

Часть I

БАЗОВЫЕ ПРИНЦИПЫ, ПОНЯТИЯ И ТЕХНИКИ

Глава 1

Природа гипноза

1.1. Предпосылки

Эта книга – практическое пособие. Мы не ставим своей целью обсуждение теоретических проблем гипноза или многочисленных экспериментальных исследований в области гипноза. Поэтому в этой главе мы рассмотрим те предпосылки, понимание которых необходимо для практического использования гипноза, и тот круг понятий, которыми мы будем оперировать в дальнейшем тексте, не претендуя на их научную строгость. Этот курс – курс терапевтического гипноза, то есть гипноза как средства оказания помощи и психологической поддержки. Книга адресована в первую очередь практикам – тем, кто оказывает помощь другим людям, консультирует, тренирует, обучает. Мы надеемся, что описанные в этой книге техники и подходы помогут сделать этот процесс более продуктивным и более приятным для обоих – и для консультанта, и для клиента.

Работа психолога, консультанта, психотерапевта по сути своей парадоксальна. Когда человек приходит

Вопрос:

Недавно прочитал статью про то как некоторые мошенники используют гипноз для достижения своих целей (вводят неподозревающую жертву в гипнотическое состояние, так сказать ИСС, и убеждают подписать/подарить/отдать то, что им нужно). Что вы думаете по этому поводу? Какие средства защиты от гипноза известны и как распознать, что кто-то пытается тебя загипнотизировать?

Природа и принцип гипноза.

Единого метода борьбы не существует. Есть общие правила и приемы, которые нужно знать и уметь различать.

Очень много зависит и от самого человека. Но как правило, ты понимаешь или осознаешь, уже после того, как на тебя совершено какое-то гипнотическое воздействие. Есть довольно опасная штука, называется эриксоновский гипноз. Старик Милтон Эриксон довел эту систему до совершенства. Он мог с вами беседовать, рассказывать совершенно бессмысленный рассказ или историю (типичный пример общения двух закадычных друзей сидя в какой-нить кафешке) и через некоторое время БАЦ! и вы оказываетесь в трансе. Чаще всего мошенники пользуются именно этим видом гипноза. Если я не ошибаюсь за него даже статья есть в уголовном кодексе.

Обычному нормальному человеку никогда не понять, что вас гипнотизируют, и тем более никак не удастся этому противостоять. В.М. Бехтерев (был такой довольно известный врач-невропатолог и психиатр, его именем еще назван институт по реабилитации больных с психическими и нервными заболеваниями) считал, что внушаемость - это явление, свойственное всем и каждому. Оно коренится глубоко в природе самого человека и основано на прямом или опосредованном влиянии слова или психических импульсов на ход мыслительных процессов, действия и поступки, а так же на все другие многочисленные физиологические и психические функции человеческого организма.

Единственное, что вы можете сделать - это хоть как-то предостеречь себя заранее. А для этого нужно знать природу

гипноза и постараться чуть-чуть изменить свои взгляды на окружающий вас мир.

Технической основой гипноза является умело выстроенная игра на воображении и вере человека. Легко поддаются внушению люди, которые активно включаются в предлагаемую игру и старательно играют свою роль. Развитое воображение подкрепляется эмоциями, что дает возможность легко внушить установку на любой психофизиологический сдвиг в работе организма одного человека или целой группы людей.

Внушаемость повышается еще и верой в могущество тех или иных воздействий, а так же верой в могущество гипнотизера. Назовите это авторитетом, дайте ссылки на известные фамилии, какие-то адреса, убедительные факты, ссылки на средства массовой информации и телевидение. Вот вам и будет то самое могущество гипнотизера.

Замечено, что внушаемость человека повышается в состоянии эмоционального возбуждения и ожидания чего-то сверхъестественного. Поэтому предварительная демонстрация таких явлений значительно усиливает веру в ожидаемое чудо. Основной принцип лохотронщиков - это демонстрация того, что ты можешь получить/выиграть. Поэтому вокруг их лотков всегда ошивается несколько зазывал и подставных лиц, на примере которых, доверчивый обыватель видит, (он же не знает что они подставные) что совершенно посторонний человек только что выиграл большую сумму. Этот прием называется психологическим заражением.

