

MODUL IV: Ego state terapi – behandling af fastlåste problemstillinger og traumer

I alt 12 kursustimer. Frokost midtvejs. Underviser: Psykolog Lone Kærvang.

Kursusbeskrivelse:

I dette videregående hypnoterapikursus vil vi arbejde videre med hypnoterapeutiske tilgange til ego states. Der vil være undervisning og træning i forskellige ego state metoder, med særlig henblik på behandling af traumer og fastlåste dilemmaer. Desuden vil du få et overblik over forskellige typer traumer, vi møder hos klienter (fobier, enkelt stående traumer, PTSD, komplekse tilknytnings-/opvæksttraumer).

I arbejdet med ego state terapi vil vi bl.a. have fokus på Introjekter. Mange af vores klienter lider under, at de har internaliseret autoriteter, som på forskellige måder regulerer deres adfærd og deres selvopfattelse. Som indre stemmer, formaninger, løftede pegefingre eller nedladende kommentarer, der blander sig, når klienten forsøger at udleve sit potentiale.

Vi vil arbejde med ego states kropsligt; med pendulering mellem ressource-del og traume-del (inspireret fra Hartman). Vi vil arbejde med ego state metoder for enkeltstående eller gentagne traumer (inspireret fra Shapiro). Vi vil træne en ego state metode, hvor personlighedens forskellige ego states mødes i et rum, så klienten kan få hjælp til dilemmaer og opnå bedre balance ml. overudviklede/ uhensigtsmæssige ego tilstande/negative introjekter og underudviklede/ ressourcefulde ego tilstande (inspireret fra Watkins & Watkins). Vi vil arbejde med en fobi/traumebehandlingsmetode, hvor man neutraliserer klientens følelsesmæssige alarmberedskab gennem en film-metode (inspireret fra Jones). Vi vil arbejde procesorienteret med ego state terapi og styrke dialogen mellem forskellige ofte dilemmafyldte jeg tilstande (inspireret fra Emmerson). Desuden vil vi evt. træne en selvhypnose-ego state-problemløsningsmetode.

Undervisningen vil være en vekselvirkning mellem oplæg, casebeskrivelser, demonstrationer og træning af ego state metoder i mindre grupper. Der tages forbehold for ændringer undervejs, da undervisningen vil være procesorienteret - fordybelse og deltagernes læringsproces har første prioritet.

Teori:

- Oplæg om Ego-state-teori og -terapi. Dannelsen af ego states og introjekter.
- Om traumer, enkeltstående hændelses-traumer og tilknytnings/gentagne traumer.
- Gennemgang af ego state terapi-modeller og deres anvendelsesmuligheder.
- EST illustreret med caseeksempler.

Træning/færdigheder:

- Demonstrationer på plenum og træning i grupper af forskellige ego state metoder.

Program:

1. dag:

Kl. 9.30: Vi mødes til kaffe /the & morgenbrød.

Kl. 10-17: Undervisning.

2. dag:

Kl. 9-16: Undervisning.

Litteratur:

Healing the divided self. Clinical and Ericksonian Hypnotherapy for Post-traumatic and Dissociative conditions af Maggie Phillips & Claire Frederick. (1995)
Ego State Therapy af Gordon Emmerson. (2003, reprinted 2012).
Easy Ego State Interventions af Robin Shapiro (2019)
Ego States. Theory and therapy. Af John G. Watkins & Helen H. Watkins (1997).
Hypnoterapi i praksis af Jens-Jørgen Gravesen. Klim (2012).
Hypnose og hypnoterapi af Jens-Jørgen Gravesen. Klim (2004)
Advanced Ericksonian Hypnotherapy Scripts af Dan Jones (2014).
Kroppen holder regnskab af Bessel van der Kolk (2014).