



國立中山大學資訊工程學系

804 高雄市鼓山區蓮海路 70 號
(07)525-2000 轉 4301, 4302, 4303



【主題】106 學年度第 2 學期資工系每週演講心得分享(15)

【TITLE】2nd semester of the 106th academic year, CSE weekly speech notes 15

【日期/時間】107 年 6 月 15 日(星期五)，14:10~15:40

【DATE / TIME】June 25, 2018 (Fri.) 14:10 ~ 15:40

【主講人】陳 妙 臨床心理師 / 宇智心理治療所

【SPEAKER】Chen, Miao / Cosmic Psychological Clinic

【講題】未曾遺落的影像記憶--在催眠中遇見我自己

【TOPIC】Memory Never Miss What You Undergone: Meet Love with Yourself in Hypnosis.

【摘要】凡走過必留痕跡，你的記憶未曾遺落蛛絲馬跡，而催眠的神奇在於它能让你的記憶無所遁形，包括壓抑了的情緒、遺忘了的苦惱、以及感受不到的愛；催眠是一種很美的治療方法，它讓你在潛意識裡遇見自己的神祕。

【ABSTRACT】Memory never missing what you undergone , and the magic of hypnosis is that it can make your memory awaken, including suppressed emotions, forgotten distress, and insensible of being loved. It is a beautiful treatment of psychology, it allows you to meet your own mystery in the subconscious.





國立中山大學資訊工程學系

804 高雄市鼓山區蓮海路 70 號
(07)525-2000 轉 4301, 4302, 4303



【心得分享】

◎黃士恩（國立中山大學資訊工程學系碩士班二年級，類比混合電路設計實驗室）

今天系上邀請到陳妙臨床心理師介紹催眠應用於心理治療的發展情形，同時也分享了她的輔導及成功治療的經驗。

催眠的歷史非常久遠，用途也相當廣泛，算是一種對自身或他人腦部的暗示或引導，包括言語、環境等，都可以有一定程度的催眠，最常見的例子就是用在醫療，許多心身疾病的主要根源是來自於精神壓力，而催眠是精神科裡一種有效的治療方法，例如憂鬱症的治療、協助戒菸、改善睡眠品質、解除心理壓力，及信心重建等等，但是這種對於他人腦部暗示的方法，除了需要專業的技術外，也需要彼此的信任，陳妙老師給人第一印象就非常有親和力，讓人容易與她建立信任感。



陳妙老師分享了中、西醫無法醫治，但卻能以催眠方式治療的成功案例，老師透過讓人放鬆治療失眠、透過喚起兒時記憶改善了親子關係，還有經由前世記憶解釋並解決現世無法解釋的狀態或情緒，藉由「催眠」找出沈藏在潛意識中的情緒，或許是悲苦，或許是恐懼，亦或是肉體曾經的不適，也有是曾經的愛、寵，當潛意識中的這些情緒被再度喚起時，老師再以其專業的心理輔導技能，為輔導個案們解開潛藏的情緒或喚起曾經被疼愛的記憶而解開現在的「結」。老師也有教導以心念的力量改善了肢障者的身體自控能力的輔導案例，有很多事情科學無法解釋，但是它確實存在。



國立中山大學資訊工程學系

804 高雄市鼓山區蓮海路 70 號
(07)525-2000 轉 4301, 4302, 4303

聽完今天的演講，我得到很多以前不知道的知識，讓我受益匪淺，也建議同學們如果有任何壓力無從釋放時，可以尋求心理師諮詢，千萬別悶在心裡，學校學務處也有提供這方面資源，而且不需要收取費用，希望每位同學都能在快樂的環境下學習。

◎陳柏憲（國立中山大學資訊工程學系碩士班二年級，平行處理實驗室）



講者一開場便問我們是否還留有 5 歲以前的記憶，藉此說明絕大多數人之所以不記得小時候的事務，是因為小時候邏輯推理模式跟長大後是不同的。接著提到許多曾經發生過的事情並不會消逝，雖然我們不記得了，而它其實是被我們埋在記憶的最深處，即潛意識中，這一點也證明了所有事情凡走過必留下痕跡。

接著她說明前意識及潛意識的差異；前意識是可以透過集中注意力而回想起來的記憶，它介於意識及潛意識之間，好比平時睡覺作夢一般，實際上我們沒有發生過夢中那些事情，但透過仔細回想，我們確實能夠回想起部分內容；而沈入潛意識中的記憶則是我們很難回想起的事情，但透過催眠我們可以更進一步探索未知的潛意識，進入潛意識搜索深層的壓抑、創傷及愛惡。

講者也分享了她的親身催眠治療心理及生理疾病的經驗，並提到若是透過就醫仍無法解決的惱人宿疾，可以嚐試催眠探索的方式，讓人深入了解問題的起因跟緣由，進而尋求解決問題的方法。

陳妙老師還介紹了近年催眠治療的現代化學術研究情形，並介紹了一些可供有興趣瞭解者閱讀的書籍。演講的最後老師帶領大家實際體驗心念意識可以如何控制自己的身體，並藉此告訴所有同學正向念力的重要，鼓勵同學們要有快樂、正向的心念期許自己快樂充實的學習及順利的完成學位論文。

今天，這堂課，是充實的一堂課！

單位：國立中山大學資訊工程學系
聯絡人：吳秀珍行政助理、黃莉萍行政助理
聯絡電話：(07)5252000 分機 4301、4303