

# Лекция 4. Классический ГИПНОЗ

Преподаватель:

доцент кафедры наркологии и психотерапии

ГОУ ИПК ФМБА России,

врач-психотерапевт, к.м.н.

Бычкова Анна Сергеевна



# Классический гипноз



Классика не стареет

# Этапы работы с пациентом

1. Подготовительный - установление раппорта в предварительной беседе
2. Проведение предварительных подготовительных психологических тестов
3. Проведение приемов на определение внушаемости и гипнабельности
4. Гипнотическая индукция:
  - Метод счета
  - Метод фиксации взгляда
  - Метод простого словесного внушения (без фиксации предмета)
5. Использование транса (внушение)
6. Дегипнотизация
7. Завершение сеанса

# Внушаемость и восприимчивость к гипнозу

- Внушаемость – способность воспринимать идеи со стороны, способность подвергнуться и подчиниться внушающему воздействию
- Гипнабельность (восприимчивость к гипнозу) – способность пациента достигать определенного уровня гипнотического состояния

# Гипнотические тесты

- Цель – проверить внушаемость и помочь пациенту поверить в свою способность получать внушения

# Подготовительные психологические тесты

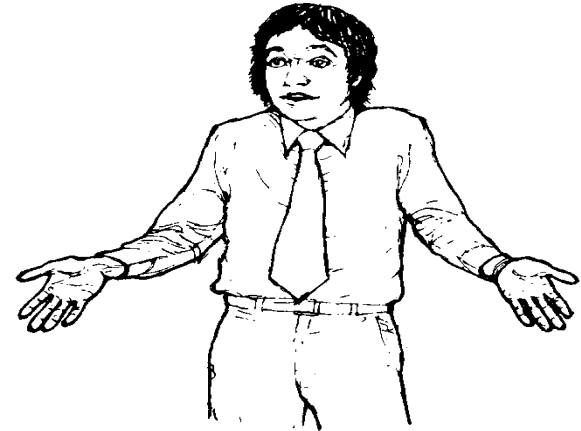
- Шарик – гиря
- Тест сжатых рук (тиски)
- Расслабление мышц на руках
- Расслабление мышц грудной клетки
- Работа с воображением пациента
- Работа с воображаемой энергией
- Опыт Куэ с пальцами «Я не могу»

# Приемы на определение степени внушаемости

- Прием 1. Падение назад
- Прием 2. Падение вперед
- Прием 3. Раскачивание тела
- Прием 4. Падение назад без контакта
- Прием 5. Пальцы «в замок» за головой
- Прием 6. Пальцы между собой ладонями вперед
- Прием 7. Пальцы раскрыты веером и не сгибаются
- Прием 8. Два кольца, и руки не расходятся
- Прием 9. Вкус лимона
- Прием 10. Веки не открываются
- Прием 11. Отклонение назад
- Прием 12. Гиря и шарик

# Невербальные аспекты суггестии

- Поза и жесты терапевта
- Внешний вид терапевта
- Помещение для работы
- Процедура проведения сеанса





# Стадии и степени глубины гипнотического погружения, установленные Е.С. Катковым (по А.П. Слободянику)

- Первая стадия

- Первая степень. Наблюдается нарастающее снижение тонуса коры головного мозга.

Показатели: гипнотик испытывает ощущение покоя, приятное чувство легкости в теле.

Слышит, свои мысли контролирует. Чувствительность сохранена. Легко реализуется внушение двигательных реакций. Из этого состояния гипнотик легко может выйти.

- Вторая степень. Тонус коры еще более снижен, глубоко заторможен двигательный анализатор. Постепенно закрываются глаза. Гипнотик чувствует тяжесть в теле.

Показатели: глаза гипнотизируемого закрыты, но при внушении легко открываются.

Прикосновение к руке вызывает активное нормальное напряжение. Двигательные реакции легко реализуются. Гипнотик активно воспринимает окружающее. Легко может быть разбужен.

- Третья степень. Тонус коры значительно снижен. Более глубокое угнетение двигательного анализатора и второй сигнальной системы.

Показатели: гипнотизируемый ощущает дремоту и сонливость. Течение мыслей вялое, чувство тяжести в теле. Мышцы расслаблены. Поднятая рука бессильно падает.

Невозможно открыть веки, двинуть рукой. На вопрос о самочувствии гипнотик отвечает медленно или молчит. Окружающее слышит. После пробуждения уверен, что сам мог бы выйти из этого состояния.

