

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ





# ***Hypnosis***

***Inductions***

***&***

***Suggestions***

***Dr Sepehrtaj***



# تعريف

**Dissociation**

**Absorption**

**Suggestibility**

حالتی از هوشیاری است که در نتیجه توجه و پذیرش متمرکز ایجاد می شود و در آن باید به طور همزمان ۳ حالت بوجود آید :

تجزیه

جذب

تلقین پذیری



# تعریف هینوتیزم از نظر بخش هیپنوز انجمن روانشناسی امریکا

روشی است که طی آن تغییراتی در حواس،  
ادراک، افکار، احساسات یا رفتار القا و ایجاد می  
شود.

هیپنوز در درمان بیماریها :  
هیپنوز نقش درمانی ندارد  
بلکه تسهیل کننده درمان است، یعنی به درمان  
سرعت میبخشد



کاربرد هیپنوز در ۸۳ مورد از طب عمومی از جمله:  
التیام زخم- زگیل- چشم پزشکی- ارتوپدی- فشارخون- صرع-  
دیابت- چاقی- میگرن- دردها.....

۱۸ مورد در دندانپزشکی از جمله: کنترل خونریزی- دندان  
قروچه- بی حسی- کاهش اضطراب.....

۶۹ مورد در روانپزشکی و روانشناسی

چه کسانی هیپنوزپذیری بالاتری دارند؟

در چه کسانی هیپنوز تاثیر بیشتری خواهد داشت؟

منع کاربرد هیپنوز کدامند؟



## میزان هیپنوز پذیری در جامعه

- ۲۰ درصد افراد هیپنوز پذیری بسیار بالایی دارند
- ۷۰ درصد افراد در حد متوسط تا خوب ، هیپنوز پذیرند.
- ۱۰ درصد هیپنوز نمی شوند



مناسبتين سن جهت هيپنوز

۱۲-۷ سالگى



## نحوه عملی انجام هیپنوز

-ابتدا یک تست هیپنوز پذیری انجام می‌دهیم...

در صورتی که فرد هیپنوز پذیر بود، مبادرت به انجام هیپنوز میکنیم.

فرایند ایجاد خلسه هیپنوتیزی

**گام اول:** ارزیابی و ایجاد رابطه درمانی

و نیز گرفتن اطلاعات در مورد علایق و سرگرمی های بیمار

**گام دوم:** آشنا کردن بیمار

**گام سوم:** تثبیت توجه و عمیق سازی

دوازده روش رایج القاءات هیپنوتیزی وجود دارد که بسته به نوع اختلال و نیز پذیرش بیمار انتخاب میشوند.



## القائات هيپنوتيزمى

Eye fixation-1

Rilaxation-2

Catalepsy-3

Arm levitation-4

Natralistic-5

Coin drop-6



Chiasson's induction-7

Arm drop-8

Imagery-9

Crasilneck-10

Eye opening & Closing-11

Rapid eye roll-12



## گام چهارم: تسهیل پاسخ های ناخودآگاه

پس از القا و عمیق سازی، درمانگر میتواند انتظارات مثبت را ایجاد و تصویر سازیها و تلقینات قابل پذیرش را به وی پیشنهاد کند.

هیپنوتیزم فرایندی است که طی آن تداعی های درونی، خاطرات و اندوخته های بیمار تحریک میشود.

## گام پنجم:

تائید خلسه

قبل از پایان دادن به خلسه نکات اساسی و هدفمندی را  
به بیمار القا میکنیم.

مثل این جملات:

حالا شما قدرت شگفت انگیز ذهن ناخود آگاهت را در  
کنترل درد و... شاهد بوده ای، شما بیش از آنچه  
تشخیص میدهی، استعداد داری.....



## گام ششم:

برطرف کردن اثر تلقینات و هوشیاری مجدد

مثال :

حالا من شروع میکنم به شمارش از ۱۰ به ۱ و با این شمارش شما به تدریج از حالت خلسه در خواهی آمد.

## واکنش های ناخواسته در کاربرد هیپنوتیزم

- در کمتر از ۱% که اغلب در اولین القا و بیشتر در بیماران دارای اختلالات روانپزشکی رخ میدهد.

شایعترین آنها:

-اضطراب

-گریه کردن

-سرگیجه

-تهوع



## عوارض هیپنوتیزم

- ۱- نشانه های سایکوز یا حمله های فوبیا
- ۲- افسردگی با احتمال رفتار انتحاری
- ۳- جایگزین شدن علائم
- ۴- نشانه های ناشی از تلقینات ناخواسته و بدون دقت
- ۵- پوشاندن پاتولوژی فیزیکی
- ۶- اثرات ناخواسته با منشا هیپنوتیزم صحنه ای
- ۷- تحریف حافظه بالقوه

## احتیاطات و موارد منع استفاده:

- ۱- هیپنوز صحنه ای یا برای سرگرمی
- ۲- اختلال شخصیت مرزی و سایکوتیک و تا اندازه ای وسواسی-جبری
- ۳- عدم استفاده از هیپنوز برای درمان مواردیکه برای آنها آموزش لازم را ندیده اید
- ۴- قبل از هیپنوز برای کاوش یا بررسی حافظه، رضایتنامه کتبی از بیمار دریافت گردد
- ۵- اسیر بزرگ منشی و همه کارتوانی نشوید



## کتاب مرجع :

( ۱) - القا و تلقینات هیپنوتیزی

نویسنده: دکتر کوریند هامون

ترجمه: دکتر سید کاظم علوی فاضل

( ۲) - راهنمای القا و تلقینات هیپنوتیزی

نویسنده: دکتر کوریند هامون

انجمن بالینی هیپنوتیزم ایران

# باسپاس از حسن توجه شما



صخره ای در برمه