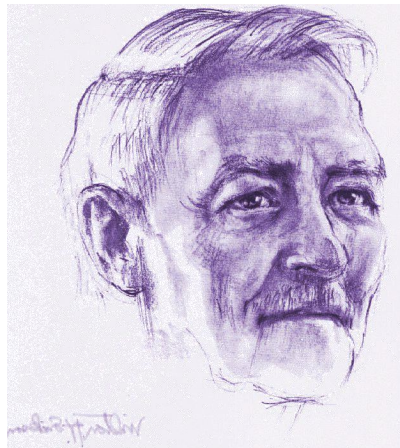


DODATNE INFORMACIJE

O IZOBRAŽEVANJU IZ UPORABE HIPNOZE V PSIHOTERAPIJI IN HIPNOPSIHOTERAPIJE PO MILTONU H. ERICKSONU

Če tvoj cilj nima datuma, samo sanjaš.
Milton H. Erickson (1901-1980)



Splošne informacije o hipnozi, uporabi in hipnopsihoterapiji

Hipnoza oz. hipnoterapija je najstarejša oblika psihoterapije, katere dvesto petdesetletni razvoj sega do današnjega dne. Pomembno je prispevala k evoluciji psihoterapije nasploh in k nastanku psihoterapevtske znanosti, saj je v veliki meri empirično podprta s številnimi raziskavami. Za uporabo hipnoze v psihoterapiji je osrednjega pomena delo z neobičajnimi oz. spremenjenimi stanji zavesti, s t. i. hipnotičnim transom. Drugi pomembni elementi uporabe hipnoze v psihoterapiji so: vzpostavljanje zaupnega terapevtskega odnosa in razvijanje terapevtske alianse, utilizacija in posredni načini terapevtskega dela (kot jih je razvil Milton H. Erickson), spodbujanje orientacije v prihodnost in izkoriščanje virov za doseganje rešitev v prihodnosti ob hkratni uporabi regresivnih tehnik in delu na travmah s pomočjo transa idr.

Terapevti lahko hipnozo uporabljajo za razvijanje učinkovitejše psihoterapije v kateremkoli psihoterapevtskem pristopu, kar so v dvajsetem stoletju potrdile raziskave, npr. v psihoanalizi sistemski (družinski) psihoterapiji, vedenjski terapiji, KVT in kognitivni hipnoterapiji, transakcijski analizi, geštalt terapiji, EMDR, transpersonalni psihoterapiji idr. Lahko pa se uporaba hipnoze v psihoterapiji razvija tudi v poseben psihoterapevtski pristop, kot se je to zgodilo v Avstriji (v okviru Avstrijskega združenja za uporabno globinsko psihologijo in splošno psihoterapijo – ÖGATAP ga imenujejo hipnozapsihoterapija (*nem. Hypnosepsychotherapie*), kjer so teorijo in prakso hipnoze povezali s tremi pristopi – kognitivno vedenjskim ter psihoanalitičnim oz. globinsko psihološkim in sistemskim. Še bolj dragoceno pa bi bilo, če bi usposabljanje iz hipnoze postalo ena od skupnih vsebin za vse psihoterapevtske pristope. S to novo, hipnopsihoterapevtsko naravnostjo bi se lahko tudi vrnilo na začetke sodobne psihoterapije in zagledali Mesmerjevo prizadevanje in njegov koncept magnetizma na nov način. Kot poskus utemeljitve posebne vrste dialoške prakse, v

kateri pomeni hipnoza ustvarjanje pogojev, stanja, okoliščin za bolj učinkovito zdravljenje, pa naj se dogaja v okviru psihoterapevtske ali medicinske obravnave.

Hipnopsihoterapevt je tisti, ki je usposobljen za psihoterapijo kot samostojen poklic in pri svojem terapevtskem delu hipnoze ne uporablja le kot metode, temveč jo razume in uporablja tudi v širšem smislu, torej z vidika teorije skupnih dejavnikov in kontekstualnega modela, tako da zanj postane hipnotični način komuniciranja spodbujanje tistega vzdušja in okoliščin (konteksta), v katerih je psihoterapija in tudi nasploh katerakoli oblika terapije bolj učinkovita. Ali se formalno naslavlja kot psihoanalitik, hipnopsihoterapevt, KVT, integrativni, sistemski ali zgolj preprosto psihoterapevt, je lahko pomembno za urejanje statusnih zadev, v vsebinskem smislu (kako konkretno izvaja terapijo) pa je manj pomembno in celo zavajajoče, v kolikor se ohranja slepota za neizogibno prisotnost hipnotičnih pojavov v vsakem uspešnem terapevtskem komuniciranju.

Kratka zgodovina hipnoze

Hipnoza je stara toliko kot človek. Dokumentirano je, da so **hipnotične prakse** uporabljali v Egiptu pred 3000 leti in v grških preročiščih. Bila je tudi sestavni del praks perzijskih magov, hindujskih fakirjev in indijskih jogijev. Po Eskulapu je prvi zapis o **hipnotičnih praksah** zapis o praksah „spanja“ v templjih v Egiptu in Grčiji.

Okoli leta 1000 je Avicena, ki je veliko zdravil s hipnozo, trdil, da hipnoza ni spanje. V 17. stoletju jo je uporabljal Irec Greatrakes. Bil je znan, da je zdravil ljudi s svojim dotikom. Paracelsus je v 16. stoletju predstavil zdravilni učinek magnetizma, ki so ga izžarevala astralna telesa. Jezuit Hell na Dunaju je postal slaven s polaganjem magnetnih ploščic po telesu. S tem je zdravil različne bolezni. V srednjem veku s strani katoliške cerkve v Evropi hipnoza ni bila dovoljena, zato so jo več ali manj uporabljali le odrski hipnotizerji. Imela je pridih okultnosti, skrivne moči. Šele leta 1956 je papež Pij XII odobril uporabo hipnoze v rokah zdravstvenih delavcev za diagnosticiranje in zdravljenje. Dejal je, da je hipnotizem resna stvar, potrebna je previdnost pri znanstvenem pristopu in moralnih vprašanjih.

Franz Anton Mesmer (1775) je prvi podal naturalistično razlago hipnoze. Hotel je izključiti pridih okultnosti in je razlagal zdravilni trans s teorijo o živalskem magnetizmu. Komisija, ki je bila sestavljena iz eminentnih znanstvenikov in osebnosti tistega časa, tako je npr. v njej sodeloval tudi Benjamin Franklin, in je ocenila njegovo delo, ni podprla njegove teorije o magnetizmu, ampak so menili, da njegov postopek temelji na sugestijah in uporabi notranjih predstav.

James Bride, škotski zdravnik, je prvi uporabil besedo "*nevrohipnoza*", ki so jo kasneje skrajšali v *hipnozo*. Sprejel je psihološko teorijo hipnoze in je trdil, da je hipnoza posledica duševne koncentracije na eno prevladujočo idejo, kar je imenoval monoideizem. Ker beseda hypnos v grščini pomeni spanje, mu je bil kasneje žal, da se ni raje uveljavil pojem monoideizem. Beseda hipnoza je namreč zavajajoča, saj tisto, kar imenujemo hipnoza, ni vedno nujno podobno spanju. Možna je tudi budna hipnoza in budna aktivna hipnoza. Človek lahko razvije trans v gibanju.

James Esdale, škotski kirurg v Indiji, je napravil v začetku 19. stoletja preko 300 velikih in brez števila majhnih operacij v hipnozi kot edini anesteziji. Uvedba kloroforma v letu 1858 je zmanjšala uporabo hipnoze v anesteziološke namene.

Interes za hipnozo je bil majhen do leta 1880, ko je nevrolog Charcot povezal sprejemljivost za hipnozo s patologijo, predvsem s histerično nevrotičnostjo. Liebeault in Bernheim sta v Franciji močno popularizirala uporabo hipnoze v terapevtske namene. V nasprotju s Charcotom sta menila, da je to normalno vedenje, poudarila sta moč sugestije.

Sigmund Freud je leta 1885 prišel v Pariz študirat k Charchoju in v Nancy k Liebeaultu. Tudi na podlagi uporabe hipnoze je v svojih prvih študijah razvil koncept represije in podzavesti. Kasneje je odrgel hipnozo in razvil tehniko prostih asociacij in strukture psihoterapevtske obravnave, ki jo je poimenoval psihoanaliza.

Pierre Janet je uporabljal hipnozo tako v diagnostične kot terapevtske namene in je prvi upeljal pojem disociacije, akcijskih sistemov, ter kompleksov (kasneje za njim še Jung).

Hatfield je skoval izraz *hipnoanaliza*. Med prvo svetovno vojno je delal s primeri amnezije in paralize. Uporabljal je regresijske tehnike, da je pomagal svojim pacientom razkriti relativno zgodnje travmatske izkušnje.

Po prvi svetovni vojni sta pomembna za raziskovalno delo Platonov in Pavlov. Pavlov je trdil, da je hipnoza pogojni refleks.

Med velikimi imeni po drugi svetovni vojni sta Hilgard in Orne, ki sta raziskovala predvsem na področju psihologije ter Milton H. Erickson, utemeljitelj sodobne hipnoterapije.

Tudi v Sloveniji lahko najdemo zanimive posameznike, ki so delovali kot zdravniki, pa bi v njihovi zdravilski praksi lahko našli marsikakšen element hipnoze oz. magnetizma. Eden med njimi je bil Jurij Humar, ljudski zdravnik, karizmatični duhovnik in zdravilec, ki je od 1876 do 1990 deloval na Primorskem na Dolenjskem (Periček Krapež, 2007).

Kratka zgodovina razvoja izobraževanja iz hipnoze in hipnopsihoterapije v Sloveniji

V Sloveniji je bila leta 1979 pri Slovenskem zdravniškem društvu ustanovljena Sekcija za klinično in eksperimentalno hipnozo, ki je leta 1980 organizirala Drugi evropski kongres hipnoze v Dubrovniku. Sekcija je štela okoli 120 članov, zdravnikov in psihologov.

Leta 2007 pa je bilo ustanovljeno Društvo za medicinsko hipnozo Slovenije (DMHS), ki ima kodeks etike usklajen z Evropskim združenjem za hipnozo (European Society of Hypnosis – EHS). Ta med drugim prepoveduje učenje hipnoze laikov. V okviru društva potekajo tečaji hipnoze za zdravnike, zobozdravnike, psihologe ter nekatere druge zdravstvene delavce, ki delajo pod okriljem zdravnika.

Leta 1962 je prof. Pajntar začel s klinično uporabo hipnoze in sicer za zmanjševanje bolečin pri porodu (Pajntar, 1966). Od takrat naprej v Sloveniji širi znanje in pomen uporabe hipnoze

v medicini preko medijev, s predavanji in pisano besedo (Pajntar, 2002, 2007). Po začetnih uspehih poroda v hipnozi je zanimanje pri nosečnicah in zdravstvenem kadru zelo poraslo. Organizirali so tečaje hipnoze za ginekologe in porodničarje. Leta 1972 je rodilo v kranjski porodnišnici 20% (okoli 600) vseh porodnic v hipnozi.

Na področju psihoterapije je v sedemdesetih letih v Sloveniji prvi promoviral hipnoterapijo klinični psiholog Stanislav Bras. Bil je izjemen diagnostik in tudi psihoterapevt. Psihodiagnostiko je širil na projekcijske tehnike, psihoterapijo pa na področje vedenjske terapije in hipnoanalize, pri čemer je tudi povezal analitski in hipnoterapevtski pristop z vedenjsko terapijo (Bras, 1977a,b).

