

Hypnose

AFMYSTIFICERET

Slængkapper og andet gejl har ikke med seriøs hypnose at gøre.
En bogudgivelse fra 2009 puster på bedste faglige vis røgslørene væk.

Anmeldelse ■ Af Kjeld Hesselmann

■ Hypnose er i den almindelige bevidsthed omgærdet af mystik. Så det er ikke helt ved siden af, når forfatteren til ”Hypnose afmystificeret”, psykolog Anne-Marie Harnum, gør noget ud af at oplyse fagfæller og andre om den historiske baggrund for hypnose og de antagelser, der har aflejret sig hos menigmand.

Selv erindringer jeg barndommens seriefigur, mystikeren og magikeren Mandrake, der ligesom Superman og Batman opererer på lovens side i kampen mod forbrydervældet. Magikeren betjener sig imidlertid næsten udelukkende af de mentale kræfter. Det siger lidt om fascinationskraften i hypnose, at den på et tidspunkt – 1930’erne og 1940’erne – kan konkurrere med muskelbunderne. Det er også i dette tidsafsnit, at scenehypnotisører huserer på de skrå brædder og får folk til at pippe som småfugle eller hoppe rundt på eet ben.

Det fænomen, at amerikanske krigsfanger på film havde udtalt sig rosende om det kommunistiske system til deres nordkoreanske fangevogtere, kunne også sætte fantasien i gang. Mennesker ved deres fornufts fulde brug kunne umuligt skamrose en så menneskefjendsk ideologi. Der måtte være en slags magi indblandet. Begrebet ”hjernevask” blev udbredt i 1950’erne efter Koreakrigen. Dengang var man ikke bevidst om det psykologiske forhold, der består i, at gidslet ”solidariserer” sig med voldsmanden. Det fandt man først ud af efter den spektakulære gidseltagning på Norrmalmstorg i Stockholm, som fandt sted fra 23. til 28. august 1973.

Allerede året efter fandt en ikke mindre opsigtsvækkende kidnapning sted i USA. Det var datidens revolutionsromantikere berygtet under navnet Symbionese Liberation

Army, som slap af sted med at kidnappe og dernæst få som medsammensvoren arvingen til bladkongen William Randolph Hearst. Den unge Patricia kom i fangenskab med forskellige solidaritetserklæringer præget af den tids revolutionsjargon. Mente hun virkelig det? Eller – sneg det sig ind – var hun i virkeligheden blevet hjernevasket?

Nu ved vi efter mange sørgelige eksempler fra virkeligheden, at gidsler ikke sådan omvendes på en måde, så deres grundfæstede holdningen bliver vendt på hovedet. Der er i langt de fleste gidselaffærer tale om en sådan gennemgribende angst, at man i øjeblikket vil så at sige krybe ind under huden på terroristen for at beskytte sin krop og sjæl. Tilstanden blev benævnt Stockholm-syndromet og har siden været fællesnævner for den tilsyneladende symbiose mellem offer og bøddel. Den psykologiske viden siger også, at meninger kan dannes fra dag til dag – men holdninger har en lang udviklingshistorie, som ikke uden videre kan erstattes af et andet sæt.

Det var den erkendelse, der først fik præsident Jimmy Carter til at omstøde Patricia Hearsts fængselsdom på to år og senere præsident Bill Clinton til at give Patricia en præsidentiel undskyldning.

Indlysende etiske fordringer

I terapeutisk regi, hvor hypnose indgår, bruges også betegnelsen hypnoterapi. Anne-Marie Harnum gør meget ud af at pointere, at hypnose ikke indebærer tab af fri vilje. Hjernevask slet ikke. Der er derimod tale om suggestibilitet – overtalelse til en ”blødgjort” eller ”vækket” bevidsthed, om man vil. Og ligesom i al anden terapi er der etiske regler, der skal overholdes.

