ГИПНОЗ ЭРИКСОНОВСКИЙ

Автор: словарь
29.01.2008 03:06 -

Гипноз эриксоновский — гипнотическая методика (предложена М. Эриксоном, получила название "новый гипноз"), отличающаяся от традиционного гипноза отсутствием авторитарности в позиции гипнотизера.

Между терапевтом и пациентом, по мнению М. Эриксона, должны устанавливаться отношения сотрудничества. Терапевт ничего не навязывает пациенту — он создает условия, позволяющие пациенту использовать свои собственные ресурсы.

Один из базовых принципов Г. э. заключается в том, чтобы "встречать пациента на его собственном уровне", что подразумевает, помимо всего прочего, использование того языка, на которым говорит пациент. В отличие от многих других видов психотерапии, в которых прежде чем работать с пациентом, его необходимо обучить специальному языку данного подхода, в Г. э. терапевт обучается языку пациента и использует его в терапевтических целях. В результате психотерапевтическая работа построена таким образом, что терапия осуществляется как бы самим пациентом. В основе Г. э. лежит представление о бессознательном как источнике ресурсов, как правило, недоступных в бодрствующем состоянии. Гипноз рассматривается как способ психологического функционирования, обеспечивающий доступ к этим ресурсам.

В состоянии гипнотического транса, который определяется М. Эриксоном как состояние повышенного осознания, человек способен осуществлять психологическое переструктурирование, позволяющее ему преодолеть выученные ограничения и использовать свой собственный незадействованный потенциал.

В отличие от традиционного гипноза, в котором используются в основном прямые внушения, в Г. э. используются косвенные внушения. Разработаны различные их виды: последовательность принятия, импликация (пресуппозиция), внушение посредством постановки вопросов, двойная связка, контекстуальное внушение, составное внушение, трюизм, внушение отсутствием упоминания, внушение, связанное со временем, намек. Используются также так называемые открытые внушения, к которым относятся мобилизирующее внушение, ограниченное открытое внушение, пр.

Эффективным инструментом Г. э. является метафора, которая представляет собой типичный пример "двухуровневого" языка: одно значение — явное — адресуется сознанию, другое — скрытое — бессознательному. Метафора может быть принята или не принята пациентом на бессознательном уровне; если она принята, то запускаются бессознательные процессы, в конечном итоге приводящие к разрешению проблемы.

В гипнотическом трансе выделяется ряд последовательных стадий, совокупность которых определяет "микродинамику" транса: 1) фиксация внимания (на этой стадии фиксируется сознательное внимание пациента); 2) депотенциализация сознания (на этой стадии осуществляется "переключение" на гипнотический способ функционирования с использованием замешательства, насыщения, удивления или

психологического шока); 3) запуск бессознательного поиска (на этой стадии с помощью внушений инициируются бессознательные процессы); 4) бессознательный процесс (осуществляются бессознательные процессы, инициированные на предыдущей стадии); 5) гипнотическая реакция (возникают характерные для гипнотического транса явления). На практике эти стадии не отделены строго друг от друга и могут пересекаться.

В традиционном гипнозе принято считать гипнабельными около 30% людей; в Г. э. проблема гипнабельности снимается — практически каждый человек может быть введен в гипнотический транс, поскольку так называемое "сопротивление" также используется в качестве элемента терапевтической ситуации.

Если в традиционном гипнозе пациент находится "под гипнозом", то в Г. э. он находится "в гипнозе" (Ж. Келе). Традиционный гипноз принято отождествлять со сном, Э. г. считается активным состоянием, во многих отношениях отличающимся от физиологического сна.

М. Р. Гинзбург