# Стадии и степени глубины гипнотического погружения, установленные Е.С. Катковым (по А.П. Слободянику)

- Вторая стадия.

- Первая степень. Тонус коры снижен, возникает зона раппорта. Разлитое торможение выключает кинестетическую систему (каталепсия). Торможение второй сигнальной системы. Торможение иррадирует и на кожный анализатор (анальгезия). Появляются «переходные состояния» – уравнивательная фаза.

Показатели: гипнотик отмечает значительную сонливость, движения затруднены. Легкая каталепсия (поднятая рука в воздухе остается недолго). Внушить двигательные реакции не удастся. Окружающие звуки гипнотизируемый воспринимает, но не проявляет к ним интереса.

- Вторая степень. Еще большее углубление предыдущего состояния. Восковидная каталепсия. Самопроизвольная анальгезия. Большее торможение второй сигнальной системы.

Показатели: резкая сонливость. Гипнотик отмечает «скованность» двигательной сферы. Значительное ослабление кожной чувствительности, усиливающееся путем внушения. Реализуются внушения двигательных реакций, латентный период укорочен. Начавшееся автоматическое движение быстро ослабевает, прекращается.

- Третья степень. В коре головного мозга появляются фазовые явления – уравнивательная фаза. Более глубокое торможение второй сигнальной системы; внушенные иллюзии реализуются при закрытых глазах.

Показатели: гипнотик отмечает полное исчезновение собственных мыслей, слышит только голос гипнотизера. Наблюдается тетаническая каталепсия (пружинит рука). Внушение активных и пассивных двигательных реакций реализуется хорошо (медленные движения отдельными толчками, невозможность разжать кулак, двинуть рукой). Наблюдается анестезия слизистой носа (нашатырный спирт)

## Стадии и степени глубины гипнотического погружения, установленные Е.С. Катковым (по А.П. Слободянику)

- Третья стадия.

- Первая степень. Зона раппорта формируется полностью. Вторая сигнальная система выключена, кроме пункта раппорта. Превалирует первая сигнальная система. Налицо парадоксальная фаза. Амнезия после пробуждения. Иллюзия при открытых глазах хорошо реализуется во всех анализаторах, за исключением слухового и зрительного. Самопроизвольная каталепсия исчезает (симптом Платонова – поднятая рука быстро падает).

Показатели: самопроизвольная каталепсия исчезает. Иллюзия при закрытых глазах полностью реализуется, за исключением слуха и зрения. При раздражениях носа, языка, кожи вызываются галлюцинации. Можно вызывать ощущения голода, жажды. Хорошо реализуются внушенные двигательные реакции. Амнезия отсутствует.

- Вторая степень. Почти полное торможение деятельности второй сигнальной системы. Вызываются все положительные галлюцинации.

Показатели: зрительные галлюцинации хорошо реализуются (с закрытыми глазами «ловит бабочек»). При внушении открыть глаза галлюцинации исчезают, часто наступает пробуждение. Легко реализуются внушенные двигательные реакции (пассивные и активные). Частичная амнезия.

- Третья степень. Полное изолирование раппорта. Вторая сигнальная система выключена, кроме пункта раппорта. Амнезия после пробуждения. Слово сильнее реального раздражителя.

Показатели: легко реализуются все типы положительных и отрицательных галлюцинаций (при открытых глазах). Положительные и отрицательные галлюцинации реализуются постгипнотически. Амнезия после пробуждения. Легкая реализация «трансформации» возраста (перевод в детское состояние). При открытии век глаза мутные, влажные. Возможен «молниеносный» гипноз.

