



Tajništvo/Sekretariat
Logistik:TMT
Mobil:00385 91 505 7449



Hrvatski liječnički zbor
Croatian medical association

Hrvatsko društvo za medicinsku hipnozu
Croatian society for medical hypnosis
Telefon: 0915057449
E-mail: denisa.legac@gmx.net

Trajna Stručna NAOBRAZBA HLZ – HDMH HIPNOSISTEMSKI TRENING – HIPNOIDNA – NEVERBALNA KOMUNIKACIJA

SASTOJI SE OD :

- 1.Sistemske obiteljskog pristupa
- 2.osnova nlp-terapije
- 3.osnova medicinske hipnoze
- 4.osnova grupne dinamike po obiteljskoj postavi- škola bert hellinger
- 5.hipnoterapeutskog pristupa po miltonu ericksonu – jedina za to licencirana ustanova u hrvatskoj – certifikat od strane predsjednika milton erickson foundation – usa, Prof. Dr. Jeffrey Zeig.-potvrda publicirana na www.hdmh.net

Edukacija traje 6 vikend-seminara 2x 8h plus min 48h supervizije, nakon toga polaznik ima pravo pristupiti ispitu pred međunarodnom komisijom ,ukoliko sudionik pozitivno položi ispit te prezentaciju slučaja pred međunarodnom komisijom na hrvatskom i engleskom jeziku tada dobiva mogućnost pristupiti daljnjoj naobrazbi za hipnoterapeuta i hipnosistemskeg trenera.

cijena po vikend-seminaru 550 eura po sudioniku po vikend seminaru UPLATE obvezne 4 tjedna prije pocetka seminara .
1h supervizije 100 eura

sljedi detaljan opis HLZ-HDMH kao i ciljeva trajne strucne naobrazbe

Osnovano Hrvatsko društvo za medicinsku hipnozu (HDMH)
U Zagrebu je 2.12.2002. godine, na Klinici za psihijatriju KBC Zagreb (Rebro), osnovano Hrvatsko društvo za medicinsku hipnozu (HDMH). Društvo je registrirano pri Hrvatskom liječničkom zboru kao jedno od stručnih društava zbora.

Do sada je objavljeno mnoštvo internacionalnih radova i znanstveno fundiranih studija koje potvrđuju djelotvornost hipnoterapije i medicinske hipnoze. Medicinska hipnoza obuhvaća jedan veliki spektar primjene, počevši od one u sklopu hipnoterapije pa do praktičnih primjena kliničke i dentalne hipnoze. Vrlo dobri rezultati dobiveni su na polju bolesti kao što su: migrena, iritabilni kolon, astma, neorganski seksualni poremećaji, kronični bolovi, strahovi, fobije, poremećaji usnivanja, prosnivanja, suportivni pristup pacijentima pod kemoterapijom, pripreme za porod, tinitus, ubrzanje rekonvalescencije nakon različitih ozljeda i na kraju jedan vrlo važan aspekt: dentalna hipnoza. Postotak uspješnosti na svim nivoima je 70%. Mnoge studije su pokazale veliku djelotvornost kombinacije hipnoze sa



Tajništvo/Sekretariat

Logistik:TMT

Mobil:00385 91 505 7449



Hrvatski liječnički zbor
Croatian medical association

Hrvatsko društvo za medicinsku hipnozu
Croatian society for medical hypnosis
Telefon: 0915057449
E-mail: denisa.legac@gmx.net

drugim psihoterapeutskim tehnikama. Gore navedene studije provedene su na sljedećim područjima: 21 studija na temu strah, 67 studija somatske bolesti, 10 studija na temu poremećaji u ponašanju, 28 studija na temu ovisnosti, 8 studija na temu poremećaji u prehrani, 33 studije o disocijativnim, somatoformnim te konverzivnim poremećajima. Studije su provedene na znanstveno visoko renomiranim institutima i klinikama.