Raziskovalno delo je potekalo veliko let na področju rehabilitacije. Pajntar je v sodelovanju z elektroničarji-biomedicinci (Lojze Vodovnik, Egidija Roškar, Anton Jeglič) ter fiziatri (Martin Štefančič, Janez Zajec) raziskoval vpliv hipnosugestije v hipnozi na nevrološko dejavnost pri zdravih ljudeh in bolnikih z različnimi lokomotornimi težavami (Pajntar, Jeglič, Štefančič, Vodovnik, Zajec, Roškar in Drugovič, 1977; Jeglič, Roškar, Pajntar, Vodovnik, Drugovič, Štefančič in Zajec, 1977; Roškar, Vodovnik, Rudel, Pajntar in Gros, 1979; Pajntar, Roškar, Gros, Valenčič in Maležič, 1980; Vodovnik, Roškar, Pajntar in Gros, 1979; Pajntar, Jeglič, Štefančič in Vodovnik, 1980; Vodovnik, Roškar, Pajntar, Gros in Zrimec, 1980; Vodovnik, Roškar, Pajntar in Gros, 1979; Roškar in Pajntar, 1983).

V tem času so tudi prirejali tečaje hipnoze za psihologe in zdravnike. Psihologa Janez Rojšek in Maks Tušek sta bila pobudnika za uporabo hipnoze v športu. Nevrokirurg Miloš Remic je uporabljal hipnozo pri amneziji po poškodbah glave. Psiholog Tone Pačnik je uporabljal hipnozo pri psihoterapevtskem delu z adolescenti.

Pajntar je kmalu po uvedbi hipnoze za lajšanje bolečin pričel s hipnoterapijo (Pajntar, 2008) pri različnih duševnih motnjah (kot so depresije, anksioznost, fobije, panični napadi, kompulzije in obsesije), pri psihosomatskih obolenjih (kot so astma, glavoboli, migrene, rana na želodcu, kronično vnetje debelega črevesa, nevrodermitis, alergije itn.), pri motnjah hranjenja (kot so anoreksija, bulimija, prenajedanje, debelost), pri kajenju, pomanjkanju samozavesti, tremi, pomanjkanju koncentracije, za utrjevanje ega, za povečanje motivacije za učenje in delo, za krepitev samospoštovanja, pri nespečnosti, jecljanju, pri povečanju učinkovitosti in motivacije za trening v športu itn. Ukvarjal se je tudi z obujanjem spominjanja na pretekle travmatske dogodke v vsakdanjem življenju in v forenziki.

V Sloveniji je v zadnjih letih aktivnih kar nekaj hipnoterapevtov, ki so se usposabljali na tečajih Društva za medicinsko hipnozo Slovenije pod vodstvom prof. dr. Pajntarja. Nekaj pa se jih je izobrazilo v tujini. Na žalost pa se pojavlja v zadnjem času v Sloveniji tudi veliko laičnih hipnotizerjev-hipnoterapevtov, ki jim ob pomanjkanju medicinskih, psiholoških in psihoterapevtskih predznanj manjka tudi etičnost.

Za nadaljnji razvoj medicinske hipnoze bi bilo pomembno, da bi Zdravstveni svet Ministrstva za zdravje zaradi zaščite pacientov pred zlorabami s strani psevdoznanstvenih terapevtov ter tudi zaradi zaščite ugleda medicinske in psihološke stroke priznal hipnozo kot veljavno terapevtsko metodo. Skupina strokovnjakov pri Društvu za medicinsko hipnozo Slovenije je

tako pobudo z znanstveno utemeljitvijo dala na Ministrstvo decembra 2012 (glej Pajntar, Areh in Možina, 2013).

Kako pa se je razvijalo izobraževanje iz hipnopsihoterapije (glej tabelo 1)? Kar se tiče uporabe hipnoze na področju psihoterapije, so se nastavki za sedanje izobraževanje iz hipnopsihoterapije začeli leta 1985, ko se je Miran Možina vključil v štiriletno izobraževanje v ti. Šoli kibernetike psihoterapije. To je pod vodstvom Grahama Barnesa pomagal postopno organizirati kot podiplomski študij na zagrebški medicinski fakulteti (Možina, 1993). V edukacijski skupini, v katero se je leto kasneje vključil tudi Bernard Stritih, je dajal Barnes velik poudarek usposabljanju iz hipnoterapije, kot jo je razvil Milton H. Erickson, hkrati pa jo je teoretsko povezal s kibernetiko drugega reda, kibernetiko epistemologijo in hermenevtiko (Barnes, 1994).

Tabela 1: Razvoj izobraževanja iz hipnoze, hipnoterapije in hipnopsihoterapije

LETO oz. OBDOBJE	PROJEKT oz. SODELOVANJE Z ORGANIZACIJAMI	NOSILEC PROJEKTA oz. UČITELJ
Od leta 1985 do 2003	Študij hipnoterapije v okviru Mednarodne šola kibernetike psihoterapije Psihiatrične klinike Rebro Medicinske fakultete v Zagrebu	Graham Barnes Miran Možina, Bernard Stritih, Inka Miškulin, Branko Petris, Robert Duras, Lea Šugman Bohinc
Od leta 1988 do danes	Sodelovanje z Nemškim združenjem Miliona H. Ericksona	Bernhard Trenkle, Burchard Peter, Wilhelm Gerl, Gunther Schmidt
Od 1995 do 2006	Razvijanje tematskega področja hipnoterapija v okviru Sekcije za sistemsko terapijo Društva ODMEV	Miran Možina, Bernard Stritih, Mojca Kramer, Marino Kačič, Lea Šugman Bohinc, Mojca Lorbek idr.
Od leta 1998 do danes	Slovenska krovna zveza za psihoterapijo: hipnoza v okviru študija propedeutike in v okviru sistemske psihoterapije	Janko Bohak Miran Možina, Marino Kačič (kot delegata sistemske skupine)
Od leta 2002 do 2006	3-letno izobraževanje iz sistemske in družinske terapije in svetovanja z velikim poudarkom na hipnoterapiji	Peter Nemetschek, Miran Možina, Mojca Kramer
Od leta 2003 do danes	Velik poudarek na poučevanju hipnoterapije po Miltonu H. Ericksonu v okviru 4-letnega izobraževanja Mednarodne šole za kibernetiko	Miran Možina, Lea Šugman Bohinc, Marino Kačič, Mojca Kramer, Damjan Slabe, Leonida Kobal, Inka Miškulin, Branko Petris, Robert Duras, Graham Barnes, Ilinka Serdarević,

	psihoterapije –sistemski pristop	Lidija Butković, Anamarija Blažič idr.
Od 2006 do 2013	Reden tematski sklop iz hipnoterapije po Miltonu H. Ericksonu v okviru 3-letnega izobraževanja iz sistemske psihoterapije v okviru fakultetnega študija psihoterapevtske znanosti Univerze Sigmunda Freuda in Slovenskega inštituta za psihoterapijo	Alfred Pritz Gerda Mehta, Miran Možina, Lea Šugman Bohinc, Dinko Štajduhar
Od 2007 do danes	Sodelovanje z Društvom za medicinsko hipnozo Slovenije	Marjan Pajntar, Tomaž Krmelj, Sergej Pušnar, Igor Areh, Miran Možina
Od 2013 do danes	Redni tematski sklop iz hipnoterapije po Miltonu H. Ericksonu v okviru 3-letnega izobraževanja iz sistemske psihoterapije v okviru fakultetnega študija psihoterapevtske znanosti SFU Ljubljana in 4-letnega specialističnega izobraževanja iz sistemske psihoterapije	Miran Možina
Od 2014 naprej	Redna mesečna srečanja iz osnov hipnoze, hipnoterapije in hipnopsihoterapije	Miran Možina, Zlatko Vršič, Mojca Studen

V letih 1986 in 1987 se je Možina eno leto izpopolnjeval kot štipendist specializant psihiatrije na Inštitutu Max Plancka za psihiatrijo v Münchnu. V tem času je tudi navezal stike z nemškim združenjem Milтона H. Ericksona, v katerem so imeli vodilne vloge Bernhard Trenkle, Wilhelm Gerl, Burckhard Peter in Gunther Schmidt. Na njihovih seminarjih je še poglobil svoje teoretično poznavanje in praktične veščine hipnoterapije Milтона H. Ericksona. Z nemškim združenjem je ohranil sodelovanje do danes.

Med letoma 1995 do 1998 je Možina pri družinskem terapevtu Petru Nemetscheku iz Münchna, s katerim ga je povezal Bernhard Trenkle in ki se je tudi neposredno učil od Milтона H. Ericksona, zaključil triletno izobraževanje iz sistemske družinske terapije v njegovem programu. Nemetschek je povezal sistemske in hipnoterapevtske koncepte in razvil sistemsko hipnoterapevtsko metodo za delo s posamezniki, pari in družinami, ki jo je poimenoval Reka življenja (Možina, Kramer, 2002; Nemetschek, 2004, 2006, 2010).

Leta 2003 je Možina po dvajsetih letih zaključil svoje prostovoljno sodelovanje v okviru Društva Odmev, ki je bil od srede devetdesetih let s svojo Sekcijo za sistemsko psihoterapijo glavni formalni okvir tudi za razvijanje izobraževanja in usposabljanja iz kibernetike psihoterapije, sistemskega pristopa in hipnoterapije (Kobal in Možina, 2004). Tako se je lahko še bolj posvetil organiziranju in vodenju programa edukacije iz sistemske psihoterapije, v katerega je integriral hipnoterapijo, s ciljem, da bi se vedno bolj približali standardom in normativom Evropske zveze za psihoterapijo. Spomladi 2003 je tako okoli sebe zbral kolege/ice učitelje/ice kibernetike psihoterapije iz devetdesetih let, priznane hrvaške in slovenske psihoterapevte (Inka Miškulin, Branko Petris, Robert Duras, Lea Šugman Bohinc, Marino Kačič, Mojca Kramer in kot gost njihov nekdanji učitelj Graham Barnes), ki so med tem tudi prejeli Evropske diplome iz psihoterapije. Skupaj so revitalizirali Mednarodno šolo za kibernetiko psihoterapije, v kateri so v okviru sistemskega pristopa razvijali hipnoterapijo po zgledu Milтона H. Ericksona. Nova generacija hrvaških in slovenskih edukantov je začela s prenovljenim štiriletnim programom spomladi 2004, naslednja pa januarja 2006. Slovenska študijska skupina se je srečevala v Ljubljani, hrvaški pa v Zagrebu in na Reki, vsi pa so se udeleževali velikih seminarjev. Že od svojega začetka leta 1991 je bil program Šole kibernetike psihoterapije umeščen kot podiplomski študij Katedre za psihiatrijo, Medicinske fakultete v Zagrebu, kar traja do danes. Soorganizator edukacije na Hrvaškem je bila Udruga za kibernetiku psihoterapije iz Reke, na Slovenskem pa najprej Sekcija za sistemsko terapijo Društva Odmev in nato podjetje Autopoiesis d.o.o..

Leta 2006 se je zgodila nova prelomnica v razvoju skupine, saj se je v sodelovanju med Univerzo Sigmunda Freuda (SFU) iz Dunaja in Slovensko krovno zvezo za psihoterapijo začel projekt fakultetnega študija psihoterapevske znanosti v Sloveniji (Možina, 2007). S tem vstopom izobraževanja iz psihoterapije v akademski svet so se še bolj izostrili standardi in normativi za psihoterapijo kot samostojen poklic in za študij, ki usposablja za poklicne in ne samo za generične psihoterapevte. Nova generacija fakultetnih študentov, ki je v šolskem letu 2008/09 v tretjem letniku prve stopnje izbrala sistemsko terapijo, je zato predstavljala nov izziv za razvoj sistemske edukacije in hipnoterapije v njenem okvirju.

