

## Obsah

Předmluva .....	13
Poznámka editora .....	17
<b>1 Změnit nevědomí .....</b>	<b>25</b>
Intrapsychická změna .....	29
Interpretace Ericksonových terapeutických postupů .....	31
Využití poučných příběhů v terapii .....	33
Krutá rozkoš .....	35
<b>2 Motivační příběhy .....</b>	<b>45</b>
Jak jsem se učil stát .....	46
Ten chlapec se nedožije rána .....	50
Rozšíření .....	51
Hádky .....	53
<b>3 Věřte nevědomí .....</b>	<b>55</b>
Mnohému jsem se naučil .....	55
Slabé sněžení .....	55
Narval .....	56
Však on začne mluvit .....	56
Podrbat prasata .....	57
Sedm hvězdiček .....	59
Zvědavá .....	61
Profesor Rodriguez .....	63
<b>9 Očima dítěte .....</b>	<b>169</b>
Myslet jako děti .....	170
Duch Roger .....	171
Proč nosíte tu hůl? .....	171
Iluzionistovo vystoupení .....	172
<b>10 Pozorovat: Všimát si odlišností .....</b>	<b>173</b>
Ten pravý psychiatr .....	173
Jak byste vyšetřili dvouleté dítě? .....	175
Kašička .....	175
Na kolik různých způsobů? .....	176
Jiný odstín zeleně .....	177
Coura .....	178
Kýchání .....	180
Magie, nadpřirozeno a mimosmyslové vnímání .....	182
Věštcí .....	183
Čtení myšlenek .....	184
Kouzelnické kousky .....	184
Mimosmyslové vnímání s J. B. Rhinem .....	185
Karetní trik .....	186
<b>11 Léčba psychotických pacientů .....</b>	<b>189</b>
Naruby .....	189
Pacient, který stál .....	190
Dva Kristové .....	192
Herbert .....	193
<b>12 Manipulace a orientace na budoucnost .....</b>	<b>201</b>
Manipulace .....	203
Bert a kakao .....	204
Záruka .....	205
Dolores .....	207
Jak přimět Jeffa, aby se ozval .....	208
Co byste udělala, kdybych vás praštil? .....	210
Jezevčík a německý ovčák .....	211
Vykoletit je .....	211
Lance a Cookie .....	212
My mrzáci .....	215
Čistý list papíru .....	216
Ruth .....	218
Uctivá úklona .....	220
Knedlík v krku .....	221
Oves .....	223
Růst .....	224
<b>13 Předávat hodnoty a vštěpovat sebekázeň .....</b>	<b>227</b>
Nemusím .....	227
Odpadkový koš .....	229
Heidi-Ho, šestiletá kleptomanka .....	230
Dopisy od velikonočního zajíčka .....	231
Robert se uzdravuje .....	233
Sobotní vyučování v neděli .....	236
Jill to chce dělat po svém .....	238
Naplácat na zadek .....	238
Prásknout dveřmi .....	240
Doslov – pár slov o Miltonu H. Ericksonovi (1901–1980) .....	243
Literatura .....	261

## 4

### Nepřímá sugesce

*Příběhy v této kapitole názorně ukazují, jak Erickson uplatňuje „tradiční“ hypnotické jevy, jako je doslovnost, věková regrese a distorze času a prostoru. Objasňují i jeho jedinečné obohacení hypnoterapie, které spočívá ve využití nepřímých sugescí. Jeho nepřímý přístup je užitečný zejména v situacích, kdy se projevuje „rezistence“ vůči hypnóze a terapii. V příběhu „Jak obejít odpor“ je pochybující a náročný lékař konfrontován s jiným subjektem, který je očividně v transu, a pochybující lékař se tak nepřímo seznamuje se skutečným hypnotickým transem. Podrobnou diskusi o nepřímých sugescích najdete v knize M. H. Ericksona a E. L. Rossiho Hypnotická psychoterapie.*

### Hypnotický subjekt bere věci doslovně

Ve spolupráci s jednou dívkou jsem dr. Ernestu Rossimu předváděl hluboký trans a některé související jevy. Požádal jsem dívku, aby přešla do hlubokého transu a setkala se se mnou tam, kde lišky dávají dobrou noc. Dívka byla v transu, ale otevřela oči a naléhavě řekla: „Něco je zásadně špatně!“

Dr. Rossi nevěděl, kde je chyba, ale ona to věděla. Co je špatně na tom, že se máme setkat tam, kde lišky dávají dobrou noc?

Lišky přece nedávají dobrou noc.

Požádal jsem ji, aby zavřela oči, probudil jsem ji z transu a řekl:

„Teď vám chci dát jiný úkol. Jakmile se dostanete do transu, chci se s vámi setkat v meziplanetárním prostoru.“

73

### MŮJ HLAS PŮJDE S TEBOU

Otevřela oči a byla v transu. Bylo vidět, že se neorientuje vzhledem k místnosti, k podlaze a k ničemu. Potom jsem jí řekl: „Podívejte, v ruce držím těžítka. Uchopte je a dejte je na jiné místo.“

Co udělala? Řekla: „Doktore Erickson, existují jen tři místa. Já jsem na jednom, vy na druhém a těžítka na třetím. Jsou to *jediná* místa.“

Hypnotizovaný člověk chápe věci velmi doslovně.

Znovu jsem ji probudil a vyprávěl jsem jí jeden vtíp bez pointy. „Jeden kovboj se vydal na cestu a přijel k hoře. Ta hora byla tak vysoká, že se na ni musel podívat dvakrát, aby dohlédl na vrchol. Podíval se vzhůru tak daleko, jak jenom dohlédl. Potom se podíval podruhé a začal tam, kde poprvé skončil.“ Uvedl jsem ji do transu a řekl jí: „Až otevřete oči, chci, abyste viděla moje ruce, ale nic jiného. Teď se předkloňte a podívejte se.“

„Růžové a šedé,“ řekla. „Jsou to vaše ruce, doktore, ale kde jste vy? Vidím vaše ruce, ale nejsou u nich žádná zápěstí. A doktore, něco je hrozně špatně. Vaše ruce jsou dvourozměrné, ale já vím, že by měly být trojrozměrné.“

V souvislosti s hypnózou nezapomínejte na to, že nevědomí dává slovům velmi specifické významy. Po celý život se učíte věci, převádíte získané znalosti do nevědomí a automaticky používáte konečné výsledky svého učení. Učili jste se mluvit a v určité době jste si mysleli, že „hájí táva“ je ležet v trávě. Trvalo dlouho, než jste zjistili, že „hájí táva“ není ležet v trávě. Právě proto dospělým pacientům trvá dlouho, než pochopí vaše důkladné vysvětlení, že „existuje jazyk, jemuž nerozumíte, i když jste mu kdysi rozuměli.“

*Erickson poukazuje na to, že hypnotizovaný člověk reaguje na sugesce doslovně. Současně také zdůrazňuje, že nevědomé učení není neměnné, ale obohacuje se novým učením. „Po celý život se učíte věci, převádíte získané znalosti do nevědomí a automaticky používáte*