

# Kroměřížský kurz hypnózy

**Tadeáš Samuel Zborník**

e-mail | t.s.zbornik@gmail.com

Klinika adiktologie 1. LF UK a VFN v Praze

*V říjnu letošního roku se v areálu Psychiatrické nemocnice v Kroměříži konal Kroměřížský kurz hypnózy. Akce byla garantována Asociací klinických psychologů a Českou lékařskou komorou, za účast bylo možné získat 30 kreditů v rámci kontinuálního vzdělávání.*

Kurz I zahrnuje 25 hodin teoretického vzdělávání a 15 hodin praktického nácviku a je určen těm, kteří mají zájem o provádění hypnoterapie v rámci své profese, tedy o využití hypnotického stavu k léčebným účelům, ať už jako terapie pomocné, nebo jako podstatné součásti psychoterapie. S pacienty psychiatrických nebo jiných diagnóz v rámci léčby onemocnění a poruch by měla být hypnoterapie prováděna výhradně v klinické praxi odborným pracovníkem s dostatečnou kvalifikací, která je charakterizována jako pět pilířů kvalifikovaného terapeuta: 1. Pregraduální vysokoškolské vzdělání min. magisterského stupně (psycholog, lékař, adiktolog). 2. Komplexní psychoterapeutický výcvik se zdravotnickou akreditací. 3. Odborný kurz klinické hypnózy nebo hypnoterapie. 4. Členství v odborné nebo profesní organizaci. 5. Supervize a předpoklad celoživotního vzdělávání.

V kurzu I se frekventanti seznámí se základními koncepty hypnózy, sugestibility a hypnability. Získají informace o podstatě hypnotického stavu a základech hypnotické indukce, včetně základních hypnotických jevů. Po absolvování kurzu jsou oprávněni k tomu zkoušet a učit se klinickou hypnózu ve své praxi pod supervizí tak, aby v navazujícím Kroměřížském kurzu hypnózy II mohli získat plnou kvalifikaci v hypnoterapii.

Druhý kurz je ve stejném rozsahu jako první, tedy 25 hodin teoretického vzdělávání a 15 hodin praktického nácviku. Kurz slouží k prohloubení znalostí z oblasti klinické hypnózy a hypnoterapie a seznámení se se složitějšími hypnotickými fenomény. Jsou také posuzovány praktické zkušenosti absolventů prvního kurzu, a to formou práce s vlastními kazuistikami. Teprve po absolvování obou kurzů lze nabízet a provádět hypnoterapeutickou péči, včetně zařazení do adresáře hypnoterapeutů.

V České republice je výuka klinické hypnózy rozšířena zejména díky Stanislavu Kratochvílovi (\*1932) a je tradičním hypnoterapeutickým přístupem, který doplňuje všechny psychoterapeutické směry. Například v Německu je metodou pouze v klinické praxi a je propojena vý-

hradně s kognitivně-behaviorální terapií, výcvik hypnózy probíhá jen v rámci komplexního výcviku v KBT, se kterou tradiční přístup sdílí klasickou vědeckou metodologií. Koncepte tradičního přístupu v Kroměříži vzdělává lékaře a psychology z Čech a Slovenska již více než půl století, mimo KBT mají účastníci i psychodynamické výcviky, případně humanistické přístupy a další.

Klinická hypnóza v tradičním pojetí je metodou psychoterapeutické práce, rozšířením individuální systematické psychoterapie, případně formou zaměřenou na symptom, a je vhodná pro pacienty, jejichž problémy jsou kategorizovány do lékařských diagnóz.

V současné době se vědecký přístup k hypnóze rozděluje do dvou základních oblastí – klinické a experimentální. Experimentální hypnóza se zaměřuje především na výzkum hypnózy jako psychického stavu nebo jevu, výzkum osobnostních předpokladů a na výzkum vlivu hypnózy a sugesce na duševní a tělesné projevy. Poznatky z této oblasti jsou publikovány v prestižním mezinárodním časopisu *International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis* (Kratochvíl, 2011).

Hypnoterapie je také součástí pojetí eriksonovské komunikační terapie, která vychází ze sociálního konstrukcionismu, tedy nikoliv z metodologie klasické vědy, kdy přístup k pacientovi probíhá zevnitř ven, na rozdíl od klasické hypnoterapie, kde je postup směrem od terapeuta k pacientovi, tedy zvenku dovnitř.

Hypnoterapii lze využívat při léčbě závislosti na alkoholu a jiných návykových látkách, použití je vhodné i při odvykání kouření. Její samostatné využití nezvládne pokročilejší stadia závislosti, vhodné je využití ke komplexní léčbě nebo jako podpůrná složka doléčování. Též poslouží v procesu ovlivnění pacienta v počátečním stadiu závislosti, kdy pomocí hypnotických sugescí se nejčastěji používá k vyvolání averze na užití nebo k vytvoření zvracívého efektu.

Podstatnou roli může hypnoterapie mít při posilování motivace a při plánování dalších životních perspektiv, kdy hlavní důraz je kladen na pozitivní sugesce a uspokojení z abstinence. Lepších výsledků bývá dosaženo při více sezeních a individuálním přístupu k motivaci a potřebám daného pacienta (Kratochvíl, 2009).

Pozitivním účinkem hypnózy jsou léčebné sugesce, které mohou být formulovány k celkovému zlepšování zdravotního stavu a spokojenosti pacienta nebo mohou být zaměřené na konkrétní problém či symptom. Vhodnými sugescemi lze také docílit necitlivosti nebo snížené citlivosti k bolesti, je možné odblokovat potlačené vzpomínky a uvolnit tak nahromaděné emoce, odnaučit nežádoucí návyky, fobie a strachy, nebo naopak posílit vlastnosti žádoucí.

---

## LITERATURA

Kratochvíl, S. (2009). *Klinická hypnóza*, 3., aktualizované a rozšířené vydání. Praha: Grada. ISBN: 978-80-247-2549-9

Kratochvíl, S. (2011). *Experimentální hypnóza*, 3., aktualizované vydání. Praha: Grada. ISBN: 978-80-247-3628-0