Leta 2008 se je projekt fakultetnega študija prenesel iz krovne zveze na novo ustanovljen Slovenski inštitut za psihoterapijo (SIP) (www.psihoterapija-institut.si), v okviru katerega je potekala ob edukaciji iz psihoanalize in iz globinsko psihološke psihoterapije tudi triletna sistemska edukacija (v tretjem letniku prve stopnje in dveh letnikih druge stopnje). Poleg zgoraj omenjenih hrvaških partnerjev se je začelo tudi sodelovanje z močnim avstrijskim združenjem za sistemsko terapijo, ki je partner SFU Dunaj.

Maja 2013 je po sedemletnih prizadevanjih prišlo do akreditacije Fakultete za psihoterapevtsko znanost Univerze Sigmunda Freuda v Ljubljani (SFU Ljubljana) (<http://sfu-ljubljana.si/>). Tako je s šolskim letom 2013/14 redni tematski sklop iz hipnoterapije po Miltonu H. Ericksonu postal del 3-letnega izobraževanja iz sistemske psihoterapije v okviru fakultetnega študija psihoterapevske znanosti oz. del 4-letnega specialističnega izobraževanja iz sistemske psihoterapije SFU Ljubljana.

V okviru že omenjenega Evropskega združenja za hipnozo (ESH) še ni enotnih smernic, saj poteka debata o tem, ali bi ESH podprla izobraževanje iz hipnopsihoterapije, v katerega bi se lahko vključili tudi drugi poklicni profili razen zdravnikov, zobozdravnikov in psihologov.

Zaenkrat v ESH še vedno prevladuje prepričanje, da je najbolje, da je izobraževanje iz hipnoze možno samo kot dopolnilno izobraževanje za omenjene tri skupine strokovnjakov.

Statut Društva za medicinsko hipnozo Slovenije v enajstem členu odpira vrata za članstvo v društvu relativno široko, saj je redni član društva lahko fizična oseba, ki sprejme Kodeks etike medicinske hipnoze in je dosegla strokovno izobrazbo: zdravnik, zdravnik stomatolog, študent medicine oz. stomatologije, ki je opravil 5. letnik študija, univerzitetni diplomirani psiholog, univerzitetni diplomirani sociolog, univerzitetni diplomirani fizioterapevt, diplomirani psihoterapevt, diplomirani hipnoterapevt, ki so tudi člani v svojih strokovnih združenjih in društvih. Pridruženi član društva je lahko fizična oseba, ki sprejme kodeks etike medicinske hipnoze in ima izkazano sodelovanje z zdravnikom med opravljanjem medicinske hipnoze. To so lahko: višje in srednje strokovno medicinsko osebje, študentje medicine, študentje višjih letnikov psihologije, študentje psihoterapevtskih programov. Taka strategija društva poleg odpiranja možnosti za študij hipnopsihoterapije na SFU Ljubljana obeta, da se tudi hipnozi in hipnopsihoterapiji v Sloveniji obetajo boljši časi.

Kaj je hipnoza?

V zvezi s hipnozo kroži veliko predsodkov, npr. da hipnotizirani izgubi nadzor in naredi nekaj nehotenega, proti svoji volji, da mu lahko hipnotizer vsili svojo voljo itn. Ti predsodki so velikokrat povezani z odrsko hipnozo, kjer hipnotizer zavestno poskuša ustvariti mogočen vtis in to pogosto dosega z norčevanjem in smešenjem hipnotiziranih. Vendar je terapevtska hipnoza povsem drug svet od odrske hipnoze. Terapevtska hipnoza temelji na spoštovanju pacientovega dostojanstva, njegove enkratnosti in izjemnih sposobnosti njegovega nezavednega. Za zunanjega opazovalca je veliko manj dramatična od odrske, če že ne kar dolgočasna.

Tudi v strokovnih krogih, npr. med zdravniki, psihologi, psihoterapevti, se pri nas drži hipnoze negativen prizvok. Tako prevladuje mnenje, da je hipnoza nekaj, s čimer se npr. resen zdravnik oz. terapevt ne ukvarja. Največ, kar ji npr. večina zdravnikov lahko prizna, je, da je alternativna metoda, ki nima mesta v resni klinični praksi. Vsa resna medicinska, psihološka in psihoterapevtska združenja v ZDA in Evropi pa so v zadnjih desetletjih sprejela hipnozo v medicini, psihologiji in psihoterapiji kot sodobno in uporabno terapevtsko sredstvo ter jo poučujejo na fakultetah (Yapko, 2003).

Že od Mesmerjevih časov, torej od samih začetkov terapevtske hipnoze, so jo terapevti, ki so jo uporabljali, lažje opisovali kot pa definirali. Npr. John Watkins, ki je v visoki starosti umrl nedavno, leta 2012, je bil psiholog in eden od pionirjev sodobne klinične hipnoze ter ena največjih avtoritet na tem področju. Med drugim je bil leta 1949 ustanovni član najstarejšega strokovnega združenja za hipnozo, t.i. Društva za klinično in eksperimentalno hipnozo v ZDA. Leta 2009 je objavil članek z zgovornim naslovom »*Hipnoza: sedemdeset let čudenja in še vedno ne vem, kaj je!*« (Watkins v Yapko, 2012).

V najbolj znanem učbeniku psihiatrije na svetu (Kaplan in Sadock, 1998) med drugim piše, da se hipnoza uporablja kot oblika terapije (hipnoterapija), da je to metoda, ki povrne izgubljene spomine in je dragoceno orodje za raziskovanje. Hipnoza je definirana kot zapleten mentalni fenomen, za katerega je značilna povečana osredotočena koncentracija in

povečana sposobnost za sprejemanje sugestij druge osebe. Hipnozo opisujejo tudi kot spremenjeno stanje zavesti, stanje disociacije in stanje regresije.

Definicija terapevtske hipnoze iz leta 2005, ki jo je v krogih akademske psihologije izdelalo in objavilo Društvo za psihološko hipnozo Ameriškega psihološkega združenja (Society for Psychological Hypnosis of American Psychological Association), je obširna, kar med drugim kaže na to, da poteka okoli definicije hipnoze po svetu živahna razprava, in da širokega soglasja še ni:

»Hipnoza se običajno začne z uvodom, med katerim terapevt subjektu pove, da bo uporabil sugestije za spodbujanje njegovih notranjih predstav (imaginacije). Nato sledi uvajanje v trans, t.i. hipnotska indukcija, ki je razširjena začetna sugestija za uporabo subjektivnih notranjih predstav in lahko vključuje nadgrajevanje uvoda. Terapevt nato uporabi hipnotski postopek za spodbujanje in ocenjevanje odgovorov na sugestije. Pri uporabi hipnoze eno osebo (subjekta) vodi druga (hipnotizer) s ciljem, da bi subjektovi odzivi pripeljali do sprememb v njegovem doživljanju, zaznavanju, čutenju, čustvovanju, mišljenju ali vedenju. Ljudje se lahko naučijo tudi avtohipnoze, med katero oseba sama uporablja hipnotske postopke. Če se subjekt odziva na hipnotske sugestije, na splošno velja, da je prišlo do hipnotske indukcije. Mnogi menijo, da so za hipnotsko stanje značilni hipnotski odgovori in doživljanje. Medtem ko so nekateri mnenja, da med hipnotsko indukcijo ni potrebno uporabiti besede 'hipnoza', drugi menijo, da je to nujno.

Podrobnosti hipnotskega postopka in sugestij se razlikujejo glede na terapevtove cilje in glede na namene kliničnega ali raziskovalnega prizadevanja. Hipnotski postopek običajno vsebuje sugestije za sproščanje, čeprav sprostitvev za hipnozo ni nujna, tako da se lahko uporablja široko paleto sugestij, vključno s tistimi za večanje budnosti. Tako v kliničnem kot tudi v raziskovalnem kontekstu se lahko uporablja sugestije, ki omogočajo oceno obsega hipnoze z merjenjem odgovorov s standardiziranimi lestvicami. Medtem ko se večina ljudi odziva na vsaj nekatere od sugestij, ocene s pomočjo standardiziranih lestvic nihajo med visokimi in zanemarljivo nizkimi. Običajno se ocene povezujejo v tri kategorije: nizke, srednje in visoke. Podobno kot pri drugih pozitivnih lestvicah oz. merah psiholoških konstruktov, npr. za merjenje pozornosti in zavedanja, tudi v tem primeru višja vrednost pomeni večanje dokazov o tem, da se je razvila hipnoza.« (Yapko, 2012: 6)

Michael Yapko, avtor enega najbolj popularnih učbenikov hipnoterapije z naslovom »*Trancework*« (Yapko, 2012), ki je doživel že štiri izpopolnjene izdaje, pa podaja naslednjo definicijo:

»Hipnoza je osredotočeno (fokusirano) doživetje absorbcije pozornosti, ki povabi ljudi, da se odzovejo izkustveno na več ravneh, da bi okrepili in uporabili svoje osebne vire za doseganje določenega cilja oz. ciljev. Če se jo uporablja v kliničnem kontekstu, terapevt posveča večjo pozornost ključnim veščinam pri uporabi besed in kretenj, da bi spodbudil določene terapevtske izide. Pri tem potrjuje in izkorišča veliko kompleksnih osebnih, medosebnih in kontekstualnih dejavnikov, ki se v različnih stopnjah prepletajo in vplivajo na klientovo odzivnost.« (Yapko, 2012: 7).

Na kratko lahko torej povzamemo, da hipnozo lahko opredelimo kot postopek, med katerim hipnotizer sugerira hipnotizirani osebi, da bo doživela spremembe v občutenju, zaznavanju, čustvovanju, mišljenju in vedenju. Z nekaterimi oblikami hipnoze je mogoče doseči višjo stopnjo budnosti, velika večina hipnoterapevtskih tehnik pa vključuje sugestije o sprostitvi, umiritvi, dobrem počutju in o oblikovanju predstav o prijetnih izkušnjah. Na hipnozo se različno odzivamo, večina pa jo opisuje kot prijetno in sproščujočo izkušnjo, v kateri je njihov obseg pozornosti bistveno zožen.

Raziskave o učinkovitosti hipnoze

Do leta 2012 je bilo opravljenih najmanj 500 raziskav o učinkovitosti hipnoze, žal je le manjšina metodološko dovolj preišljenih (približno 125), da so uporabne za analizo v metaštudijah. Ugotovitve kažejo, da lahko z gotovostjo potrdimo obstoj pozitivnega učinka hipnoze na zdravljenje širokega spektra medicinskih in duševnih težav. Britanska medicinska revija (British Medical Journal) je leta 1999 v pregledu hipnoterapevtskih tehnik in tehnik sproščanja zapisala, da obstajajo zadovoljivo trdni dokazi, do katerih so prišli v raziskavah z naključnim vzorčenjem in kontrolnimi vzorci, da hipnoterapevtske tehnike zmanjšujejo tesnobo, intenzivnost napadov panike, težave z nespečnostjo, fobije in bulimične napade oz. prenažedanje (Vickers in Zollman, 1999).

V Ameriškem psihološkem združenju menijo, da je hipnoza metoda, ki je učinkovita pri zdravljenju bolečine, anksioznosti, fobij, depresije, motenj navad, motenj razpoloženj, motenj v delovanju prebavil, kožnih obolenj, motenj prehranjevanja, hemofilije, pomaga pa tudi pri obvladovanju stresa, pri pooperativnem okrevanju in pri blaženju porodnih bolečin (APA, 2012). Pri tem opozarjajo, da hipnoza ni učinkovita pri reševanju vseh psiholoških ali medicinskih težav.

