

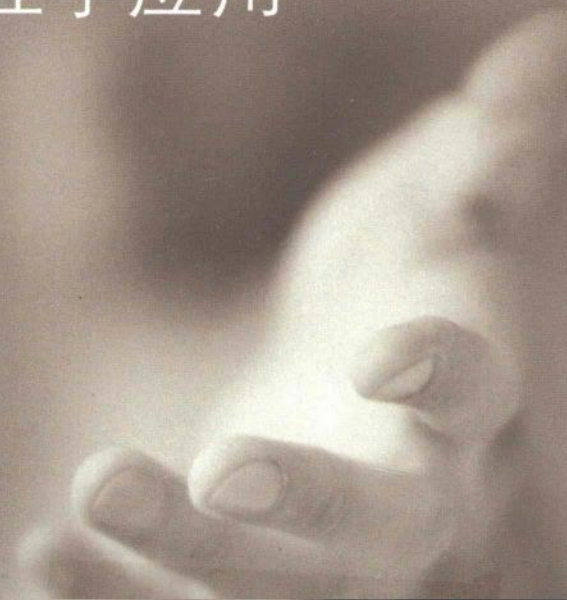
Hypnotism



催眠术： 医学心理学应用

张德利 主编

大学出版社



Hypn / tism



催眠术： 医学心理学应用

主 编 张德利
副主编 张 民 张春慧 李福洪
 郑德伟 李长江
主 审 孙宏伟

山东大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

催眠术:医学心理学应用/张德利主编. —济南:山东大学出版社,2012.2

ISBN 978-7-5607-4557-2

I. ①催…

II. ①张…

III. ①催眠术—基本知识

IV. ①B841.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2012)第 024013 号

山东大学出版社出版发行

(山东省济南市山大南路 20 号 邮政编码:250100)

山东省新华书店经销

山东泰安金彩印务有限公司印刷

720×1000 毫米 1/16 11.25 印张 182 千字

2012 年 2 月第 1 版 2012 年 2 月第 1 次印刷

定价:22.00 元

版权所有,盗印必究

凡购本书,如有缺页、倒页、脱页,由本社营销部负责调换

内容提要

本书通过介绍医用催眠术的历史、现象、原理和本质,让人们建立正确的催眠术概念;通过讲解催眠敏感性、过程和类别,让人们了解催眠术治疗身心疾患的原理和程序。本书结合作者的临床治疗案例,重点介绍了催眠术的应用及针对性治疗各种医学和心理学病症的方法。

本书适用于催眠治疗师、医学工作者、心理学工作者、教育工作者和大专院校医学专业或心理学专业师生阅读。可作为催眠术爱好者或用催眠术强身健体者的阅读材料,亦可作为心理治疗方法中的教材使用。

前 言

本人曾很荣幸地受过正规医学训练以及人体生理学和心理学学习,接触催眠术也已经近三十年。在医疗实践中,发现催眠术是解决患者病症的良好手段之一,尤其是解决由心理因素在疾病发生、发展过程中起重要作用的那些疾病和病症。

很早以前就想写本关于催眠术在医学和心理学方面应用的书,让人们正确认识催眠术,了解催眠术在医学和心理学领域中的作用,但总感觉自己对催眠术理解得不够透彻,需要经过催眠术的大量医疗实践来“悟”出催眠术对人类健康的重要作用。在应用催眠术的过程中,有成功案例也有失败案例,自己不断总结经验,钻研中外同行墨迹,孜孜寻求催眠术的真理,时至今日,也不敢说已经掌握了催眠术应用的精髓。之所以现在贡献给大家这本书,一是向同行请教和切磋;二是让大众正确认识和了解催眠术在医学和心理学中的应用;三是让人们学会基本的催眠术,利用催眠术解决自身的健康问题。

