

Wilsonová s Barberem udávají retestovou reliabilitu CIS $r = 0,82$ ($p 0,01$), split-half reliabilitu $r = 0,89$ ($p 0,001$). Pearsonův koeficient korelace mezi výsledky CIS a BBS (Barberova škála sugestibility) je $r = 0,60$ ($p 0,001$).

+ + +

Katathymní prožívání obrazů

Katathymní prožívání obrazů se jako diagnostická a terapeutická metoda vyvíjí od roku 1948. Její autor Hanscarl Leuner ji charakterizuje takto:

- 1) Podnět k terapeutickému využití daly výsledky klinicko-experimentálních studií imaginace (hypnagogických vizí).
- 2) Teoretická báze má analytický charakter: obsahu imaginace je přiřazován symbolický výraz individuální problematiky. Orientuje se na obranné mechanismy, neurotické chybné postoje a sleduje problematiku přenosu a protipřenosu.
- 3) Celého postupu lze použít jako neinterpretující, podpůrné terapie. Autor vidí jeho pozici mezi pragmatisko-hypnoidními metodami a vlastní psychoanalýzou. Pomocí této metody lze ovlivnit velkou část neurotiků.

Katathymní prožívání obrazů má tři způsoby použití:

- A) experimentální
- B) diagnostické
- C) terapeutické

Pro diagnostické použití a pro začátek terapeutických sezení slouží následujících deset standardních motivů, jako krystalizační jádro typických, konflikty nasycených imaginací:

- 1) Motiv louky - symbol počátku a východisko pro další imaginace. Zelená barva se užívá jako východisko dalších "mentálních cest" v řadě imaginativních technik. Připomeňme Luscherův výklad zelené barvy: "...výraz pevnosti, stálosti, rezistence vůči změně." V symbolu louky se zrcadlí současná nálada, jsou na ni projikovány akutní problémy a tak se může stát jevištěm symbolických postav.
- 2) Motiv hory - zvedá se nad louku a umožňuje dobrý výhled na okolní krajinu. Obtíže při výstupu, výška hory, druh imaginované krajiny a mnoho jiných detailů poskytuje informace o problémech spojených se sebeprosazováním vlastních názorů a nároků, s otázkami rivality apod.
- 3) Motiv potoka - na louce spatříme potok, který sledujeme proti proudu až k prameni a po proudu až k moři. Je to symbolický výraz duševní dynamiky, pramen je symbol po-

čátku, plodnosti, orální symbol.

- 4) Motiv domu - na procházce krajinou přijdeme až k domu. Je to již tradiční symbol osobnosti (Freud). Významný je charakter budovy: hrad, zámek, kasárna, mrakodrap, bou-
dička. Při "prohlídce" domu získáme důležité informace z představy kuchyně (orální sféra), obývacího pokoje (anální sféra) a ložnice (sexuální sféra). Často lze získat také vzpomínkový materiál.

- 5) Osoby, které mají vztah ke klientovi - objevují se na louce, nebo kdekoli jinde, případně mohou být imaginovány v symbolické podobě (např. ve zvířecí podobě). Jejich chování vůči pacientovi je poučné a podněcuje též k pokusům přiblížit se k nim, oslovit je, dotknout se jich apod. Získáváme tak informace o nevědomém postoji klienta vůči nim.
- 6) Motiv zkoumající postoje k sexualitě. Ženy si mají představit situaci, kdy jdou po opuštěné silnici, objevuje se auto a řidič nabízí svezení. Pro muže se používá symbolu růžového keře. Klient je vyzván, aby keř otrhal.
- 7) Motiv zkoumající vlastní agresivní impulzy - symbol lva, který může být imaginován např. v kleci, cirkusu, ve volné přírodě. Chování lva vůči protivníkovi demonstruje rozměr agresivních zábran vůči třetí osobě.
- 8) Motiv ideálního já - klient má říci jméno nějaké osoby stejného pohlaví, potom si ji má představit. Zpravidla se objeví známá postava, ztělesňující ty vlastnosti, které by klient sám rád měl (problém identifikace).
- 9) Pohled z louky do temného lesa, nebo do propasti - (bez toho, že by tam klient sám vstupoval, což by mohlo vyprovokovat odpor) - postavy zvířat a lidí, které se spontánně objeví, odrážejí zpravidla hluboce potlačené problémy rivality, nebo homoerotiky.
- 10) Motiv bažiny - slouží manifestaci zvířecích symbolů, zpravidla i opačného pohlaví, které představují hluboce potlačený archaický materiál sexuálního charakteru.

