

<<艾瑞克森催眠治疗理论>>

图书基本信息

书名：<<艾瑞克森催眠治疗理论>>

13位ISBN编号：9787506286855

10位ISBN编号：7506286858

出版时间：2007-10

出版时间：北京世图

作者：斯蒂芬·吉利根

页数：315

字数：332000

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>

## <<艾瑞克森催眠治疗理论>>

### 内容概要

本书是关于催眠的治疗用途的书籍。

它主要是为治疗师而写，虽然其他健康专业人士也会从中受益。

基于与艾瑞克森博士的长期密切合作，本书的目的是为读者提供一种治疗师如何通过与合作来访者合作来解决问题的感觉。

本书的主要前提假设是，催眠是描述体验如何被生成的极佳模型。

催眠被定义为一系列体验式专注的交互序列，该序列将产生一种改变的意识状态，在其中自我表达开始自发发生(即，没有意识的干预)。

正如我们将要看到的那样，这种自然方法使来访者不仅体验到“失去控制”的症状，而且体验到公用语言所描述的治疗性催眠状态；因此，问题取向就成了已经见效的自然的“催眠诱导”取

向(cfRitterman, 1983)。

用相同的语言描述问题及其解决方法，就允许了催眠诱导和其他治疗性沟通直接从来访者采用的“问题诱导”演变过来。

通过这种方式，艾瑞克森学派从业者正是使用来访者保持有限现实的这种模式，来扩展出多种可能性

。

该观点的另一个主要前提假设是，体验的价值主要决定于其情境。

例如，一个年轻的女性来访者抱怨说，数月来每当她闭上眼睛试图放松一下时，她就会看到热情的“眼睛”。

这双眼睛是脱离实体的(即，与脸或身体分离的)，一直盯着她，直到她睁开眼睛并重新适应现实。

这位女士越来越感到被上述体验所困扰，所以才来寻求治疗帮助。

## <<艾瑞克森催眠治疗理论>>

### 作者简介

斯蒂芬·G·吉利根，于斯坦福大学获得博士学位。

吉利根博士作为国际公认的艾瑞克森学派的权威催眠治疗师，他长期在美国、加拿大和欧洲组织催眠培训。

此外，他还在加州圣地亚哥进行私人门诊治疗。

吉利根博士还发表了很多关于情感、学习和催眠的论文。

<<艾瑞克森催眠治疗理论>>

书籍目录

第一章 艾瑞克森的催眠理论第二章 催眠体验 第三章 艾瑞克森学派催眠治疗的一般理论第四章 合作策略第五章 为治疗性催眠创造情境第六章 产生治疗性催眠的联想策略第七章 混乱技术——减弱意识作用第八章 平衡联想和分离策略：催眠诱导中的实际问题参考文献

## &lt;&lt;艾瑞克森催眠治疗理论&gt;&gt;

## 章节摘录

在这些个案里，来访者的风格都被用来建设体验性的合作关系。

关于这种技术的实用性细节将在下一章阐述；这里要说的重要一点是，艾瑞克森学派从业者经常应用这种接纳并利用的原则。

这不是“一次性”的交易，而是指在当下行为过程中，治疗师要进行这么一个反复的循环，即观察、接纳和利用来访者的反应。

为了强调这一点，布兰德勒和格里德（Bandler&Grinder，1975）曾以过程取向的术语来讨论艾瑞克森学派的原则：

（2a）跟随所有行为。

（2b）引导行为。

跟随（pacing）交流是对来访者表达的反馈；在相互交换过程中不去添加任何新内容。

其主要目的是增加治疗师与来访者之间的一致性（即减少差异，促进催眠状态的形成）。

这使得来访者更加信任治疗师、更加合作，使治疗师也更加理解来访者。

跟随的极致是完全模仿来访者当下的行为。

正如所料，这可能会引起来访者的不适。

一方面，这是我们有时想要的并总是可利用的（见第7章），但经常又是不必要的。

为了避免引起类似焦虑，治疗师一般情况下需要再敏锐一些。

下一章我们将会探讨，治疗师不必跟随来访者行为的所有方面，只需跟随那些关键的部分；我们还会探讨如何通过语言或非语言的渠道间接实现跟随。

跟随最好不要让来访者的意识觉察到，因为催眠交流的目标是促进无意识再生的自动化过程。

因此，需要治疗师自然地、“非操纵地”操作，不然来访者会心生怀疑且会变得不自在。

当一个人意识到跟随是一种极端有说服力的、全身心的、自然的现象时，就会比较容易地把握其态度了。

比如，大多数人都能通过观察两个交谈者的身体运动节奏，凭直觉就会辨认出他们是否处于深度和谐状态；具有影响力的演讲者在试图让听众信服他的观点之前，就去“感觉”听众并承认他们的存在（如：信念、感受）；成年人在对孩子们讲话时，通常会戏剧化地变化方式风格；宗教仪式在有节奏的吟唱和舞蹈方面就相当有特色。

这些例子都说明，跟随可以形成更大的和谐和彼此间的理解。

通过观察无数此类的实例，我们开始意识到，跟随对有效交流是首要的：它建立了一个“共同体”的氛围，使自动化系统可以在一个体验性的统一领域内携手合作。

除了跟随之外，艾瑞克森派从业者还通过介绍一些与来访者的当下状态不同却又一致的特性（如，行为），来引导来访者走向期望的状态。

实际的目标状态是各种各样的——可以是一种体验（如：放松、愤怒、催眠），可以是一种简单的行为（坐在椅子上、谈论某人的感受），还可以是一个复杂的行为（如：完成布置的作业、实现转变性变化）等等。

不管内容是什么，成功的引导要求足够的跟随。

特别是，未能引导出所期待的反应的原因不外乎下面三种可能。

首先，或许还没有形成足够的和谐一致：来访者可能不信任治疗师，或感到与治疗师不合拍，从而导致他没有遵循治疗师的建议。

第二，治疗师在引导性交流过程中解释某些体验或行为时，让来访者感到与其当下的状态相差太远；这样，来访者可能愿意但却无法跟上治疗师。

比如，引导语“你正在读这本书，所以你现在可以深深地进入催眠状态！”

”，即使说得再温柔，但是对大多数读者来说都太过了。

因此，一般说来它还需要一系列的中间环节。

第三，治疗师所述说的状态与来访者的体验、价值观或信念相矛盾。

这种情况下，来访者或许能够但却不愿意跟随治疗师的指令。

这里的关键是，缺乏足够的跟随必然导致失败。

## <<艾瑞克森催眠治疗理论>>

特别是在治疗互动（如：催眠诱导）的初始阶段，更多的是需要跟随而不是引导。但是要记住，在交流的所有阶段都需要跟随，在来访者似乎不愿意或不能够遵循治疗性指令时尤其如此。

艾瑞克森学派从业者必须要不断地跟随交流，（a）以发展和保持和谐，（b）以保持适合来访者的进展速度，（c）以尊重来访者的需要和理解。

.....

## <<艾瑞克森催眠治疗理论>>

### 编辑推荐

《艾瑞克森催眠治疗理论》是关于催眠的治疗用途的书籍。它主要是为治疗师而写，虽然其他健康专业人士也会从中受益。基于与艾瑞克森博士的长期密切合作，《艾瑞克森催眠治疗理论》的目的是为读者提供一种治疗师如何通过与合作者合作来解决问题的感觉。

<<艾瑞克森催眠治疗理论>>

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>