Ciljevi HDMH

Promocija znanstvenih saznanja na područjima iz medicinske hipnoze i hipnoterapije. Demistifikacija alternativne medicine te promocija sofisticiranog liječničkog i medicinskog pristupa suportivnim načinima liječenja. Primjena komplementarne medicine u praksi. Organiziranje trajnih stručnih naobrazbi te kraćih seminara i radionica za liječnike i medicinsko osoblje, socijalne radnike koje je u kontaktu sa pacijentima. Suradnja sa internacionalnim društvima i organizacijama te promocija hrvatskih radova u inozemstvu. Znanstvena suradnja sa grupacijama koje vode empirijske studije.

neki od Ciljeva trajne stručne naobrazbe koja se održava u sklopu HDMH

Tečajevi "Hipnoza i komunikacija" nude osnove hipnotičkih tehnika te se zasnivaju na samostalnom radu u manjim grupama. Poželjno je proći kroz što više osobnih trans iskustava, jer jedino na taj način sudionici mogu spoznati bit promijenjenih stanja svijesti te profitirati u budućem radu sa pacijentima zadobivši na sigurnosti u praktičnoj primjeni. Ova naobrazba pridonosi obogaćenju iskustava, proširenju vidika, otkrivanju vlastitih nesvjesnih potencijala te poboljšanju dosadašnjih sposobnosti. Jedan od ciljeva naobrazbe je poboljšanje komunikacije u svakodnevnom radu s pacijentima uz pomoć efektivnih, hipnotičkih tehnika. Između ostalog također možete na isti način pozitivno utjecati na svoju okolinu.

Glavni ciljevi stručne naobrazbe:

1. Upotreba hipnotičkih tehnika kao terapijski instrument, ciljano u liječničkoj svakodnevnicu. Indikacije kod: različitih vrsta strahova, akutne, kronične boli, mioartropatije, alergije na anestetike, suportivan pristup liječenju, rad s djecom, adekvatan pristup djeci sa posebni potrebama u razvoju prije svega specifičan neverbalno intuitivni pristup kao dio integrativno hipnosistemske rada sa djecom. Rad sa teškim pacijentima unutar STOM. ordinacije te priprema istih za zahvate. (STRAHOVI od STOM. IGLE, i sl.)

2. Posebne tehnike komunikacije u radu sa teškim pacijentima ili sa roditeljima mladih štićenika, poboljšanje suradljivosti što pridonosi ubrzanom procesu liječenja ili adekvatnijem kao i lakšem razvitku djeteta sa posebnim potrebama.

3. Samohipnoza te tehnike za redukciju vlastitog stresa s kojim se suočavamo u svakodnevnicu. Uvod u vlastitu psihohigijenu.

ZDRAV TERAPEUT IMA VIŠE SNAGE ZA SVOG ŠTIĆENIKA !

ZDRAV STOMATOLOG IMA VIŠE SPOSOBNOSTI I RESURSA ZA SVOJ RAD KAO I PRIVATAN ŽIVOT.



Tajništvo/Sekretariat
Logistik:TMT
Mobil:00385 91 505 7449



Hrvatski liječnički zbor
Croatian medical association

Hrvatsko društvo za medicinsku hipnozu
Croatian society for medical hypnosis
Telefon: 0915057449
E-mail: denisa.legac@gmx.net

4.Specijalizirana radionica vođena od strane Dr.Marty Kleina www.sexed.org koja vas vodi u svijet seksualnosti i komunikaciju unutar iste bez tabua i strahova, koji prouzrokuju

stabilizaciju i produbljenje neznanja.Radionica osvjeđuje terapeuta o važnosti uloge seksualnosti u mladim sa posebnim potrebama kao i u njihovih roditelja.

Stručna naobrazba ili Curriculum se sastoji od sljedećih točaka:

H1

definicija hipnoze, transa
tzv. trans-fenomeni(levitacija, katalepsija, gubitak osjećaja za vrijeme)
povijest hipnoze -sugestije (direktne, indirektne),testovi sugestibilnosti
Showhipnoza, medicinska hipnoza, etika
Indikacije, kontraindikacije
VAKOG
pacing, leading, rapport, kongruencija, feedback
otvorene formulacije
osnove indukcije transnih stanja: Milton Ericson /direktivne /indirektne tehnike
Integracija u liječničku svakodnevicu

