

BØRNE- & FAMILIEPSYKOLOGISK SELSKAB ARRANGERER ET 3-DAGES KURSUS OM

VEJE TIL "DET INDRE BARN"

Undervisere: Læge Jens Jørgen Gravesen og Psykolog Iver Hecht

Kursusindhold: Kurset omhandler forskellige terapeutiske tilgange til arbejdet med "det indre barn". Både Jens Jørgen og Iver har gode og behandlingseffektive erfaringer med at inddrage teenagere og voksnes indre barn og give det plads i den aktuelle behandling, ud fra en forståelse af, at vi som voksne stadig bærer vores barndom med os og at den i særdeleshed kan have betydning i forældreskabet.

Jens Jørgen Gravesen om Ego-state terapi (1. og 2. dagen)

I januar 1984 begyndte Jens Jørgen, at bruge hypnose til behandling, fordi den metode til samtalebehandling, som læger blev undervist i, var frustrerende ineffektiv. Kombinationen af samtale og hypnose gjorde en stor og positiv forskel. Brugen af hypnose blev nyttig på flere og flere områder. Det var spændende at opleve, at behandlingssuggestioner fremkaldte en bedring, der varede ved. Det var også tankevækkende at opleve, at menneskers suggestibilitet både er en skrøbelighed og en styrke. Mennesker, der er meget suggestible har en nedsat kritisk sans, så de mere ukritisk kan tage skade af de tanker og forestillinger og de dårlige følelser de oplever. De meget suggestible har tilsyneladende også en alt for god evne til at "ruminere", så de for let opbevarer og gentager dårlige tanker, følelser og forestillinger på ubestemt tid, men de har til gengæld en meget god evne til empati. De kan let sætte sig i en yngre delpersonligheds situation og forstå en yngre dels behov for hjælp til at revurdere en situation, som den yngre del oplevede den med alt for begrænsede muligheder for at forstå den. Det lægger grunden til en god evne til behandling og selvbehandling ved hjælp af ego-state terapi.

Hypnoterapi – definition – anvendelsesmuligheder

Kendskab til hypnose giver en god evne til at forstå de ovenfor nævnte uheldig/heldige følger af følger af en god hypnotisk kapacitet. For hypnose omfatter enhver tilstand, hvor opmærksomheden er koncentreret. Deraf følger naturligt at hypnose medfører forstærket evne til uvilkårlig indlæring. Samtidig er det logisk, at en terapeutisk fremkaldt hypnotisk tilstand giver tilsvarende mulighed for en aflæring af uheldigt indlærte tanker, følelser og/eller reaktioner, hvis et menneske oplever og accepterer hensigtsmæssige suggestioner behandlingssuggestioner, et begreb der blev lanceret af en fransk provinslæge Ambroise August Liébault (1823-1904). Det er ikke altid

nødvendigt at give suggestioner, for en østrigsk læge, Josef Breuer (1842-1925), opdagede omkring 1880, at blot en afreaktion i hypnose af et gammelt traume kunne have en helbredende virkning. 15 år senere beskrev Freud fænomenet og gav det navnet katharsis.

Den franske læge og neurolog Hippolyte-Marie Bernheim (1837-1919) offentliggjorde i 1886 en erfaring, han havde gjort sig, at suggestioner ikke kun havde effekt i den hypnotiske tilstand, men at effekten kunne være lige så god ved vågensuggestioner. Den nye metode med vågensuggestioner benævnte han psykoterapi. Suggestioners effekt kan forstærkes gennem kognitiv forståelse. Det blev fremført af den kanadiske psykolog og professor Assen Alladin, der kombinerede hypnoterapi og kognitiv terapi under betegnelsen kognitiv hypnoterapi og underviste i brugen af det.

Man kan altså bruge kendskab til hypnose og dens muligheder til samtale uden formelt induceret hypnose men med opnåelse af en særlig god kontakt (rapporttilstand) og med nedsættelse af modstand mod forandring ved fx at kombinere kognitiv forståelse med analytisk baseret indsigt og med kendskab til, hvordan man kan opnå at supplere klientens egenskaber med positive ubevidste ressourcer og med kendskab til den enkelte klients særlige forestillingsevner at kunne supplere med enkle NLP metoder.

Iver Hecht om et eksistentiaalistisk perspektiv på "Det indre barn" (3. Dagen)

Kurset tager sit udgangspunkt i en beskrivelse af, hvad jeg forstår ved det indre barn.

Udgangspunktet for dette er et eksistentiaalistisk menneskesyn og en forståelse af den neuroaffektive udvikling.