Terapeutické uplatnění katathymního prožívání obrazů je možné trojím způsobem:

- A) Cvičná metoda - již samotný nácvik prvních tří motivů (louka, hora, potok) může přinést dobrý terapeutický efekt. Je přitom užitečné přivést klienta až k hraniční situaci zmíněného obrazu (např. ztížený výstup na horu, zánik pramene ap.)
- B) Asociativní technika - vycházíme ze standartního motivu, ale dáme volný průchod asociativně se rozvíjejícím scénám imaginace.
- C) Režírované symbolické drama - imaginované postavy jsou přiváděny k dramatickému střetnutí mezi sebou navzájem. Existuje šest technik, využívaných v symbolickém dramatu.

Leunerova technika je určena pro individuální administraci. V poslední době se experimentuje i s využitím hudby pro zesílení imaginace. (Prohlubuje se uvolnění, zesiluje se emocionální podíl a zvyšuje se produkce obrazů). Metoda se dá použít také skupinově.

Leuner uvádí následující indikace své metody:

- 1) neurovegetativní a psychosomatické středně těžké stavy
- 2) interní onemocnění s funkčními a psychickými komponentami
- 3) fobie
- 4) neurózy s psychickými projevy (kromě anxiózní neurózy)
- 5) psychoneurotické poruchy u dětí
- 6) poruchy adaptace v pubertě a v mladém věku
- 7) neurotická adaptace v dospělosti

Kontraindikace:

- 1) nízká inteligence (do 80 bodů IQ)
- 2) akutní i chronické psychózy
- 3) organické syndromy
- 4) depresivní rozlady
- 5) hysterické neurózy
- 6) nízká motivace pro terapii

Netradičním způsobem s metodou pracují někteří autoři germánské jazykové oblasti (v níž je Leunerův přístup nejvíce rozšířen). Leonore Kottje-Brinbacherová provádí párovou terapii s katathymním prožíváním obrazů. Vychází s postulátů, že párová dynamika existuje zásadně v každé situaci, v níž je přítomen i druhý partner, avšak v každé situaci se nemusí manifestovat. Leunerovu techniku exploatuje právě k provokování, vybavování a zjevování této dynamiky. Vychází z toho, že partnerské konflikty ovlivňují společné fantazie a terapeuticky to zpracovává.

Pár dostane zadání, aby imaginoval např. společnou dovolenou. (Obvykle začne terapii jeden partner, druhý je přizván až po několika sezeních.) Potom každý verbalizuje svoje představy, které konfrontujeme a interpretujeme. Nebo jsou partneři vyzváni, aby si představovali sami sebe jako zvíře a potom ještě další zvíře, se kterým se dostanou do interakce. Jiná modifikace: terapeut označí dvě zvířata, např. nosorožce a jezevčíka. Každý z partnerů se má s jedním identifikovat (navzájem si to nesdělují) a představovat si interakci zvířat. Po ukončení imaginace verbalizují partneři svoje představy. Může se stát, že si např. žena myslela, že její partner je nosorožec, ale muž se považoval za jezevčíka.

Vytváří se zde kategoriální schema, pomocí něhož lze pozorovat strukturu moci, citové vztahy, produktivitu a individualizaci (blízkost - vzdálenost).