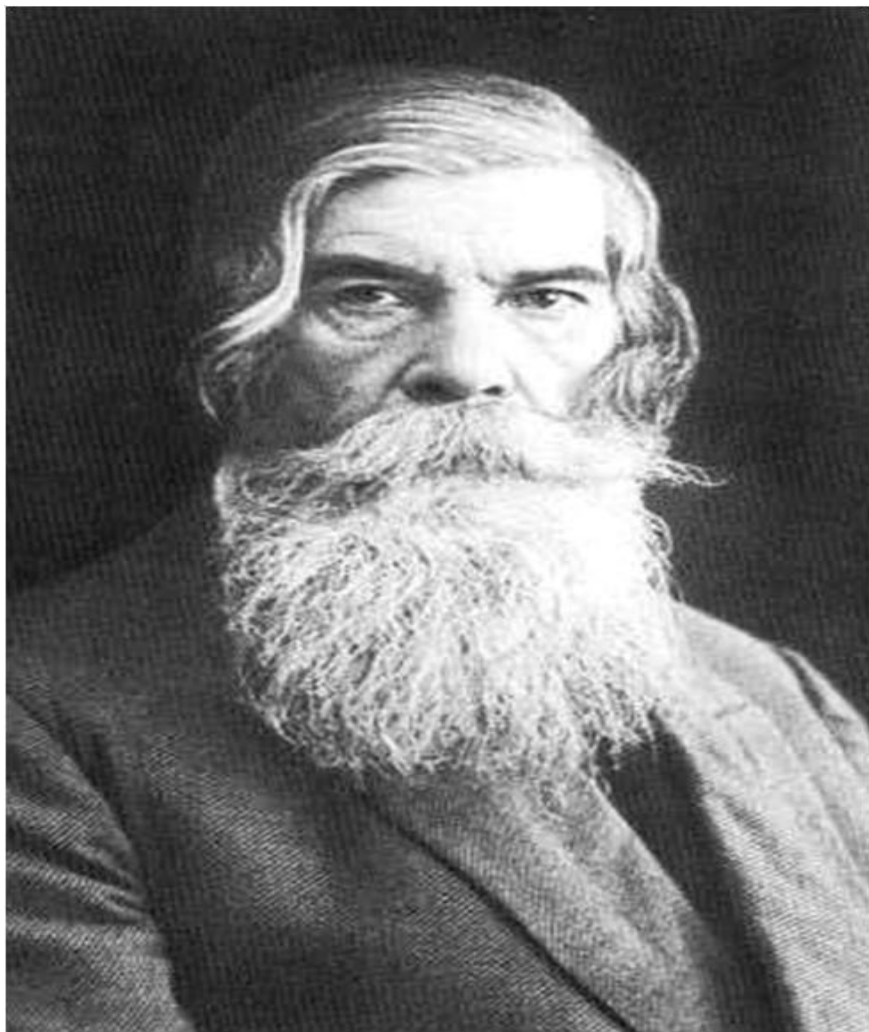
# Стадии гипноза по Форелю

1. Сонливость
2. Гипотаксия или легкий сон
3. Сомнамбулизм

# Эмоционально-стрессовая терапия по В.М. Бехтереву (триада Бехтерева) (1912 г.)

- Разъяснительная беседа о вреде алкоголя
- Сеанс коллективного гипноза с мотивированными внушениями
- Обучение формулам самовнушения

Владимир  
Михайлович  
Бехтерев



# Эмоционально-стрессовая терапия по В.Е. Рожнову

- Вырабатывается условно-рефлекторная эмоционально-отрицательная тошнотно-рвотная реакция на вкус и запах алкоголя
- Курс лечения от алкоголизма длится 1,5-2 месяца, в течение которых больной получает 25-30 сеансов гипносуггестивной психотерапии

# Эмоционально-стрессовая терапия по А.Р. Довженко





# **Особенности проведения эмоционально-стрессовой терапии по методу А.Р. Довженко при лечении алкоголизма**

- Суть метода – создание стойкой психологической установки на длительное воздержание от алкоголя путем применения комплекса последовательных психотерапевтических воздействий, направленных на активацию эмоциональных механизмов мозга.

- Ряд комплексных, следующих друг за другом приемов, повышающих восприимчивость пациентов к внушениям
- Неглубокая фаза гипноза с открытыми глазами
- Создание доминантного возбуждения в системе отрицательно-эмоционального реагирования (биологический инстинкт самосохранения) и в системе позитивного подкрепления (сохранения или восстановления себя как личности)

# Особенности метода

- Отказ от выработки условного рвотного рефлекса на запах, вкус или слово «водка»
- Запрет употребления алкоголя на конкретный срок
- Возможность «раскодирования»
- Наложение «запрета» на тот срок, который больной выбрал сам
- Курс лечения от алкоголизма состоит из одного сеанса гипноза, который длится 1,5-2 часа

