

Измененные состояния сознания

СОН, ГИПНОЗ, ТРАНСОВОЕ
СОСТОЯНИЕ

Работу выполнили
студентки
1 курса 615 группы:
Ширякова Эвелина
Еремеева Екатерина
Молчанюк Мария

СОН

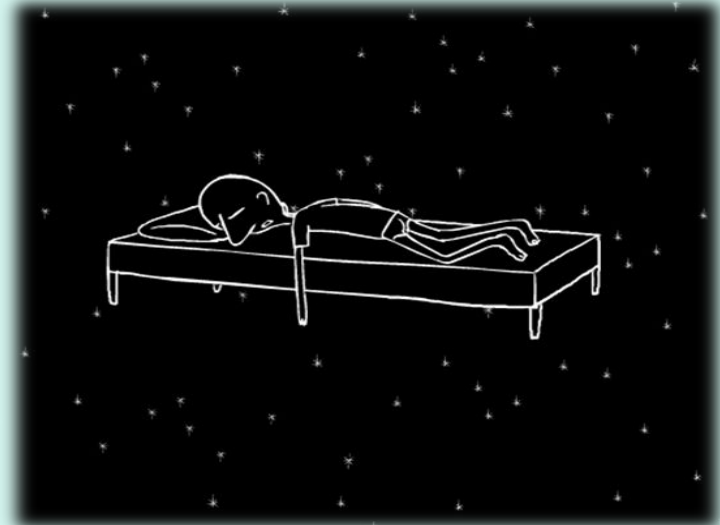
□ При погружении в сон происходит **разлитое торможение коры головного мозга**. Сознание засыпает, оно переходит в изменённое состояние. И в это время подсознание продолжает бодрствовать. Подсознание продолжает управлять внутренней работой организма, всеми бессознательными процессами, так же, как оно управляет ими и во время бодрствования. Оно управляет **дыханием, работой сердца, печени, мозга, движением крови, выделительными процессами и т.д.** Во время сна подсознание обрабатывает информацию, поступившую в мозг во время бодрствования. Когда человек погружается в расслабленное состояние и спит, в это время **в мозгу происходят сложные процессы.**



Выделяют две стадии сна:

1. Медленноволновой сон

характеризуется замедлением сердечного ритма и дыхания, расслаблением мускулатуры, снижением артериального давления и темпа обменных процессов в организме. Другими словами, налицо все признаки того, что организм «отдыхает». Одним из ярких расстройств стадии медленноволнового сна является лунатизм или сомнамбулизм. В нормальном случае медленноволновой сон продолжается непрерывно около полутора часов. Затем следует переход к быстроволновому сну.



2. Быстроволновой сон (парадоксальный сон)

продолжается всего несколько минут, после чего происходит возвращение к медленноволновой стадии. В течение ночи человек переживает несколько периодов быстроволнового сна, причем каждый последующий длиннее предыдущего. Быстроволновой сон сопровождается учащением пульса и дыхания, артериальное давление повышается, обмен веществ становится более интенсивным, а глаза совершают характерные быстрые движения. Быстроволновой сон – это сон со сновидениями. Скорее всего, основная функция быстроволнового сна заключается в активной переработке полученной за день информации.



ГИПНОЗ

□ Гипноз –
вызванное
внушающим
воздействием
временное
отключение
сознания
человека или
снятие
сознательного
контроля над
собственным
поведением.



ВИДЫ ГИПНОЗА:

- **Классический (приказной)** . Силой внушения вызываем отвращение к чему либо и другим. (отвращение к сигаретам, употреблению спиртного, дается установка не бояться страхов.)
- **Разрешающий (эриксоновский)** . Назван по имени американского психотерапевта Милтона Эриксона. Когда пациент находится в глубоком гипнотическом сне, гипнотизер «включает» его воображение, чтобы больной увидел свою проблему в виде «картинок». Они воспринимаются подсознанием и закрепляются в сознании как свои собственные, а не навязанные извне.
- **Трансбегляйтунг (сопровождающий)** . Считается самым безопасным видом гипноза. Пациент в трансе контролирует свое сознание и ведет диалог с гипнотизером. Это помогает ему найти пути решения своей проблемы.



«А. Р. Лурия считает, что погрузив человека в гипнотическое состояние и внушив ему, что он снова переживает давно прошедшее время раннего возраста, например 5–7 лет, можно наблюдать, что человек начинает вести себя так, как он вел себя в раннем детстве: говорить с такими же интонациями, писать таким же почерком, как он писал в детстве, делать в письме такие же ошибки, какие он делал тогда. Есть все основания думать, что это не «разыгрывание детской ситуации, а реальное всплывание тех следов, которые отразились в раннем детстве и которые, казалось бы, исчезли»....



ТРАНСОВОЕ СОСТОЯНИЕ

□ Транс — это измененное состояние сознания, при котором прекращается критическое восприятие информации и снижается способность последовательно анализировать и осмыслять.

«Я в трансе!» — как правило, значит «Я не могу мыслить».



ПО ФОРМУЛИРОВКЕ В.В. КУЧЕРЕНКО

□ Транс – это "изменение процессов категоризации, когда человек переходит с преимущественно вербально-логической формы категоризации, что характерно для обычного состояния сознания, на категоризацию в форме наглядно-чувственных образов".



Специфические формы поведения в трансе включают:

- возрастную регрессию
- возрастную прогрессию
- феномен «скрытого наблюдателя»
- диссоциацию
- каталепсию
- идеомоторные или психомоторные действия
- самогипноз
- потерю болевой чувствительности
- амнезию

Источники информации

□ Сон -

https://studopedia.ru/7_168759_izmenennie-sostoyaniya-soznaniya-son-gipnoz.html

<http://mozgv3.at.ua/publ/1-1-0-1>

□ Гипноз - учебник по психологии Р.С.НЕМОВ 1 часть.

Лурия А. Р. Лекции по общей психологии. СПб., 2006

□ Трансовое состояние - <http://www.psychologos.ru/articles/view/trans>



СПАСИБО
ЗА
ВНИМАНИЕ!