

Módosult tudati állapotok

Tematika

A módosult tudati állapotok általános jellemzői

A hipnózis

- története
- létrehozása, indukció eljárások
- hatásai, szuggesztiók, viselkedéses és élménybeli változások
- a fogékonyság, mérése és korrelátumai
- modern elméletei, neodisszociációs elmélet, kognitív-szociálpszichológiai elmélet
- kísérleti vizsgálata, tipikus kísérleti elrendezések, a szimulátor paradigma.
- hipotikus jelenségek
 - fájdalomcsökkentés hipnózisban
 - életkor-regresszió
- élettani hatásai
- a hipnózis a gyógyításban

relaxációs módszerek

- az autogén tréning
- a progresszív relaxáció

A meditáció

- Koncentratív meditációs módszerek
- Megnyíló meditációk
- A meditáció testi-lelki hatásai
- A meditáció és a pozitív pszichológia

Samanizmus és neosamanizmus

- A sámán, mint a transz ismerője
- A transzállapot létrehozása monoton dobolással: „utazás az alsó világba”

A vallási transzállapotok, misztikus élmények

- A nyelveken szólás
- A megszállottság
- A spiritizmus

Disszociatív jelenségek:

Amnézia, homályállapot, többszörös személyiség

A droghatások

- marihuána
- LSD
- Egyéb hallucinogének, gombák, kaktuszok

Egyéb módszerek,

A holotróp légzés, izzasztó-kunyhó, szenzoros depriváció

Kötelező irodalom:

Bányai Éva-Benczúr Lilla (szerk.) 2008. A hipnózis és hipnoterápia alapjai. Szöveggyűjtemény. ELTE Eötvös Kiadó. Budapest.

Szabó Csaba 2007. Utazások az alsó világba. Kossuth Egyetemi Kiadó, Debrecen

Szabó Csaba 2008. A módosult tudati állapotok. In.: Csépe V., Győri M., Ragó A. (szerk.) Általános pszichológia III. Osiris Kiadó.

Atkinson, Atkinson, Bem, Nolen-Hoeksema: Pszichológia. Osiris Kiadó. (6. Fejezet. Tudat és tudatállapotok)

További, ajánlott irodalom

Bagdy E., Koronkai B.: Relaxációs módszerek. (1-61. oldal) Medicina Kiadó.

Bowers K.S. 2006. Hipnózis. A komolyan kíváncsiak számára. Ursus Libris Könyvkiadó.

Castaneda, C.: Don Juan tanításai. A tudás megszerzésének jaki módja. Édesvíz Kiadó, Bp. 1977.

Comer, R. J.: A lélek betegségei. Osiris Kiadó. 2000. (13. fejezet. Pszichoaktív szerek okozta zavarok)

Earlywhite, M.: Marihuána. A tudomány álláspontja. EDGE 2000. Bp. 2003.

Fromm, E., Suzuki, D.T.: Zen-buddhizmus és pszichoanalízis. Helikon Kiadó, 1989.

Graham F. Reed.: Ingermegvonás In.: SéraL., Barkóczi I.: A tudat pszichológiai kérdései. II. Szöveggyűjtemény. Tankönyvkiadó, Bp. 173-197. oldal.

Harner, M.: A sámán útja. Édesvíz Kiadó Budapest, 1977

Hofmann, A.: LSD. Bajkeverő csodagyereke. Egy „varázsszer felfedezése”. EDGE 2000. Bp. 2003.

Leary, T.: az extázis politikája. Drog, tudat, vallás. EDGE 2000. Bp. 2003.

Mészáros I.: Hipnózis. Medicina, Bp. (1-26, 65-126,)

Vértés G.: Hipnózis-hipnoterápia. Medicina. Bp. 2006.

Watts A.W.: A zen útja. Polgár Kiadó 1977.