

催眠术教程（第2版）



[催眠术教程（第2版）_下载链接1](#)

著者:邵启扬 李娇娇

出版者:社会科学文献出版社

出版时间:

装帧:平装

isbn:9787520121002

本书别开生面，采用教科书编写体例，由表及里，由浅至深，撩去催眠术的神秘面纱，

帮助心理学从业者与爱好者准确、完整地认知催眠术，了解乃至初步掌握催眠施术方法及解决身心问题之方案。本书是一本全方位、系统化，翔实而科学地介绍催眠术的教科书。特别适合用作各种心理咨询与治疗培训课程的教材或辅导资料。

作者介绍:

邵启扬，1956年生人，从事心理学教学研究30余载，尤善催眠术。自1990年出版《催眠探奇》以来，共出版催眠读物12部。这些图书受到市场广泛好评，多次被列入心理学畅销书排行榜，部分著作重印达15次之多。近年来，在全国各地政府机关、学校和其他企事业单位作“情绪与压力管理”讲座300多场。其间，传授自我催眠技术调节情绪、缓解压力，因有立竿见影之效而备受欢迎。

目录: 第一章 概述	1
一 催眠	1
二 催眠术	8
三 催眠现象	25
四 催眠术的应用	45
第二章 催眠术的历史回顾	56
一 催眠术的萌芽阶段	56
二 麦斯麦与催眠术	59
三 布雷德与催眠术	61
四 布拉姆威尔与催眠术	63
五 夏科与催眠术	64
六 弗洛伊德与催眠术	66
七 横井武陵与催眠术	70
八 艾瑞克森与催眠术	72
九 催眠术在中国	74
十 催眠术的新发展	75
第三章 催眠术的理论探索	78
一 动物磁气说	78
二 暗示感应说	79
三 潜意识作用说	81
四 心理作用说	83
五 预期作用说	84
六 巴甫洛夫的研究	85
七 涅甫斯基的研究	87
八 罗日诺夫的研究	89
九 我们对催眠现象的理解	91
第四章 催眠施术的条件	104
一 环境	105
二 气氛	108
三 受术者	112
第五章 催眠施术过程	121
一 谈话	122
二 暗示性测查	123
三 术前暗示	132
四 导入	134
五 深化	134
六 治疗或开发活动	137
七 恢复清醒状态	142
八 解释和指导	143
第六章 催眠施术的方法	144

一 躯体放松法	144
二 观念运动法	147
三 言语催眠法	149
四 口令催眠法	151
五 信仰催眠法	152
六 反抗者催眠法	154
七 怀疑者催眠法	156
八 杂念者催眠法	158
九 持续催眠法	159
十 凝视催眠法	162
十一 后暗示催眠法	164
十二 睡眠催眠法	165
十三 集体催眠法	167
十四 觉醒法	170
第七章 自我催眠	174
一 自我催眠的特点	174
二 自我催眠的施行条件	176
三 自我催眠的程式	178
四 自我催眠术的功效	185
第八章 三种催眠状态及检测	192
一 浅度催眠状态	192
二 中度催眠状态	201
三 深度催眠状态	210
第九章 催眠术与疾病治疗	222
一 失眠症	222
二 神经衰弱症	224
三 消化不良及厌食症	226
四 偏头痛	228
五 晕车（船）	233
六 遗尿症	235
七 疼痛	238
八 男性性功能障碍	243
九 女性性功能障碍	250
十 性变态	254
十一 反社会人格	263
十二 社交恐惧症	268
十三 学校恐怖症	272
十四 焦虑症	276
十五 抑郁症	281
第十章 催眠术与自我改善	288
一 减肥	288
二 戒烟	297
三 戒酒	300
四 戒赌	303
五 解除心理阴影	306
六 战胜自卑感	309
七 考试怯场	315
八 身心康复	320
九 开发记忆潜能	322
十 开发创造潜能	324
十一 开发体力潜能	327
第十一章 催眠师	330
一 正确看待催眠师	330
二 催眠师的服饰形象	333

三 催眠师的知识结构／336

四 催眠师的心理品质／343

五 催眠师的道德规范／348

参考文献／351

• • • • • [\(收起\)](#)

[催眠术教程（第2版）_下载链接1_](#)

标签

心理学

催眠

评论

看完廖阅鹏，这本也没必要看了

详细，语言简洁

[催眠术教程（第2版）_下载链接1_](#)

书评

[催眠术教程（第2版）_下载链接1_](#)