催眠术是一百多年前由国外传入的一个名词。其实在人类历史的长河中,自从有人类就有催眠术现象了,只是不同的历史时期和不同的地域赋予它不同的名词,在不同领域和文化场合下有不同的称谓,像“冥想”、“入境”、“梦游”、“神游”、“恍惚”和“失魂”等等。它是用不同的方法,包括宗教的方法、特殊的躯体姿势方法、特殊的“动和静”锻炼方法、放松身心方法等等,将他人或自己引导入一个特殊的意识状态和特殊的脑活动状态;通过脑这个中枢神经系统来调节我们各项心理和生理的功能,达到消除病症和让我们机体的心理、躯体各项功能正常运转,使身心愉悦并起到强身健体的作用。

催眠术曾有过很“恶”的声誉,这与某些败类“催眠师”一知半解的故弄玄虚

和炫耀“神奇现象”有关。其实,催眠术既不神秘,也不神奇,它是实实在在能看得见摸得着的治疗手段之一,这个手段是以语言的和心理的形式为载体,而不是以化学药物或物理刀剪的形式存在。单独使用催眠术可以治愈很多的疾病,当然也有很多疗效不佳的病。应用催眠术,很多情况是结合其他物理(如手术、核素等)、化学(如药物)和心理(如生物反馈、精神分析)的治疗手段,综合解决病人的问题。所以催眠术即不是万病皆治的“灵丹妙药”,也不是没有疗效的“骗人把戏”,正确地使用和有针对性地使用催眠术这一治疗手段,才能发挥它应有的治疗作用。所以让人们正确地看待催眠术,也是这本书的目的之一。

本书大体分为四个部分。第一部分是建立正确的催眠术概念,包括医用催眠术的历史、催眠术现象、催眠术本质、催眠敏感性和催眠术类别。第二部分是引导进入催眠状态的操作方法,包括催眠术治疗过程与方法、催眠术操作技术。第三部分是进入催眠状态后,如何利用催眠指导语治疗各种病症,主要是催眠治疗各种病症。第四部分是催眠师应该遵守的道德原则。

本书主要撰写人员为张德利(潍坊医学院),参与编写和整理的人员有张民(泰安市中心医院)、张春慧(泰山学院)、李福洪(潍坊医学院)、郑德伟(潍坊医学院)、李长江(潍坊医学院)。主审人员孙宏伟。

