ГИПНОЗ "АКТИВНЫЙ СТУПЕНЧАТЫЙ"

Автор: словарь
28.01.2008 19:35 -

Гипноз "активный ступенчатый" (греч. hypnos — сон) — гипнотический метод, основанный на сознательном последовательном управлении расслаблением (Э. Кречмер). В качестве теоретической модели Э. Кречмером было использовано положение о том, что гипноз может быть достаточно полно описан как проявление факторов расслабления, концентрации и сонливости.

В программе Г. а. с. пациенты сначала научаются полному расслаблению за счет представления ощущений тяжести и тепла (как и в аутотренинге Й. Г. Шультца), а затем отрабатывается собственно гипнотическое погружение, для чего используется фиксация взгляда на световой точке. На заключительных этапах этого метода пациенты достигают возможности произвольной генерации ярких мысленных (эйдетических) представлений, содержание которых ставится в соответствие с определенными терапевтическими целями.

Следует помнить, что гипноз в лечебных целях обычно применяют специалисты, имеющие базовое медицинское образование, прошедшие постдипломную специализацию по психиатрии и получившие специальную подготовку в области гипноза.

И. М. Кондаков