

<<催眠>>

图书基本信息

书名：<<催眠>>

13位ISBN编号：9787122044617

10位ISBN编号：7122044610

出版时间：2009-3

出版时间：化学工业出版社

作者：安东尼·比奥伊

页数：136

字数：84000

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<催眠>>

### 前言

“催眠”，这个词让人着迷，因为人们对它有着极多的描述。

催眠是一种天赋？

一种力量？

一种能力？

还是一种单纯的自然状态？

人们被催眠时会发生什么？

是否会被他人所控制？

被催眠者是否会反抗？

在催眠的状态中，人们是孤独的吗？

所有上述疑问以及其他很多问题都将在此书中得到解答。

我们希望让催眠这一知识尽可能地易于理解，或至少让你们更清楚地了解当代人所掌握的催眠现象。

人们对于催眠的了解并不是全面的；如果说催眠是一项古老的实践，鄙也不过直到最近人们才大致揭开它的原动力。

仅仅从理论上陈述什么是催眠，而不涉及到催眠在日常中的运用，那是不完整的。

这也是本书将介绍的主要线索。

催眠，使用哪些暗示？

应用何种方式？

这都是我们试图去解答的问题。

当然，本书并不是一本训练教程，而是关于催眠理论和实践的最初理解和入门书。

我们希望此书将能回答你们提出的大多问题。

爱德华·扎里菲伊昂（Edouard Zarfian），临床医生和思想家，与作者所探讨的想法孕育了本书中的一些观点，感谢他对此书作出的贡献。

## <<催眠>>

### 内容概要

催眠是一种天赋？

一种力量？

一种能力？

所有人都能够被催眠吗？

催眠是否能够控制他人？

被催眠者是否会反抗？

被催眠后会不会就醒不过来了？

催眠就是要让人什么都不知道了，然后发生一些神奇的变化吗？

所有上述疑问都将在本书中得到解答。

本书不仅从理论上陈述什么是催眠，还涉及到催眠在日常生活不同领域中的运用，此外，在本书最后的章节还收集了一些常见问题和关键词为普通读者答疑解惑。

希望读者能够通过了解认识催眠，改善生活、获得幸福。

<<催眠>>

作者简介

作者：(法国)安东尼·比奥伊 (Antoine Bioy) 译者：袁才蔚 张粲

书籍目录

第一章 开启催眠之旅 催眠是什么？

催眠的起源与历史 小结第二章 催眠的实践 几个主要催眠学派 催眠师 小结第三章 催眠在不同领域的应用 生育中的应用 临床中的应用 缓解症状中的应用 精神病学中的应用 疾病预防中的应用 教育和个人发展中的应用 小结第四章 催眠与治疗 治疗方法 治疗的阶段 小结第五章 催眠的方法和技术 诱导技术 暗示 使用隐喻 选择催眠工具 小结第六章 催眠的常见问题 关于催眠 关于精神恍惚状态 关于治疗师 关于症状 关键词

## &lt;&lt;催眠&gt;&gt;

## 章节摘录

## 第一章 开启催眠之旅催眠是什么？

心理学观点反思的态度催眠是一种完全可在大脑上反映的特殊意识，它可以被研究。

虽然这种意识状态很特殊，但它并不只出现在催眠中。

因此，这促使我们思考我们所谓的催眠到底等同于哪种具体的精神状态，为了有效地讨论催眠，我们也要考虑到其他因素。

在这里，我们可以考虑三方面内容：催眠的内容和表象：催眠治疗师与病人的关系类型：解离。

即使我们一点都不了解现代催眠，我们还是有对催眠的个人描述。

这种描述或来源于电视节目，或来源于各类影片（如《丛林之书》中的蟒蛇“卡阿”，伍迪·艾伦导演的电影《玉蝎子的诅咒》中的形象等）。

总之，没有人不知道催眠或不了解催眠。

这也就是说人们在催眠中的反应，部分上也受到人们想象的影响，比如：静止不动（模拟全身僵硬的晕厥），缄口不语等。

催眠也是个体在催眠中反应和表现的方式，只不过这些常发生在医院病房或心理学诊所里。

除了从心理学和临床的角度阐释催眠外，还可以从更偏向于心理动力学的角度来探讨催眠，即：心理治疗师和病人之间的关系。

在此，我们仅提出这个问题，在之后的章节里再继续探讨。

我们在这里只阐述催眠关系的独特固有特征，并讨论治疗领域中的简单帮助关系或在分析中的心理治疗关系。

最后，从第三个角度——心理学的角度来阐释催眠。

从这个角度来看，催眠也正是我们所谓的解离。

换句话说，为了使无意识都能进入主体经验，某种思维动力不合情理地割裂了意识和无意识的过程。

如果要体验这种解离，必须采用特定的方法，这种方法既是实施催眠的事前准备，又是催眠过程的一个组成部分。

虽然现在已不再采用著名的摆钟法来实施催眠，但是钟摆法的变化形式仍然是引起解离最迅速和最直接的方式，如：眼神聚焦在某处，倾听重复语调等。

解离入门归根结底，体验解离是比较容易的。

无论你在什么地方，把目光聚集在一点上，比如鞋尖、钢笔帽，或是此页书上的一个字。

当你注视这一点的时候，仔细倾听四方，辨别周围的声音。

要注意较为尖锐或低沉的声音，远处或近处的声音等。

这时，你会发觉你对环境的感知已经发生了改变，你观察和体验到了以前从未曾注意到的东西。

<<催眠>>

编辑推荐

《催眠》教你强健身体，改善生活，激发潜能。

催眠是一种天赋？

一种力量？

一种能力？

所有人都能够被催眠吗？

催眠是否能够控制他人？

被催眠者是否会反抗？

被催眠后会不会就醒不过来了？

<<催眠>>

#### 版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>