Podobno je leta 2001 ugotovila tudi posebna komisija Britanskega psihološkega združenja, ki je v svetu psihologije drugo najvplivnejše strokovno združenje za Ameriškimi psihološkim združenjem (APA). Na osnovi pregleda večjega števila raziskav je delovna skupina, ki je pripravila poročilo (gre za sedem uglednih britanskih psihologov), ugotovila, da večina hipnotiziranih oseb izkusi in poroča o pozitivnih učinkih hipnoze, še posebej o sproščenosti. Hipnotični trans se je izkazal posebno uporaben pri dolgotrajnih in za pacienta napornih diagnostičnih procedurah kot sta PET in fMRI, saj so hipnotizirani pacienti bolj mirni in potrpežljivi.

Komisija je zapisala, da je bilo predvsem v zadnjih 30 letih narejenih toliko raziskav, da lahko zaključimo, »da je vključitev hipnotičnih postopkov lahko učinkovita pri obravnavi širokega spektra težav, ki se pojavljajo v medicini, psihiatriji in psihoterapiji« (The British Psychological Society, 2001). Rezultate kliničnih raziskav o učinkih hipnoze povzemajo s tem, da potrjujejo učinkovitost hipnoterapije pri:

- blaženju in odpravi akutnih ter kroničnih bolečin,
- blaženju ali nevtralizaciji bolečine, stresa in nelagodja pri medicinskih in zobozdravstvenih posegih,
- zniževanju splošne anksioznosti,
- sproščanju mišične napetosti,

- zniževanju ravni doživljanja stresa,
- odpravi nespečnosti,
- spopadanju z odvečno telesno težo,
- obvladovanju psihosomatskih težav (tenzijski glavoboli in migrene, astma, gastro-intestinalne motnje, npr. sindrom razdraženega črevesja, in pri lajšanju različnih kožnih obolenj).

V nekaterih skandinavskih državah so naredili v zadnjih letih na tisoče kirurških operacij v hipnotični anesteziji (Faymonville, Boly in Laureyrs, 2006).

Bolj podrobno so rezultati meta raziskav o učinkovitosti hipnoze predstavljeni v članku Pajntarja, Areha in Možine (2013).

Študijska literatura (izbor)

Accardi, M. C. in Milling, L. S. (2009). The effectiveness of hypnosis for reducing procedure-related pain in children and adolescents: A comprehensive methodological review. *Journal of Behavioral Medicine*, 32, 328-339.

Alladin, A. (2008). *Cognitive Hypnotherapy: An Integrated Approach to the Treatment of Emotional Disorders*. Chichester: John Wiley & Sons.

Alladin, A. (2016). *Integrative CBT for anxiety disorders: an evidence-based approach to enhancing cognitive behavioral therapy with mindfulness and hypnotherapy*. Chichester: John Wiley.

Alladin, A., Sabatini, L. in Amundson, J. K. (2007). What should we mean by empirical validation in hypnotherapy: evidence-based practice in clinical hypnosis. *Int J Clin Exp Hypn*, 55(2), 115-30.

Alman, B. (2001). Medical Hypnosis: An Underutilized Treatment Approach. *The Permanente Journal*, 5(4), 35-40.

Alpheus, A. (2009). *How to hypnotize: complete hypnotism, mesmerism, mind-reading and spiritualism*. The Floating Press.

Amundson, J., Alladin, A. in Gill, E. (2003). Efficacy vs. effectiveness research in psychotherapy: Implications for clinical hypnosis. *American Journal of Clinical Hypnosis*, 46, 11-29.

Amundson, J. K. in Nuttgens, S. A. (2008). Strategic Eclecticism in Hypnotherapy: Effectiveness Research Considerations. *American Journal of Clinical Hypnosis*, 50(3), 233-245.

Araoz, D. (2006). Defining Hypnosis. *American Journal of Clinical Hypnosis*, 48(2-3), 123-126.

Areh, I. (2003). *Osnove psihologije za policijsko delo*. Ljubljana: Visoka policijsko-varnostna šola.

Areh, I. (2011). *Forenzična psihologija: predstavitev, pričanje in ugotavljanje laži*. Ljubljana: Fakulteta za varnostne vede.

Bandler, R. in Grinder, J. (1975a). *Patterns of the Hypnotic Techniques of Milton H. Erickson, M.D.* Volume I. Cupertino, CA: Meta Publications.

Bahrami, Z. in Heidari, A. (2021). Combination of Transactional Analysis Therapy and Hypnotherapy in the Treatment of Emotional Conflicts: A Case Study in Iran. *International Journal of Psychological Studies*, 13(1), 40-47.

Bandler, R. in Grinder, J. (1975b). *The Structure of Magic I: A Book About Language and Therapy*. Palo Alto, CA: Science & Behavior Books.

Bandler, R. in Grinder, J. (1975c). *The Structure of Magic II: A Book About Communication and Change*. Palo Alto, CA: Science & Behavior Books.

Bányai, É. Toward a social-psychobiological model of hypnosis. S. J. Lynn in J. W. Rhue (ur.), *Theories of hypnosis: Current models and perspectives* (str. 564-598). New York: Guilford Press.

Barabasz, A. F. (2005). Whither Spontaneous Hypnosis: A Critical Issue for Practitioners and Researchers. *American Journal of Clinical Hypnosis*, 48(2-3), 91-97.

Barber, T. X. (1970). *LSD, marihuana, yoga and hypnosis*. Chicago: Aldine Publishing Company.

Barker, J. B. in Jones, M. V. (2013). Using Hypnosis to Enhance Self-Efficacy in Sport Performers. *Journal of Clinical Sport Psychology*, 7, 228-247.

Barrett, D. (2010). *Hypnosis and hypnotherapy, Vol. 1: Neuroscience, personality and cultural factors*. Santa Barbara, CA: Praeger.

Barrie, S. J. (2015). Hypnosis myths and misconceptions. Pridobljeno 29. 12. 2021 s spletne strani: <https://www.selfhypnosis.com/myths-and-misconceptions/>.

Barnes, G. (1994). Hermeneutics of Hypnosis. V G. Barnes, *Justice, love and wisdom. Linking psychotherapy to second-order cybernetics* (str. 186–207). Zagreb: Medicinska Naklada.

Barnes, G. (2002). Hypnosis as condition for psychotherapy. *Hypnos*, XXIX(4), 149–163.

Barnes, G. (2020). Hipnoza kot okoliščina za psihoterapijo. *Kairos – Slovenska revija za psihoterapijo*, 14(3–4), 317–341.

Beere, D. B., Simon, M. J. in Welch, K. (2001). Recommendations and Illustrations for Combining Hypnosis and EMDR in the Treatment of Psychological Trauma. *American Journal of Clinical Hypnosis*, 43(3-4), 217-23.

Benson, H. (1975). *The Relaxation Response*. New York: William Morrow and Company, Inc.

Berg, I. K. in Miller, S. D. (2020), *K rešitvi usmerjena psihoterapija: Kako pomagati zasvojenim z alkoholom*. Ljubljana: UMco in Fakulteta za psihoterapevtsko znanost Univerze Sigmunda Freuda v Ljubljani.

Bergeret, L. (2020). *Reading in trance: Hypnosis and the novelistic imagination*. Doktorska disertacija Baltimore: John Hopkins University.

Berić, P. (2013). *Sposobnost koncentracije in tehnike vizualiziranja ter njihova uporaba v športu*. Diplomsko delo. Ljubljana: Fakulteta za šport Univerze v Ljubljani.

Binet, A. (1896). *Alterations of Personality: On Double Consciousness*. London: Chapman and Hall.

Bongartz, W., Flammer, E. in Schwonke, R. (2002). Die effektivität der hypnose. Eine meta-analytische studie. *Psychotherapeut*, 47, 67-76.

Bowers, K. S. (1992). Imagination and dissociation hi hypnotic responding. *International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis*, 40, 253-275.

Bowers, K. S. in Breneman, H. A. (1981). Hypnotic dissociation, dichotic listening, and active versus passive modes of attention. *Journal of Abnormal Psychology*, 90, 55-67.

- Bowers, K. S., & Davidson, T. M. (1991). A neodissociative critique of Spanos's social-psychological model of hypnosis. V S. J. Lynn in J. W. Rhue (ur.), *Theories of hypnosis: Current models and perspectives* (str. 105-143). New York: Guilford Press.
- Braid, J. (1855). *The physiology of fascination of the critics criticized*. Manchester: Grant & Company.
- Bran, L., Owens, J. in Williamson, A. (2012). *The Handbook of Contemporary Clinical Hypnosis: Theory and Practice*. Chichester: John Wiley & Sons, Ltd.
- Bras, S. (1977a). *Izbrana poglavja iz psihoterapije*. Ljubljana: MK.
- Bras, S. (1977b). Vedenjska terapija. V J. Lokar (ur.), *Psihoterapija 7* (str. 69-124). Ljubljana: Katedra za psihiatrijo MF v Ljubljani in Klinična bolnišnica za psihiatrijo Ljubljana.
- Brooks, M. (1996). *Zbližanje in ujemanje*. Kranj: Ganeš.
- Brown, D. in Fromm, E. (1986). *Hypnotherapy and Hypnoanalysis*. New York: Hillsdale.
- Brown, R. J. in Oakley, D. A. (2004). An integrative cognitive theory of hypnosis and high hypnotizability. V M. Heap, R. J. Brown in D. A. Oakley (2004), *The highly hypnotizable person: theoretical, experimental, and clinical issues* (str. 152-186). New York: Brunner-Routledge.
- Chamine, I., Atchley, R. in Oken, B. S. (2018). Hypnosis intervention effects on sleep outcomes: A systematic review. *Journal of Clinical Sleep Medicine*, 14(2), 271–283.
- Cheek, D. (1957). Effectiveness of incentive in clinical hypnosis. *Obstetrics & Gynecology*, 9(6), 720-724.
- Cheek, D. in LeCron, L. (1968). *Clinical hypnotherapy*. New York: Grune & Stratton.
- Coe, W. C. in Sarbin, T. R. (1991). Role theory: Hypnosis from a dramaturgical and narrational perspective. V S. J. Lynn in J. W. Rhue (ur.), *Theories of hypnosis: Current models and perspectives* (str. 303–323). Guilford Press.
- Crawford, H. J. in Gruzelier, J. H. (1992). A midstream view of the neuropsychophysiology of hypnosis: recent research and future directions. V E. Fromm in M. Nash (ur.), *Contemporary Hypnosis Research* (str. 227-266). New York, Guilford Press, New York.
- Dabić-Jeftić, M. in Barnes, G. (1993). Event-related potentials (P300) during cognitive processing in hypnotic and non-hypnotic conditions. *Psychiatria Danubina*, 5, 1-2, 47-63.
- Dao, T. D. (2019). *The Effects of Hypnosis on Flow and Putting Performance in Golfers*. Doktorska disertacija. Melbourne: Victoria University.
- Devinsky, O., Schachter, S. in Pacia, S. (2005). *Complementary and Alternative Therapies for Epilepsy*. New York: Demos Medical Publishing.
- Dienes, Z. in Perner, J. (2007). Executive control without conscious awareness: The cold control theory of hypnosis. V G. A. Jamieson (ur.), *Hypnosis and conscious states: The cognitive neuroscience perspective* (str. 293–314). Oxford, England: Oxford University Press.
- EAHP (The European Association for Hypno-Psychotherapy) (2000). About Hypno-Psychotherapy. Pridobljeno 29. 12. 2021 s spletne strani http://hypno-psychotherapy.com/?page_id=8.
- Edlin, G. in Golanty, E. (2010). *Health and Wellness*. Sudbury: Jones and Bartlett Publishers.
- Effron, J. Cole, J. Levine in R. Wittenborn (ur.), *Psychopharmacology: A review of progress, 1957-1967* (str. 918-930). Public Health Service Publications, 1836. U.S. Government Printing Office, Washington, DC.

