

**Bilişsel Davranışçı Hipnoterapi Bağlamında
Uygulamalı Hipnoterapi-Mindfulness Eğitimi**

Uygulamalı Hipnoterapi-Mindfulness Eğitimi (01-03 Mayıs 2020)

(Genel Amaç: Hipnoterapi ve Bilinçli-Farkındalık Meditasyonu ile tanışma ve deneyimleme)

1. Gün (01 Mayıs 2020-Cuma) Eğitmen; Prof. Dr. Atilla Soykan

Dr. Psk. Filiz Özekin Üncüer

(Amaç: Hipnoterapi ile tanışma ve Hipnoza Girme Becerisi Kazanma)

09.00-09.30 Kayıt

09.30-10.00 Açılış, Tanışma ve Beklentiler

10.00-11.15 Bilişsel Davranışçı Hipnoterapi; Tanıtım ve Kurs Yapısı

NEHİRDE YAPRAKLAR' HİPNOZU: GRUP UYGULAMASI

11.15-11.30 **Ara**

11.15-12.00 Hipnoterapi ve Psikoterapiler İçindeki Yeri; Metin Okuyarak Hipnoterapi

12.00-12.45 **Pratik Uygulama** 'NEHİRDE YAPRAKLAR' HİPNOZU: İkili Uygulama

12.45-13.30 Yemek Arası

13.30-15.30 Hipnoterapi; Genel Bilgiler, Temel Kavramlar, Yanlış Söylentiler, Etkinlik

15.30-15.45 **Ara**

15.45-17.00 **Pratik Uygulama** Hipno-BDT Hipnotik Yanıt Değerlendirme Metni

Uygulaması (Demo ve Grup Uygulaması)

2. Gün (02 Mayıs 2020-Cumartesi) Eğitmen; Prof. Dr. Atilla Soykan

Dr. Psk. Filiz Özekin Üncüer

(Amaç: Metin Okuyarak Hipnoterapi Yapma Becerisi Deneyimleme)

09.30-10.30 Hipnoterapi Seansının Genel Yapısı ve Hipnotik 'mind-set' oluşturma; Hipno-BDT Seansı; Nedir, Nasıl Yapılır ?

10.30-10.45 **Ara**

10.45-11.30 'KENDİNE GÜVEN' HİPNOZU: GRUP UYGULAMASI

11-30-12.30 **Pratik Uygulama:** 'KENDİNE GÜVEN' HİPNOZU: İKİLİ ÇALIŞMA

12.30-13.30 Yemek Arası

13.30-15.00 Hipnoz Olabilirlik vs Trans-Derinleşme Kavramları

15.00-15.30 **Ara**

15.30-17.00 **Pratik Uygulama** Hipno-BDT Hipnotik Derinlik Seviyesi Metni Uygulaması

(Demo ve İkili Çalışma)

3. Gün (03 Mayıs 2020-Pazar) Eğitmen; Doç. Dr. Psk. Çiğdem Soykan

(Amaç: Hipnoza Alternatif Olarak Bilinçli-Farkındalık Kullanma Becerisi Deneyimleme)

09.30-10.45 Bilinçli – Farkındalık; Tanım, Genel Bilgiler, Kullanım Alanları

10.30-10.45 **Ara**

10.45-12.30 **Pratik Uygulama:** PSİKOTERAPİDE KULLANILABİLECEK BİLİNÇLİ-

FARKINDALIK TEKNİKLERİ; GRUP ve İKİLİ UYGULAMALAR

12.30-13.30 Yemek Arası

13.30-14.30 **Pratik Terapi Seansı Uygulaması:** Duygu Odaklı Yaklaşım Örneği

14.30-17.00 Geri bildirimler, Sorular ve Kapanış

Hipno-BDT hakkında genel bilgiler için <http://www.hipno-bdt.com> adresini inceleyin