

## **Курс «Основы терапевтического гипноза» (50 академических часов).**

### **Программа**

1. Гипноз — история понятия и явления.
2. Основные парадигмы гипноза и их варианты (когнитивная, психодинамическая, генеративная)
3. Определения гипноза.
4. Транс и гипноз — общее и различия.
5. Подходы к гипнозу: классический, эриксоновский, интегративный.
6. Фрейм гипноза.
7. Феноменология гипноза.
8. Идеодинамический эффект и внушение.
9. Гипнабельность и внушаемость.
10. Ключевые навыки гипноза: наблюдение, сопровождение и ведение, многоуровневая коммуникация, утилизация.
11. Модель гипнотического наведения УРА (ARE) и обратная связь.
12. Микродинамика транса.
13. Каналы коммуникации и наблюдение за ними.
14. Основные невербальные аспекты гипнотической коммуникации: язык тела, голос, интонация, ритм, тембр, паузы, ударения.
15. Виды внушений как континуум: прямые внушения — косвенные внушения.
16. Базовые вербальные техники: трюизмы, последовательность принятия, мобилизирующие слова, вопросы.
17. Особенности строя гипнотической речи.
18. Многоуровневая коммуникация: «этажи смысла», основы метафоры.
19. Временное измерение коммуникации: пресуппозиция, прайминг, паттерны.
20. Стратегическая коммуникация. Основы целеполагания.
21. Основные техники утилизации.
22. Утилизация как транс терапевта.
23. Ассоциативные и диссоциативные стратегии наведения.
24. Диссоциирующая речь.
25. Замешательство: стратегии создания замешательства (перегрузка/прерывание стереотипа).
26. Замешательство: техники создания замешательства (вербальные/невербальные).
27. Замешательство и дестабилизация: использование.
28. Феномены гипноза: катаlepsия и левитация рук, внушённый паралич.
29. Работа с воспоминаниями: гипермнезия, возрастная регрессия.
30. Основы сигналинга в гипнозе.
31. Подготовка в работе, структура сеанса.
32. Предосторожности, «красные флажки».
33. Тактика гипнотерапии: гипнотическая петля обратной связи и гипнотическая спираль.
34. Стратегия гипнотерапии: основы работы с тревогой и травмой.
35. Гипноз, самогипноз и медитация.
36. Гипноз и когнитивно-поведенческая психотерапия (обзор): работа с воображением, рескриптинг, рефрейминг.
37. Гипноз и психоаналитический подход (обзор): понятие об эго-состояниях, символическое самовыражение, работа с внутренними конфликтами.

© Владимир Снигур, 2017—2018

38. Сочетание гипноза с другими видами психотерапии.