**Omvang cursus:** De cursus omvat 4 bijeenkomsten van 6.15 uur exclusief pauze.

**Urenverdeling:** 25 contacturen.

**Data:** 4 november 2015

18 november 2015

9 december 2015

13 januari 2016

De opleidingsdag is een woensdag

**Tijden:** 09.30 uur tot 17.00 uur (inclusief 45 minuten lunchpauze).

**Lunch:** De lunch wordt verzorgd door de organisatie.

**Plaats:** A Solution. Newtonlaan 51, 3584 BP UTRECHT

**Hoofddocent: drs. J.B.C. (Joost) Mertens, psychiater / psychotherapeut**

**Projectcoördinator:** Anita Buiteman van de NVvH

**Beoordeling:**

Men heeft de cursus met goed gevolg doorlopen wanneer aan de volgende voorwaarden is voldaan:

* Maximaal 10% van de contacttijd is verzuimd. In dat geval kan worden volstaan met het inhalen van de voor de verzuimde uren opgegeven huiswerkopdrachten.

Wanneer meer dan 10% van de contacttijd, maar minder dan 20% van de contacttijd is verzuimd moeten bovendien extra opdrachten worden uitgevoerd ter compensatie van de gemiste uren. Wanneer meer dan 20% van de contacttijd is verzuimd moeten de gemiste bijeenkomsten worden ingehaald in een andere cursus. Pas na het inhalen mag, wanneer aan de andere voorwaarden is voldaan, een verklaring van geslaagd zijn worden afgegeven. Gemiste sessies moeten binnen een jaar na het einde van de cursus zijn ingehaald.

* Slagen literatuur-toetsen aan het begin van iedere zitting .
* Inleveren huiswerkopdrachten (volgens instructie hoofddocent).
* Cursist is in staat hypnose toe te passen zoals gebleken uit inbreng en opstelling tijdens de cursus.

**Toetsing:** Aanwezigheid 100%; actieve participatie bij opdrachten

**Inhaalopdracht:** In overleg met de hoofddocent wordt deze verstrekt door de

projectcoördinator.

**Accreditatie:** Wordt aangevraagd bijNIP, FGzP, NVK, ABAN, VSR, VGCt.

**Doelgroep:** BIG geregistreerd psychologen, psychotherapeuten, psychiaters, huisartsen, specialistische verpleegkundigen en andere (BIG geregistreerd) hulpverleners.

Personen die niet geregistreerd zijn in het kader van de Wet BIG dienen lid te zijn van een door de NVvH erkende beroepsvereniging met een eigen beroepscode en daarmee samenhangende tuchtrechtelijke bepalingen.

**Achtergrond van deze Opleiding**

Basisopleiding voor het gebruik van hypnotherapeutische technieken binnen de hulpverlenerspraktijk (medisch, danwel GGZ). De opleiding is te beschouwen als een voorbereidende cursus op de vervolgopleiding, die gericht is op hypnotherapeutische toepassingen.

**DOELSTELLINGEN VAN DEZE OPLEIDING**

De opleiding beoogt de cursist bekendheid te verschaffen met de gangbare theorieën omtrent hypnose en de plaats van hypnotische technieken binnen de verschillende vakgebieden. Het praktische doel van de opleiding is vaardigheden aan te leren, waarmee de cursist in staat is, een hypnotisch proces in technisch opzicht te hanteren. De cursist dient enkele basis inductie-, verdiepings- en deductietechnieken te kunnen uitvoeren en moet tevens in staat zijn alle voorkomende complicaties te onderkennen en te hanteren.

**OPZET VAN DE OPLEIDING**

De opleiding is een technische oefencursus. In de cursus zal gebruik gemaakt worden van een diversiteit aan werkvormen met een combinatie van theorie en praktijk. De theorie zal in plenaire inleidingen gepresenteerd worden. De literatuur voor de betreffende zitting wordt getoetst. De praktijk bestaat uit demonstraties van de besproken methoden en technieken (in vivo mondeling of dvd) waarna de deelnemers in kleine groepen zelf kunnen oefenen met de gepresenteerde interventies. Daarnaast moeten de deelnemers een aantal praktijkopdrachten maken (portfolio). De knelpunten n.a.v. van de praktijkopdrachten zullen tijdens de laatste cursusdag aanleiding zijn om met behulp van demonstraties van de docenten en rollenspellen de verschillende technieken verder aan te scherpen. Er wordt uitgegaan van 20 werkuren te besteden aan huiswerk en opdrachten.

