

Dr. Boncz István

## Hipnózis, hipnoterápia

Kérem helyezkedjenek el kényelmesen.

Lassan kezdjenek el rám figyelni. Csak a hangomat figyeljék és azt amit mondok, és kérem figyeljenek még valamire: egy könyvre. Erről a könyvről fogok beszélni. A könyv címe hipnózis, hipnoterápia. A könyv második kiadás. Az első kiadás áttekintette a hipnózis és hipnoterápia hazai és külföldi történetét, a módszerek elméletét és klinikai alkalmazását. Bemutatta a terápiás felhasználását, a pszichoterápiától a pszichoszomatikus orvosláson át a fogászati alkalmazásáig.

Több, mint 35 év telt el Mészáros István e tárgyban írt tudományos igényű művétől.

A második kiadás 23 fejezetből áll, szerkezete a szerkesztő szándéka szerint kaleidoszkóp jellegű, sokrétű. Egyrészt megfelel a laikus érdeklődésnek, demisztifikálva a fogalmat, másrészt a szakmai közönség számára, szaktudományos igényű tájékoztatást ad a legkorszerűbb hipnózis elméletekről a terápiás alkalmazhatóságáról és a pszichoterápiás rendben történő elhelyezéséről.

A könyv színvonala, tudományos igénye méltán képviseli a Mészáros-Bányai által alapított nemzetközi hírű magyar iskolát.

2005-ös kiadáshoz képest 4 új fejezettel bővült a mű. Egyes fejezetek a második kiadásban frissítésre kerültek, aktualizálva lettek.

Az előző kiadás már korábban méltatva volt, így most a hozzáadott értéként szereplő új fejezetről szólnék.

Az idegrendszer és a bőr közös ectodermális eredete okán is a hipnózis önállóan vagy más módszer kíséretében hasznos lehet bizonyos bőrbetegségek

gyógyításában. Erről szól a hipnózis szerepe a dermatológiában című fejezet Kása Margit, Vértes Gabriella tollából.

Az összeállítás innovatív igyekezetét igazolhatja a tandemhipnózis terápia bemutatása. A könyvnek ezt a fejezetét Vas József és Császár Noémi jegyzi. THT terápia nem önálló módszer hanem hatékony, katartikus és katalitikus technika, amelyet más módszerekkel is integrálhatnak - végezhető egyéni, pár, család vagy csoport terápia keretében.

Az eljárás az összes résztvevő összehangolódására épít.

Értékes és hézag pótló rész Erickson-i életmű bemutatása Varga Kata tollából. Főként a szakemberek számára hasznos az iskolateremtő mester életének és munkásságának ismertetése.

Erickson szerint a pszichoterápiában nem elméleteket kell követni, hanem az egyénhez kell igazodni, mert mindenki más és más, nem szabad a pácienseket, a tünetek Procrustes ágyába kényszeríteni. Éles megfigyelő képességét jól alkalmazta a terápiában - hozzá igazítva a páciens egyéni igényeihez, motivációihoz és értékeihez.

A fejezetben a szerző áttekinti a legfontosabb Erickson-i stratégiákat, számos eredeti és saját eset vignettával illusztrálva azokat.

A hipnózis onkológia alkalmazása az utóbbi időben egyre több reménnyel kecsegtet. Ahogy a szerző Bányai Éva írja: a hipnózist a rák megelőzésétől kezdve a diagnózis felállításának és kezelésének, sőt a túlélés minden fázisában érdemes alkalmazni. A könyv megjelenését követően feltehetően jelenleginél sokkal szélesebb körben fogják használni a pszichoonkológiai gyakorlatban.

A szerkesztő által szándékolttan bevallott sok színű képet kapunk a hipnózisról és a hipnoterápiáról. Stílusa világos, nyelvezete magyaros, a sok szerző ellenére egységesnek tűnik.

Az elméleti részek, leírások fogyaszthatóságát nagyban segíti a sok szemléletes példa és esetleírás.

Nos ha a kollegák eltudták képzelni egy magas tudományos igényű összeállítást a hipnózisról és hipnoterápiáról, ez a képzelet a gyakorlatban is megvalósíthatóvá válik: a könyv már kapható a medicina boltjaiban.

Van egy mondás a gyémántkereskedők közt, miszerint a briliáns a gyémánt álma önmagáról. Nos hát ez az összeállítás briliánsra sikerült, folytatva ezt az analógiát mondhatjuk, hogy ez a könyv hipnózis álma önmagáról.

Köszönet érte a szerkesztő Vértes Gabriellának és a Medicina kiadónak személyesen Farkasvölgyiné Borikának és a népes szerző gárdának.

Mit kívánhat a recenzens magának és kollegáinak birtokolván ezt a szakkönyvet , röviden csak ennyit:

Válják lelki egészségünkre!

2015.január 30.