Dette fører videre til en beskrivelse af, hvordan det indre barn gennem opvæksten og evt. udsat for mulige traumer ofte ender med, at blive en fortrængt del af os som personer. Det indre barn lever i os med en meget usikker tilknytning til vores voksne del. Kurset vil beskrive og demonstrere, hvordan denne tilknytning kan repareres. Behandlingsmetoden har rødder i gestaltterapi og psykodrama, men bygger også på mine egne erfaringer med individuel terapi og familierapi igennem 35 år. Denne forståelse af det indre barn ligger også til grund for den familierapeutiske metode, som er praktiseret på Familiecentret Vibygård igennem 30 år.

Merit: Forventes at kunne anvendes i relevante specialistuddannelser (der er ikke søgt om forhåndsgodkendelse).

Dato: 14. og 15. marts 2016 samt 18. april 2016

Sted: Dansk Psykolog Forening, Stokholmsgade 27, 2100 København Ø.
Lokale 2A

Deltagerantal: Min. 15.

Pris: 1.800,-

Prisen inkluderer forplejning, såfremt der er deltagere nok til kurset kan løbe rundt. Hvis dette bliver tilfældet, vil der blive sendt en mail ud kort før kurset, og deltagere må selv medbringe frokost.

Tilmelding: Tilmelding sker efter først til mølle princippet.

Send en mail til vores administrative medarbejder Lotte på bfps@outlook.dk med oplysninger om DP medlemsnummer, navn, adresse og tlf. Overfør beløbet til konto: 0400 4012580946. Det er ligeledes muligt at betale med EAN nr.

Tilmeldingen er først endelig, når pengene er overført.

Tilmeldingsfrist 20. februar 2016.

Litteraturliste:

Alladin, Assen (1989): Cognitive Hypnotherapy for Depression. Hypnosis: The Fourth European Congress at Oxford, side 175-182. London: Whurr Publ. 1989.

Alladin, Assen & Heap, Michael (1993): Hypnosis and depression, Hypnotherapy – A Handbook. Balmoor: Open University Press.

Bandler, Richard & Grinder, John (1982): Reframing. Neurolingustic Programming and the Transformations of Meaning. Utah: Real People Press.

Barnett, Edgar A. (1981): Analytical Hypnotherapy. Principles and practice. Kingston, Ont. Canada: Junica.

Brown Daniel P. & Fromm, Erika (1986): Hypnotherapy and Hypnoanalysis. London: Lorenz Erlbaum Ass. 1987

Ebrahim, Don (1993) - Særtryk: Traumatic Separation Theory – A New Look at Neurosis and Change. – An article based on the Linford Rees Lecture given at Oxford Institute of Psychiatry and Post Graduate Fellowship of Psychiatry 2-3 Oct. 1993.

Gardner, G. & Olness, K. (1981): Hypnosis and Hypnotherapy with Children. Orlando: Grune & Stratton

Gravesen, Jens-Jørgen: Hypnose og Hypnoterapi. Århus: Klim

Gravesen, Jens-Jørgen: Hypnoterapi i praksis. Århus: Klim.

Gravesen, Jens-Jørgen: Negativ spontanhypnose. Århus: Klim.

Hilgard, E.R. (1977): Divided Consciousness: Multiple Controls in Human Thought and Action Wiley-Interscience. New York.

Metze, Erno & Nystrup, Jørgen (1984): Samtaletræning. København: Munksgaard. Miller, Alice (1982): Den skjulte nøgle. København: Hans Reitzel.

Olness, Karen, & Gardner, G. Gail (1981): Hypnosis and Hypnotherapy with Children. New York: Gruhn & Stratton Inc.

Rossi, Ernest L. & Cheek, David B. (1988): Mind-Body Therapy, Methods of Ideodynamic Healing in Hypnosis. New York: W.W. Norton & Co.

Spiegel, David, Hunt, Thurman & Dondershine, Harvey E.: "Dissociation and Hypnotizability in Posttraumatic Stress Disorder". Am. J. Psychiatry 145:3, March 1988, side 301-305.

Watkins, Helen H: (1993): "Ego-State Therapy: An Overview" in American Journal of Clinical Hypnosis, vol. 35, no 4, April 1993.

Watkins, Helen H: (1980): "The silent abreaction" in The Int. Journ. Of Clin. and Experim. Hypnosis, 1980, vol XXVIII, no 2.

Watkins, J.G. & Watkins H.H., (1979-1980) I. Ego-states and hidden observers. II Ego-state therapy: "The woman in black and the Lady in White". New York: Jeffrey Norton.

Yapko, Michael D. (1999): Hand-me-down blues – How to stop depression from spreading in families. New York: St. Martin's Press.