本书借鉴和参考了许多有价值的研究文献,但主要以笔者对催眠术的理解和经验为基础而成书,肯定有语言晦涩、技术纰漏、观点错误等缺点,恳请同道专家赐教斧正,不胜感激。

作者邮箱:delizhang@wfmec.edu.cn

张德利
2012年1月

第一章 医用催眠术的历史—1

第一节 超自然时期—1

第二节 麦斯麦时期—3

第三节 科学时期—4

第二章 催眠术的表现—9

第一节 催眠引导时期的催眠现象—9

第二节 催眠恍惚时期的催眠现象—11

第三节 催眠后时期的催眠现象—22

第三章 催眠术的本质—25

第一节 病理理论—25

第二节 生理理论—25

第三节 心理理论—28

第四节 催眠术是心身现象—32

第四章 催眠敏感性—35

第一节 催眠敏感性—35

第二节 催眠敏感性测验和暗示性测验—39

第三节 催眠程度与催眠敏感性—48

第五章 催眠过程和方法—51

第一节 建立良好的医患关系—51

第二节 诊断病情—54

第三节 测试催眠敏感性—59

第四节 解释催眠术—60

第五节 增加催眠治疗动机—64

第六节 催眠前的准备—65

第七节 引导催眠—66

第八节 判定是否进入催眠恍惚状态和加深催眠程度—73

第九节 设计治疗性的指导语—78

第十节 唤醒病人—79

第十一节 催眠后谈话—81

第十二节 病例记录—82

第六章 催眠操作技术—83

第一节 对催眠抵抗病人的处理—84

第二节 加深催眠状态的技术—90

第三节 治疗性指导语的管理—96

第七章 催眠术类别—99

第一节 他人催眠术和自我催眠术—99

第二节 个别催眠术和集体催眠术—102

第三节 言语催眠术和非言语催眠术—105

第四节 觉醒状态下催眠术和睡眠状态下
催眠术—107

第五节 其他催眠术—108

第八章 催眠治疗的应用—111

第一节 催眠治疗的原则—111

第二节 情感问题—115

第三节 青少年厌学—118

第四节 提高自信心—123

第五节 戒除不良习惯—126

第六节 强身健体—130

第七节 焦虑症的催眠治疗—132

第八节 转换型癔症的催眠治疗—135

第九节 厌食症—137

第十节 高血压—139

第十一节 性功能障碍—141

第十二节 植物神经功能失调—145

第十三节 失眠症—147

第九章 催眠术的局限性—151

第一节 催眠指导语的局限性—151

第二节 催眠技术不熟练和医学及心理学知识贫乏的 局限性—153

第三节 舞台催眠术的危害性—158

第十章 催眠师的道德准则—159

第一节 催眠师要遵守医德—159

第二节 催眠师要遵守心理学会的道德—160

参考文献—169

催眠术

(hypnosis)是医学领域中最古老的治疗方法之一。要讨论现代催眠疗法之前,简单阐述它的历史,从历史的角度理解催眠术是非常有必要的。从古老的超自然概念的起源到今天现代科学的理论和实践,它历了曲折发展的道路。为容易理解和讲述方便,将医用催眠术的历史人为地分成三个时期,即超自然时期、麦斯麦时期和科学时期。这三个时期既是人们对疾病的认识水平的发展,也是对催眠术的认识水平的划分。

第一节 超自然时期

催眠术的历史几乎和人类文明一样古老,人类有疾病的发生,催眠术的现象就随之产生,只不过它始终带着一种神秘,笼罩在超自然的气氛中。在原始部落的各种祭祀仪式过程中,酋长或巫师闭着眼睛,口中嘟噜着谁也听不懂的有节律的咒语时,族人们很快进入精神恍惚状态,随着酋长或巫师的指示而动,要么欢呼,要么做各种动作,有的甚至对伤害性的活动如竹签穿刺等不觉得疼痛,这些表现都是催眠恍惚状态的遗迹。

我们的祖先确信,医用催眠术的实施,其精神恍惚的现象是神的旨意。波斯圣贤和印度苦行者用眼睛凝视的方法将自己引导入强直性昏厥状态,声称有超常能力的治疗作用。埃及的“寺庙睡眠”被认为是一种有效的催眠术;“寺庙

睡眠”期间,牧师对病人发出有疗效作用的语言,以减轻病人的痛苦;这些寺庙在当时备受欢迎,以后其“寺庙睡眠”传遍了整个希腊和部分亚洲国家。英国德鲁伊特教祭司的“巫术睡眠”治疗病痛等等将催眠术披上神秘的外衣。

随着基督教的发展,人们认为精神恍惚状态是一种魔法或巫术。一个人生病是魔鬼缠身,只有祛除病魔才能恢复健康。有记载,伽斯纳神父(Father Gassner,1727~?)是天主教神父,作为一名神职人员,他声称自己能接受上帝的圣旨而祛除病魔,于是许多病人找他看病。伽斯纳神父有一间治疗室,房间宽敞,仅有几把椅子靠在墙边,黑丝绒的窗帘挂在窗子上,房间黑暗幽静。治疗病人时,伽斯纳神父请医生坐在旁边作见证人,让病人站在屋子中央闭着眼睛。伽斯纳神父告诉病人,当他的十字架碰到病人的身体后,上帝会使病人立即倒地而死,就在病人死去的那段时间里,他能按照上帝的旨意,来驱赶缠在病人身上的病魔,待病魔离开后,病人会复活并且恢复健康。于是,伽斯纳神父身披黑色披肩,手持金色十字架,轻轻地绕着病人走动。突然,伽斯纳神父用十字架碰触病人的身体,病人果然倒地不再动弹,意识丧失。这时医生立即上前检查病人的心跳、呼吸和脉搏,证明病人已经死去。伽斯纳神父再来到病人身边,用十字架拍打病人身体,命令病魔离开;伽斯纳神父突然一声喊叫,双手将十字架高高举起,果然病人马上睁开眼睛,活了过来,魔走病除。经过伽斯纳神父“驱魔”的病人,病情常常能一下子好转,很快恢复健康。

