



هیپنوتیزم:

تکنیک‌های پیشرفته هیپنوتیزم درمانی و تحلیل هیپنوتیزمی

راهنمایی شامل تکنیک‌های پیشرفته برای استفاده در حالت هیپنوتیزم و بدون هیپنوتیزم

کتاب شناسی

۱. هیپنوتیزم درمانی

۲. هیپنوتیزم

۳. خود هیپنوتیزمی

۴. روان درمانی

نویسنده: ترنس واتز

مترجمان: سید ناصر مشیر استخاره

سید محمد کاظم طباطبایی

سرشناسه	واتس، ترنس Watts, Terence
عنوان و نام پدیدآور	هیپنوتیزم: تکنیک‌های پیشرفته هیپنوتیزم درمانی و تحلیل هیپنوتیزمی ... / نویسنده ترنس واتز؛ مترجمان سیدناصر مشیراستخاره، سیدمحمدکاظم طباطبایی؛ [برای انجمن علمی هیپنوتیزم بالینی ایران].
مشخصات نشر	قم: طرحواره، ۱۳۹۷
مشخصات ظاهری	۴۶۳ص.
شابک	978-600-9499-63-2
وضعیت فهرست نویسی	فایا
عنوان اصلی	Hypnosis : advanced techniques of hypnotherapy and hypnoanalysis: a handbook of advanced techniques to use within or without the state of hypnosis, 2005.
یادداشت	چاپ دوم: ۱۴۰۰ (فایا).
عنوان دیگر	تکنیک‌های پیشرفته هیپنوتیزم درمانی و تحلیل هیپنوتیزمی ...
رده بندی کنگره	۱۳۹۷ ۲۵۹/۴۹۵ RC
رده بندی دیویی	۸۵۱۲/۶۱۵
شماره کتابشناسی ملی	۵۳۰۶۴۶۵

نام کتاب هیپنوتیزم:
تکنیک‌های پیشرفته هیپنوتیزم درمانی و تحلیل هیپنوتیزمی

نویسنده ترنس واتز
مترجمان سید ناصر مشیر استخاره
سید محمد کاظم طباطبایی
۲۰۰ نسخه

تیراژ دوم؛ تابستان ۱۴۰۱
چاپ
قیمت ۲۲۰،۰۰۰ تومان
شابک ۹۷۸-۶۰۰-۹۴۹۹۶-۳-۲



انتشارات طرحواره



فهرست عناوین

بخش اول

فصل اول

- ۱۷ ----- آشنایی بیشتر با مفاهیم پیش رو
- ۲۵ ----- فرایند یادگیری در خردسالی
- ۲۷ ----- دریچه‌ای به فرایندهای تفکر مرکزی
- ۲۸ ----- جورچین ذهن
- ۳۱ ----- ماشین گل آموز
- ۳۶ ----- رخدادهای حساس کننده اولیه (ISE) و رخدادهای حساس کننده ثانویه (SSE)

فصل دوم

- ۳۹ ----- تکنیک‌های اثر بخش کار در حالت هشیاری
- ۴۱ ----- کار بدون استفاده از هیپنوتیزم
- ۴۲ ----- تحلیل بدون استفاده از هیپنوتیزم
- ۴۳ ----- هیستری
- ۴۴ ----- پرسش در حالت هشیاری (معمول)
- ۴۷ ----- به پیش راندن درمانجو
- ۴۹ ----- ناهماهنگی شناختی
- ۵۰ ----- یک نمونه موردی

فصل سوم

- ۵۵ ----- عملکرد ذهنی و شخصیت
- ۵۷ ----- درمانگر نامرئی
- ۵۹ ----- شخصیت و درمان
- ۶۳ ----- بیماری‌هایی که احتمالاً ریشه هیستریک دارند
- ۶۵ ----- نمونه‌ای از یک آزمون شخصیتی ساده
- ۶۸ ----- فوبیا و وسواس
- ۷۱ ----- نیم رخ‌های شخصیتی

فصل چهارم

- ۸۱ ----- تکنیک‌هایی سودمند برای درمانگران حرفه‌ای
- ۸۳ ----- ایجاد گسست و انفکاک
- ۸۳ ----- کتاب زندگی
- ۸۶ ----- امروز دیگر نه
- ۹۳ ----- واپسروی پیش رونده (رو به جلو)
- ۹۵ ----- جعبه جادویی