Elkins, G., Jensen, M. in Patterson, D. (2007). Hypnotherapy for the management of chronic pain. *International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis*, 55(3), 275–286.

Elkins, G., Marcus, J., Palamara, L. in Stearns, V. (2004). Can hypnosis reduce hot flashes in breast cancer survivors? A literature review. *American Journal of Clinical Hypnosis*, 47(1), 29–42.

Elkins, G. R., Barabasz, A. F., Council, J. R. in Spiegel, D. (2015). Advancing Research and Practice: The Revised APA Division 30 Definition of Hypnosis. *American Journal of Clinical Hypnosis*, 57(4), 378–385.

Ellenberger, E. F. (1970). *The discovery of the unconscious: The history and evolution of dynamic psychiatry*. New York: Basic Books.

Erickson, M. (1932/1980). Possible detrimental effects of experimental hypnosis. V E. Rossi (ur.), *The collected papers of Milton H. Erickson on hypnosis. I. The nature of hypnosis and Suggestion* (str. 493-497). New York: Irvington.

Erickson, M. (1943a/1980). Experimentally elicited salivary and related responses to hypnotic visual hallucinations confirmed by personality reactions. V E. Rossi (ur.), *The collected papers of Milton H. Erickson on hypnosis. II. Hypnotic alteration of sensory, perceptual and psychophysical processes* (str. 175-178). New York: Irvington.

Erickson, M. (1943b/1980). Hypnotic investigation of psychosomatic phenomena: A controlled experimental use of hypnotic regression in the therapy of an acquired food intolerance. V E. Rossi (ur.), *The collected papers of Milton H. Erickson on hypnosis. II. Hypnotic alteration of sensory, perceptual and psychophysical processes* (str. 169-174). New York: Irvington.

Erickson, M. (1943c/1980). Hypnotic investigation of psychosomatic phenomena: Psychosomatic interrelationships studied by experimental hypnosis. V E. Rossi (ur.), *The collected papers of Milton H. Erickson on hypnosis. II. Hypnotic alteration of sensory, perceptual and psychophysical processes* (str. 145-156). New York: Irvington.

Erickson, M. (1943d/1980). Investigation of psychosomatic phenomena: The development of aphasia like reactions from hypnotically induced amnesia. V E. Rossi (ur.), *The collected papers of Milton H. Erickson on hypnosis. II. Hypnotic alteration of sensory, perceptual and psychophysical processes* (str. 157-168). New York: Irvington.

Erickson, M. (1948/1980). Hypnotic psychotherapy. V E. Rossi (ur.), *The collected papers of Milton H. Erickson on hypnosis. W. Innovative hypnotherapy* (str. 35-48). New York: Irvington.

Erickson, M. H. (1980). Hypnosis: Its Renascence as a Treatment Modality. V E. L. Rossi (ur.), *Innovative Hypnotherapy, The Collected Papers of Milton H. Erickson on Hypnosis*. Vol. IV (str. 52–75). New York: Irvington.

Erickson, M. H., Hershman, S. in Senter, I. (1961). *The Practical Application of Medical and Dental Hypnosis*. New York: Julian Press.

Erickson, M. in Rossi, E. (1974/1980). Varieties of hypnotic amnesia. V E. Rossi (ur.), *The collected papers of Milton H. Erickson on hypnosis. III. Hypnotic investigations of psychodynamic processes* (str. 71-90). New York: Irvington.

Erickson, M. H. in Rossi, E. L. (1979). *Hypnotherapy: An Exploratory Case-book*. New York: Irvington.

Erickson, M. H., Rossi, E. L. in Rossi, S. (1976). *Hypnotic Realities: The Induction of Clinical Hypnosis and Forms of Indirect Suggestions*. New York: Irvington.

Faymonville, M. E, Meurisse, M. in Fissette, J. (1999). *Hypnosedation: A Valuable Alternative to Traditional Anaesthetic Techniques*, *Acta Chirurgica Belgica*, 99(4), 141-146.

- Fine, C. G. in Berkowitz, A. S. (2001). The wreathing protocol: The imbrication of hypnosis and EMDR in the treatment of dissociative identity disorder and other dissociative responses. *American Journal of Clinical Hypnosis*, 43(3-4), 275–290.
- Fischer, R. (1971a). Arousal-state bound recall of experience. *Diseases of the Nervous System*, 32, 373-382.
- Fischer, R. (1971b). The "flashback": Arousal-state bound recall of experience. *Journal of Psychedelic Drugs*, 3, 31-39.
- Fischer, R. (1971c). A cartography of ecstatic and meditative states. *Science*, 174, 897-904.
- Flammer, E. in Bongartz, W. (2003). On the efficacy of hypnosis: A meta-analytic study. *Contemporary Hypnosis*, 20(4), 179-197.
- Ford, L. B. (1989). Ericksonian Hypnotherapy and Transactional Analysis: An Effective Blend. *Transactional Analysis Journal*, 19(4), 235–239.
- Fredericks, L. E. (2001). *The use of hypnosis in surgery and anesthesiology: Psychological preparation of the surgical patient*. Springfield: Charles C Thomas Publishers, Ltd.
- Freud, S. in Breuer, J. (1893). Üeber den psychischen Mechanismus hysterische Phänomene. *Neurologische Centralblatt*, 12(4–10), 43–47.
- Fromm, E. in Shor, R. E. (1979). *Developments in Research and New Perspectives* (2. izd.). New York: Aldine Publishing Company.
- Fromm, E. in Nash, M. (1997). *Psychoanalysis and hypnosis*. Madison: International Universities Press.
- González-Ramírez, E., Carrillo-Montoya, T., García-Vega, M. L., Hart, C. E., Zavala-Norzagaray, A. A. in Ley-Quióné, C. P. (2017). Effectiveness of hypnosis therapy and Gestalt therapy as depression treatments. *Clínica y Salud*, 28(1), 33–37.
- Gravitz, M. A. (2010). Forensic Hypnosis; A Practical Approach. V D. Barrett, *Hypnosis and hypnotherapy, Vol. 1: Neuroscience, personality and cultural factors* (str. 53-76). Santa Barbara, CA: Praeger.
- Grawe, K. (2004). *Psychological Therapy*. Bern: Hogrefe & Huber Publishers.
- Green, J. P., Barabasz, A. F. Barrett, D. in Montgomery, G. H. (2005). Forging Ahead: The 2003 APA Division 30 Definition of Hypnosis. *International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis*, 53(3), 259-264.
- Green, J. P., Laurence, J. R. in Lynn, S. J. (2014). Hypnosis and psychotherapy: From Mesmer to mindfulness. *Psychology of Consciousness: Theory, Research, and Practice*, 1(2), 199-212.
- Gruzelier, J. H. (1998). A working model of the neurophysiology of hypnosis: A review of the evidence. *Contemporary Hypnosis*, 15, 3–21.
- Gruzelier, J. H. (2000). Redefining hypnosis: theory, methods and integration. *Contemporary Hypnosis*, 17, 51-70.
- Gruzelier, J. H. (2006). Frontal functions, connectivity and neural efficiency underpinning hypnosis and hypnotic susceptibility. *Contemporary Hypnosis*, 23, 15–32.
- Haley, J. (2022). *Neobičajna psihoterapija Milтона H. Ericksona*. Ljubljana: SFU Ljubljana in UMco.
- Hammerman, D. in Lenard, L. (2000). *The Complete Idiot's Guide to Reincarnation*. Indianapolis: Amaranth.

- Hammond, D. C. (2005). An integrative, multi-factor conceptualization of hypnosis. *American Journal of Clinical Hypnosis*, 48(2–3), 131–135.
- Hammond, C. (2013). *Priročnik hipnotskih sugestij in mefor* (1. in 2. del). Smlednik: Založba Jesej.
- Harrer, M. (2008). Wirkkonzepte in der Hypnosepsychotherapie. *Imagination*, 30(1), 5–37.
- Harrer, M. E. (2009). Mindfulness and the mindful therapist: possible contributions to hypnosis. *Contemporary Hypnosis*, 26(4), 234–244.
- Harford, P. M. (2010). The integrative use of EMDR and clinical hypnosis in the treatment of adults abused as children. *Journal of EMDR Practice and Research*, 4(2), 60–75.
- Heap, J. in Aravind, K. K. (2002). *Medical and Dental Hypnosis* (4. izdaja). Edinburgh: Churchill Livingstone.
- Heap, M., Brown, R. J. in Oakley, D. A. (2004). *The highly hypnotizable person: theoretical, experimental, and clinical issues*. New York: Brunner-Routledge.
- Hilgard, E. R. (1973). A neodissociation interpretation of pain reduction in hypnosis. *Psychological Review*, 80(5), 396–411.
- Hilgard, E. (1977). *Divided consciousness: Multiple controls in human thought and action*. New York: Wiley.
- Hilgard, E. in Hilgard, J. (1975). *Hypnosis in the relief of pain*. Los Altos: Kaufman.
- Hirkić, H. (2020). *Medicinska hipnoza na področju duševnega zdravlja*. Diplomsko delo. Ljubljana: Zdravstvena fakulteta Univerze v Ljubljani.
- Izquierdo, I. (1984). Endogenous state-dependency: Memory depends on the relation between the neurohumoral and hormonal states present after training at the time of testing. V G. Lynch, J. McGaugh in Weinberg (ur.), *Neurobiology of learning and memory* (str. 65-77). New York: Guilford.
- Jamieson, G. A. (2007). *Hypnosis and Conscious States: The Cognitive Neuroscience Perspective*. New York: Oxford University Press.
- Jagrič, A. (2010). *Uporaba hipnoze v socialnem delu*. Diplomsko delo. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo.
- James, W. (1890). *Principles of Psychology*. London: Macmillan.
- James, W. (1902). *The Varieties of Religious Experience: A Study in Human Nature*. New York: Longmans, Green & Co.
- Janet, P. (1889). *L'Automatisme psychologique*. Paris: Felix Alcan.
- Janet, P. (1901). *The mental state of hysteria*. New York: Putnam.
- Janet, P. (1907). *The major symptoms of hysteria*. New York: Macmillan.
- Jensen, M. P., Adachi, T., Tomé-Pires, C., Lee, J., Osman, Z. J. in Miró, J. (2015). Mechanisms of hypnosis: toward the development of a biopsychosocial model. *The International journal of clinical and experimental hypnosis*, 63(1), 34-75.
- Jensen, M. in Patterson, D. R. (2006). Hypnotic treatment of chronic pain. *Journal of Behavioral Medicine*, 29(1), 95-124.
- Jung, C. (1910). Jb. *Psychoanal. Psychopath. Forschgg.*, 11(1), 363.

