



Universidad Del Sureste
Campus Comitán
Lic. Medicina Humana



Organizador gráfico hamburguesas

Karen Yahari Gómez López

Mapa conceptual

Parcial 3

Interculturalidad II

Dra. Mariana Catalina Saucedo

Dominguez

2 "A"

Comitán de Domínguez 17 de noviembre del 2023

HIPNOSIS

La Hipnosis se considera generalmente como una ayuda para la psicoterapia, debido a que el estado hipnótico permite a las personas explorar pensamientos dolorosos, sentimientos y recuerdos que podrían haber ocultados de sus mentes conscientes.

¿PARA QUE SIRVE LA HIPNOSIS ?

se considera un tratamiento de son los problemas psicológicos caracterizados por una modificación psicogénica sustancial del estado de conciencia. Entre los más graves se encuentran el trastorno de personalidad múltiple, la amnesia y las fugas psicogénicas.

PASOS PARA LA HIPNOSIS

1. Tratar de relajarse
2. Si le estás realizando la hipnosis a alguien más, debes emplear un tono de voz tranquilo, claro y alto
3. Luego de unos segundos, dile que relaje sus tobillos
4. Cuenta lentamente del 10 al 1 para lograr una mayor relajación a medida que los números van descendiendo.
5. Puedes utilizar frases como: "Te sientes muy bien", "Eres exitoso en tu trabajo" "No tienes miedo a enfrentar situaciones difíciles".
6. Para finalizar, pídele que respire profundo una vez y exhale, haz que lo repita tres veces. Luego le informas que contarás hasta el 10 y que cuando llegues al número 10, él se encontrara despierto.

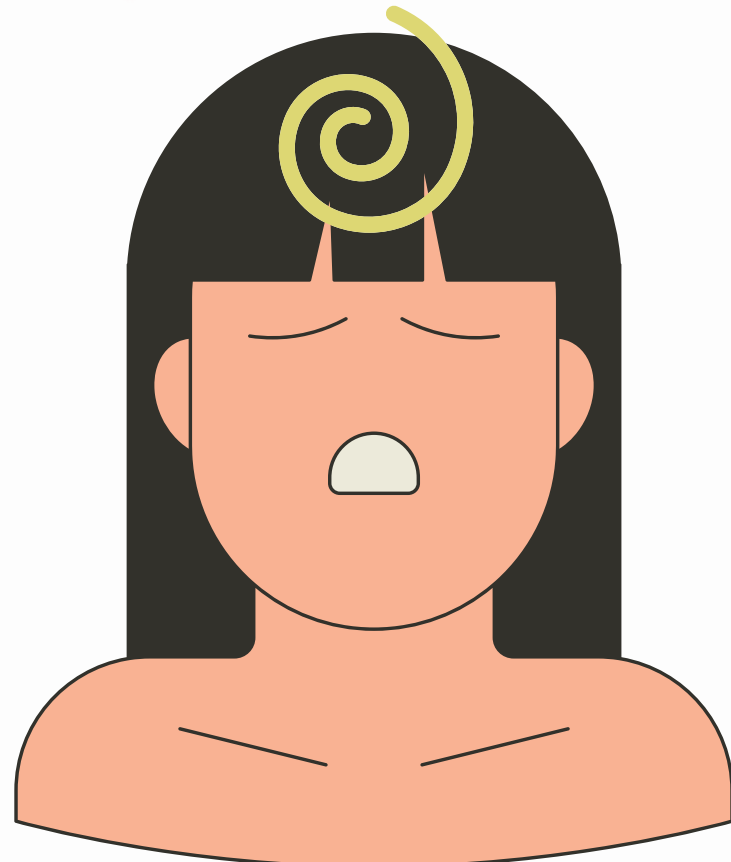
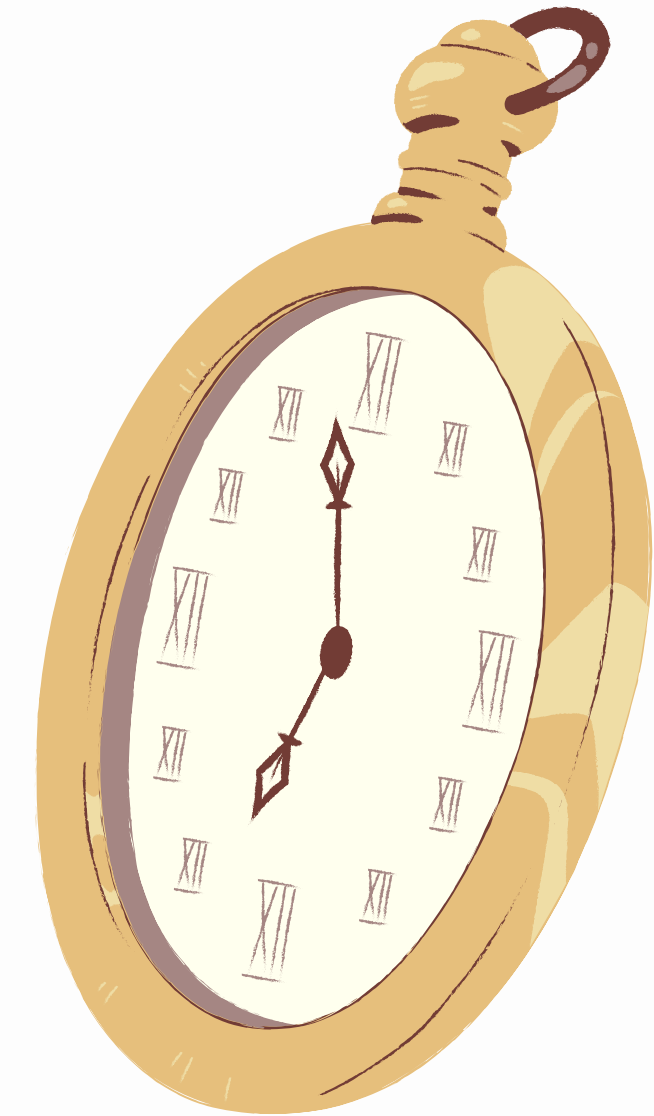
BENEFICIOS DE LA HIPNOSIS

El estado hipnótico permite a una persona a ser más abierto a la discusión y la sugestión y mejora el tratamiento en :

- Depresión
- Estres
- El dolor en una perdida
- Trastorno de sueño

DESVENTAJAS DE LA HPNOSIS

La hipnosis puede no ser apropiada para una persona que tiene síntomas psicóticos, como alucinaciones y delirio para alguien que está usando drogas o alcohol.



REFERENCIA BIBLIOGRÁFICA

- Yapko, M. (2012). Hipnosis clínica: La práctica de la hipnoterapia. Desclee de
- Brouwer.
- Heap, M., Brown, R. J., & Oakley, D. A. (Eds.). (2015). The highly hypnotizable person: Theoretical, experimental, and clinical issues. Routledge
- Lynn, S. J., Rhue, J. W., & Kirsch, I. (Eds.). (2015). Handbook of clinical hypnosis. American Psychological Association.