- برایم داستانی بگو ----- ۹۷
 تک فریمی از فیلم ----- ۹۹
 جلسه‌ای با استفاده از نسخه مختصر درمان پارتز (بخش‌ها) ----- ۱۰۲

فصل پنجم

- فنون‌ی برای درمانگر حرفه‌ای ----- ۱۰۹
 آینده‌ای متفاوت ----- ۱۱۱
 معکوس سازی "اما" ----- ۱۱۵
 نگو نمی‌توانم ----- ۱۱۷
 درمان برانگیزنده ----- ۱۱۹
 هسته مرکزی ----- ۱۲۰

بخش دوم

- تخیل کهن الگویی ----- ۱۲۵
 مقدمه ----- ۱۲۷

فصل ششم

- حافظه نیایی - ریشه تعارض‌ها؟ ----- ۱۳۳
 آماده سازی ----- ۱۳۵
 آمادگی‌های مادرزادی ----- ۱۴۱
 الگوی "همه چیز همانگونه که هست" ----- ۱۴۶
 فیلترهای هیجانی ----- ۱۴۸
 حافظه ----- ۱۵۶

فصل هفتم

- درمان پارتز در عمل ----- ۱۵۹
 بخش‌های خودخواه روان ----- ۱۶۱
 زیر بخش‌ها ----- ۱۶۳
 کار کردن با جزئیات ----- ۱۶۸
 تعارض‌هایی که می‌توان این سبک درمان را برای آن‌ها به کار بست. ----- ۱۷۲
 کار با انتزاعات ----- ۱۸۰
 پرداختن به اصل مطلب ----- ۱۸۲

فصل هشتم

- آغاز به کار - قسمت اول ----- ۱۸۹
 عامل منطقی ----- ۱۹۱
 کار کردن با واقعیت و خیال ----- ۱۹۴

۱۹۵	نماد سازی
۱۹۸	کار محاوره‌ای
۲۰۲	ملاقات
۲۰۵	یکپارچه سازی مجدد

فصل نهم

۲۱۱	انجام کار – قسمت دوم
۲۱۳	رایزن درونی
۲۱۵	خرد بی نقص
۲۲۰	رایزن درونی جعلی
۲۲۲	پیام رسان
۲۲۴	دنیای خیالی
۲۲۸	دنیای آزاد
۲۳۱	بخش‌های غیر انسان
۲۳۲	نمادها

فصل دهم

۲۳۵	اجرای کار – قسمت سوم
۲۳۷	تئاتر خیال
۲۳۸	منطقه جادویی
۲۳۹	واپسروی بخش‌ها
۲۴۰	دلایل مقاومت
۲۴۸	نگاهی به یک زندگی...
۲۴۹	خاتمه دادن به جلسه

فصل یازدهم

۲۵۱	مروری بر یک درمان
-----	-------------------

فصل دوازدهم

۲۷۳	نمونه‌های موردی عینی در کار با کهن الگوها
۲۷۵	گذر هراسی
۲۸۲	مشکلات در رابطه مشترک
۲۹۲	مشکل اضافه وزن
۲۹۶	اختلافات زناشویی
۲۹۹	همیشه دیر و همیشه مخمور
۳۰۲	طغیان‌های خشونت بار
۳۰۴	لکنت زبان