#### VERWACHTINGEN T.A.V. CURSISTEN

Van de cursisten wordt een actieve deelname verwacht met betrekking tot oefeningen tijdens de opleiding. Afwisselend is men degene, die de hypnose ondergaat en degene, die de hypnose induceert. Daarbuiten gelden de volgende verwachtingen:

* Tussen de opleidingsdagen wordt in kleinere oefengroepen (3 à 4 personen) geoefend met de aangeboden methodieken. Bij de volgende opleidingsdag worden deze ervaringen besproken. Iedere oefengroep doet dit aan de hand van een kort referaat en/of videofragment (max 5 minuten).
* De begeleidende literatuur wordt thuis gelezen; aan het begin van elke opleidingsdag wordt hierop teruggekomen middels een korte (multiple choice) toets.
* Door de cursisten wordt per toerbeurt een dagdeel genotuleerd. De notulist verzendt, zo snel mogelijk na de opleidingsdag, een kopie aan alle deelnemers.
* De cursisten maken elk een verbatim verslag van een eigen inductie, dat tezamen met de bijbehorende audiotape door de opleider wordt beoordeeld.

**LITERATUUR**

Het boek ‘ Essentials of hypnosis’ van M. Yapko (258 pagina’s) is verplichte literatuur.

**ZITTING 1**

**Datum:** 4 november 2015

**Tijd:** 09.30-17.00 uur (pauze van 13.00-13.45 uur)

**Docenten: drs. Joost Mertens, psychiater/psychotherapeut**

**Onderwerp:** Introductie en inductie

**Bestuderen**: aangegeven literatuur

**Programma:**

09.30 - 10.00 Ontvangst & koffie

10.00 - 11.00 Kennismaken en uitwisselen leerdoelen en indelen oefengroepen

11.00 - 11.15 Toets (multiple choice) over te bestuderen literatuur

*11.15 - 11.30 Pauze*

11.30 - 13.00 Inleiding (fasen van de hypnosesessie) en misvattingen over hypnose

Handlevitatie (introductie, demonstratie en oefenen)

*13.00 - 13.45 Lunch*

13.45 - 15.30 Post-hypnotische suggestie (introductie, demonstratie en oefenen)

oogfixatie (introductie, demonstratie en oefenen)

*15.30 - 15.45 Pauze*

15.45 - 16.45 Duimnagelfixatie (introductie, demonstratie en oefenen) en introductie naar verdieping  
Vragen beantwoorden en huiswerkopdracht doornemen (inductietechnieken oefenen)

16.45 - 17.00 Evaluatie *e*n afsluiting

**Onderwerpen die in deze zitting besproken worden:**

* Introductie hypnose, fasen van de hypnosesessie
* Misvattingen hypnose
* Inductie technieken

**Huiswerk:**

* Literatuur zoals aangegeven
* Ten minste 1x samenkomen in oefengroepen. Kort referaat e/o videofragment voor de volgende cursusdag
* Oefenen met inducties

**ZITTING 2**

**Datum:** 18 november 2015

**Tijd:** 09.30-17.00 uur (pauze van 13.00-13.45 uur)

**Docenten: drs. Joost Mertens, psychiater/psychotherapeut**

**Onderwerp:** Verdieping van de trance en omgaan met valkuilen en complicaties

**Bestuderen**: aangegeven literatuur

**Huiswerk: Naast de literatuur ten minste 1 bijeenkomst gehad met de oefengroep**

**Programma:**

09.30 - 10.00 Ontvangst & koffie

10.00 - 11.00 Bespreking huiswerk en oefenervaringen (referaat en/of videofragment)

11.00 - 11.15 Toets (multiple choice) over te bestuderen literatuur

*11.15 - 11.30 Pauze*

11.30 - 13.00 Suggestibiliteit met groepsoefening

Zelfhypnose + uitleg huiswerkopdracht

Dakpantechniek (dissociatie oefening): introductie, demonstratie en oefenen

*13.00 - 13.45 Lunch*

13.45 – 15.00 Verdiepingstechnieken, introductie

Gefractioneerde inductie (introductie, demonstratie en oefenen)

Veilige plek, introductie

Omgaan met valkuilen en complicaties

*15.00 – 15.15 Pauze*

15.15 - 16.45 Inductie + verdieping + veilige plek (introductie, demonstratie en oefenen)