在一些下层平民中,巫师用一些魔法来治病,人们为躲避牧师的报复,秘密应用“精神恍惚”方法进行治疗疾病,解除痛苦。直到18世纪末,催眠中的现象才被广泛承认是一种治疗手段。

现在有些中国的落后地区,还和我们的祖先一样,认为病痛是“鬼”附体,或“灵魂”离开躯体,还有人请神汉、巫婆来驱赶“鬼”进行治疗疾病,或用“叫魂”治疗病痛。大部分的疾病显然用这些手段无济于事,这些落后的认识和治疗手段,在今天看来显然是错误的。他们对疾病的认识和治疗手段还停留在超自然时期。但是他们的“驱鬼”或“叫魂”的形式,却有催眠治疗的踪影。不能否认,“驱鬼”、“叫魂”是错误的,用“驱鬼”、“叫魂”来包治百病也是错误的,但对有些病症的临床治疗作用,却不能否认。有痛痛的躯体经过宗教圣人的触摸(royal touch)就会改善或痊愈,也是不争的事实。这些现象与心理治疗尤其是催眠治疗有关。

第二节 麦斯麦时期

将这种“法术”致力于医学应用,并试图用科学来解释其原理,而摆脱神学观点的人物是弗朗兹·安东·麦斯麦(Franz Anton Mesmer),1734年他出生在奥地利,曾学过神学、哲学和法律,最后致力于医学,从维也纳大学毕业,有博士头衔,在维也纳市行医。他曾用磁石按摩病人身体,也就是给病人通磁,发现磁力常能引起病人“体内磁力传导效应”而有治疗作用,磁力能引起某种意识恍惚不清、神志不明的状态。

在1776年,麦斯麦写了一篇讨论行星对人体影响的论文(On the Influence of the Planets)。在论文里,他假设我们的身体是沉没于宇宙流之中,这种宇宙流是一种看不到摸不着的气体,各种情况的发生,就是这种宇宙流的作用;它的特点就像磁气,可以按照人的意志集中起来,也可以从某一点到另一点移动。这种磁流在身体上分配紊乱时,就会产生疾病;这种磁流和谐时,就是健康状态。这种宇宙流或磁流,麦斯麦称之为“动物磁”,它能从医师的手中直接流到病人身上,来治疗疾病。这种动物磁也可以传送给动物或其他物体,这就是后来所谓的麦斯麦能量。麦斯麦的学说在维也纳引起不少争论,维也纳的医学界将此诋毁为江湖骗术。

麦斯麦在遭到医学界的敌视后,被迫离开维也纳,到巴黎和戴斯隆(Deslon)开了一家治疗各种疾病的一般诊所。不久,麦斯麦术就成了一种时尚,他的诊所挤满了上流社会人士来接受他的神秘的磁疗。治疗时周围的布置、病人的期望和他那神秘的举止都对治疗效果产生影响。病人们围坐在大木桶周围,大木桶内装着水、铁锉屑、瓶子和铁棒,这些都是用来治疗各种疾病的物品。麦斯麦穿着丝织长袍出现,手持铁制魔棒触摸他的病人,几次治疗后,足够使各种病情好转。

麦斯麦术吸引了大批的信奉“磁疗”的庸医,他们过分地鼓吹治疗效果。多数人声称超自然的力量可以让他们探测出病人体内的损伤,一般都有如下说法:“这个病人的胃内充满了丘疹疙瘩……我看到了一团头发堵住了肠道……你的胸腔内部都擦伤了,你必须停止唱歌几天,看起来像刀子的划痕,你的肺也充满了尘土。”1784年,法国政府任命了一个委员会来调查麦斯麦的治疗方法,得出他有欺骗行为的结论。自此以后,麦斯麦名声扫地。正当麦斯麦声名狼藉时,他的一个徒弟叫 Marquis de Puységur 观察和描述了催眠状态的三个最重