# Процедура лечения состоит из 3 этапов:

- Подготовительный
- Лечебный
- Непосредственно кодирование



# Подготовительный этап

- Мини-лекция о феномене гипноза
- Подготовительные тесты
- Приемы определения внушаемости и гипнабельности
- Те пациенты, которые не прошли тесты, на этом уходят с рекомендацией подумать, что помешало им пройти тест и возможностью прийти еще раз
- Тест на определение степени зависимости от алкоголя

# Тест на определение степени зависимости от алкоголя

1. Бывают ли случаи, что вы иногда выпиваете в одиночку?
2. Вам удавалось сдержать обещание, данное близким или самому себе, и не пить полгода или год? Или вы нарушали его?
3. В течение последнего года приходилось ли вам хоть раз начинать день с рюмки – по разным поводам?
4. Употребляете ли вы алкогольные напитки хотя бы раз в неделю?
5. Приводило ли ваше пьянство к каким-либо проблемам в семье, на работе, со здоровьем?
6. Случалось ли вам на вечеринке, в компании искать «еще одну, последнюю» рюмку, потому что выпитого вам казалось мало?
7. Сличались ли у вас иногда частичные или полные провалы в памяти?
8. Приходилось ли вам когда-то прогуливать работу, занятия, деловую встречу из-за пьянства?
9. Бывают ли у вас иногда запои – день, два, три? Бывает ли, что вы отмечаете праздники дольше одного дня подряд? Бывает ли у вас на другой день потребность опохмелиться?
10. Приходилось ли вам когда-нибудь говорить самому себе или окружающим, что вы можете бросить пить в любой момент, когда захотите?

«... я сохраняю вашу анонимность и не спрашиваю, как вас зовут и сколько пальцев вы загнули, но, проанализировав тысячи историй пациентов, страдающих алкоголизмом, ученые пришли к выводу: если вы загнули четыре и более пальцев, вам уже надо лечиться. Уже не вы управляете процессом, а процесс управляет вами.»

# Подготовительный этап

- Задача «на состояние нервной системы»
- Легкий групповой гипнотический транс с установкой на расслабление, спокойствие, снятие стресса (10 минут)
- В конце сеанса – постгипнотическое внушение: «...Завтра... во время сеанса гипноза... чем дольше вы будете сидеть на стульях и слушать звуки моего голоса... тем глубже... и глубже... с лечебной целью... вы будете погружаться... в особое гипнотическое состояние транса...»
- Разъяснение: чтобы внушение прошло успешно, вы предъявляете к пациентам 4 основных требования:
  - Для успешного лечения от алкоголизма нужно их огромное искреннее желание, идущее от чистого сердца, от всей души, - бросить пить.
  - Перед сеансом лечебного гипноза пациент обязательно должен воздерживаться от употребления алкоголя в течение 7-10 дней.
  - Перед сеансом гипноза в течение трех дней нельзя принимать никаких психотропных таблеток или уколов. На сеанс гипноза пациент должен прийти на голодный желудок, утром не завтракать, кофе, крепкий чай, кока-колу не пить – все это может возбуждать нервную систему перед сеансом.
  - Последнее и самое важное. Во время сеанса пациент должен помогать врачу в своем излечении. Смотреть врачу в глаза, руками, ногами, головой не двигать. Сели, расслабились и застыли.
- Далее индивидуальная консультация



# Индивидуальная консультация

- Проводится в присутствии родственников
- Вопросы врача:
  - Сколько дней трезвости у пациента на данный момент?
  - Лечились ли они от алкоголизма когда-нибудь раньше и какой был эффект?
  - Сколько пальцев они загнули на руках при проведении теста?
  - Были ли у них инфаркт, инсульт, сотрясение мозга?
  - Бывают ли у них судороги, потеря сознания, состоят ли на учете у психиатра?
- Дополнительные рекомендации:
  - Не курить за час до гипноза
  - Перед сеансом необходимо сходить в туалет, т.к. сеанс длится 2-2,5 часа и пациент должен чувствовать себя комфортно
  - Возьмите с собой огромное желание вылечиться и стать трезвенником

# Основной этап

- Группа из 15-20 человек
- Длительность сеанса 2-2,5 часа
- Глаза пациентов открыты
- Помещение умеренно затемнено
- Психотерапевт, сидящий за столом, хорошо освещен

# Проведение сеанса

- Наведение гипнотического транса
- Кодирование
- Рекомендации
- Расписки

# Завершающий этап

- В отдельном кабинете индивидуально
- Выбор срока кодирования
- Орошение слизистой препаратом, плацебо

