**klasy: II T, II Lo**

HIPNOZA – POMOST DO PODŚWIADOMOŚCI

1.

Pod koniec lat 90. takie przypadki odnotowano we Włoszech kilkakrotnie. Kolejni właściciele sklepów zawiadamiali o tajemniczym znikaniu gotówki z kas sklepowych. Sprzedawcy nie potrafili wyjaśnić, jak do tego doszło. Niektórzy przypominali sobie tylko, że ostatnimi klientami byli dwaj Hindusi. Kiedy detektywi przejrzeli taśmy ze sklepowej kamery, nie mogli uwierzyć własnym oczom. Sprawcy hipnotyzowali ekspedientów! Sprzedawcy byli przy kradzieży, ale wprowadzeni w trans tkwili bez ruchu, nie zdając sobie sprawy, co się dzieje. Nie próbowali powstrzymać intruzów ani ich gonić. Wkrótce nieuczciwi hipnotyzerzy zostali ujęci na gorącym uczynku. Policjanci i kupcy odetchnęli z ulgą.

2.

Hipnoza – chociaż niekiedy bardzo przypomina sen – snem nie jest. Dowodzą tego badania elektroencefalograficzne mózgu. Inną częstotliwość mają bowiem fale mózgowe człowieka śpiącego, inną rozbudzonego, a jeszcze inną zahipnotyzowanego. Taki stan osiągamy wielokrotnie w ciągu każdego dnia bez pomocy hipnotyzera. Zapatrzeni w jakiś punkt na suficie, jakbyśmy wyłączali się na chwilę. Podobnie bywa podczas jazdy pociągiem – wsłuchani w miarowy stukot kół, nie śpimy wprawdzie, ale też niewiele do nas dociera z tego, co mówią współpasażerowie. Taki stan nie jest niebezpieczny, o ile nie ujawni się np. podczas prowadzenia samochodu. Monotonny krajobraz, prosta droga i równomiernie migające za szybą drzewa mogą działać jak wytrawny hipnotyzer. Dźwięk silnika wywołuje znużenie zmysłów, mózg zaczyna emitować fale charakterystyczne dla stanu hipnotycznego.

3.

„Różni hipnotyzerzy, posługujący się tą samą metodą, wobec tej samej osoby osiągają niejednakowe wyniki. O efekcie decyduje osobowość hipnotyzera i jego wiedza" – opowiada hipnoterapeuta Wojciech Górecki, uczeń Marii Szulc, jednej z najlepszych polskich hipnoterapeutów. Nie bez znaczenia jest też osobowość osoby hipnotyzowanej. Fachowcy podkreślają, że najłatwiej wprowadza się w trans ludzi silnych psychicznie. Są pewni siebie, otwarci na eksperymentowanie, nie boją się drugiego człowieka. Taką osobę można za pierwszym razem wprowadzić nawet w głęboki trans.

4.

Głębokość transu można oceniać na podstawie tego, jak trudne polecenia wykonuje osoba poddana hipnozie. W stadium nazywanym lekkim – zahipnotyzowany odczuwa senność i przyjemne odprężenie. Mimo że doskonale zdaje sobie sprawę, co się wokół niego dzieje, jest już podatny na sugestię. Bardzo często lekką hipnozę stosują terapeuci leczący z nałogów i nerwic. Osoba wprowadzona w stadium średnie nadal zachowuje świadomość, ale nie może otworzyć oczu. W średnim stadium hipnozy zmysły są bardzo znużone, ale nie ulegają halucynacjom. Po wejściu w stan głęboki można na polecenie hipnotyzera otworzyć oczy, chodzić i mówić, jednak... widzi się, słyszy i czuje tylko to, co sugeruje hipnotyzer.

5.