要的特征。他写到:被“磁化”了的病人,只能听到“施磁人”的说话声音;对所说的内容完全接受而不提出任何怀疑;在从“磁化”的恍惚状态回到意识清醒后,所有被“磁化”中的事情都不能回忆。这种状态被 Marquis de Puysegur 称为“人造梦游”。他解释到,病人拿出了第二景象,他能够显示不可思议的技艺,像读出被密封的信息,能忍受针刺,毫不畏惧地允许烧红的针来刺戳身体。

第三节 科学时期

自从麦斯麦被医学界败坏名声后,几乎没有内科医师再用麦斯麦术治疗疾病。直到 19 世纪中叶,曼彻斯特的外科医师詹姆斯·布雷德(James Braid)观察到这个现象,提出并不是“动物磁”或什么其他神秘的力量影响病人的身体,相反,他主张麦斯麦术发挥的作用完全取决于病人个体。同时,博春德(Bertrand)和爱博·法拉(Abbe Faria)也相继独立地发现了这种现象。1842 年,英国医师协会在曼彻斯特召开会议之前,布雷德提出在会议上宣读其有关论文,但遭拒绝。同一年,斯夸·伍德(Squire Word)呈给伦敦皇家外科协会一篇论文,称他们给一病人截肢,用布雷德的方法,可使病人疼痛丧失。论文中还标记出,用布雷德的方法,出现一些荒唐的效果,例如:治疗好肌肉萎缩的病例,治愈像耳聋等感觉异常的病例。

布雷德将麦斯麦术的现象更名为催眠术,他说,利用催眠术的帮助,可以获得身体和心理的功能改善。他假设,存在一个智力的第二意识,从理论上说,这种人为的第二意识,与暗示是一致的。

随后在 1846 年,内科医师艾利奥特森(John Elliotson)因为在大学附属医院选择催眠术而被停职。尽管他被同行贴上庸医的标签,但是他和他的追随者创办了 *Zoist* 杂志来促进催眠术和脑生理学的研究。在艾利奥特森的影响下,催眠术的研究机构遍布英伦岛。在埃克塞特的一研究机构,帕克(Parker)声称做了 1200 例的催眠术,其中 200 例成功地做了无痛手术。

在这期间,詹姆斯·埃斯戴尔(James Esdaile)在印度,将 75 名用催眠术进行无痛手术的报告递交医师协会,但未得到承认。当他积累了 100 多例手术后,把结果呈给了印度政府,由孟加拉副州长指派的调查委员会经过调查,赞同了他的实验。确信在离开印度前,他用催眠术麻醉,已经做了几千例的小手术和 300 例的大手术。

1882 年,心理研究协会调查了催眠术的治疗作用,调查人员中有威廉姆·

詹姆斯(William James)、本杰明(Bernheim)、斯坦利·豪(Stanley Hall)等。英国医学协会在1891年指派了一委员会对催眠术的疗效价值进行了调查,公开出版的调查报告上写下了这种观点:作为医疗应用的催眠术,对缓解疼痛、获得睡眠和缓解许多功能性疾病是有效的和屡见不鲜的。

在法国,沙可特(Charcot)和他的追随者在巴黎 Salpêtrière 医院勤奋的对催眠术进行科学的设计和实验。他们的论点是:催眠术是类似癔病的病理现象,是一种不正常体质产生现象。沙可特的方法和结论后来被南锡学派证明是不科学的,并证明催眠术是一正常现象。

