

Program for Kurser i Klinisk Hypnose & Kognitiv Hypnoterapi

v/ Psykolog Lone Kærvang, Hypnoterapeut og Specialist & Supervisor i Psykoterapi

Modul 1: Grundkursus i Klinisk Hypnose.

Formål: at deltagerne tilegner sig grundlæggende viden om klinisk hypnose, og lærer at inducere trancetilstand.

Dag 1

Morgen: Velkomst & præsentation.

Hvad er hypnose og virker det? Oplæg om hypnosens historie, og om forskningsresultater.

Demonstration af hypnotisk tilstand (gr. induktion).

Kendetegn ved den hypnotiske tilstand.

Teorier om hypnose.

Hypnotiserbarhed og vurdering af hypnotisk responsivitet.

Demo: lille øvelse

12.00

Frokost

Efter-

middag:

Oplæg om principper for og metoder til induktion af hypnotisk tilstand.

Om direkte induktionsmetoder.

Demonstrationer af induktionsmetoder og træning i grupper.

Terapimål. Hypnoterapiens anvendelsesområder.

Virker hypnose?

Slut på 1. kursusdag.

Dag 2

Morgen: Trance øvl. på plenum.

Oplæg om sansemodaliteter, trancefordybelse, og tranceverificering.

Demo & træning: Øvelse med tranceratificering.

12.00

Frokost

Efter-

middag:

Videodemonstration af hypnose-behandling.

Demonstration af metoder og træning i grupper:

Aktivering af en konfliktfri jeg-tilstand: Indre styrke.

Selvhypnose. Om at komme i gang. Aftaler for træning, supervision og evt. fortsættelse af hypnosekurser.

Opsamling og evaluering.

Slut på 2. kursusdag.



Modul 2. Fortsættelseskursus i Klinisk Hypnose. Om Eriksonian hypnoterapi.

Formål: at deltagerne tilegner sig viden om det hypnotiske sprog og indirekte induktionsmetoder, får erfaring med individualiseret brug af hypnose i forhold til at arbejde med ressourcer og afgrænset problematik.

Deltagelse forudsætter grundlæggende kendskab til og erfaring med trancetilstanden.

Dag 1.

Morgen: Ankomst, kaffe, the & brød, præsentation.

Kort opsamling fra sidst.

Oplæg om indirekte induktionsmetoder og det hypnotiske sprog. Om Milton Erickson inspireret hypnoterapi, om brug af metaforer og nyttiggørelse af klientens ressourcer.

Demonstration og øvelse i naturlig tranceinduktion – om at invitere til trance.

12.00 Frokost

Efter-

Middag: Arbejde med ressourcer og problemløsning under hypnose.

Demonstration og øvelse i anvendelsen af det hypnotiske sprog.

Slut på 1. kursusdag.

Dag 2

Morgen: Ankomst, kaffe, the & brød

Demonstration og øvelse i at observere og nyttiggøre det klienten udtrykker, med særlig fokus på klientens ressourcer og individualitet.

12.00 Frokost.

Efter

middag: Introduktion til Ego-state-teori.

Demonstration og øvelse i Ego state terapi: at tilføre ressourcer til problemdel.

Opsamling og evaluering.

Slut på 2. kursusdag.

Modul 3. Ego State Terapi.

Formål: at bygge videre på deltagernes kompetencer som hypnoterapeut efter grundkurserne. At få indsigt og træning i anvendelsen af ego state terapi.

Deltagelse forudsætter grundlæggende kendskab til og erfaring med klinisk hypnose.

Dag 1

Morgen: Ankomst, kaffe, the & brød, præsentation.

Oplæg om Ego-state-teori og –terapi /hypnoanalyse efter SARI-modellen.

Om grundlagsteori, klinisk teori og sammenhængen herimellem.

Demonstration og træning i tranceverificering, trancefordybelse og tegngivning under trance.

12.00 Frokost.

Efter-

middag: Videodemonstration og/eller livedemonstration.

Træning i anvendelse af Ego-state-terapi efter SARI-modellen.

Slut på 1. kursusdag.

Dag 2

Morgen: Ankomst, kaffe, the & brød

Oplæg om kliniske anvendelsesmuligheder illustreret med caseeksempler. Om at sætte fokus for terapien, og om anvendelse af Ego state terapi sammen med kognitiv terapi.

Fortsat træning i grupper efter SARI-modellen.

12.00 Frokost.

Efter-

middag: Demonstrationer og fortsat træning i anden Ego state Terapi-metode.

Slut på 2. kursusdag.

Modul 4: Depression behandlet med kognitiv hypnoterapi.

Formålet er at arbejde systematisk og med forøget udbytte i forløb med depressive klienter. Kurset bygger videre på dine kompetencer som hypnoterapeut og kognitiv terapeut.

Der vil på kurset blive undervist i behandlingsmetoder i forhold til typiske vanskeligheder for personer med depression: håbløshed, selvbebrejdelser & skyldfølelse, indre uro & angst, negative tanker & lavt selvværd, rumination og bekymringstanke, samt social tilbagetrækning & konfliktskyhed.

Deltagelse forudsætter grundlæggende kendskab til og erfaring med hypnose.