Takie sugestie są niewyobrażalnie silne. Przeprowadzano eksperymenty, w których zahipnotyzowanemu komunikowano, że będzie poparzony rozżarzonym prętem, po czym hipnotyzer dotykał go długopisem. W miejscu dotknięcia długopisem pojawiały się zaczerwienienia i bąble, a poddawana eksperymentowi osoba czuła ból. Sławę zyskał też popisowy numer estradowych hipnotyzerów zwany mostem hipnotycznym. Człowiek wprowadzony w trans jest w stanie wisieć między dwoma taboretami, opierając o ich krawędzie tylko pięty i głowę. Taka żywa ławka może wytrzymać ciężar dorosłego mężczyzny! Nawet wysportowany i silny człowiek nie podoła takiemu zadaniu na jawie.

6.

Znawcy tematu podkreślają, że nawet najgłębiej zahipnotyzowana osoba nie jest bezwolna. Człowiek będący w transie nie wykona polecenia, które jest niezgodne z jego sumieniem. Hipnotyzerzy uspokajają, że gdyby polecić komuś, aby wyskoczył przez okno – nie uczyni tego. W takich przypadkach ludzie natychmiast się budzą. Nawet najwytrawniejszy hipnotyzer nie jest zdolny utrzymać transu, jeżeli wydaje polecenia sprzeczne z wartościami wyznawanymi przez zahipnotyzowanego. Dotychczas nie odnotowano przypadków hipnotyzowania ludzi w celu popełnienia zbrodni. Jedynym oficjalnie przedstawionym przypadkiem wykorzystania hipnozy do celów przestępczych była afera z Hindusami okradającymi sklepy we Włoszech.

7.

Czy moc, jaką daje hipnoza, oznacza, że należy się bać hipnotyzerów? Z pewnością nie. Zazwyczaj dzięki niej można człowiekowi pomóc. Specjaliści podkreślają skuteczność sugestii hipnotycznej w leczeniu różnych uzależnień, nerwic, a także łagodzeniu bólu. Wojciech Górecki stosuje hipnoterapię w leczeniu alkoholików. Twierdzi, że w 95 procentach przypadków uzależnienia na stałe znikają już po kilku seansach. Często korzysta z hipnozy regresywnej. W czasie seansu „cofa" więc swoich pacjentów do czasów niemowlęcych, a nawet okresu płodowego. „Trzeba pamięć przykrego zdarzenia wyjąć z mroków podświadomości" – mówi Górecki. – „Ujawnić ją, pokazać pacjentowi i przemienić tamten strach w oswojonego wróbla". Często seanse odbywają się w płytkim transie. Jak twierdzi, głębokość hipnozy nie jest wyznacznikiem sukcesu terapii. Hipnoterapeuta Ryszard Bohiński stosuje hipnozę głęboką. Mówi, że taki trans szybciej przynosi efekty. Nie trzeba powtarzać sesji tyle razy, jak w wypadku płytkiej hipnozy. Bohiński również zajmuje się uzależnieniami. Jego ponadprzeciętne zdolności pomogły niejednemu otyłemu w zrzuceniu nadwagi, wiele osób cierpiących na nerwice odzyskało wewnętrzny spokój.

8.

Z pomocy hipnotyzerów czasami korzysta nawet policja, ale dzieje się tak w sporadycznych przypadkach. „Kilka lat temu prowadziliśmy sprawę napadu na bank w Otwocku" – opowiada Grażyna Puchalska z Komendy Głównej. – „Świadkowie nie pamiętali sprawców, w wyniku przeżytego stresu nie potrafili powiedzieć nic konstruktywnego. Wtedy poprosiliśmy o pomoc hipnotyzera. Zeznania w transie oczywiście nie mogły być dowodem w sprawie, ale umożliwiły sporządzenie portretów pamięciowych". W Polsce nie odnotowano przypadku, by wykorzystywano hipnozę przeciw człowiekowi. Jak twierdzi Ryszard Bohiński, hipnozą interesują się ludzie, którzy chcą pomagać, a nie szkodzić. Wtajemniczeni hipnotyzerzy nie przekazują zresztą swej wiedzy niepewnym osobom.

