



Tieteellinen hypnoosi ry:n järjestämä *Hypnoosin perusteet* -kurssi

aika: osa 1 – to 25.05., pe 26.05. ja la 27.05. sekä osa 2 – pe 16.06. ja la 17.06.2023

paikka: Helsingin Kruununhaassa *Resolvo Oy*:n koulutustila, Mariankatu 8 c

kouluttajat: *Lea Polso*, psykologi, psykoterapeutti (ratkaisukeskeinen YET), hypnoterapian kolmivuotinen koulutus (TYT) sekä *Alexi Jalava*, psykologi, psykoterapeutti (kognitiivinen kouluttajapsykoterapeuttikoulutus / VET, paripsykoterapia), kliinisen hypnoterapian yksivuotinen koulutus. Lisäksi vierailevina kouluttajina *Maarit Virta-Jämiä*, dos., neuropsykologian erikoispsykologi, kouluttajapsykoterapeutti sekä *Hannu Lauerma*, ylilääkäri, dosentti, työelämäprofessori, psykiatrian ja oikeuspsykiatrian erikoislääkäri, psykoterapeutti, unilääketieteen erityispätevyys sekä *Taina Kankaala*, hammaslääkäri, hypnoterapian kolmivuotinen koulutus (TYT)

kohderyhmä: psykologit, lääkärit, hammaslääkärit ja psykoterapeutit

OHJELMA – OSA 1

torstai 25.05.

AAMULLA TILAAKSI PÄÄSEE KLO 9.45 ALKAEN!

- 10.00 – 12.00 kurssin avaus ja ryhmärentoutus
12.00 – 13.00 lounastauko (lounas omakustanteinen)
13.00 – 14.15 perustietoa hypnoosista (dos., neuropsykologian erikoispsykologi, kouluttajapsykoterapeutti *Maarit Virta-Jämiä*)
14.15 – 15.00 perehdytys induktioihin esimerkkinä katsefiksaatio
15.15 – 17.00 induktioharjoituksia

perjantai 26.05.

AAMULLA TILAAKSI PÄÄSEE KLO 8.45 ALKAEN!

- 09.00 – 10.30 hypnoosin historiasta (ylilääkäri, dosentti, psykiatrian ja oikeuspsykiatrian erikoislääkäri, psykoterapeutti, unilääketieteen erityispätevyys *Hannu Lauerma*)
10.30 – 11.45 hypnoosi kivun sekä somaattisten, psykosomaattisten ja psykiatristen häiriöiden hoidossa (*Hannu Lauerma*)
11.45 – 12.45 lounastauko (lounas omakustanteinen)
12.45 – 13.45 edellinen teema jatkuu
14.00 – 17.00 suggestioista, levitaatio ja harjoittelu

lauantai 27.05.

AAMULLA TILAAKSI PÄÄSEE KLO 9.45 ALKAEN

- 10.00 – 11.30 hypnoosin sovelluksia: tupakoinnin lopetus
11.30 – 13.00 ankkurointi
13.00 – 14.00 lounastauko (lounas omakustanteinen)
14.00 – 16.00 ankkurointiharjoituksia
16.00 – 17.00 hypnoosi osana omaa työtä

OHJELMA – OSA 2

perjantai 16.06.

AAMULLA TILAAKSI PÄÄSEE KLO 9.45 ALKAEN!

- 10.00 – 10.15 keskustelua kokemuksista edellisen jakson jälkeen
10.15 – 11.15 hypnoosin sovelluksia: omien voimavarojen käyttöön saaminen, esim. painonhallinta
11.15 – 12.00 itsehypnoosi
12.00 – 13.00 lounastauko (lounas omakustanteinen)
13.00 – 15.00 hypnoosi hammaslääkärin työssä ja lasten kanssa työskennellessä (*Taina Kankaala*)
15.00 – 17.00 tunnesiltatyöskentely

lauantai 17.06.

AAMULLA TILAAKSI PÄÄSEE KLO 9.45 ALKAEN!

- 10.00 – 13.00 tunnesiltatyöskentelyn harjoittelu ja keskustelua sen käyttömahdollisuuksista
13.00 – 14.00 lounastauko (lounas omakustanteinen)
14.00 – 14.30 tunnesillan käyttömahdollisuuksista
14.30 – 15.45 keskustelua, hypnoosi osana omaa työtä, kurssin arviointi ja päättäminen, loppurentoutus