H2

Odnos liječnik pacijent, terapeut - klient
Komunikacijske tehnike
Reflektirajući odgovori
Autogeni trening
Jacobson-relaksacija
Indukcija u 3 riječi
Tehnike produblivanja transnih stanja
Anamneza, dokumentacija

H3

osnove NLP-a
Meta-model
Milton-model
verbalni, vizualni pristup



Tajništvo/Sekretariat
Logistik:TMT
Mobil:00385 91 505 7449



Hrvatski liječnički zbor
Croatian medical association

Hrvatsko društvo za medicinsku hipnozu
Croatian society for medical hypnosis
Telefon: 0915057449
E-mail: denisa.legac@gmx.net

sidrenje
koncept specifičnog transa orijentiranog individualno prema pacijentu

H4
pozitivne i negativne formulacije
dječja hipnoza
komunikacija sa djecom
indukcija sa djecom
krizna intervencija
trans znakovi prepoznavanje i upotreba priče
samohipnoza, tehnike imaginacije, konfuzijske tehnike
anti-stres program
tehnike disanja

H5
eksterni i interni znakovi /kao podsvjesna signalizacija/
utilizacija, feedback
instant reframing, six-step-in trance
konfuzija, paradox -grupni trans i samohipnoza

H6
komunikacija u liječničkoj ordinaciji
riječi i njihova značenja
turbo indukcija, anestezija (rukavica)
medicinska hipnoza, gdje ju treba naročito primjenjivati
bol i strah
posthipnotičke sugestije

Što je to medicinska hipnoza?

Hipnozom se induciraju transna stanja, takozvana promijenjena stanja svijesti. Stanje transa, alfa stanje počinje u onom trenutku kada za osobu svi događaji u njezinoj okolini postaju nevažni, te se koncentracija okreće prema unutarnjim zbivanjima. To mogu biti različite misli u obliku slika, zvukova, osjeta, emocija, okusa ili mirisa. U transnom stanju osoba je podložna za sugestije od strane terapeuta (liječnika). Sugestije mogu biti direktne ili indirektne npr. preko zamjenskih priča ili metafora. Smisao zamjenskih priča je indirektna identifikacija s osobom iz priče, dok u slučaju uporabe metafora pacijent (njegova podsvjest) sama bira interpretaciju i poruku koju mu metafora pruža. Vrlo je važno naglasiti da hipnoza služi samo u medicinske svrhe, te se nikada ne upotrebljava za manipulaciju ili zabavu



Tajništvo/Sekretariat

Logistik:TMT

Mobil:00385 91 505 7449



Hrvatski liječnički zbor
Croatian medical association

Hrvatsko društvo za medicinsku hipnozu
Croatian society for medical hypnosis
Telefon: 0915057449
E-mail: denisa.legac@gmx.net

drugih; kao što je to slučaj kod showhipnoze (kazališne hipnoze). Hipnoza je dozvoljena samo uz dozvolu pacijenta, što znači da pacijent mora dati svojevolumni pristanak terapiji hipnozom. Često se osobe nakon hipnoze osjećaju drugačije nego inače. Mnogi počnu razmišljati o sebi, svojoj osobnosti i svome životu. Dozvole si da otkriju što žele raditi i što ne, te odabiru vlastita iskustva, prepuštaju se porivima koje bi inače potisnuli i čine nešto novo, nešto drugačije. Tako počnu učiti sami o sebi jer su si dozvolili komunikaciju između svijesti i

podsvijesti. Dopustiti komunikaciju između svijesti i podsvijesti moglo bi se objasniti kao odavanje poštovanja integritetu naše ljudskosti i autentičnosti.

O hipnozi...