For en umiddelbar betragtning skulle det være overflødig at gøre opmærksom på indlysende etiske fordringer, når man behandler mennesker. Det har vi imidlertid Anne-Marie Harnums ord for er nødvendigt. Så her er der påmindelser til fagfæller og tilgrænsende områder – og til alle som kommer i kontakt med behandlere, det være sig inden for det somatiske eller psykiske.

Forfatteren tager som sagt også fat i det historiske – kortfattet nødvendigvis, når hypnosens historie går helt tilbage til det gamle Egypten og Grækenland. I moderne tid er det Clark Hull, der behandler hypnosens alvorligt og bringer den ind i det videnskabelige felt. Anne-Marie Harnum citerer fra hans "Hypnosis and Suggestibility" fra 1933: at "alle videnskaber stammer fra magi og overtro, men at der er ingen som hypnose, der har været så længe om at slippe af med de skadelige associationer fra dens oprindelse."

Lægen Paracelsus mente i 1500-tallet, at mennesket var influeret af himmellegemer via magnetisme. Denne idé om magnetisme tog østrigeren Franz Anton Mesmer op i slutningen af 1700-tallet. Og i dag er det pudsigt, at i det engelske sprog finder vi, at nogen kan være *mesmerized*, det vil sige, at være henført i passiv forstand, *hypnotiseret*.

Det er bogens styrke, at den på én gang er både lettilgængelig og alligevel så tilpas orienterende, at vi som læsere bedre forstår den helhedsramme, hypnosens indgår i i dag. Fra at være mystisk over i det gedulgte formår forfatteren at øge forståelsen for en ældgammel "skjult" praksis, i familie med alkymien, og forbinde den med en nutidig faglig praksis.

Som en psykolog, der benytter sig af hypnose i udvalgte terapeutiske situationer glæder det mig, at hypnose afmystificeres. Vi har ikke brug for klienters associationer til slængkapper og laksko, når vi taler om hypnose som psykologisk redskab.

Personlighedstræk og hypnotiserbarhed hører sammen. Nogle kan lettere lade sig henføre end andre. Og som Harnum selv beretter, er der klienter som efter en sådan seance siger, at de var helt vågne og kunne høre alt, hvad terapeuten sagde. Der er ikke noget, der indikerer, at nu er det hypnose; den kan være dyb eller mere overfladisk. Da jeg selv introducerede "en slags meditation" til en klient, sagde hun

efterfølgende, at hun havde været "helt væk, men kunne høre alt." Og tilføjede: "Øh ..., var det her ikke hypnose?"

Vinder stadig mere indpas

Det må sikkert tilskrives vor professions øgede tilstedeværelse på sygehusene, at hypnose nu vinder mere og mere indpas som kompatibelt redskab. Først og fremmest som præoperationelt greb til reduktion af angst ved en umiddelbart forestående operation. Men også som supplerende tiltag i selve operationsstuen.

Centralt i bogen står afsnittet om psykisk skrøbelighed og hypnotiserbarhed. Her er der nye tanker om hypnose, og hvad der konstituerer hypnose. Der er tale om suggestioner – og de er i princippet ikke forskellige fra de selvsuggestioner, vi belemrer os selv med hver eneste dag. Altså de negativt ladede forventninger og holdninger til dette og hint. I en terapeutisk sammenhæng inducerer psykologen positivt ladede forventninger til fremtidige hændelser. Den tilstand, de holdninger og forventninger, vi møder verden med, er jo også den verden, vi får at se. I hverdagen ses denne mekanisme ikke, men i terapirummet ses det som indlysende. Det, dit sind er stemt til, bliver også din erfaring.

Mandrake har svunget kappen og lettet på silkehatten for sidste gang. Afmystificeringen har ramt superhelten anno dazumal. Takket være forfatteren til "Hypnose afmystificeret".

Kjeld Hesselmann

BOGDATA ■

Anne-Marie Harnum: "Hypnose afmystificeret". København: Dansk psykologisk Forlag, 2009. 192 sider. 258 kr.

