна от естественного, нормального, при котором торможение охватывает всю кору головного мозга (опускаясь и на нижележащие подкорковые образования). При этом частичном торможении обычно сохраняются отдельные очаги возбуждения — «сторожевые пункты», как их называл Павлов, которые и обеспечивают возможность связи между гипнотизируемым и гипнотизирующим. Таким образом, человек в состоянии гипноза, как бы отгороженный от всех внешних раздражителей, воспринимает словесное внушение. Огромное значение слова, как наиболее типичного для человека условного раздражителя, было выделено И.П. Павловым. Он указывал, что слово гипнотизёра, с одной стороны/ вызывает в мозгу разлитое торможение, с другой — концентрирует раздражение в определённом участке коры полушарий головного мозга. Тем самым исключается конкурирующее воздействие всех других внешних раздражителей.

Развитие гипноза — динамический процесс, состоящий из нескольких фаз, характеризующихся различной напряжённостью и глубиной торможения. Основные из них: уравнительная фаза, когда независимо от силы раздражителя рефлекторные ответы уравниваются по интенсивности; парадоксальная фаза — слабые раздражители вызывают сильный эффект, а сильные — слабый эффект; ультрапарадоксальная фаза, при которой происходит извращение рефлекторных ответов — положительный эффект вызывается отрицательным тормозным раздражителем, в то время как тормозной эффект обуславливается положительным раздражителем. Состояние гипноза может возникнуть под влиянием самых разнообразных факторов, воздействующих на нервную систему. Гипноз вызывается как внезапным действием чрезмерного по силе внешнего раздражителя, так и действием очень слабых и монотонных слуховых, зрительных и тактильных раздражителей. Чаще всего тормозное состояние развивается именно под влиянием таких слабых и монотонных раздражителей. Явления гипноза у человека можно вызвать также словесным внушением представлений, напоминающих о сонливом состоянии. По внешним проявлениям в гипнозе можно выделить три стадии: первая — сонливость (человек испытывает потребность в покое, необычайную тяжесть тела, ему трудно открыть глаза); вторая — гипотаксия (лёгкий сон), при которой отмечается выраженная каталепсия (состояние восковой гибкости, когда членам тела можно придать любое положение), человек не утрачивает способности к воспоминанию переживаний, и произведённое в этом состоянии внушение обнаруживает своё действие и в постгипнотическом состоянии; третья стадия — сомнамбулизм, или глубокий гипноз, когда гипнотизируемый полностью отгорожен от каких-либо «конкурирующих» впечатлений и сохраняет контакт только с гипнотизёром; при этом после пробуждения человек обычно не помнит ничего из того, что с ним происходило во время гипнотического сна. В начальных стадиях гипноза, когда у человека и животного обнаруживается лишь подобное сну состояние, возможно образование и упрочение новых условных связей; в более глубоких стадиях гипноза процессы установления, а тем более закрепления новых условных связей, значительно затруднены. Все указанные явления, обнаруживаемые со стороны высшей нервной деятельности в гипнотических фазах, связаны с понижением возбудимости нервных клеток коры больших полушарий головного мозга. И. П. Павлов утверждал, что мы имеем в

гипнозе и на коре головного мозга пониженный положительный тонус вследствие иррадиировавшего торможения.