Hipnoza i trans s jedne te medicina s druge strane su dva pojma koja su od samih početaka nerazdvojivo povezani. Sa stalnim brzim razvojem moderne medicine dolaze do izražaja izvorne metode liječenja, a time hipnoza i trans. Današnji liječnik sve više nadomješta i šamana i medicinara, umjetni lijek prirodnom ljekovitom biljkom te posjet ordinaciji odnosno boravak u bolnici povjerenjem u ljudske snage samopomoći. Pacijent je postao konzument naučenog modela liječenja, zanemario vlastitu odgovornost umjesto da aktivno mentalno sudjeluje u procesu liječenja. Kroz stalno naviranje novih spoznaja u medicini i njenim specijalnostima, sve više dolazi na prvo mjesto obrada dotičnih simptoma u odnosu s osnovnom bolesti. Ipak, ono što često nedostaje jest cjelovit pristup bolesti, prvenstveno psihičkoj uzročnoj komponenti. Svatko vjerojatno zna iz vlastitog iskustva činjenicu da je za određenu bolest na neki način predodređen. Nakon dulje faze gomilanja i/ili emocionalnog i psihičkog preopterećenja može se dogoditi da psiha zahtijeva svoj danak od organizma. Ovo se kod mnogih očituje kroz prehladu koja danima sputava za krevet; kod pojedinca to znači kraj tjedna ili početak bolovanja. Također i nesvjesno koje se prilagođava danom slučaju odnosno mogućnostima ovdje traži svoj danak. Kao što vidimo kod ovog svakodnevnog slučaja, može se utvrditi uzročna povezanost i sa teškim bolestima. Koliko samo često ljudi govore: "Meni je potpuno jasno da je ta osoba dobila infarkt" ili "Nije ni čudo da on boluje od karcinoma". Često i laik može utvrditi vezu između bolesti i određene životne situacije s obzirom na vlastitu psihičku konstituciju. Liječnik zbog nedostatka vremena zanemaruje mogućnost rada na psihičkom planu pacijenta. Ono što dominira je blagajna zdravstvenog osiguranja tako da medicina ne predviđa ovaj aspekt liječenja u njegovoj naknadi. Umjesto toga, pažnja se koncentrirana na bolest i simptome kao takve. Lijekovi i terapija su propisani od liječnika, ali samo upoznavanje samog sebe može djelovati na liječenje bolesti u cijelosti. Pacijent sa vlastitim mikrokozmosom često ostaje nezapažen. Terapija se provodi bez da se pacijenta upozna sa komplementarnim oblicima liječenja. Kroz izostanak identifikacije sa



Tajništvo/Sekretariat

Logistik:TMT

Mobil:00385 91 505 7449



Hrvatski liječnički zbor
Croatian medical association

Hrvatsko društvo za medicinsku hipnozu
Croatian society for medical hypnosis
Telefon: 0915057449
E-mail: denisa.legac@gmx.net

terapijom izostaje i aktivacija vlastitih mogućnosti izlječenja, a time se često neiskorišteno gubi moćan i najefikasniji potencijal u liječenju.

Ovdje stupa na scenu moderna medicinska hipnoza; njen je cilj uvesti pacijenta u određeno stanje transa (promijenjeno stanje svijesti). U tom se stanju otvara mogućnost pacijentu da se sretne i komunicira sa vlastitim nesvjesnim. Na ovaj se način uspijeva upoznati i razumjeti katkad jako dobro prekriven psihosocijalno zastrt smisao bolesti. Ako se to uspije, proces liječenja može krenuti "prema van". Hipnoza kroz ciljane sugestije podupire pacijenta u otkrivanju novih, individualnih strategija rješavanja problema. Nakon toga se može odgovarajuće pripremiti podloga za konzervativnu terapiju, a time i znatno poboljšati njenu efikasnost.

Kroz odgovoran pristup pacijentu "unutrašnjim putem", tj. hipnozom i "vanjskim putem", tj. modernim metodama liječenja možemo razumjeti definiciju zdravlja prema Svjetskoj zdravstvenoj organizaciji kao tjelesno, psihičko i socijalno blagostanje. Ulaganje u sebe: Sve više nas je u potrazi za unutrašnjim zadovoljstvom. Različiti ljudi to nazivaju drugačijim imenima: razvoj osobnosti, osobna evolucija, samorazvoj, samo-realizacija, duhovni razvoj ili sticanje uvida u svoje sposobnosti. Literatura na podsjeća da je globalni osobni razvoj pojedinca prema grubim procjenama u porastu te da se povećava svake 4 godine. Razvoj osobnosti u najširem smislu pokriva niz različitih aktivnosti uključujući i meditaciju, jogu, thai chi, gestalt, transakcijsku analizu itd. Svakoga od nas može privući jedan ili drugi razvojni put na različite načine u različito vrijeme. Činjenica da se svi vi danas ovdje nalazite govori da je svakome od nas ovdje prisutnih stalo do osobnog razvoja koji nikada ne jenjava te prati ljude kroz cijeli njihov život.