- Kanitschar, H. (1995). Hypnose als Psychotherapie. *Imagination*, 17(4), 5-15.
- Kanitschar, H. (1997). Imagination in der Hypnosetherapie im Vergleich zur Kathym Imaginativen Psychotherapie. *Imagination*, 21(3), 5-36.
- Kanitschar, H. (2000). Integrative Hypnotherapy. An independent psychotherapeutic method. *Hypnos*, XXVII(1), 43-47.
- Kanitschar, H. (2005). Hypnosepsychotherapie. V H. Bartuska in dr. (ur.), *Psychotherapeutische Diagnostik. Leitlinien für den neuen Standard* (str. 117-126). Wien: Springer.
- Kanitschar, H. (2009). Hypnosepsychotherapie, ein integratives, tiefenpsychologisch fundiertes Verfahren. *Hypnose-ZHH*, 4(1+2), 1-23.
- Kazarian, S. S. (2001). *Introduction to Psychology for Law Enforcement*. Toronto: Emond Montgomery Publications.
- Keeney, B. (1983). *Aesthetics of change*. New York: The Guilford Press.
- Kepic, R. (2012). *Uporabnost hipnoze pri preiskovanju kaznivih dejanj*. Diplomsko delo. Maribor: Fakulteta za varnostne vede Univerze v Mariboru.
- Kessler, R. (2005). Treating Psychological Problems in Medical Settings: Primary Care as the De Facto Mental Health System and the Role of Hypnosis. *International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis*, 53(3), 290-305.
- Kihlstrom, J. (2003). The fox, the hedgehog, and hypnosis. *International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis*, 53, 166-189.
- Kihlstrom, J. F. (2005). Is hypnosis an altered state of consciousness or what? *Contemporary Hypnosis*, 22, 34-38.
- Kihlstrom, J. F. (2008). The domain of hypnosis, revisited. V M. R. Nash in A. J. Barnier (ur.), *Oxford handbook of hypnosis: Theory, research and practice* (str. 21-52). Oxford, England: Oxford University Press.
- Kihlstrom, J. (2013). Neuro-hypnotism: Prospects for hypnosis and neuroscience. *Cortex*, 49, 365-374.
- Kihlstrom J. F. in McConkey, K. M. (1990). William James and Hypnosis: A Centennial Reflection. *Psychological Science*, 1(3), 174-178.
- Kirsch, I. (1985). Response expectancy as a determinant of experience and behavior. *American Psychologist*, 40(11), 1189-1202.
- Kirsch, I. (1994). Clinical hypnosis as a nondeceptive placebo: Empirically derived techniques. *American Journal of Clinical Hypnosis*, 37(2), 95-106.
- Kirsch, I. (1996). Hypnosis in psychotherapy: efficacy and mechanisms. *Contemporary Hypnosis*, 13(2), 109-114.
- Kirsch, I. (1997). Response expectancy theory and application: A decennial review. *Applied & Preventive Psychology*, 6(2), 69-79.
- Kirsch, I. (2000). The Response Set Theory of Hypnosis. *American Journal of Clinical Hypnosis*, 42(3-4), 274-292.
- Kirsch, I. (2018). Response Expectancy and the Placebo Effect. *International Review of Neurobiology*, 138, 81-93.

- Kirsch, I., Cardeña, E., Derbyshire, S., Dienes, Z., Heap, M., Kallio, S., Mazzoni, G., Naish, P., Oakley, D., Potter, C., Walters, V. in Whalley, M. (2011). Definitions of hypnosis and hypnotizability and their relation to suggestion and suggestibility: A consensus statement. *Contemporary Hypnosis & Integrative Therapy*, 28(2), 107–115.
- Kirsch, I. in Lynn, S. J. (1997). Hypnotic involuntariness and the automaticity of everyday life. *American Journal of Clinical Hypnosis*, 40, 329-348.
- Kirsch, I. in Lynn, S. J. (1998). Dissociation theories of hypnosis. *Psychological Bulletin*, 123(1), 100–115.
- Kirsch, I., Montgomery, G. in Sapirstein, G. (1995). Hypnosis as an Adjunct to Cognitive-Behavioral Psychotherapy: A Meta-Analysis. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 63, 214-220.
- Kluft, R. P. (2018). Reconsidering Hypnosis and Psychoanalysis: Toward Creating a Context for Understanding, *American Journal of Clinical Hypnosis*, 60(3), 201-215.
- Kobal, L. (1997). *Doživljanje posebnih stanj zavesti v odnosu do osebnostnih lastnosti*. Diplomsko delo. Ljubljana: Oddelek za psihologijo Filozofske fakultete Univerze v Ljubljani.
- Korenjak, M. (2004). Svetovanje z nevrolingvističnim programiranjem in nevrolingvistična psihoterapija. V J. Bohak in M. Možina (ur.), *Kompetentni psihoterapevt. Zbornik prispevkov 3. študijskih dnevov Slovenske krovne zveze za psihoterapijo* (str. 30–33). Maribor: SKZP.
- Kossak, H. C. (1997). *Hypnose: Ein Lehrbuch* (3. izd.). Weinheim: Beltz – Psychologie Verlags Union.
- Kossak, H. C. (2004). *Hypnose: Lehrbuch für Psychotherapeuten und Ärzte* (4. izd.). Basel: Beltz – Psychologie Verlags Union.
- Kossak, H. C. in Zehner, G. (2011). *Hypnose beim Kinder-Zahnarzt*. Berlin: Springer.
- Kraft, D. (2016). The Relevance of Gestalt Therapy To Clinicians Who Use Hypnosis Today. *Journal of Integrative Research, Counselling and Psychotherapy*, 2(1), 1-12.
- Kravits, K. (2013). Hypnosis: adjunct therapy for cancer pain management. *Journal of the advanced practitioner in oncology*, 4(2), 83–88.
- Kroger, W. S. (2008). *Clinical and Experimental Hypnosis in Medicine, Dentistry, and Psychology*. Philadelphia: Lippincott Williams and Wilkins.
- Kuttner, L. (2009). CBT and hypnosis: the worry-bug versus the cake. *Contemporary Hypnosis*, 26, 60-64.
- Lambert, M.J. in Barley, D.E. (2001). Research summary on the therapeutic relationship and psychotherapy outcome. *Psychotherapy*, 38, 357-361.
- Landolt, A. S. in Milling, L. S. (2011). The efficacy of hypnosis as an intervention for labor and delivery pain: A comprehensive methodological review. *Clinical Psychology Review*, 31(6), 1022–1031.
- Lankton, S. (1982). The occurrence and use of trance phenomena in non-hypnotic therapies. V J. K. Zeig (ur.), *Ericksonian approaches to hypnosis and psychotherapy* (str. 132-143). New York: Brunner/Mazel.
- Lankton, S. G. in Lankton, C. (1986). *Enchantment and intervention in family therapy: A training seminar on Ericksonian approaches*. New York: Brunner/Mazel.
- Latifi, A. (2002). Hipnoza – diagnostično in psihoterapevtsko sredstvo. V J. Bohak in M. Možina (ur.), *Dialog: Zbornik prvih študijskih dnevov Slovenske krovne zveze za psihoterapijo*. (str. 38-43). Maribor: SKZP.
- Latifi, A. (2003). Kaj deluje v hipnozi. V J. Bohak in M. Možina (ur.), *Kaj deluje v*

psihoterapiji: novejše raziskave njene uspešnosti. Zbornik prispevkov 2. študijskih dnevov Slovenske krovne zveze za psihoterapijo (str. 94-98). Maribor: SKZP.

Levendula, D. (1963). Principles of Gestalttherapy in Relation to Hypnotherapy. *American Journal of Clinical Hypnosis*, 6(1), 22-26.

Lindner, R. (1944). *Rebel without a cause: The hypnoanalysis of a criminal psychopath*. New York: Grove Press, Inc.

Lindner, R. (1951). Introduction. V B. Gindes, *New concepts of hypnosis: As an adjunct to psychotherapy and medicine* (str. 1-5). Hollywood: Wilshire Book Company.

Lindner, R. (1954). *The fifty-minute hour. A collection of true psychoanalytic tales*. New York: Dell Publishing.

Lloyd, D. in Rossi, E. (1992). *Ultradian Rhythms in Life Processes: An Inquiry into Fundamental Principles of Chronobiology and Psychobiology*. New York: Springer.

Lloyd, D. in Rossi, E. (2008). *Ultradian Rhythms from Molecules to Mind: A New Vision of Life*. New York: Springer.

Loriedo, C. (2008). Systemic trances: Using hypnosis in family therapy. *Family Therapy Magazine*, 7(4), 27-30.

Loriedo, C. in Torti, C. (2010). Systemic Hypnosis With Depressed Individuals and Their Families. *International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis*, 58(2), 222-246.

Lynn, S. J., Green, J. P., Kirsch, I., Capafons, A., Lilienfeld, S. O., Laurence, J. R. in Montgomery, G. H. (2015). Grounding Hypnosis in Science: The "New" APA Division 30 Definition of Hypnosis as a Step Backward. *Am J Clin Hypn.*, 57(4), 390-401.

Lynn, S. J. in Hallquist, M. N. (2004). Toward a Scientifically Based Understanding of Milton H. Erickson's Strategies and Tactics: Hypnosis, Response Sets and Common Factors in Psychotherapy. *Contemporary Hypnosis*, 21(2), 63-78.

Lynn, S. J. in Kirsch, I. (2006). *Essentials of Clinical Hypnosis: An Evidence-Based Approach*. Washington: APA.

Lynn, S., Kirsch, I., Barabasz, A., Cardeña, E. in Patterson, D. (2000). Hypnosis as an empirically supported clinical intervention: The state of the evidence and a look to the future. *International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis*, 48, 239-259.

Lynn, S. J., Laurence, J. in Kirsch, I. (2015). Hypnosis, suggestion, and suggestibility: An integrative model. *American Journal Of Clinical Hypnosis*, 57(3), 314-329.

Lynn, S. in Rhue, J. W. (1991). *Theories of Hypnosis: Current Models and Perspectives*. New York: Guilford Press.

Lynn, S. J. in Sherman, S. J. (2000). The clinical importance of sociocognitive models of hypnosis: response set theory and Milton Erickson's strategic interventions. *Am J Clin Hypn.*, 42(3-4), 294-315.

Maeschalck, C. L., Prescott, D. S. in Miller, S. D. (2019). Feedback informed treatment. V Norcross, J. C. in Goldfried, M. R. (ur.). *Handbook of psychotherapy integration* (str. 105-122). New York: Oxford.

Matthews, W. J., Conti, J. in Starr, L. (1998). Ericksonian hypnosis: a review of the empirical data. V W. J. Matthews in J. H. Edgette (ur.), *Current Thinking and Research in Brief Therapy: Solutions, Strategies, Narratives* (str. 239-64). Philadelphia: Brunner/Mazel.

McGaugh, J. (1983). Preserving the presence of the past: Hormonal influences on memory storage. *American Psychologist*, 38(2), 161-173.

McNeal, S. A. (2001). EMDR and Hypnosis in the Treatment of Phobias. *American Journal of Clinical Hypnosis*, 43(3-4), 263-274.

Mendoza, M. E., Capafons, A., Gralow, J. R., Syrjala, K. L., Suárez-Rodríguez, J. M., Fann, J. R. in Jensen, M. P. (2017). Randomized controlled trial of the Valencia model of waking hypnosis plus CBT for pain, fatigue, and sleep management in patients with cancer and cancer survivors. *Psycho-Oncology*, 26(11), 1832-1838.

Messer, S. B. in Wampold, B. E. (2006). Let's face facts: Common factors are more potent than specific therapy ingredients. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 9(1), 21-25.

Michael, R. B., Garry, M. in Kirsch, I. (2012). Suggestion, Cognition, and Behaviour. *Current Directions in Psychological Science*, 21(3), 151-156.

Milburn, M.C. (2011). Cognitive-Behavior Therapy and Change: Unconditional Self Acceptance and Hypnosis in CBT. *J Rat-Emo Cognitive-Behav Ther*, 29, 177-191.