То есть, не ждите чуда! Старайтесь с максимальной осторожностью оценивать и реагировать на окружающие вас внешние раздражители. НЕ ВЕРЬТЕ!

Бойтесь толпы. Внушение проходит намного эффективнее, когда воздействие оказывают не на одного человека, а на большую массу людей. При коллективном внушении внушаемость отдельного человека больше зависит от реакции коллектива на оказываемое воздействие, нежели от его собственных взглядов и психических способностей.

Есть еще такая штука, как разрыв рапорта. Довольно примитивная, но в некоторых случаях бывает полезной. Суть ее заключается в том, что бы заставить человека врасплох на лингвистическом уровне и в момент его растерянности быстро произвести внушение. Ну например вы беседуете на какую-то определенную тему, сконцентрировав полностью ваше внимание на данном вопросе. И вдруг в середине разговора ваш собеседник прерывает текущий поток информации какой-то репликой или каким-либо вопросом не имеющим никакого отношения к теме вашей беседы. Как правило, человек на мгновение теряется, это будет для него неожиданным поворотом и он уже автоматически войдет в транс на короткий промежуток времени. Но вогнать человека в такой кратковременный ступор можно и без вступительной беседы. Когда я у себя на работе выхожу покурить, я как правило заглядываю в соседнюю комнату к девчонкам, что бы узнать не составит ли кто мне компанию в этом никотиновом процессе. Заходя туда я почти всегда задаю один и тот же вопрос и знаю точно каким будет на него ответ. Все довольно просто и доведено почти до автоматизма. И вот как то раз я захожу к ним в комнату, уже приготовился задать стандартный вопрос - "кто-нибудь идет курить?" и меня прямо с порога технически грамотно погружают в кратковременный транс. Звучит такая фраза: "Хеллов, пупсик!" :-). И я на несколько секунд замираю и ухожу в себя. Вот это все и называется разрывом рапорта, нарушением шаблона.

И не существует никакой защиты, потому что ты никогда не знаешь, что может произойти в следующую секунду.

Еще можно посоветовать как можно реже заводить беседы на улице с незнакомыми тебе людьми и всячески пресекать попытки посторонних завязать с вами разговор. Как правило, среди таких "одиночек" попадаются люди владеющие эриксоновским гипнозом. Они намного страшнее и опаснее лохотронщиков. Последние играют на ваших эмоциях, временно вас гипнотизируют с целью выудить как можно больше денег. Но те, кто владеет техникой эриксоновского гипноза, ломают вашу психику и последствия могут быть самыми разными и ужасающими. Были случаи, когда такие люди останавливали невнимательных прохожих, быстро вводили их в транс, навязывая им свое мнение. Заставляли и

убеждали их пойти домой и вынести оттуда все деньги и драгоценности. Что самое удивительное, когда загипнотизированный человек приходил домой и рылся в шкафах, вытаскивая оттуда все ценные вещи, его родные ничего не могли сделать, потому что они тоже оказывались в трансе. А в это время гипнотизер спокойно ждал вас на улице. Это явление мне очень сложно объяснить, но факт остается фактом. Они потом говорили, что находились дома, видели, как их мама/отец/дочь/сын выносит вещи и НИЧЕГО не могли сделать. Все было как в тумане. Такие вещи не могут не пугать. Как правило, после такого гипноза человеку срочно требуется помощь высококвалифицированного специалиста в данной области. И если в случае с лохатронщиками еще хоть как-то можно осознать и остановиться, то тут уже идет подчинение ВОЛИ человека, и мне не известны какие-либо приемы, с помощью которых можно противостоять этому явлению.

Единственное, если вы вдруг почувствовали что что-то не так, надо срочно уносить ноги от человека который с вами начал беседу. Но это уже на уровне интуиции и шестого чувства, которое, к сожалению, развито далеко не у всех.

Как видите, универсальных техник защиты нет.

И та информация, которой я только что с вами поделился очень краткая. В идеале надо прочесть не малую кучу книг, понять природу и технику гипноза, и надеяться, что приобретенные вами знания (в случае возникновения такой ситуации) смогут вам помочь, предостеречь, а возможно и сохранить вам жизнь.