بخش سوم

۳۱۱----- ایده‌ها و مفاهیم گوناگون

فصل سیزدهم

۳۱۵----- مدیریت برون‌ریزی و تخلیه هیجانی

۳۲۰----- همخوانی‌های ناصحیح

۳۲۲----- پیچیدگی‌ها

۳۲۲----- برون‌ریزی‌های ناخوانده

۳۲۳----- “گیر افتادن” مراجع

۳۲۴----- فروکش نکردن هیجان تجربه شده

۳۲۴----- موارد منع کاربرد

فصل چهاردهم

۳۳۱----- کار با مشکلات جنسی بدون خجالت زدگی

۳۳۳----- تمایلات جنسی مراجع

۳۳۵----- مسائل جنسی و احساس گناه

۳۳۷----- خجالت زده بودن و خجالت زده رفتار کردن

۳۳۹----- درمانگرانی با جنس موافق؟

۳۳۹----- پیدایش احساس ناراحتی هنگام صحبت

۳۴۳----- علامتی از زمان مناسب

۳۴۴----- مبحثی مجادله برانگیز

فصل پانزدهم

۳۴۹----- یک بیماری مملو از ترس - تهوع هراسی و سواس گون

۳۵۱----- و سواس در مقابل فوبیا

۳۵۴----- پشت کار، شکیبایی و شناخت موقعیت

۳۶۲----- یک روش درمانی

۳۶۴----- اجرای درمان

۳۶۵----- درمان محاوره‌ای

۳۶۸----- دو نمونه موردی

۳۶۹----- فقدان اوج لذت جنسی

۳۷۰----- سرعتی شگفت آور

۳۷۳----- هشدار در مورد حساسیت زدایی

فصل شانزدهم

۳۷۵----- هیجانات شدید و هیجان فرونشانده

۳۷۷----- مراجعی با ابراز هیجانات شدید

۳۸۰----- مراجع بسیار تحلیلگر

۳۸۳----- آوردن مراجع به جبهه خود

عین کلمات مراجع ----- ۳۸۵

قانون هفت ----- ۳۸۷

فصل هفدهم

دشواری‌های رایج در کار تحلیلی ۱ ----- ۳۸۹

کاملاً حرفه‌ای ----- ۳۹۲

خنثی نگاه داشتن عبارات ----- ۳۹۴

“خلاء” ----- ۳۹۶

آزمون تداعی واژگان ----- ۳۹۹

فصل هیجدهم

دشواری‌های شایع در کار تحلیلی ۲ ----- ۴۰۵

سکوت محض ----- ۴۰۷

عدم ابراز هیجان ----- ۴۰۸

فراخوانی روایت گون ----- ۴۰۹

محدوده ممنوعه ----- ۴۱۰

داستان‌های خیالی ----- ۴۱۱

خاطرات دردناک ----- ۴۱۲

فراخوانی‌های تکراری در هر جلسه ----- ۴۱۴

دیدن عکس ----- ۴۱۵

ژست گرفتن آشکار ----- ۴۱۶

تصویر سازی انتزاعی/رنگ‌ها ----- ۴۱۸

فقدان برونریزی هیجانی ----- ۴۲۱

فصل نوزدهم

دنیای مجازی – نیرویی فوق العاده برای تلقین ----- ۴۲۵

ترس پرواز ----- ۴۲۸

رانندگی ----- ۴۳۳

فصل بیستم

ابزارهای کاری مفید ----- ۴۴۱

پیش‌گفتار مترجمان

هیپنوتیزم ابزار درمانی بسیار کارآمدی است که با قرار گرفتن در دستان درمانگری توانمند می‌تواند مزیت‌های فراوانی را در امر درمان فراهم آورد. کتاب پیش رو اثر ترنس واتز می‌باشد که وی در آن با دیدی عمیق و ذهنی خلاق، نوآوری‌هایی را در زمینه اجرای برخی شیوه‌های قدیمی‌تر درمان تحلیلی و هیپنوتیزمی ارائه می‌نماید. این نوآوری‌ها همراه سایر تکنیک‌های بدیعی که حاصل سالیان متمادی کار بالینی وی است در این اثر به نگارش درآمده است.

اساساً در هیپنوتیزم درمانی علاوه بر جنبه فنی و علمی که پیکره و اساس کار هیپنوتیزمی را می‌سازد، جنبه هنری آن از اهمیت بی‌بدیلی برخوردار است. به عبارتی، به منظور کاربرد بالینی موفق هیپنوتیزم، تسلط بر جنبه فنی هیپنوتیزم شرط لازم و تسلط بر جنبه هنری آن شرط کافی خواهد بود.

این کتاب اثری فاخر در زمینه هیپنوتیزم درمانی و درمان تحلیلی می‌باشد که با رسیدن به درکی عمیق از محتویات آن، افق‌های وسیعی در مسیر درمان پیش روی درمانگر گشوده خواهد شد. تلاش مترجمان بر این بوده است که نکات ظریف و عمیقی را که نویسنده سعی در انتقال آن‌ها داشته است در نهایت امانت داری و در عین حال روانی کلام به زبان پارسی برگردانند. در اینجا از جناب آقای دکتر امیر هوشنگ باقری که با ریزبینی و دقت فراوان زحمت ویراستاری محتوایی کتاب حاضر را بر خود هموار ساختند کمال امتنان و تشکر را داریم. همچنین مراتب سپاسگزاری خود را از دکتر محمدرضا سرگلزایی که کتاب پیش رو را به مقدمه آموزنده خویش مزین نمودند اعلام می‌داریم. امید است که این اثر بتواند در مسیر ارتقاء بهداشت روانی مراجعین و شکوفایی هرچه بیشتر مهارت‌های درمانگران گامی رو به جلو به شمار آید.