Što se događa za vrijeme hipnoze?

promijena percepcije vremena

transna logika

pojačana emocionalna komponenta

pojačana sugestibilnost

Razlikujemo dvije vrste hipnoze direktnu i takozvanu novu indirektnu hipnozu po Miltonu Eriksonu. Direktnom hipnozom služio se u svoje vrijeme Freud te je direktivnim pristupom (npr: ti se sada opuštaš, tvoji očni kapci su sve teži i teži) imao uspjeha u samo 30% slučajeva nakon čega je ustanovio da hipnoza nije efektivna tehnika te se posvetio analizi. Dok indirektnim pristupom dozvoljavamo pacijentu da sam odluči koliko će ići u trans i na kojem nivou će negova podsvjest raditi na unapređenju sadašnjeg stanja kojem je potrebna promjena. Grawe et al. (1994 Str 636f) piše: hipnoza se može integrirati u terapijski pristup bilo kojeg nivoa, kao i u smislu širokih terapijskih planova - znači postale dio svakodnevnog psihoterapeutskog ili liječničko komunikativnog pristupa pacijentu ili klijentu. Skoro sve liječničke komore u Njemačkoj priznaju medicinsku hipnozu kao drugostepeni pristup uz



Tajništvo/Sekretariat
Logistik:TMT
Mobil:00385 91 505 7449



Hrvatski liječnički zbor
Croatian medical association

Hrvatsko društvo za medicinsku hipnozu
Croatian society for medical hypnosis
Telefon: 0915057449
E-mail: denisa.legac@gmx.net

klasičnu terapiju. Za sada postoji samo na njemačkom govornom području više od 200 KLINIČKIH studija o djelotvornosti hipnoze.

Uporaba hipnoze pri:

Depresije

Strahovi pogotovo unutar STOM.ORDIN.

Priprema trudnice za porod

Porod pod hipnozom

Stomatološka ili zubarska hipnoza umjesto anestezije

Asthma

Colon irritabile

Infertilnost

Amenorrhea

PMS

Kronična bol

Suportivno pri akutnoj boli

Poboljšanje kvalitete života pri onkološkim oboljenjima

U sklopu mentalnog treninga za sportaše

Specijalna priprema vojnih osoba – za intervencije u kriznim situacijama

I druge

Neverbalni pristup hipnotskom radu sa osobama sa posebnim potrebama

Sjećamo li se svega što se događalo u hipnotičkom transu?

Ne uvijek! Razlikujemo induciranu i spontanu posthipnotičku amneziju. Inducirana je sugerirana po potrebi od strane terapeuta do do spontane posthipnotičke amnezije (zaborava) dolazi bez posebnih sugestija samo po sebi.

Postoji li mogućnost gubitka kontrole i manipulacije za vrijeme hipnotičkog transa?

Ne! Prije svake terapije hipnozom terapeut ugovara ciljeve rada i u sklopu takozvanog preterapeutskog ugovora dobiva suglasnost pacijenta za rad na jenom ciljanom nivou.

Da li se samo osobe slabe volje mogu hipnotizirati?

Hipnoza ovisi o mogućnosti koncentracije, opširnosti mašte, kreativnosti, povjerenju i otvorenosti prema osjećajima. Također se može reći da osobe sa visokim kvocijentom emocionalne i intelektualne inteligencije lakše stupaju u hipnotički trans.

Dakle radi se o metodi koja nam omogućava spajanje ili put do nas samih, do esencije našeg bića, do one jedinstvene individualnosti specifične za svakoga od nas. Jer nitko na svijetu ne



Tajništvo/Sekretariat

Logistik:TMT

Mobil:00385 91 505 7449



Hrvatski liječnički zbor
Croatian medical association

Hrvatsko društvo za medicinsku hipnozu
Croatian society for medical hypnosis
Telefon: 0915057449
E-mail: denisa.legac@gmx.net

živi isti život, svatko proživljava životni put i okolinu koja ga prati na za sebe osebujuan način jer svatko je individua za sebe te ne postoje dva ista puta.