В состоянии глубокого гипноза, в стадии так называемого сомнамбулизма, создаются наилучшие условия для реализации внушения. В этой стадии можно добиться полной неподвижности человека, можно придать членам любое непривычное положение, разнообразные причудливые позы, которые загипнотизированный будет сохранять в течение длительного времени без явлений утомления (состояние катаlepsии и кататонии). В состоянии сомнамбулической фазы иногда могут быть вызваны очень глубокие изменения поведения человека, что проявляется в возможности внушения галлюцинаций и других изменений восприятия, а также действий и поступков, соответствующих более раннему возрасту, даже детскому. Установлено также, что загипнотизированному можно внушить различные переживания, вызывающие изменение функционального состояния некоторых систем организма, например усиливающие или ослабляющие сердечную деятельность, изменяющие моторную и секреторную функции желудочно-кишечного тракта, повышающие или понижающие содержание сахара, липоидов и хлоридов в крови, и т.п. Явления сомнамбулизма обусловлены неравномерностью распространения торможения по коре больших полушарий головного мозга. При этом функциональное разграничение между участками раздражительного и тормозного процессов складывается так, что одни мозговые образования полностью охвачены торможением, другие лишь частично заторможены, а некоторые вовсе свободны от него и находятся в бодрствующем состоянии. Все часто поражающие явления человеческого гипноза есть результат того или другого расчленения больших полушарий на сонные и бодрые отделы. Гипноз в особенно резко выраженной форме может непосредственно перейти в сон. Ослабление сонного состояния и переход от сна к бодрствованию также протекает волнообразно с соответствующими гипнотическими промежуточными фазами. Явления гипнотической внушаемости, особенно отчётливо наблюдаются у лиц, страдающих истерией, которых И. П. Павлов считал как бы постоянно находящимися в различных фазах гипнотического состояния. Однако неправильно, исходя из наблюдаемой повышенной внушаемости истеричных больных, отождествлять гипноз с истерией, как это делали Ж. Шарко и его последователи, считавшие, что гипноз есть искусственно вызванная истерия. В лечебных целях с успехом применяется также метод внушения наяву, разработанный В. М. Бехтеревым, Ю. В. Каньябихом и др. Изучение функционального состояния коры больших полушарий головного мозга при гипнозе привело И. П. Павлова к признанию биологической роли гипнотического торможения и дало возможность утверждать, что гипноз есть один из самоохранительных рефлексов, являющийся по существу предохранительной для нервной системы физиологической мерой.

«Стигмы, стигматы (с греческого - stigma, stigmatos - укол, рубец, пятно, знак) - покраснения кожи, кровоподтеки или язвы, произвольно появляющиеся на теле некоторых глубоко верующих людей в тех местах, где, по библейскому мифу, у распятого Христа были раны от тернового венца и гвоздей. Появление стигматов рассматривалось церковью как чудо и использовалось для разжигания фанатизма религиозного. Современной наукой установлено, что в основе стигматизации лежит повышенная склонность к самовнушению и болезненная чувствительность, свойственная больным истерией. Случаи изменения кожного покрова под влиянием внушения и самовнушения (мнимый ожог, мнимый ушиб и т. д.) известны в медицине и объясняются тем, что каждый участок тела связан нервными проводниками через спинной мозг и подкорку с корой головного мозга. При определенных условиях изменения в нормальном состоянии нервной системы могут вызвать нарушения процессов обмена веществ в тканях, выражающиеся в покраснении или отеке кожи и др. аномалиях. Этот механизм лежит и в основе стигматов» (Тихомиров А.Е. Происхождение слов и примет. Наука о суевериях, "Ridero", Екатеринбург, 2017, с. 138-139).

Гипноз в некоторых случаях, так же, как и сон, способствует восстановлению, улучшению нервной деятельности. В результате кратковременного гипнотического состояния улучшается деятельность коры головного мозга, облегчаются ассоциативные процессы, повышаются функции внимания, памяти. Гипнотическое торможение способствует восстановлению жизненно важных процессов в тканях и системах организма, попытает работоспособность утомлённых мышц. Подробный анализ явлений гипноза позволил впервые научно обосновать ранее загадочные явления гипнотических состояний. Раскрытие фаз гипноза способствовало пониманию и рациональному лечению расстройств сна, часто наблюдаемых при различных заболеваниях. Учение Павлова о сне и гипнозе даёт научную основу

также для правильного понимания более глубоких нарушений высшей нервной деятельности при нервных и психических заболеваниях и помогает найти эффективные методы их лечения.

Гипноз может с благоприятным результатом применяться при лечении преимущественно функциональных нервных заболеваний без органических поражений центральной нервной системы. К ним относятся навязчивые состояния, истерия и др. С успехом используется гипноз при лечении алкоголизма и наркомании. Противопоказан гипноз при психозах, особенно протекающих с бредом, а также при наличии влечения к гипнозу, приобретающего патологический характер. Гипнотическое внушение находит широкое применение в акушерской практике в целях обезболивания родов, а также в хирургии и стоматологии. Описаны благоприятные случаи излечения некоторых кожных заболеваний с помощью соответствующего гипнотического внушения.