李厄保(A. A. Liebeault, 1823~1904)也许应该是真正的现代催眠术之父,他是最早大规模应用临床治疗和临床试验的内科医生之一,他治疗了几千例患有各种躯体疾病的病人。他确信,催眠不仅能改善躯体的功能,还能治疗器质性疾病。他甚至想象,就如解毒剂能解除人体的中毒一样,用催眠术来治疗癌症。他声称,能用催眠术治疗贫血症、间歇性发热、肺结核、月经不调、神经痛和偏头痛,并出版了一本有关催眠术的书,但医学界表示怀疑他的疗效。本杰明是南锡医学院的一名教授,被李厄保的声称所激怒,决定揭穿李厄保在临床治疗上的把戏,等他观看了李厄保催眠术的疗效后就被震惊了,很快就成了推崇者之一,在他出版的书中声明催眠术能治疗癔症性偏瘫、癔症性失声、歇斯底里大发作、胃不适、厌食、精神抑郁、疼痛、震颤、强迫思维、梦游和其他功能性疾病;本杰明还批判了沙可特关于催眠术的观点。

由于本杰明的工作夯实了催眠术是一种治疗方法的基础,鼓舞了其他人进行催眠术的工作。Charles 等人热心从事催眠术的治疗工作,并报道了他们的治疗效果,其中特别是对癔症病人有特效。Recamier 等人报道了用催眠术麻醉进行外科手术。Babinski 报道了几例治愈失写症。Krafft-Ebing 等报道了用催眠术治疗色情狂和同性恋有很好的疗效。Voisin 等人成功的治疗了药物成瘾和精神性抑郁。Woods 报告催眠术对癫痫病的治疗有益。Osgood 等人用催眠术治疗了一些皮肤病患者并取得了令人信服的结果。Guyou 等人治疗儿童的尿失禁、说谎和咬指甲。在瑞士,Landame 用催眠术成功治疗酗酒。在德国、荷兰、俄国和其他欧洲国家相继传出用催眠术治疗各种疾病的消息。

太多种类的疾病应用催眠术能“治好”疾病,被怀疑是治疗师的巨大热情而不是科学判断。例如,Forel 列出了一些催眠术治疗有效的疾病名称:原发性梦游症、躯体疼痛、失眠、功能性瘫痪、功能性痉挛、月经紊乱、厌食、神经性消化不良、便秘、腹泻、胃肠消化不良、心因性阳痿、吗啡成瘾、风湿性关节炎、腰痛、神

经性哮喘、口吃、视神经紊乱、眼睑痉挛、儿童夜惊、晕船症、孕期呕吐、遗尿、舞蹈病、神经性咳嗽、癔症和坏习惯。在这时期,有很多后续的工作没有进行,估计失败的病例远大于成功的病例。

大约在 1880 年,布鲁尔(Breuer)对催眠疗法进行了革新,使催眠术的应用不仅是单纯以暗示手段消除疾病症状而是有了更广泛的用途。例如,当他给安娜(Anna)用催眠疗法治疗时反而症状加重。安娜是一名癔症患者,有些躯体症状和交替出现意识丧失,布鲁尔偶然发现她在催眠状态下能毫无顾忌地讲出内心的话,表现出很深的情感反应,之后却能缓解她的病情。虽然安娜一般情况得到改善,但还是有交替的意识丧失、懒惰、情绪多变、不顺从、时有幻觉。有一天下午天气很热,她感觉很渴,使她自己惊讶的是竟然不能吞咽下水;在以后的六个星期只能吃些瓜果来解渴;在催眠中揭示出,安娜回忆出前任家庭女教师当着她的面,让一只狗喝干了玻璃杯中的水,使安娜感到恶心和愤怒,但当时出于礼貌而克制自己的情绪没有提出抗议。说出了这个秘密之后,她便向布鲁尔要了一杯水,并毫不犹豫地喝了下去;在从催眠中醒来时,嘴边还有杯子,以后,安娜再也没有拒绝过喝水。这件事使布鲁尔相信,回忆出狗用玻璃杯喝水是症状消失的原因。布鲁尔以后试图将病人目前的怪异行为症状和过去令人厌恶的经历联系起来,以解释症状出现的原因。上午将安娜催眠,把她所说的话记录下来,下午催眠时,将记录的事件再次重复,用这种办法逐渐找出产生症状的最初原因。当最初原因找到了,相应的症状就消失了。例如:要去掉安娜为何听不到有人进到房间里的症状,经过多次的催眠才能找出是她和父亲经历的一些事件造成的。