Grundlæggende kendskab til kognitiv terapi er desuden en fordel, men dog ingen betingelse.

Medbring gerne en (evt. flere) depressionscases fra din egen praksis (til brug under træning i gruppe).

Dag 1

Morgen: Ankomst, kaffe, the & brød, præsentation.

Oplæg om Integrativ Psykoterapi, Kognitiv Hypnoterapi og Den cirkulære depressionsmodel.

Om grundlagsteori, klinisk teori og sammenhængen herimellem.

Depressionsbehandlingens faser.

Caseformuleringen: en systematisk metode til et individualiseret behandlingsforløb.

Øvelse: caseformulering ud fra egne klienter ("medbragte sager").

12.00 Frokost.

Efter-

middag: Hypnoterapeutiske metoder i starten af behandlingsforløbet med henblik på at give akut lindring, indre ro, forøget selvværd & håb.

Metoder til udvikling af antidepressive mønstre: Træning i positiv sindstilstand. At bryde rumineringsmønstre.

Demonstration og træning i forskellige metoder.

Slut på 1. kursusdag.

Dag 2

Morgen: Ankomst, kaffe, the & brød

Kognitiv adfærdsterapi – en kort opsummering af de mest centrale metoder.

Integrering af Kognitive og hypnoterapeutiske metoder.

Metoder til omstrukturering af kognitive forvrængninger.

Metoder til at overkomme skyld og selvbebrejdelser.

Oplæg, demonstration og træning i grupper.

12.00

Frokost.

Efter-

middag:

Sociale kompetencer – typiske vanskeligheder for personer med depression & metoder til bedre mestring: Oplæg, demonstration og træning i grupper.

Forebyggelse af depressionstilbagefald: Om hypnoterapi, mindfulness og selvhypnose.

Opsamling og evaluering af kursus.

Slut på 2. kursusdag.



Praktiske oplysninger:

Kurserne afholdes på Sønder Allé 10, 8000 Århus C. Der vil blive serveret kaffe, the og brød fra ½ time før kursusstart på begge kursusdage på hvert modul. Vi går på en restaurant i nærheden i frokostpausen.

Hvert modul kan tages separat, men anbefales at tages samlet.

Du skal starte med modul 1, hvis du ikke tidligere har været på et grundkursus.

Modul 2, 3 og 4 kan tages i forlængelse af andre hypnose-grundkurser.

Tilmelding: send en mail til kaervang@pc.dk med dit navn, adresse, arbejdssted og tlf. nr.

Endelig tilmelding = betaling. Kursusdeltagere vil blive optaget efter "først til mølle"-princippet for indbetaling. Der er plads til 15 deltagere på kurserne.

Betaling: Prisen pr. kursusmodul (2 dage, 12 timer) er 2800 kr. inkl. forplejning og kursusmaterialer.

Der gives 10 % rabat ved samlet tilmelding til min. 2 moduler.

Beløbet bedes indbetalt til kontonr: 8117-0002473067 snarest muligt efter tilmelding.

Husk at anføre navn + hvilket kursus du betaler for sammen med indbetalingen.

Godkendelse til Specialist uddannelser:

I **Psykoterapi** placeres kurser i hypnose i emneområde D.1.1 eller E på gammel ordning og under 12.4.4.2.3 på ny ordning. På ny ordning kan indgå i alt max. 30 kursustimer inden for klinisk hypnose, hvoraf 20 timer kan være metodeundervisning og 10 timer skal omhandle grundlagsteori og klinisk teori. I Specialistuddannelsesforløb, hvor den kognitive retning er valgt som hovedretning i emneområde 12.4.4.2.2. Grundlagsteori og klinisk teori (90 timer), kan kurset i kognitiv hypnoterapi ikke anvendes.

Grundkursus i klinisk hypnose (modul 1) godkendes med 12 timer i 12.4.4.2.3.

Fortsættelseskursus i klinisk hypnose (modul 2) godkendes med 12 timer i 12.4.4.2.3.

Kursus i Ego-State terapi/analytisk hypnoterapi (modul 3) godkendes med 12 timer under 12.4.4.2.3. (Psykodynamisk Referenceramme).

Kursus i Kognitiv Hypnoterapi ved behandling af depression godkendes med 12 timer under 12.4.4.2.3. (Kognitiv referenceramme)

I **Sundhedspsykologi** placeres kurser i hypnose under D.5 på gammel ordning og under 11.4.4.2.2 på ny ordning.

Grundkursus i klinisk hypnose (modul 1) og fortsættelseskursus (modul 2) godkendes med hver 12 timer i 11.4.4.2.2.

Kursus i Ego-State terapi/analytisk hypnoterapi godkendes med 12 timer under 11.4.4.2.2.

Kursus i Kognitiv Hypnoterapi ved behandling af angst og depression godkendes med 12 timer under 11.4.4.2.2.

Der kan i Specialistuddannelsen i Sundhedspsykologi kun indgå max. 24 timers metode under 11.4.4.2.2, Intervention i det kliniske arbejde (42 timer), hvilket efterlader 18 timer til anden interventionsform (som f.eks. kan være hypnoterapi).