OPISI NEKIH DJELOVA RADIONICA :

Moje dijete odrasta - ja sam na rubu živaca. Hipnoidna komunikacija u obitelji

Ključne riječi: komunikacija roditelj-dijete, kratke hipnotieka intervencija, priča

Odrastanje djeteta je složen proces obilježen brojnim razvojnim promjenama kada se potrebe, zahtjevi i očekivanja unutar obitelji mijenjaju. Komunikacija između roditelja i djece je otežana. Roditelj je na rubu živaca, suočen sa roditeljskom ulogom sa kojom se ne zna nositi. Treningom hipnoidne komunikacije roditelje senzibiliziramo za uočavanje signala neverbalne komunikacije, te verbalnu komunikaciju na reflektirajući način. Komunikacija i odnosi u obitelji se time poboljšavaju, olakšano je prepoznavanje, razumijevanje i izražavanje vlastitih i tuđih emocija, stanja i potreba. Posebno se trenira hipnoidna komunikacija u konfliktnim situacijama, što smanjuje tenzije u obitelji i roditelju daje osjećaj kompetentnosti. Kratke

hipnotičke intervencije koje poboljšavaju komunikaciju između roditelja i djece, kao i ciljano korištenje priče u rješavanju pojedinih situacija.

12. Specijalizirane radionice za medicinsko osoblje

Ključne riječi: komunikacija s pacijentom, stimulacija psihofizičkog oporavka, hipnoidna intrervencija

---- Kako u komunikaciji s pacijentom očuvati svoju dušu zdravom (komunikacija s pacijentom - prevencija stresa i skrb o vlastitom mentalnom zdravlju ----

Odnos pacijent-liječnik u situaciji vanbolničkog, a naročito bolničkog liječenja, kada je pacijent fokusiran na liječnika, utiče na pacijentovo psihičko (i psihofizičko) stanje, na odnos prema sebi i svojoj bolesti. Komunikacija s pacijentom je važan faktor procesa ozdravljenja i psihičke stabilnosti pacijenta kojom se može stimulirati i ubrzati njegov psihofizički oporavak.

Radionica je namijenjena (specijalizirana za) medicinskom osoblju. Tijekom 2 dana učesnici uče kako koristiti osnove hipnoidne komunikacije u svom svakodnevnom radu s pacijentima.



Tajništvo/Sekretariat

Logistik:TMT

Mobil:00385 91 505 7449



Hrvatski liječnički zbor
Croatian medical association

Hrvatsko društvo za medicinsku hipnozu
Croatian society for medical hypnosis
Telefon: 0915057449
E-mail: denisa.legac@gmx.net

Bit će poučeni vještinama primjene kratkih hipnoidnih (hipnotskih) intervencija, indukciji transnog stanja, te prepoznavanju transnih i distransnih stanja kod pacijenta. Posebna pažnja posvetit će se vježbanju komunikacije s pacijentom (korištenje dodira u svakodnevnoj komunikaciji, izbjegavanje negativnih i korištenje afirmativnih formulacija, i dr.)

Sugestija - riječ i njezina moć

Ključna riječ: riječ, sugestija, kvaliteta odnosa

Kroz predavanje i radionice pojasnit će se moć riječi, te kako i kada je koristiti da bi se unaprijedila kvaliteta poslovnih odnosa, poboljšala komunikacija u obitelji, te kvaliteta odnosa među partnerima. Važno je osobama koje rade s ljudima u terapiji ili drugim pomagačkim profesijama osvijestiti moć sugestije, te iskustveno i kroz prikaze slučaja ponuditi primjere njezinog humanog i djelotvornog, ali i nehumanog i neetičnog korištenja.

Dr.Med.Denisa Legac

Predsjednica HLZ HDMH

Predsjednica MEDIZINISCHE HYPNOSE ALPE ADRIA AUSTRIA

MILTON ERICKSON CENTER ZAGREB