

Všechny kapitoly knihy jsou vystavěny obdobně. Na začátku je uveden příklad – často čerpaný z internetových prezentací nebo deklarační daného postupu. Následuje stručná zmínka o počátcích a o zakladateli. Poté autorka probírá rizika, kritiky, varování, zmínky o právních limitech a soudních procesech, event. o vzdělávání a rozšíření metody. Kapitulu většinou končí upozorněním, s čím si čtenář nemá plést konkrétní pseudoterapii, případně poučením, jaké seriózní přístupy jsou k dispozici. (Např. u *Work by* mohlo dojít k zaměňování s racionálně emoční terapií A. Ellise.) Autorka se snaží kontroverze zařadit do kontextu, u rodinných konstelací cituje stanovisko Německé společnosti pro systemickou a rodinnou terapii.

Určitě stojí v první části knihy za prostudováním také kapitola věnovaná nejčastějším argumentům obhájců těchto metod. Dierbachová se zastavuje u těchto:

každý člověk se přece může rozhodnout sám, jestli je technika pro něho ta pravá (námitka: ale laici čelí propracovanému marketingu, nechávat rozhodování na každém člověku je nezodpovědné);

není na těchto technikách přes všechnu kritiku také něco dobrého? (reakce: ale ano; totiž je v tom, že jde o promíchání prvků léčivých s riskantními nebo škodlivými);

většina alternativních terapeutů to myslí dobře (námitka: bohužel si také nechávají platit nemalé peníze a riziko finančního zruinování je vysoké; např. za čtyřhodinové sezení *The Secret*, metody, kterou „objevila“ australská televizní producentka Rhonda Byrne, zaplatíte 399 Euro);

každému novému poznání trvalo, než se etablovalo ve vědě, alternativní přístupy předběhly svou dobu (námitka: je na zastáncích nového přístupu, aby dokázali, že pomáhají a zároveň neškodí);

copak jsou všechny esoterické techniky nebezpečné (reakce: to ne, pokud se nenabízejí jako psychoterapie a neodklánějí nemocné lidi od psychoterapie);

přece i uznávané psychoterapie způsobují škody (reakce: ano, bohužel, podle odhadů – jak uvádí Dierbachová – v 10 až 12 %; jde však jednoznačně o chyby terapeutů, a nikoliv uznaných psychoterapeutických škol).

Například v posledním bodě nemusíme s autorkou souhlasit. Zdůrazňuje, že selhání seriózní psychoterapie (a fakt, že vede k poškození klienta/pacienta) je vždy chybou terapeuta. Ale za toto selhání psychoterapie mohou i některé jiné faktory, které psychoterapeut „nemá pod kontrolou“. To je však vedlejší. Hlavní rozdíl mezi škodlivým působením alternativních technik a dejme tomu desetiprocentním rizikem selhání regulární psychoterapie je opravdu v tom,

že u pseudoterapii je nebezpečí vbudováno do teorie, světonázoru či techniky. Teorie je pro alternativního terapeuta velmi často nadřazena potřebám klientů. Tady se mnohem méně „šije terapie na tělo“, než je tomu v regulární psychoterapii. V oblasti nekonvenčních pseudoterapií se aplikují postupy, kterým jejich „terapeut“ věří. A tufo viru sugeruje klientovi.

Není těžké najít slabá místa v knize Dierbachové. Lze být ostražitý vůči jejímu novinářskému stylu (nezatěžuje čtenáře přesnými citacemi, odkazy apod.). V textu najdeme i určitou bombastičnost ve výběru faktů a zkratkovitost ve vyvozování. Zrcadlí tím, chtě nechtě, styl obdobný zastáncům pseudoterapii.

Autorka svou knihou především seznamuje a varuje. To je určitě potřeba. Zatímco regulární psychoterapeuti v Německu jsou většinou proti těmto metodám, včetně rodinných konstelací, a vesměs před nimi klienty a pacienty varují, u nás tomu tak není. V mnohem shovívavější a liberálnější české psychoterapeutické komunitě by se seznámení s touto knihou mělo doporučovat.

Z. Vybíral

S. Kratochvíl:

EXPERIMENTÁLNÍ HYPNÓZA. 3. AKTUALIZOVANÉ A ROZŠÍŘENÉ VYDÁNÍ

Praha, Grada 2011, 363 s.

S. Kratochvíl, kterého není třeba odborné veřejnosti představovat, předkládá čtenářům již třetí, inovované a rozšířené vydání *Experimentální hypnózy*. Poprvé se s textem mohla veřejnost seznámit v roce 1986 – tehdy pod názvem „Hypnóza. Experimentální přístup“, podruhé (vydané rovněž v Akademii) již pod změněným názvem „Experimentální hypnóza“.

