



Lektion 10 – Sessionsstruktur

Den første session med en klient

Den første session med en klient varer ofte lidt længere, end de efterfølgende (ca. halvanden til to timer). De første 45 minutter af denne session skal bruges til at etablere rapport, lytte/nedskrive klientens personlige baggrund, forklare hypnosen og foretage en adfærds/problem-vurdering.

Som det første

Forklar hvad der skal ske hos dig – At I starter med en god snak om, hvad klienten gerne vil have hjælp til, samt hvordan det skal være anderledes. Og at du vil forklare hypnose lidt senere (Før-hypnose-samtalen – Pretalk), og at klienten til sidst kommer i hypnose. (Find din egen måde at lave intro på!)

Etablere rapport

Der er mange faktorer, der opmuntrer til etablering af rapport (tillid).

De omfatter:

- En følelse og demonstration af empati
- Accept af klienten – Vær 100 % neutral og "ikke-dømmende"
- Effektiv lytning
- Kropssprog – tillidsfuldt/matching
- Harmoni mellem klient og hypnotisør - kemien skal passe





Efterfølgende sessioner

	Minutter
<p>Gennemgå klientens oplevelse efter 1. session – ”Hvordan har du oplevet forandring siden sidst”?</p> <p>Diskuter klients adfærd i ugen, der gik.</p> <p>Hvad gik godt? Hvad gik skidt? Hvor er fokus nu?</p>	30
Toiletbesøg :-)	5
<p>Vælg en induktion</p> <p>Gentagelse er godt, og hvis Elman-Banyan fungerede fint for klienten, kan den bruges igen og igen. Du kan også vælge en lyninduktion.</p> <p>Jeg anvender selv Elman-Banyan igen og igen. Og en sjælden gang lyninduktion, hvis klienten f.eks. bliver rastløs ved Elman-Banyan eller har svært ved at blive somnambulistisk.</p>	10-15
Fordyb	5
<p>Terapi og suggestioner</p> <p>Udfør terapi (Varighed kan svinge meget.)</p> <p>Direkte suggestioner evt. EGO-styrkningsscriptet (Tilføj dine egne tilpassede suggestioner for det aktuelle problem).</p> <p>Progression (Lad igen klienten opleve sig selv i fremtiden ud fra før-hypnose-interviewet ”Hvad vil være bevis for, at du har fået forandring?”)</p>	30-50
<p>Opsummering</p> <p>1. Gennemgang af oplevelserne under hypnosen. 2. Aftal videre forløb. Hjemmeøvelser, næste session osv.</p>	5
I alt	85-105