Na podstawie: Maciej Nowakowski, Hipnoza-pomost do podświadomości. „Focus", 08/08/2003

PYTANIA DO TESTU "HIPNOZA – POMOST DO PODŚWIADOMOŚCI"

**Zadanie 1.**

Podaj trzy sytuacje, w których stan hipnozy można osiągnąć bez pomocy hipnotyzera.

.......................................................................................................................................................

.......................................................................................................................................................

.......................................................................................................................................................

Określ, czym mogą grozić takie sytuacje.

.......................................................................................................................................................

.......................................................................................................................................................

**Zadanie 2.**

W akapicie 2. autor posłużył się czasownikami w 1 os. l.mn. Czemu służy ten zabieg językowy?

.......................................................................................................................................................

.......................................................................................................................................................

.......................................................................................................................................................

**Zadanie 3.**

Na podstawie akapitu 3. wymień trzy czynniki, od których zależą efekty hipnozy.

.......................................................................................................................................................

.......................................................................................................................................................

.......................................................................................................................................................

.......................................................................................................................................................

**Zadanie 4.**

W akapicie 3. autor używa określenia „hipnoterapeuta". Wymień dwa przykłady podane w tekście, które potwierdzają opinię, że hipnoza może być terapią.

.......................................................................................................................................................

.......................................................................................................................................................

.......................................................................................................................................................

**Zadanie 5.**

Na podstawie akapitu 4. wymień stadia hipnozy, jakie wyróżnia autor. Podaj po dwie cechy charakterystyczne dla każdego stadium.

.......................................................................................................................................................

.......................................................................................................................................................

.......................................................................................................................................................

.......................................................................................................................................................

.......................................................................................................................................................

.......................................................................................................................................................

.......................................................................................................................................................

.......................................................................................................................................................

**Zadanie 6.**

Sformułuj tezę, którą potwierdzić miał eksperyment opisany w akapicie 5.

.......................................................................................................................................................

.......................................................................................................................................................

.......................................................................................................................................................

**Zadanie 7.**

Jak odpowiada autor artykułu na pytanie postawione przez siebie w akapicie 7.?

.......................................................................................................................................................

.......................................................................................................................................................

Podaj argument, którym uzasadnia swoją odpowiedź.

.......................................................................................................................................................

.......................................................................................................................................................

**Zadanie 8.**

Dzięki jakim zabiegom kompozycyjnym i językowym autor zwiększa wiarygodność swojej wypowiedzi? Podaj dwa przykłady.

.......................................................................................................................................................

.......................................................................................................................................................

.......................................................................................................................................................

.......................................................................................................................................................

**Zadanie 9.**

W akapicie 7. pojawia się sformułowanie: Pamięć przykrego zdarzenia wyjąć z mroków podświadomości.

Nazwij ten środek stylistyczny.

.......................................................................................................................................................

Wyjaśnij jego znaczenie.

.......................................................................................................................................................

.......................................................................................................................................................

.......................................................................................................................................................

.......................................................................................................................................................

**Zadanie 10.**

Spośród podanych przykładów wybierz właściwe i przyporządkuj je odpowiednio do stylu potocznego i naukowego.

badania elektroencefalograficzne, złapać na gorącym uczynku, popisowy numer, hipnoza regresywna, hipnoterapeuta, gotówka

Styl potoczny

.......................................................................................................................................................

.......................................................................................................................................................

Styl naukowy

.......................................................................................................................................................

.......................................................................................................................................................

**Zadanie 11.**

Określ, jaką funkcję pełni w tekście przytoczona w akapicie 1. historia o hinduskich złodziejach?

.......................................................................................................................................................

.......................................................................................................................................................

.......................................................................................................................................................

**Zadanie 12.**

W kontekście artykułu wyjaśnij znaczenie tytułu.

.......................................................................................................................................................

.......................................................................................................................................................

.......................................................................................................................................................