16.45 - 17.00 Evaluatie, huiswerkopdracht *e*n afsluiting

**Onderwerpen die in deze zitting besproken worden:**

* Suggestibiliteit
* Zelfhypnose
* Verdiepingstechnieken
* Veilige plek
* Koppeling: inductie, verdieping en veilige plek

**Huiswerk:**

* Literatuur zoals aangegeven
* Ten minste 1x samenkomen in oefengroepen. Kort referaat e/o/ videofragment voor de volgende cursusdag
  + Oefenen met keten: inductie + verdieping + veilige plek
* Zelfhypnose uitwerken; verdieping en veilige plek

**ZITTING 3**

**Datum:** 9 december 2015

**Tijd:** 09.30-17.00 uur (pauze van 13.00-13.45 uur)

**Docenten: drs. Joost Mertens, psychiater/psychotherapeut**

**Onderwerp:** Utilisatie

**Bestuderen**: aangegeven literatuur

**Huiswerk: Naast de literatuur ten minste 1 bijeenkomst gehad met de oefengroep**

**Uitwerken van zelfhypnose**

**Programma:**

09.30 - 10.00 Ontvangst & koffie

10.00 - 11.00 Bespreking huiswerk en oefenervaringen (referaat en/of videofragment)

11.00 - 11.15 Toets (multiple choice) over te bestuderen literatuur

*11.15 - 11.30 Pauze*

11.30 - 13.00 Ego versterking (leeftijdsregressie, leeftijdsprogressie: demonstratie)

Techniek van de gebalde vuist (introductie, demonstratie en oefenen)

*13.00 - 13.45 Lunch*

13.45 - 15.00 Taalgebruik en predicaten

Metaforen

*15.00 - 15.15 Pauze*

15.15 – 16.45 Symptoomgerichte technieken (introductie, demonstratie en oefenen)

Pijnreductie: analgesie + anesthesie (introductie, demonstratie en oefenen)

16.45 – 17.00 Evaluatie, huiswerkopdracht *e*n afsluiting

**Onderwerpen die in deze zitting besproken worden:**

* Utilisatie
* Egoversterking’
* Taal en metaforen
* Symptoom- en pijnbestrijding

**Huiswerk:**

* Literatuur zoals aangegeven
* Ten minste 1x samenkomen in oefengroepen. Kort referaat e/o/ videofragment voor de volgende cursusdag
  + Oefenen met keten: inductie + verdieping + veilige plek + symptoom/pijn reductie
* Metaforen verzamelen (op schrift (digitaal), zodat deze gedeeld kunnen worden)

**ZITTING 4**

**Datum:** 13 januari 2016

**Tijd:** 09.30-17.00 uur (pauze van 13.00-13.45 uur)

**Docenten: drs. Joost Mertens, psychiater/psychotherapeut**

**Onderwerp:** Ontdekkende technieken, omgaan met valkuilen en complicaties

**Bestuderen**: aangeven literatuur

**Huiswerk: Naast de literatuur ten minste 1 bijeenkomst gehad met de oefengroep**

Metaforen verzamelen (op schrift (digitaal), zodat deze gedeeld kunnen

worden)

**Programma:**

09.30 - 10.00 Ontvangst & koffie

10.00 - 11.00 Bespreking huiswerk en oefenervaringen (referaat en/of videofragment)

11.00 - 11.15 Toets (multiple choice) over te bestuderen literatuur

*11.15 - 11.30 Pauze*

11.30 - 13.00 Ontdekkende technieken inleiding

Leeftijdsregressie: affectbrug + Posthypnotische suggesties

(introductie, demonstratie en oefenen)

*13.00 - 13.45 Lunch*

13.45 - 15.00 Vingersignalen + de 7 sleutels van LeCron (introductie, demonstratie en oefenen)

Omgaan met valkuilen en complicaties

Ruimte voor videomateriaal, nog in te vullen

*15.00 - 15.15 Pauze*

15.15 – 16.45 Verzamelde metaforen

Verhalen en sprookjes (korte introductie hypnose bij kinderen)

Indicatie en hypnotische strategieën

16.45 – 17.00 Evaluatie, eindopdracht *e*n afsluiting

**Onderwerpen die in deze zitting besproken worden:**

* Ontdekkende technieken
* Leeftijdsregressie: affectbrug
* Vingersignalen en LeCron
* Bonusmateriaal: metaforen, verhalen en sprookjes

**Huiswerk:**

* Eindopdracht: zelfhypnose- oefen verslagen, verbatim van sessie + audio-opname