Kratochvíl je autorem mnoha knih z oblasti klinické psychologie, k jeho nejvýznamnějším dílům patří ta, která se zabývají hypnózou. Mapuje ji jednak z vědeckého hlediska, jednak prezentuje odborné veřejnosti i praktičtější koncipovanou „Klinickou hypnózu“, uvádějící přehled terapeutického použití této metody. (Již třetí vydání této knihy připravila Grada v roce 2009.)

Recenzovaná práce shrnuje současné poznatky o podstatě hypnózy. Kniha skýtá poučenému čtenáři možnost se nejen seznámit s teoretickou podstatou hypnózy, ale pomáhá mu i získat filozofický nadhled, klenoucí se nad teoriemi hypnózy, ale i nad psychologickými výzkumy obecně. Lze bez nadsázky konstatovat, že výzkumy hypnózy a stále zdokonalování a zjemňování metodologie odrážejí obecnější posuny v psychologii vůbec.

Kratochvíl zná celou relevantní literaturu, dotaženou až do současnosti (viz citace dovedené až do roku 2010). To na první pohled vypadá neskutečně, je nutno však mít na mysli, že na opravdu vrcholné úrovni se věnuje výzkumu hypnózy na celém světě několik center a existuje jen několik relevantních periodik, v nichž jsou publikovány zásadní příspěvky. Kratochvíl však nepomijí ani současné monografie. Tak může poskytnout českému čtenáři skutečně komplexní přehled problematiky.

Lze předpokládat, že toto vydání budou číst čtenáři, kteří neznají dřívější rozebraná vydání. Pro ně je třeba shrnout základní oblasti:

V první kapitole o podstatě hypnózy se autor věnuje jejím základním charakteristikám – suggestibilitě, změněnému stavu vědomí a interpersonálnímu vztahu.

Druhá část knihy mapuje otázky výzkumu hypnability. Přináší i cenné výzkumy, konané na naší populaci. Zvláštní pozornost věnuje měření hypnability a jejím korelátům, zejména ve vztahu k osobnosti hypnotizovaných osob. Kapitola je završena studii zaměřenými na ovlivnitelnost hypnability.

Třetí a nejobsáhlejší kapitola (téměř 200 stran) se zabývá výzkumem jednotlivých hypnotických jevů, jako je ovlivnění motoriky zkoumaných osob, jejich emocí a vegetativních reakcí, navozených změn vnímání. Dále přináší přehled výzkumů hypnoticky navozené analgezie, věkové regrese (úvahy o její genuitě či o hraní role). Je uvedena významná Ornova koncepce tranzové logiky. Zvláštní pozornost je připisována amnézii a jejím druhům a s tím spojenými oživovanými vzpomínkami. Kapitola o posthypnotické sugesci nemá klinický terapeutický ráz, autor cituje výsledky jednotlivých

výzkumů na toto téma, tyto výsledky srovnává a hledá jejich interpretaci a shrnutí. Tak pomáhá čtenářově orientaci v příslušné oblasti.

Třetí vydání je doplněno o vzácné medailonky nejvýznamnějších hypnologů, s nimiž se Kratochvíl měl možnost osobně setkat či s nimi pracovat. Kniha je opatřena obsáhlým seznamem literatury, jmenným i věcným rejstříkem.

Jako všechny Kratochvilovy knihy, i tato je psána čtivě, srozumitelným jazykem, neslevuje však v ničem z vědecké přesnosti. Kratochvíl dokáže prezentovat řadu experimentů zajímavým způsobem a provádí čtenáře „dobrodružstvím poznání“. Kde to text dovoluje, uvádí grafy či tabulky, ilustrující jednotlivé výzkumy. Lze konstatovat, že recenzovaná práce je skutečně shrnutím současného vědění o hypnóze jako významného psychologického jevu, který může sloužit nejen jako terapeutická technika, ale i jako pole pro modelování obecnějšího psychologického výzkumu a může tak obohacovat psychologii v nejobecnější rovině.

Recenzovaná kniha shrnuje současné vědění o hypnóze, jednoznačně vyvrací jakékoliv pochybnosti o hypnóze jako o seriózním psychologickém jevu. Je v naprostém kontrastu vůči populárním či pseudovědeckým publikacím na toto téma, kterými je knižní trh zahlcen. Lze ji doporučit nejen klinikům, ale psychologům jakéhokoliv zaměření, lékařům a všem, kteří se zajímají o psychické procesy v nejširším smyslu slova.

Domnívám se, že nejpodstatnější sdělení o tématu napsal autor sám: „Zdá se, že to hlavní již bylo vykonáno. Hypnóze byl zajištěn vědecký status a bylo o ní získáno mnoho poznatků. Ještě stále však je co zkoumat, objevovat a diskutovat.“

*M. Svoboda*