Katathymní prožívání obrazů poskytuje ochranný prostor, ve kterém je možno si představit konflikty bez příliš velkého strachu, zábran a pocitů viny. V těchto situacích je možno objevovat nové způsoby chování, které jsou v realitě blokovány různými příčinami. Z tohoto pojetí vyplývají kreativní možnosti Leunerovy metody.

V párové terapii jsou důležité dva faktory:

- 1) styl psychoterapeutické intervence terapeuta - v párové terapii je správné dózování adekvátních formulací těžší než v individuální terapii
- 2) volba motivů - např. motiv louky je pro párovou terapii beze smyslu. Na druhé straně je problematické začínat s motivy vyvolávajícími strach či úzkost. Motiv hory může

symbolizovat reakce na překážky a jejich překonávání. Doporučované motivy: společné pěstování stromu (zde symbolická hodnota různých stromů), společná plavba člunem po moři, let balonem, představa, co bude za dvacet let aj.

Eda Klausmannová používá katathymního prožívání obrazů jako zrcadla porušených rodinných vztahů u dětí a mladistvých. Pacient je vyzván, aby si v průběhu imaginace předsta-

vil "nějaké stromy", pokud možno tři. Ty potom nakreslí a popíše je. Je dotazován, který strom koho připomíná. Je překvapující, že kresby obvykle ukazují vztahy k otci a k matce a dále vztahy mezi otcem a matkou. Jde v podstatě o využití "testu kresby tří stromů" portugalského autora Corboze, který jej publikoval v roce 1963. Metoda bývá používána jako nástroj pro zesílení dynamiky rodinné terapie.

Na dvou posledně uvedených příkladech bylo ukázáno neortodoxní použití Leunerovy techniky s totální absencí jeho deseti krystalizujících motivů.

+ + +

Psychosyntetická metoda symbolické projekce (ISP)

Na Leunera navázal (a to velmi těsně, jak uvidíme dále) R. Assagioli, když ve své knize Psychosynthesis (New York 1965) popsal metodu symbolické projekce (Initiated Symbol Projection ISP), která má tři hlavní oblasti:

- A) psychoterapie
- B) projektivní psychodiagnostika
- C) fenomenologická deskripce psychických procesů.

ISP jako terapeutická technika vyvolává "symbolickou katarzi" ovlivněnou zážitky během vizualizace, která má spíše vztah k fantaziím a halucinacím než k odkrývání potlačených vzpomínek. ISP umožňuje vyvolávání psychických zážitků téměř podle chuti, rovněž představuje radikální přechod od striktně analytických metod a většina diagnózy a terapie zůstává neanalytickou.

Mezi své předchůdce, kromě Leunera, Assagioli počítá Junga (technika "aktivní imaginace"), Schultze (autogenní trénink), Carla Happicha s jeho technikou meditativní psychoterapie a R. Desoilla (technika bdělého snu).

Assagioli ve své psychosyntetické technice používá souboru dvanácti standardních motivů. Deset jich je zcela totožných s Leunerovými, přidává výbuch sopky (měřítko podstaty a množství afektivní tenze) a motiv staré obrázkové knihy, kterou subjekt nalezne ve sklepě dříve vizualizovaného domu. Klient má popsat některé obrázky z knihy a je mu tak dána možnost volné projekce.

Stejný podnětový materiál slouží u Leunera k odkrývání materiálu z minulosti, u Assagioliho k abreakci a katarzi.

+ + +

Mind games (Psychohry)

#

Mind games Masterse a Houstona představují soubor technik, využívajících hypnózu (o které se však nemluví), autohypnózu, řízenou imaginaci leunerovského typu, zvýšení fantazijního prožívání, mystické prvky, euncounterové a další praktiky. Autoři praví v předmluvě ke své knize, která je vlastně podrobným návodem pro autopsychoterapeuty - samouky, že psychohry jsou "vzdělání, extáze, zábava, sebeexplorace a mocné nástroje růstu".