سید ناصر مشیر استخاره

سید محمد کاظم طباطبایی

مقدمه

من از سال ۱۳۶۲ که اولین کتاب زندگیم راجع به هیپنوتیزم و مانیه‌تیزم را خواندم درگیر هیپنوتیزم بودم ولی تا سال ۱۳۷۶ که همزمان با ورود به دوره تخصصی روانپزشکی در دوره‌های آموزشی انجمن هیپنوتیزم بالینی ایران ثبت نام کردم درک درستی از هیپنوتیزم پیدا نکردم. تا پیش از آن، هیپنوتیزم را یک قدرت ماورائی می‌دانستم و قلمرویی اسرارآمیز برای آن قائل بودم. با ورود به عرصه روانپزشکی، و شرکت در دوره‌های عملی هیپنوتیزم دریافتم که هیپنوتیزم قدرتی اسرارآمیز و ماورایی نیست بلکه تکنیکی است که هر کس می‌تواند آن را بیاموزد و به کار ببرد مشروط بر آن که درک درستی از روانشناسی داشته باشد. از سال ۱۳۸۱ که برای تدریس در انجمن هیپنوتیزم بالینی دعوت شدم متوجه شدم که بسیاری از روانشناسان و پزشکانی هم که برای یادگیری هیپنوتیزم داوطلب می‌شوند دچار همان خطایی هستند که من دچارش بودم!

هیپنوتیزم یک قدرت ماورائی نیست و به قلمرویی اسرارآمیز هم تعلق ندارد، هیپنوتیزم همان کاری است که قصه گوین بزرگ با ما می‌کنند، از افسانه‌های هزار و یک شب و قصه‌های پیچ در پیچ مثنوی مولوی گرفته تا والت دیسنی و هالیوود! هیپنوتیزم هنر استفاده از قدرت تخیل آدمی است. این که بدانیم چگونه فانتزی‌ها بر زندگی ما تأثیر می‌گذارند و چگونه فانتزی‌های کارآمد و مفید را جایگزین فانتزی‌های ناکارآمد و مضر کنیم.

«ترنس واتز» نویسنده کتاب «هیپنوتیزم: تکنیک‌های پیشرفته هیپنوتیزم درمانی و تحلیل هیپنوتیزمی» برای پیشبرد یک هیپنوتیزم مؤثر از ابزارهای مختلفی استفاده کرده است. او هم از دیدگاه یونگ بهره برده است، هم از دیدگاه فریتز پرلز و ویرجینیا ساتیر، هم از دیدگاه ژاکوب مورنو و هم از فرآیند شناخت درمانی و این دقیقاً همان چیزی است که در کلاس‌های انجمن هیپنوتیزم به دانشجویان می‌گویم: «شما نمی‌توانید یک هیپنوتیزم درمانگر باشید مگر آن که یک رواندرمانگر باشید، شما برای کاربرد درست هیپنوتیزم باید هم روانکاوی فروید را بشناسید، هم روانشناسی آرکه

تایپال یونگ را و هم درمان شناختی رفتاری را! هیچ راه میانبری برای هیپنوتراپیست شدن وجود ندارد!»

«ترنس واتز» پیش از این کتاب، هم در زمینه تیپ شناسی میتولوژیک کتاب نوشته است (کتاب شخصیت جنگجو، شخصیت خانه نشین، شخصیت کوچ نشین^۱) و هم در زمینه درمان شناختی رفتاری کتاب نوشته است (شناخت درمانی سریع^۲) بنابراین این به خوبی توانسته در این کتاب رویکردهای مختلف را برای پیشبرد یک درمان هیپنوتیزمی موفق با هم تلفیق نماید.

خوشحالم که این کتاب ارزشمند در اختیار هیپنوتراپیستهای فارسی زبان قرار گرفته است و امیدوارم به زودی سایر کتابهای «ترانس واتز» به فارسی ترجمه شوند.

دکتر محمدرضا سرگلزایی – روانپزشک

تابستان ۱۳۹۷

1Warriors, Settlers and Nomads

2 Rapid Cognitive Therapy (With George Philips)