安娜通过催眠逐步回忆出和癔症有关的所有事情。1880 年 7 月,安娜的父亲第一次生病,她和母亲一起轮流照顾他。一次她和父亲在等待从维也纳来的外科医生,她在另一个房间里睡着了,被预感的灾祸惊醒,她跑向父亲的房间,坐在父亲的床边,让父亲握住她的右臂,惊恐才消退下来。渐渐地在父亲的床边,坐在椅子上开始打盹,这时她出现了幻觉,看见一条黑蛇从墙上朝向她的父亲跳下来,她本能地驱赶这蛇,但右上肢麻木瘫痪,并且看到自己的右手指变成了小蛇骷髅,她想祷告,但太惊慌而想不起任何字词。突然的身体抽搐,打断了这幻觉过程。在以后的日子里,当她外出看到类似的树枝时,就会自动引发右上肢挛缩。

通过催眠可以找出:安娜的饮食不佳,是由于父亲有病造成的焦虑引起;安娜耳聋的出现是由于不愿意听到父亲的抱怨;安娜的眼盲也是一次她坐在父亲

的病床前,眼中充满眼泪看东西模糊时,父亲让她干这干那等等。当找到第一次出现症状的有关经历时,如失去知觉、咳嗽、发抖等症状,其癔症的症状就会消失。

布鲁尔的工作奠定了催眠疗法重点的转移,即从直接消除症状到处理症状的原因。他的方法吸引了许多医生,最著名的是西格蒙·弗洛伊德(Sigmund Freud),他们两人在1895年合著了一本书——*Studien Iiber Hysteric*,书中提到;当我们成功唤起癔症病人的症状记忆,癔病的这个症状就消失了。布鲁尔和弗洛伊德得出结论,癔病症状的发展,是压抑起来的对个人损害的经历造成的。与经历有关的心理初始能量被压抑下去而到达不了意识,这些能量被转换到神经分布的身体各个部分,引起躯体症状。在催眠治疗下,通过意识层次的正常渠道发泄出来,就不必把能量转换成癔病症状。由于这技术似乎是在无意识中发泄大量情绪,所以称为“疏泄疗法”。另一位将催眠术改良成更科学的技术的人是弗洛伊德。

弗洛伊德遇到一名叫露西(Lucie)的年轻女病人,主诉心情抑郁和闻到不适气味,在给她做催眠时,无论怎样都不能把她导入像梦游一样的深度催眠状态,受到本杰明在清醒状态下有一病人能够回忆过去经历的实验启发,也可能是出于无奈,弗洛伊德把露西看做进入深度催眠状态,把手放到露西的额头上,告诉她可以讲出任何涌现于脑中的任何事情。通过这种“自由联想”把怪异的想法从心底内部拉到表面上再进行分析,弗洛伊德不用催眠术也可以重新获得病理性经历。也许弗洛伊德更重要的发现是:对遗忘经历的动机和抵抗。因为有许多经历,催眠状态下难以唤起回忆。他发现,许多记忆内容被压抑而进入不了意识,通过解释“自由联想”、“梦”、“移情”的内容,可以找出心理创伤的事件以治疗病人。这时,由于精神分析运动的成长和其他心理疗法的发展,催眠疗法逐渐萎缩,虽然本杰明对催眠疗法做了大量工作,也认为不再有实际价值。

吉安特(P. Janet)一直相信,催眠术是治疗神经症的最佳治疗方法,同时指出催眠指导语不能改变个人意志,虽然在催眠状态下可以“意志丧失”,可以失去感知觉和运动能力,但是病人仍有正常的意愿。虽然在精神病学的教材中有催眠治疗的内容,但在大多数内科医生眼中,催眠治疗还是当成了拔火罐、放血疗法等古老的医疗方法。

第一次世界大战后,有许多因战争心理创伤而引起的一些心理和躯体症状的病例,通过催眠疗法效果显著。霍费尔德(J. Hadfield)甚至用“催眠分析疗