Při většině her se navozuje změněný stav vědomí (tedy jak je v moderní hypnologii definován hypnotický stav), kterému je připisována schopnost rozšíření duševních možností. Psychohry lze zařadit do instrumentária tzv. "psychoterapie pro zdravé", jak ji propaguje hnutí humanistické psychologie.

Jako příklad jedné z mnoha her uvedme "otvírání dveří", které má sloužit k navozování dalších postupů, uvedených v knize. Skupina hráčů se pohodlně usadí, zavře oči a uvolňuje se. Průvodce obrací jejich pozornost ke snu, který mívali v dětství. Hráči si mají představovat, že vstávají z postele a nalézají malá dvířka, kterými procházejí a začínají sestupovat po kamenném schodišti dolů k vodě. Na břehu je malý člun, do kterého vstupují a proplouvají skálou do slunečného dne. Připlouvají na pokraj louky, vystupují z člunu a procházejí se po louce. Usedají do stínu velkého stromu. Zde vnímají okolí všemi smysly. Potom se opět vrací stejnou cestou. Procedura končí upozorněním, že nyní již znají kouzelná dvířka, kterými se budou moci kdykoli vydat na cestu své fantazie.

Někteří hráči prožili "cestu" téměř fyzicky, jako ve skutečnosti, jiní spíše jako diváci film. Ale všichni mají rozumět tomu, že kolem nich mohou vzniknout nové zážitkové světy, které obohacují jejich vnitřní život.

Knihla obsahuje mnoho dalších postupů, zaměřených na evokaci nejrůznějších zážitků a fenoménů. Cílem her je, aby se v každém účastníkovi "něco uvolnilo, co přinese sílu a zdraví, radost a seberealizaci".

+ + +

Kreativní snění

Singer napsal kromě řady knih o imaginaci i příručku pod názvem Mind-play, určenou širší veřejnosti. Pojednává o kre-

ativním užití fantazie v mnoha praktických oblastech. Pokouší se dát návod na využití imaginace, denního snění a zaměření fantazie k navození a prohloubení relaxace, odstraňování fobie, překonávání tělesného handicapu a bolesti, zvládnutí špatných nálad a nespavosti. Imaginace slouží rovněž pro zvýšení empatické schopnosti a interpersonálních dovedností, zlepšení sexuálního života, prohloubení tělesných a sportovních dovedností a schopností. Imaginativní postupy mohou

sloužit pro trénink rozhodovacích procesů a stimulovat rozvoj dítěte. Práci uzavírá kapitola o celkovém obohacení života pomocí imaginace.

+ + +

Kromě popsaných, či jen zmíněných systematických postupů, je možno užívat imaginativních technik volně, "bez hranic", ad hoc. Zkušený psychoterapeut dobře ví, že lidská představivost je mocnou silou, která může dosáhnout téměř všech výsledků získaných užitím jiných specifických procedur, jako je hypnóza, farmakologické ovlivnění subjektu, interpersonální postupy, jóga, behaviorální trénink apod. Jde je o to, správně se rozhodnout kdy, s kým a jak imaginativní metody provádět.

+ + +

4. LITERATURA

Časopisecké studie nejsou uvedeny

- Aroaz, D.L.: The new hypnosis. Brunner/Mazel, New York 1985.
Assagioli, R.: Psychosynthesis. Viking Press, New York 1965.
Brenman, M., Gill, M.M.: Hypnotherapy. Pushkin Press, London 1947.
Burrows, G.D., Dennerstein, L.: Handbook of hypnosis and psychosomatic medicine. Elsevier, Amsterdam 1980.
Crasilneck, H.B., Hall, J.A.: Clinical hypnosis. Principles and applications. Grune and Stratton, New York 1975.
Edmonston, W.E.: The induction of hypnosis. J. Wiley, New York 1986.
Erickson, M.H., Rossi, S.I.: Hypnotic realities. Irvington Publishers, New York 1976.
Gibbons, D.E.: Applied hypnosis and hyperempiria. Plenum Press, New York, 1979.
Gordon, J.E. (ed.): Handbook of clinical and experimental hypnosis. Mc Millan, New York 1967.
Grabowska, M.J.: Hipnoza i jej zastosowanie lecznicze. Psychoterapia III, Warszawa 1972.
Haley, J. (ed.): Advanced techniques of hypnosis and therapy. Selected papers of M.H. Erickson. Grune and Stratton, New York, London 1967.