Milling, L. S., Valentine, K. E., McCarley, H. S. in LoStimolo, L. M. (2018). A meta-analysis of hypnotic interventions for depression symptoms: High hopes for hypnosis? *American Journal of Clinical Hypnosis*, 61(3), 227-243.

Montgomery, G. H., David, D., Winkel, G., Silverstein, J. H. in Bovbjerg, D. H. (2002). The effectiveness of adjunctive hypnosis with surgical patients: A meta-analysis. *Anesthesia & Analgesia*, 94, 1639-1645.

Mordeniz, C. (2020). Hypnosis and Hypnotherapy: Emerging of Science-Based Hypnosis. Pridobljeno 29.12.2021 s spletne strani: <https://www.intechopen.com/chapters/74034>.

Možina, M. (2010). Za psihoterapijo kot samostojen poklic : kaj se dogaja v Evropi? *Kairos - Slovenska revija za psihoterapijo*, 4(3/4), 63-104.

Možina, M. (2020a). Psihoterapija brez diagnoz in njen prispevek k družbeni pravičnosti: V spomin Grahamu Barnesu (1936-2020). *Kairos – Slovenska revija za psihoterapijo*, 14(3-4), 259-315.

Možina, M. (2020b). Zgodnja leta ptiča Dodo: Razvoj teorije skupnih dejavnikov od Rosenzweiga do Frankove kontekstualnega modela. *Kairos - Slovenska revija za psihoterapijo*, 14(3-4), 15-60.

Možina, M. (2021a). Analogna k rešitvi usmerjena supervizija Petra Nemetschka s srcem, rokami in razumom. V K. Theuretzbacher in P. Nemetschek, *Kovčing in sistemska supervizija s srcem, rokami in razumom: Na delovanje usmerjen pristop, razvijanje sistemov* (str. 259-304). Ljubljana: Sigmund Freud University Press.

Možina, M. (2021b). Mladostniška in odrasla leta ptiča Dodo: razvoj teorije skupnih dejavnikov od prvih metaanaliz do Schiepkovega sinergetičnega nelinearnega dinamičnega modela. *Kairos – Slovenska revija za psihoterapijo*, 15(1-2), 57-149.

Možina, M. (2022). *Mozart človeške komunikacije: Biografija neobičajnega psihiatra in psihoterapevta Milтона Hylanda Ericksona (1901-1980)*. Ljubljana: SFU Ljubljana in UMco.

Možina, M. in Bohak, J. (2008). Na poti k slovenskemu zakonu o psihoterapevtski dejavnosti. *Kairos - Slovenska revija za psihoterapijo*, 2(3-4), 119-142.

Možina, M. in Bonač, M. (2000). Vem, da ne veš, da veš: Kako se učimo v superviziji za mentorje prostovoljnega dela z otroki. V T. Martelanc in T. Samec (ur.), *Prostovoljno delo včeraj, danes, jutri* (str. 75-84). Ljubljana: Slovenska filantropija, Združenje za promocijo prostovoljstva.

Možina, M. in Cvetko B. (2012). Hipnoza v terapevtskem delu z otroki in mladostniki ter uporabnost hipnoze v osnovnih šolah: intervju s psihoterapevtom Miranom Možino v Ljubljani, 8. marca 2012. *Kairos – Slovenska revija za psihoterapijo*, 6(1–2), 117–124.

Možina, M., Flajs, T. in Kotnik, R. (2019). Standardi psihoterapevtske dejavnosti in psihoterapevtskega izobraževanja. *Kairos - Slovenska revija za psihoterapijo*, 13(3-4), 365-411.

Možina, M., Flajs, T., Jerebic, D., Kosovel, I., Kranjc Jakša, U. in Rakovec, P. (2018). Čas za zakon je dozorel: O novostih glede normativne ureditve psihoterapije in psihosocialnega svetovanja v Sloveniji. *Kairos – Slovenska revija za psihoterapijo*, 12(3-4), 7-39.

Možina, M. in Hus, I. (2017). Hipnoza ni nič magičnega ali nadnaravnega: intervju z Miranom Možino. *Kairos – Slovenska revija za psihoterapijo*, 11(1–2), 239–250.

Možina, M. in Latini, A. (2016). Hipnoanaliza in hipnopsihoterapija kot dialoški praksi. *Kairos – Slovenska revija za psihoterapijo*, 10(3–4), 163–191.

Možina, M. in Rebolj, A. B. (2020). Od k rešitvi usmerjenega modela kratkotrajne psihoterapije do namerne prakse za doseganje psihoterapevtske odličnosti. V I. K. Berg in S. D. Miller, *K rešitvi usmerjena psihoterapija: Kako pomagati zasvojenim z alkoholom* (str. 315–439). Ljubljana: UMco in Fakulteta za psihoterapevtsko znanost Univerze Sigmunda Freuda v Ljubljani.

Nash, M. R. (2000). The status of hypnosis as an empirically validated clinical intervention: A preamble to the Special Issue. *International Journal of Clinical and Empirical Hypnosis*, 48, 107-112.

Nash, M. R. in Barnier, A. J. (2008). *The Oxford Handbook of Hypnosis: Theory, Research, and Practice*. Oxford: Oxford University Press.

Nemetschek, P. (2003). »Ko bom velik-a!« Vsakdanji trans in družinsko terapevtsko delo z otroki in starši. V J. Bohak in M. Možina (ur.), *Kaj deluje v psihoterapiji: novejšje raziskave njene uspešnosti. Zbornik prispevkov 2. študijskih dnevov Slovenske krovne zveze za psihoterapijo* (str. 181–200). Maribor: SKZP.

Nemetschek, P. (2016). *Sistemska družinska terapija z otroki, mladostniki in starši: Model reke življenja in analogne metode*. Ljubljana: Sigmund Freud University Press Ljubljana.

Néron, S. in Stephenson, R. (2007). Effectiveness of hypnotherapy with cancer patients' trajectory: Emesis, acute pain, and analgesia and anxiolysis in procedures. *International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis*, 55(3), 336–352.

Newton, M. (2004). *Life between lives: Hypnotherapy for spiritual regression*. Woodbury: Llewellyn Publications.

Norman, D. A. in Shallice, T. (1986). Attention to action: Willed and automatic control of behavior. V R. J. Davidson, G. E. Schwartz in D. Shapiro (ur.), *Consciousness and self-regulation* (Vol. 4, str. 1- 18). New York: Plenum Press.

Oakley, D. A. (1999). Hypnosis and consciousness: A structural model. *Contemporary Hypnosis*, 16, 215-223.

Oakley, D. A. (2008). Hypnosis, trance and suggestion: evidence from neuroimaging. V M. R. Nash in A. Barnier (ur.), *The Oxford handbook of hypnosis: Theory, research and practice* (str. 365-392). Oxford: Oxford University Press.

Oakley, D. A. in Halligan, P. W. (2010). Psychophysiological foundations of hypnosis and suggestion. V S. J. Lynn, J. W. Rhue in I. Kirsch (ur.), *Handbook of clinical hypnosis*. (str. 79-119). Washington: American Psychological Association.

- O'Connor, J. in Seymour, J. (1996). *Spretnosti sporazumevanja in vplivanja: Uvod v nevrolingvistično programiranje*. Žalec: Založba Sledi.
- O'Hanlon, W. H. in Martin, M. (1992). *Solution-Oriented Hypnosis: An Ericksonian Approach*. New York: Norton.
- Overton, D. (1968). Dissociated learning in drug states (state-dependent learning). V D. Overton, D. (1972). State-dependent learning produced by alcohol and its relevance to alcoholism. V B. Kissen in H. Begleiter (ur.), *The biology of alcoholism. Vol. II. Physiology and behavior* (pp. 193-217). New York: Plenum.
- Overton, D. (1973). State-dependent learning produced by addicting drugs. V S. Fisher in A. Freedman (ur.), *Opiate addiction: Origins and treatment* (str. 61-75). Washington: Winston.
- Overton, D. (1978). Major theories of state-dependent learning. V B. Ho, D. Richards in D. Chute (ur.), *Drug discrimination and state-dependent learning* (str. 283-318). New York: Academic Press.
- Pajntar, M. (1966). Porod v hipnozi. *Proteus*, 29(2), 54-55.
- Pajntar, M. (2002). Hipnoza v medicinski praksi. V K. Urbančič, D. Klemenc D (ur.), *Spoznajmo komplementarno in naravno zdravilstvo tudi v zdravstveni negi: zbornik člankov s strokovnega srečanja - 1. simpozija Društva medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov Ljubljana, Kranjska gora, 4. decembra 2002* (str. 212-217). Ljubljana: Društvo medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov.
- Pajntar, M. (2007). Hipnoza kot metoda analgezije v porodništvu. V M. Cesar-Komar, J. Pirc in E. Kožar (ur.), *Akutna bolečina: zbornik predavanj* (str. 100-103). Maribor: SZZB - Slovensko združenje za zdravljenje bolečine.
- Pajntar, M. (2008). Hipnoterapija danes. *Isis (Ljubl.)*, 17(2), 73-76.
- Pajntar, M., Areh, I. in Možina, M. (2013). Ali je hipnoza učinkovita pri zdravljenju telesnih in duševnih težav? *Kairos – Slovenska revija za psihoterapijo*, 7(1-2), 19-31.
- Parker, J. N. in Parker, P. M. (2003). *Hypnosis: A medical dictionary, bibliography and annotated research guide to internet references*. San Diego: ICON Health Publications.
- Pintar, J. in Lynn, S. (2008). *Hypnosis: A Brief History*. Chicester: J. Wiley-Blackwell.
- Rank, O. (1924/1952). *The trauma of birth*. New York: R. Brunner.
- Ray, W. J. (2007). The experience of agency and hypnosis from an evolutionary perspective. V G. A. Jamieson (ur.), *Hypnosis and Conscious States: The Cognitive Neuroscience Perspective* (str. 223-240). New York: Oxford University Press.
- Revenstorf, D. (2006). Expertise zur Beurteilung der wissenschaftlichen Evidenz des Psychotherapieverfahrens Hypnotherapie entsprechend den Kriterien des Wissenschaftlichen Beirats Psychotherapie. *Hypnose - Zeitschrift für Hypnose und Hypnotherapie*, 1(1+2), 7-164.
- Revenstorf, D. in Peter, B. (2015). *Hypnose in Psychotherapie, Psychosomatik und Medizin. Manual für die Praxis* (3. izd.). Berlin: Springer.
- Rojšek, J. (1997). Hipnoza v psihoterapiji adolescentov. *Psihološka obzorja*, 6(1/2).
- Rosen, S. (1982). *My Voice Will Go with You: The Teaching Tales of Milton H. Erickson*. New York: Norton.
- Rossi, E. (1972/1985). *Dreams and the growth of personality: Expanding awareness in psychotherapy* (2. izd.). New York: Brunner/Mazel.

