

# Содержание

<b>ПРЕДИСЛОВИЕ</b> .....	5
<b>ЗАМЕЧАНИЯ РЕДАКТОРА-СОСТАВИТЕЛЯ</b> .....	8
<b>1. ИЗМЕНЕНИЕ БЕССОЗНАТЕЛЬНОГО</b> .....	13
Внутрипсихические изменения.....	17
Интерпретации психотерапевтических подходов Эриксона.....	20
Применение обучающих историй в психотерапии.....	22
Порочное удовольствие.....	24
<b>2. МОТИВИРУЮЩИЕ ИСТОРИИ</b> .....	33
Научитесь вставать.....	34
К утру мальчик будет мертв.....	38
Расширение.....	40
Ссоры.....	41
<b>3. ДОВЕРЯЙТЕ БЕССОЗНАТЕЛЬНОМУ</b> .....	43
Я бы научился многому.....	43
Нарвал.....	43
Легкий снег.....	44
Он будет говорить.....	44
Как почесать свинью.....	45
Семь «звездочек».....	46
Любопытная.....	49
Профессор Родригес.....	51
Хью Дак, Дьюи Дак и Луи Дак.....	53
Вдоль по улице.....	54
Автоматическое письмо.....	56
Трансы у народа Бали.....	58
<b>4. КОСВЕННОЕ ВДУШЕНИЕ</b> .....	60
Буквальность восприятия в гипнозе.....	60
Апельсины.....	62
В обход сопротивления.....	64
Кактусы.....	65
Соревнование.....	66
Оргазм во сне.....	67
Симулированный транс.....	69
Вы тоже это слышите!.....	70
Заболевания кожи.....	71
«Само» — гипноз.....	72
Обследование.....	73
Катлин: лечение фобии.....	74
<b>5. ПРЕОДОЛЕНИЕ ПРИВЫЧНЫХ ОГРАНИЧЕНИЙ</b> .....	82
Камни и квантовая механика.....	83
Как пройти из комнаты в комнату.....	84

Я всегда побеждаю на Олимпийских играх.....	85
Дональд Лоуренс и золотая медаль.....	85
Эрикссон переключается на тему игры в гольф.....	87
Тренировка американских стрелков для победы над русскими.....	89
Цветная вспышка.....	91
По скользкому льду.....	93
Индейцы Тарахумара.....	95
Сухие кровати.....	95
Блестящий галстук.....	100
Грех.....	101
Похудеть — пополнеть — похудеть.....	106
Путь к дисте через пресыщение.....	108
Осмотр достопримечательностей.....	109
Ваш алкоголик должен быть искренним.....	111
Дружественный развод.....	112
Начните катить снежный ком.....	115
Клаустрофобия.....	116
Пределом являются звезды.....	117
Кровь на клавишах.....	119
<b>6. ПЕРЕСТРУКТУРИРОВАНИЕ.....</b>	<b>124</b>
Стиль.....	125
Увеличение значительности.....	125
Девушка, которую легче всего совратить.....	126
Пройдите милю.....	130
«Шрапнель».....	131
Коричневое Лицо.....	133
Псориаз.....	135
Ни единой эрекции.....	137
Соси, соси, соси.....	139
<b>7. ОБУЧЕНИЕ НА ОПЫТЕ.....</b>	<b>142</b>
Что значит быть шестилетним.....	142
Сновидения.....	142
Плавание.....	143
Попробуйте на вкус.....	145
<b>8. ПРИНЯТИЕ ТЯГОТ ЖИЗНИ.....</b>	<b>147</b>
О смерти и умирании.....	147
Мне нужна пара.....	150
Расхождения во мнениях.....	151
Как она прокладывала свой путь в колледже.....	152
Кирпич Пирсона.....	154
Мозоли.....	156
<b>9. СМОТРЕТЬ СВЕЖИМ ВЗГЛЯДОМ.....</b>	<b>157</b>
Думать, как дети.....	158
Призрачный Роджер.....	159
Зачем вы носите эту трость!.....	159
Волшебные представления.....	160

<b>10. НАБЛЮДАЙТЕ: ЗАМЕЧАЙТЕ РАЗЛИЧИЯ</b> .....	161
Подходящий психиатр.....	161
Как вы будете тестировать двухлетнего ребенка?.....	163
Детское питание «Паблум».....	163
Сколько существует разных способов?.....	164
Иной оттенок зеленого.....	165
За границей.....	166
Чихание.....	168
Магия, сверхъестественное и экстрасенсорное восприятие.....	170
Предсказатели будущего.....	171
Чтение мыслей.....	172
Фокусы.....	173
Эксперимент по экстрасенсорике с Джозефом Бэнксом Райаном.....	174
Карточный фокус.....	175
<b>11. ЛЕЧЕНИЕ БОЛЬНЫХ ПСИХОЗАМИ</b> .....	176
Наизнанку.....	176
Больной, который стоял.....	177
Два Иисуса Христа.....	178
Герберт.....	180
<b>12. МАНИПУЛЯЦИЯ И ОРИЕНТАЦИЯ НА БУДУЩЕЕ</b> .....	189
Манипуляция.....	191
Берт и какао.....	192
Авторизация.....	194
Долорес.....	195
Как сделать так, чтобы Джефт позвонил.....	196
Что вы станете делать, если я вам вдарю!.....	198
Такса и немецкая овчарка.....	199
Разорвите привычный круг.....	200
Ланс и Куки.....	201
Мы, калеки.....	203
Чистый лист бумаги.....	205
Руфь.....	206
Приветствие.....	208
«Глобус истерикус».....	210
Овес.....	212
Рост.....	213
<b>13. ОБУЧЕНИЕ ЦЕННОСТЯМ И САМОДИСЦИПЛИНЕ</b> .....	214
«Я не обязана».....	214
Мусор.....	216
Хейди-Хо, шестилетняя kleптоманка.....	217
Пасхальные волшебные письма.....	219
Роберт хорошо с этим справляется.....	220
Субботние занятия по воскресеньям.....	224
Джил и ее собственный стиль.....	225
Шлепки.....	226
Хлопни дверью.....	227