- Horvai, I.: Hypnosa v lékařství. SZdN, Praha 1959.
- Hoskovec, J.: Psychologie hypnózy a sugesce. Academia, Praha 1967.
- Chertok, L.: Nepoznaná psychika. Avicenum, Praha 1986.
- Kleinsorge, H., Klumbies, G.: Technik der Hypnose für Ärzte. G. Fischer, Jena 1962.
- Klumbies, G.: Hypnosetherapie. S. Hirzel, Leipzig 1981.
- Kondáš, O., Kratochvíl, S., Syříš'ová, E.: Psychoterapia a reedukácia. Osveta, Martin 1985.

- Kratochvíl, S.: Psychoterapie. 2. vyd. Avicenum, Praha 1976.
- Kratochvíl, S.: Klinická hypnóza. Avicenum, Praha 1990.
- Kroger, W.S.: Clinical and experimental hypnosis. 2nd ed. Lippincot, Philadelphia, Toronto 1977.
- Langen, D.: Hypnosa und psychosomatische Medizin. Hippokrates, Stuttgart 1972.
- Langen, D.: Kompendium der medizinischer Hypnose. S. Karger, Basel 1972.
- Lankton, S.R., Lankton, C.H.: The answer within: a clinical framework of Ericksonian hypnotherapy. Brunner/Mazel, New York 1983.
- Leuner, H.: Katathymes Bilderleben. Kleine Psychotherapie mit Tagtrautechnik. G. Thieme, Stuttgart 1970.
- Leuner, H. (Hrsg.): Katathymes Bilderleben. Ergebnisse in Theorie und Praxis. H. Huber, Bern, Stuttgart, Wien 1980.
- Leuner, H., Schroeter, E.: Indikationen und spezifische Applikationen der Hypnosebehandlung. H. Huber, Bern 1975.
- Machač, M., Macháčová, H., Hoskovec, J.: Emoce a výkonnost. SPN, Praha 1985.
- Masters, R., Houston, J.: Mind games. Viking Press, New York 1972.
- Rožnov, V.E. (red.): Rudkovstvo po psichotěrapiji. Medicina, Taškent 1979.
- Scott, D.L.: Modern hospital hypnosis. Especially for anaesthetists. Lloyd-Luke, London 1974.
- Sheikh, A.A. (ed.): Imagery. Current theory, research and application. J. Wiley, New York 1983.
- Singer, J.L.: Imagery and daydream methods in psychotherapy and behavior modification. Academic Press, New York 1974.
- Singer, J.L., Swizer, E.: Mind-play. The creative uses of fantasy. Prentice-Hall, Englewood Cliffs, N.J. 1980.
- Slobodjanik, A.P.: Psichotěrapija, vnušenje, gipnoz. 4. izd. Zdorovja, Kijev 1982.
- Svoboda, M.: Hypnotické chování. Teoretický a experimentální přístup. Univerzita J.E.Purkyně, Brno 1987.
- Vólgyesi, F.A.: Hypnose bei Mensch und Tier. S. Hirzel, Leipzig 1969.
- Weitzenhoffer, A.M.: General techniques of hypnotism. Grune and Stratton, New York, London 1957.
- Weitzenhoffer, A.M.: The practice of hypnotism. Volume I and II. J. Wiley, New York 1989.
- Wester, W.C. II. Smith, A.A., Jr. (eds.): Clinical hypnosis. A multidisciplinary approach. Lippincot, Philadelphia 1984.
- Wolberg, L.R.: Medical hypnosis. Vol.I,II., 8th ed., Crune and Stratton, New York 1968.