- Rossi, E. (1973/1980). Psychological shocks and creative moments in psychotherapy. V E. Rossi (ur.), *The collected papers of Milton H. Erickson on hypnosis. IV. Innovative hypnotherapy* (str. 447-463). New York: Irvington.
- Rossi, E. (1981). Hypnotist describes natural rhythms of trance readiness. *Brain/Mind Bulletin*, March, 1.
- Rossi, E. (1982). Hypnosis and ultradian cycles: A new state(s) theory of hypnosis? *The American Journal of Clinical Hypnosis*, 25, 21-32.
- Rossi, E. L. (1986). *The Psychobiology of Mind-Body Healing: New Concepts of Therapeutic Hypnosis*. London: Norton.
- Rossi, E. (2001). The Deep Psychobiology of Psychotherapy. V R. Corsini (ed.), *Handbook of Innovative Therapy* (2.izd.) (str. 155-165). New York: Wiley.
- Rossi, E. (2002). *The Psychobiology of Gene Expression: Neuroscience and neurogenesis in hypnosis and healing arts*. New York: Norton.
- Rossi, E. L. (2005). Let's Be Honest with Ourselves and Transparent with the Public. *American Journal of Clinical Hypnosis*, 48(2-3), 127-129.
- Rossi, E. (2007). *The Breakout Heuristic: The New Neuroscience of Mirror Neurons, Consciousness & Psychotherapy*. Phoenix: The MHE Foundation Press.
- Rossi, E. L. in Cheek, D. B. (1988). *Mind-Body Therapy*. New York: Norton.
- Rossi, E. L. in Lippincott, B. M. (1992). The Wave Nature of Being: Ultradian Rhythms and Mind-Body Communication. V D. Lloyd in E. Rossi (ur.), *Ultradian Rhythms in Life Processes: An Inquiry into Fundamental Principles of Chronobiology and Psychobiology* (str. 371-402). New York: Springer-Verlag.
- Rossi, E. L. in Nimmons, D. (1995). *20 Minuten Pause: Wie seelischen und körperlichen Zusammenbruch verhindern können*. Paderborn: Junfermann.
- Rossi, E. in Rossi, K. L. (2008). *The New Neuroscience of Psychotherapy, Therapeutic Hypnosis & Rehabilitation: A Creative Dialogue with our Genes*. Los Osos: Rossi and Rossi.
- Rossi, E. L. in Ryan, M. O. (1985). *Life Reframing in Hypnosis: The Seminars, Workshops and Lectures of Milton H. Erickson* (2. del). New York: Irvington.
- Rossi, E. L. in Ryan, M. O. (1986). *Mind-Body Communication in Hypnosis: The Seminars, Workshops and Lectures of Milton H. Erickson* (3. del). New York: Irvington.
- Sachsse, U. (2004). *Traumazentrierte Psychotherapie: Theorie, Klinik und Praxis*. Stuttgart: Schattauer.
- Sapp, (2014). *Hypnosis, dissociation, and absorption* (2. izd.). Springfield: Charles C Thomas Publishers, Ltd.
- Sarbin, T. R. (1950). Contributions to role-taking theory: I. Hypnotic behavior. *Psychological Review*, 57(5), 255-270.
- Rotaru, T. Ş. in Rusu, A. (2016). A Meta-Analysis for the Efficacy of Hypnotherapy in Alleviating PTSD Symptoms. *Int J Clin Exp Hypn.*, 64(1),116-36.
- Sanchez-Armass, O. (2015). A Defining Moment: Commentary on the Revised APA Division 30 Definition of Hypnosis. *American Journal of Clinical Hypnosis*, 57(4), 445-447.
- Selavan, A. Hypnosis and Transactional Analysis Theory. *The American Journal of Clinical Hypnosis*, 17(4), 260-262.

Sell, C., Mölller, H. in Taubner, S. (2017). Katathym Imaginative Psychotherapie und Hypnose-Psychotherapie Symptomreduktion und Prädiktoren des Behandlungserfolgs. *Psychotherapeut*, 62, 547-559.

Sell, C., Schöpfer-Mader, E., Brömmel, B, in Mölller, H. (2017). Behandlungstechnik in Katathym Imaginativer Psychotherapie, Hypnosepsychotherapie und Autogener Psychotherapie: Die Therapeutenversion der „Prozessskala für imaginations- und trancebasierte tiefenpsychologische Methoden“ (PIT). *Psychotherapie Forum*, 22, 113-126.

Shenefelt, P. D. (2002). Complementary psychotherapy in dermatology: hypnosis and biofeedback. *Clinics in Dermatology*, 20(5), 595-601.

Shors, T., Weiss, C in Thompson, R. (1992). Stress-induced facilitation of classical conditioning. *Science*, 257, 537-539.

Short, D. (2017). *Principles and Core Competencies of Ericksonian Therapy: Research and Teaching Manual*. Phoenix: The Milton H. Erickson Foundation in The Milton H. Erickson Institute of Phoenix. Pridobljeno 20.12.2021 s spletne strani: https://www.erickson-foundation.org/download/core_competencies/Core-Competencies-Manual-R-2019.pdf.

Short, D., Erickson, B. A. in Erickson, R. (2006). *Hope & Resiliency: Understanding the Psychotherapeutic Strategies of Milton H. Erickson, MD*. Norwalk: Crown House Publishing Limited.

Simonton, C., Matthews - Simonton, S. in Creighton, J. (1988). *Ozdraveti – kako preseči bolezni z lastnimi močmi: Priročnik za bolnike z rakom in njihove svojce*. Ljubljana: DZS.

Soedarmadji, B Jais, S. M. in Jusoh, A. J. (2018). A Review of Hypnocounseling Techniques: A Strategies from Gestalt Perspective to Enhance Counseling Practices. *J. Soc. Sci. Hum. Stud.*, 4(1), 15-23.

Soršak, S. (1998). Vloga hipnoze v psihoterapiji. *Psihološka obzorja*, 7(1), 109-115.

Soršak, S. (2013). *Hipnoterapija v svetovalnem delu*. Maribor: Svetovalni center za otroke, mladostnike in starše.

Spanos, N. P. (1986). Hypnotic behavior: A social-psychological interpretation of amnesia, analgesia, and "trance logic". *Behavioral and Brain Sciences*, 9, 449–502.

Spanos, N. P. (1991). A sociocognitive approach to hypnosis. V S. J. Lynn in J. W. Rhue (ur.), *Theories of Hypnosis: Current Models and Perspectives* (str. 324-361). New York: Guilford Press.

Spanos, N. P. in Chaves, J. F. (1989). *Hypnosis: The cognitive-behavioral perspective*. New York: Prometheus Books.

Spiegel, H. in Greenleaf, M. (2005). Commentary: Defining Hypnosis. *American Journal of Clinical Hypnosis*, 48(2-3), 111-116.

Spiegel, E. B., Baker, E. L., Daitch, C., Diamond, M. J. in Phillips, M. (2019). Hypnosis and The Therapeutic Relationship: Relational Factors of Hypnosis in Psychotherapy. *American Journal of Clinical Hypnosis*, 62(1-2), 118-137.

Stewart, J. (2005). Hypnosis in contemporary medicine. *Mayo Clinic Proceedings*, 80, 511–524.

Šugman Bohinc, L. (2000). *Kibernetika konverzacije – o spreminjanju razumevanja sebe in drugega skozi razgovor*. Doktorsko delo. Ljubljana: Oddelek za psihologijo Filozofske fakultete Univerze v Ljubljani.

- Šugman Bohinc, L. (2003). Pripovedovanje zgodb v socialnem svetovanju in psihoterapiji. *Socialno delo*, 42(6), 377-383.
- Tefikow, S., Barth, J., Maichrowitz, S., Beelmann, A., Strauss, B. in Rosendahl, J. (2013). Efficacy of hypnosis in adults undergoing surgery or medical procedures: A meta-analysis of randomized controlled trials. *Clinical Psychology Review*, 33(5), 623–636.
- Terhune, D. B. (2012). Metacognition and Cold Control in Hypnosis. *The Journal of Mind-Body Regulation*, 2(1), 75-79.
- Theuretzbacher, K. in Nemetschek, P. (2021). *Kovčing in sistemska supervizija s srcem, rokami in razumom: Na delovanje usmerjen pristop, razvijanje sistemov*. Ljubljana: Sigmund Freud University Press.
- Tušak, M. (2009). S hipnozo do samozavesti. Pridobljeno 29.12.2021 s spletne strani: <http://www.viva.si/Psihologija-in-odnosi/3877/S-hipnozo-do-samozavesti?index=2>.
- Vanhaudenhuyse, A., Laureys, S. in Faymonville, M. E. (2014). Neurophysiology of hypnosis. *Neurophysiologie Clinique/Clinical Neurophysiology*, 44(4), 343-353.
- Verbnik, Š. (2017). *Hipnoza v psihoterapiji*. Zaključna naloga. Fakulteta za matematiko, naravoslovje in informacijske tehnologije Univerze na Primorskem.
- Wade, T. C. in Wade, D. K. (2001). Integrative psychotherapy: combining ego-state therapy, clinical hypnosis, and eye movement desensitization and reprocessing (EMDR) in a psychosocial developmental context. *Am J Clin Hypn.* 43(3-4), 233-45.
- Wagstaff, G. (1998). The semantics and physiology of hypnosis as an altered state: Towards a definition of hypnosis. *Contemporary Hypnosis*, 15, 149–65.
- Wais, K. in Revenstorf, D. (2008). Metaanalyse zur Wirksamkeit der Hypnotherapie: 11 kontrollierte Studien zu verschiedenen Störungen. *Hypnose-ZHH*, 3(1-2), 57-68.
- Wampold, B. (2011). Qualities and actions of effective therapists American Psychological Association, Washington. Pridobljeno 20.8.2020 s spletne strani: https://nanopdf.com/download/qualities-and-actions-of-effective-therapists_pdf.
- Wampold, B. E. in Imel, Z. E. (2015). *The great psychotherapy debate: The evidence for what makes psychotherapy work*. New York, NY: Routledge.
- Webber, W. (2020). The Devil's Therapy. Hypnosis Practitioner's Essential Guide to Effective Regression Hypnotherapy. Pridobljeno 29.12.2021 s spletne strani: <https://book4you.org/book/11004141/ece772>.
- Werntz, D. A., Bickford, R. G., Bloom, F. E. in Shannahoff-Khalsa, D. S. (1983). Alternating cerebral hemispheric activity and the lateralization of autonomic nervous function. *Hum Neurobiol*, 2, 39-43.
- Wickramasekera, I. E. II. (2013). Hypnosis and transpersonal psychology: Answering the call within. V H. L. Friedman in G. Hartelius (ur.), *The Wiley-Blackwell handbook of transpersonal psychology* (str. 492–511). Hoboken: Wiley Blackwell.
- Winsor, R. M. (1993). Hypnosis – A Neglected Tool for Client Empowerment. *Social Work*, 38(5), 603-608.
- Wolberg, L. R. (1964). *Hypnoanalysis*. New York: Grune & Stratton.
- Woody, E. Z. in Bowers, K. S. (1994). A frontal assault on dissociated control. V S. J. Lynn in J. W. Rhue (Eds.), *Dissociation: Clinical and theoretical perspectives* (str. 52–79). New York: The Guilford Press.

- Woody, E. in Sadler, P. (1998). On reintegrating dissociated theories: Comment on Kirsch and Lynn. *Psychological Bulletin*, 123, 192-7.
- Woody, E. in Sadler, P. (2005). Some polite applause for the 2003 APA Division 30 definition of hypnosis. *Am J Clin Hypn.*, 48(2-3), 99-106.
- Yapko, M. D. (2005). Some Comments regarding the Division 30 Definition of Hypnosis. *American Journal of Clinical Hypnosis*, 48(2-3), 107-110.
- Yapko, M. D. (2011). *Mindfulness and hypnosis: The power of suggestion to transform experience*. New York: Norton.
- Yapko, M. D. (2012). *Trancework* (4. izdaja). New York: Routledge.
- Yapko, M. D. (2015). *Essentials of Hypnosis*. New York: Routledge.
- Zeig, J. in Gilligan, S. (1990). *Brief Therapy: Myths, Methods, and Metaphor*. New York: Brunner/Mazel.
- Zornetzer, S. (1978). Neurotransmitter modulation and memory: A new neuropharmacological phrenology? V M. Lipton, A. di Mascio in K. Killam (ur.), *Psychopharmacology: A generation of progress*. New York: Raven Press.