

“Twoje plecy są skrzywione” – Efekt sugestii werbalnej i eksperymentalnego bólu na obraz ciała

Ciało jest podstawą wszelkich doświadczeń. Proces uczenia się o tym, jak ciało powinno działać, być doświadczane i wyglądać, jest kluczem do zrozumienia naszych postaw i przekonań. Doświadczenia znane każdemu człowiekowi, to zarówno te przyjemne, jak i te bolesne – oba rodzaje doświadczeń, mogą być oceniane jako efekt społecznego uczenia się. Zdarza się, że przewlekły ból, (np. dolnej części pleców) sprawia, że odczuwamy bolesną część ciała, jako większą, opuchniętą czy skrzywioną, pomimo, że fizycznie pozostaje ona niezmieniona. Zniekształcenia tego typu (percepcyjne), mogą być tłumaczone poprzez reorganizację na poziomie struktur mózgowych. Co ciekawe, niewiele wiadomo, czy obraz ciała zmienia się także w bólu ostrym (który zwykle związany jest z urazem ciała). Można założyć, że ból wywołany eksperymentalnie, jako korelat uszkodzenia ciała, znacząco zmodyfikuje jego percepcję.

Obraz ciała jest opisywany jako mentalna reprezentacja ciała w umyśle. Analizując obraz ciała i ból, można założyć, że obraz ciała jest konstruktem o specyfice bardziej teoretycznej/subiektywnej, podczas gdy ból postrzegany jest bardziej jako fizyczny/obiektywny. Jednakże, taki sam bodziec (ból), zaaplikowany różnym osobom, może być doświadczany skrajnie odmiennie. Dlatego też ani obraz ciała, ani ból nie są obiektywnymi doświadczeniami ciała. Jednakże, oba mogą wpływać na siebie nawzajem. Z jednej strony, zaburzony obraz ciała może prowadzić do zmian w obrębie zachowania, np. unikania aktywności fizycznej zwłaszcza w zniekształconej percepcyjnie części ciała. Z drugiej strony, ból sam w sobie może zaburzać obraz ciała ze względu na wcześniejsze powiązanie samego bólu z uszkodzonym (zmienionym fizycznie) ciałem.

Obraz ciała jest tworzony, zarówno na podstawie indywidualnych doświadczeń jednostki, jak również poprzez wzorce kulturowe. Poprzez komunikat werbalny oceniamy, na ile ciało faktycznie odpowiada standardom wizualnym, jak i zdrowotnym. Zakładamy, że sugestie wypowiedziane, przez osobę darzoną zaufaniem, może wpłynąć i zmienić, to, co myślimy o swoim ciele. Jednym z pytań badawczych jest pytaniem czy werbalna sugestia dostarczona przez specjalistę z zakresu nauk o zdrowiu, może znacząco zmodyfikować nas obraz ciała. Jeśli słowna sugestia może zmienić obraz ciała, to czy te zmiany mogą wtórnie doprowadzić to uwrażliwienia jednostki i zwiększonej wrażliwości na ból? Czy tak zmieniony obraz ciała będzie tożsamy z tym, który wystąpi po wywołaniu eksperymentalnego bólu?

W tym projekcie planowane są dwa eksperymenty. W każdym z nich oceniany będzie obraz ciała i wrażliwość na ból. W pierwszym eksperymencie zdrowi ochotnicy zostaną poddani procedurze eksperymentalnego wywołania bólu pleców za pomocą iniekcji zawierającej kapsaicynę. Dzięki zastosowaniu tej substancji, objawy bólowe utrzymują się do 20 minut. Ocena obrazu ciała i wrażliwości na ból będzie przeprowadzona przed wywołaniem bólu, w trakcie jego utrzymywania się oraz po całkowitym ustaniu bólu.

Drugi eksperyment zostanie przeprowadzony w oparciu o metodologię typową dla badań nad wpływem sugestii. Badani otrzymają sugestię słowną zgodnie z którą (w wersji placebo) ich plecy są krzywe, niesymetryczne, przez co dana część ciała może być odczuwana jako bardziej wrażliwa; informacja ta będzie wzbogacona wizualną ilustracją skrzywionych pleców. W grupie placebo, uczestnicy usłyszą informację, że ich plecy są przykładem idealnych pleców, są zdrowe, i silne, natomiast grupa kontrolna usłyszy informację, że ich plecy są typowe, nie odchylone w żadną ze stron. Po eksperymencie, każdy z uczestników zostanie poinformowany o prawdziwym celu badania i testowanej hipotezie. Dane zebrane w trakcie przeprowadzania eksperymentów będą analizowane zarówno pomiędzy grupami, jak również pomiędzy eksperymentami (bólowa iniekcja/sugestia werbalna).

Projekt ten pozwoli usystematyzować wiedzę z zakresu obrazu ciała, oraz czynników wpływających na jego zmianę. Niewiele wiadomo na temat zmian w obrazie ciała wywołanych eksperymentalnym bólem oraz sugestią słowną, dlatego też ten projekt będzie znaczącym wzbogaceniem wiedzy psychologicznej. Również dziedzina bólu będzie poszerzona o wyniki związane z negatywnymi doświadczeniami i postawami wobec ciała (bólowa iniekcja i instrukcja werbalna) i ich relacją w stosunku do obrazu ciała.