Методика проведения гипноза в лечебных целях весьма разнообразна. Многие пользуются пассами, проводимыми вблизи лица гипнотизируемого, или лёгким поглаживанием лица и тела. Другим приёмом является длительное фиксирование взором блестящего предмета. Основной методикой следует считать словесное внушение представлений о развивающейся сонливости. При этом методом спокойным, ровным, монотонным голосом убеждают больного, что он уснёт, что его клонит ко сну, что он засыпает.

Из истории гипноза

Слова гипноз и гипнотизм оба происходят от термина нейрогипноз (нервный сон), все они были придуманы Этьеном Феликсом д'Энен де Кювиле в 1820-х годах. Термин гипноз происходит от древнегреческого ὑπνος *hypnos*, "спать", и суффикса -ωσις *-osis*, или от ὑπνώω *hypnoō*, "усыплять" (основа от аориста *hypnōs-*) и суффикса *-is*. Эти слова были популяризированы в английском языке шотландским хирургом Джеймсом Брэйдом (которому их иногда ошибочно приписывают) примерно в 1841 году. Брэд основывал свою практику на методе, разработанном Францем Месмером и его последователями (который назывался "месмеризм" или "животный магнетизм"), но отличался своей теорией относительно того, как работает процедура. На Руси в древности гипноз назывался «чары», а загипнотизированные люди именовались «очарованными» или «зачарованными».

...

Читать дальше:

Тихомиров А. Е., Понятие гипноза: научный подход. "ЛитРес", Москва, 2024:

<https://www.litres.ru/book/andrey-tihomirov-32405478/ponyatie-gipnoza-nauchnyy-podhod-70368580/>

по-азербайджански: Тихомиров А. Е., Hipnoz anlayışı: elmi yanaşma. "ЛитРес", Москва, 2024:

<https://www.litres.ru/book/andrey-tihomirov-32405478/hipnoz-anlayisi-elmi-yanasma-70378183/>

по-английски: Тихомиров А. Е., The concept of hypnosis: a scientific approach. "ЛитРес", Москва, 2024:

<https://www.litres.ru/book/andrey-tihomirov-32405478/the-concept-of-hypnosis-a-scientific-approach-70378186/>

по-белорусски: Тихомиров А. Е., Паняцце гіпнозу: навуковы падыход. "ЛитРес", Москва, 2024:

<https://www.litres.ru/book/andrey-tihomirov-32405478/panyacce-gipnozu-navukovy-padyhod-70378189/>

по-казахски: Тихомиров А. Е., Гипноз түсінігі: ғылыми көзқарас. "ЛитРес", Москва, 2024:

<https://www.litres.ru/book/andrey-tihomirov-32405478/gipnoz-tusinigi-g-ylmy-kozk-aras-70378192/>

по-киргизски: Тихомиров А. Е., Гипноз түшүнүгү: илимий мамиле. "ЛитРес", Москва, 2024:

<https://www.litres.ru/book/andrey-tihomirov-32405478/gipnoz-tushunugu-ilimiy-mamile-70378195/>

по-китайски: Тихомиров А. Е., 催眠的概念 : 科學方法 "ЛитРес", Москва, 2024:

<https://www.litres.ru/book/andrey-tihomirov-32405478/cui-mian-de-gai-nian-ke-xue-fang-fa-70378198/>

по-таджикски: Тихомиров А. Е., Концепсияи гипноз: муносибати илмӣ. "ЛитРес", Москва, 2024:

<https://www.litres.ru/book/andrey-tihomirov-32405478/konsepsiyai-gipnoz-munosibati-ilmi-70378201/>

по-туркменски: Тихомиров А. Е., Gipnoz düşünjesi: ylmy çemeleşme. "ЛитРес", Москва, 2024:

<https://www.litres.ru/book/andrey-tihomirov-32405478/gipnoz-dusunjesi-ylmy-cemelesme-70380334/>

по-узбекски: Тихомиров А. Е., Gipnoz tushunchasi: ilmiy yondashuv. "ЛитРес", Москва, 2024:

<https://www.litres.ru/book/andrey-tihomirov-32405478/gipnoz-tushunchasi-ilmiy-yondashuv-70380340/>

Все номера газеты размещены на нашем сайте, заходите: <http://gazetavseti.narod.ru/orenburgkprf.htm>

Редактор: Тихомиров А.Е.

Учредитель: Коллектив редакции газеты "Ленинская искра".