

Voor wie geschikt?

Hypnotherapie is zeer goed inzetbaar voor zowel volwassenen als voor kinderen.

Bij sommige ziektebeelden is hypnotherapie niet zonder meer geschikt. Zeer ernstige psychiatrische aandoeningen zijn een contra-indicatie om met hypnose te werken.

Een alternatieve geneeswijze?

Hypnotherapie is geen vervanging van reguliere medische hulpverlening. Wel kan het een goede aanvulling daarop zijn. Hypnotherapie kan daarom beter een *complementaire* therapie genoemd worden: een therapie die aanvullend werkt, compleet maakt.

De methoden en technieken kunnen goed samengaan met vele andere vormen van complementaire therapie en reguliere psychologische en psychiatrische begeleiding.

Waar vind je een goede hypnotherapeut?

Op de website van de NBVH vind je een hypnotherapeut in de buurt. De therapeuten die hier staan geregistreerd voldoen allemaal aan de hoge kwaliteitseisen van de beroepsvereniging. Beschik je niet over internet dan kun je ons ook bellen.

Klachten

De NBVH beschikt over een onafhankelijke Klachtencommissie en een externe Tuchtcommissie. Op onze website is hierover meer informatie te vinden.

Contact met de NBVH

Meer informatie over onze vereniging, het vakgebied en het register van erkende hypnotherapeuten vind je op onze website:
www.hypnotherapie.nl

Je kunt ook bellen naar 085 - 90 228 37.

Deze brochure wordt je aangeboden door:

Hypnotherapie



nbvh
Nederlandse
Beroepsvereniging
van **Hypnotherapeuten**

Wat is hypnose?

Het gebeurt vast wel eens

Je ziet een prachtige film of je leest een mooi boek.
Je dagdroomt of je bent juist actief aan het sporten.
Dan ga je daar helemaal in op. Je zou ook kunnen zeggen: je bent 'onder hypnose'.

We noemen dit verschijnsel ook wel 'trance'.
Prikfels van buitenaf zijn op dat moment even minder voelbaar; ze staan als het ware op een zijspoor. Dit type trance wordt gebruikt bij hypnotherapie. Zo gaat even alle aandacht naar wat in je leeft en ontstaat er ruimte om persoonlijke problemen aan te pakken.

Wat is hypnotherapie?

Hypnotherapie is een behandelmethode bij psychische en psychosomatische klachten. Het gebruik van trance (oftewel hypnose) vormt de spil van deze therapie. Daarnaast worden verschillende andere gangbare therapievormen toegepast waarvan de werking is aangetoond.

De therapeut past trance (hypnose) doelbewust toe als therapeutisch middel. De cliënt behoudt daarbij altijd volledig de controle over zichzelf.
Dit is een groot verschil met theaterhypnose.

Tijdens de trance leer je op een andere manier naar jezelf te luisteren. Onbewuste gevoelens en overtuigingen komen in beeld. Hierdoor kunnen nieuwe inzichten ontstaan, die je probleem helpen oplossen of bijdragen aan het verwezenlijken van je doelen.

Waarvoor hypnotherapie?

Een greep uit de mogelijke toepassingen:

- o Afleren van ongewenst gedrag
- o Angsten, fobieën
- o Burn-out
- o Concentratie- en geheugenproblemen
- o Depressieve gevoelens
- o Emotionele uitbarstingen
- o Inzicht krijgen in eigen mogelijkheden
- o Nervositeit en spanning
- o Pijnklachten
- o Psychosomatische klachten, bijvoorbeeld maag- en darmklachten, hyperventileren
- o Seksuele problemen
- o Slaapproblemen
- o Stress
- o Trainen van vaardigheden
- o Traumaverwerking
- o Versterken en/of ondersteunen van een genezingsproces

Hoe werkt een hypnotherapeut?

De therapeut begint altijd met een intakegesprek. Alle belangrijke informatie komt aan de orde. Naar aanleiding van je hulpvraag wordt een doel geformuleerd en een behandelplan gemaakt. Om je doelen te kunnen bereiken is je eigen motivatie belangrijk.



Wij gaan ervan uit dat je, in geval van lichamelijke klachten, een arts hebt geraadpleegd.
Hypnotherapeuten zijn altijd bereid tot overleg met de behandelend arts. Dit gebeurt natuurlijk alleen als je dat goed vindt. En uiteraard is de hypnotherapeut gehouden aan een zwijgplicht, dus alle informatie wordt vertrouwelijk behandeld.

Hypnose in de 21e eeuw

Hypnose en hypnotherapie worden niet alleen door hypnotherapeuten toegepast. Ook medisch specialisten zoals chirurgen, anesthesisten, radiologen, artsen en tandartsen maken er gebruik van. In de geestelijke gezondheidszorg maken psychiaters, psychologen en psychotherapeuten regelmatig gebruik van hypnose.

Hypnotherapeuten zijn opgeleid voor en gespecialiseerd in het werken met therapeutische hypnose. Om die reden doen artsen met regelmaat een beroep op hen. De NBVH juicht deze samenwerking toe.

Vergoedingen door zorgverzekeraars

De zorgverzekeraars die hypnotherapie vergoeden, erkennen de NBVH als beroepsvereniging. Als je aanvullend verzekerd bent, is het goed mogelijk dat je recht hebt op (een gedeeltelijke) vergoeding. De hoogte van de vergoeding verschilt per zorgverzekeraar en per pakket. In je polis staat hoe dat geregeld is.