

## Specialistische opleiding ‘Hypnose bij acute en chronische pijn’

### Doelstellingen van de opleiding

De cursus ‘Hypnose bij acute en chronische pijn’ geeft inzicht in de psychologie van de pijn, en concrete aanknopingspunten om de behandeling te starten. Pijn is een veel voorkomende klacht. Er wordt geschat dat de helft van de mensen die zijn opgenomen in het ziekenhuis pijn hebben. Mensen hebben acute pijn ten gevolge van een ongeval of een ziekte. Maar mensen kunnen ook pijn verwachten, bijvoorbeeld als ze een belastend onderzoek moeten ondergaan. Daarnaast is er een grote groep Nederlanders die chronische pijn hebben, alleen al voor rugklachten schat men zo’n 1,6 miljoen. Niet alleen in het ziekenhuis maar ook in de eerste lijn kan de behandeling van pijn een belangrijke bijdrage aan het welzijn leveren. Al deze situaties komen in de vijfdaagse cursus aan bod, waarbij natuurlijk de behandeling met hypnose centraal staat. Na deze cursus bent u in staat, al naar gelang de werksetting, om een adequate behandeling aan te bieden in situaties waarin de pijn een belangrijke rol speelt.

### Opzet van de opleiding

#### DAG 1

Tijdens de eerste dag wordt de ochtend besteed aan kennismaking, uitleg over doel en inhoud van de cursus, en worden de 3 verschillende niveaus toegelicht waarop de pijnbehandeling kan plaatsvinden. De centrale plaats van communicatie – van de cliënt met zijn pijn, en de therapeut met de cliënt – wordt aangegeven. Een eerste oefening: opstarten van de communicatie, wordt uitgevoerd.

’s Middags wordt een algemene inleiding<sup>1</sup> gegeven over de behandelaspecten van pijn in algemene zin binnen de gezondheidszorg. Bij chronische pijn neemt de cliënt een meer actieve plaats in, bij acute pijn is hij meer patiënt.

<sup>1</sup> ingekorte versie van de cursusdag: psychologische behandeling van mensen met chronische pijn, zie: <http://www.lerenomgaanmetpijn.nl/vrc-professionals.html>

#### DAG 2

Tijdens de tweede dag staat acute pijn centraal: mogelijke interventies bij mensen met acute klachten – zoals dat voorkomt bij trauma’s en op de afdeling Intensive Care van het ziekenhuis -, en interventies bij mensen die een medische procedure moeten ondergaan.

In de ochtend wordt aandacht besteed aan inductie op de IC en de eerste hulp, ’s middags is er aandacht voor het gebruik van hypnose bij – in aanleg vervelende en/of pijnlijke - medische procedures.

#### DAG 3

Tijdens de derde dag staat chronische pijn centraal: mogelijke interventies bij mensen met chronische pijnklachten. Hierbij kan het gaan om de beïnvloeding van het symptoom, dit is met name aan de orde gekomen op dag 2. Bij chronische pijn staat het gedrag van de persoon met pijn centraal, wat zijn de eigen mogelijkheden om met pijn toch zo goed mogelijk te kunnen functioneren. De persoon met pijn wordt hier meer

cliënt dan patiënt. Het gaat nu meer om hypnotische interventies gericht op gedragsverandering bij pijn. Een belangrijke plaats is er voor hypnotische interventies gericht op het wegnemen van belemmeringen om het eigen gedrag aan te passen aan de veranderde situatie.

#### **DAG 4 / DAG 5**

Deze dagen worden enige tijd na de 1e 3 dagen en enige tijd uit elkaar georganiseerd. Tijdens deze dagen is er aandacht voor de hypnotische interventies die de deelnemers hebben toegepast in hun eigen werksetting. Er is de mogelijkheid om (video) casuïstiek aan de orde te stellen en plenair te bespreken. De casuïstiek wordt afgewisseld met inhoudelijke toelichting op onderwerpen die in de casuïstiek aan de orde worden gesteld, of waaraan behoefte is, zoals voorafgaand aan de dag aangegeven. Mogelijke onderwerpen zijn: pijn in de pediatrie en geriatrie/gerontologie, pijn bij maligne aandoeningen, neurobiologische aspecten van pijn, anesthesie, gynaecologische pijn. Er wordt aandacht besteed aan de activiteiten binnen de oefengroepen.

#### **Verwachtingen t.a.v. de cursisten**

Van de cursisten wordt een actieve deelname verwacht met betrekking tot oefeningen tijdens de opleiding. Afwisselend is men degene, die de hypnose ondergaat en degene, die de hypnose induceert. Daarbuiten gelden de volgende verwachtingen:

- Tussen de opleidingsdagen past de cursist de nieuwe hypnotische strategieën toe binnen zijn werksetting. Daarnaast wordt in kleinere oefengroepen (3 à 4 personen) geoefend, met name die strategieën die binnen de eigen werksetting niet geoefend kunnen worden.
- De cursisten maken voor de 4e en 5e cursusdag een video opname van een – deel van de – behandeling van een patiënt/cliënt met pijn.

#### **Competenties:**

Medisch handelen 100%

#### **Studiebelasting:**

Diagnostiek	25%
Behandeling	65%
Overig	10%

## Kennisniveau na afronding:

Na de opleiding is de deelnemer in staat om op een zorgvuldige manier in te voegen bij de cliënt met pijn. Er is tevens kennis opgedaan over het hoe en waarom van chronische pijn, en de invloed van het eigen gedrag op ontstaan en instandhouding van de klachten.

Na de opleiding heeft de deelnemer:

- kennis van de verschillende behandelmogelijkheden bij acute en chronische pijn;
- kennis van de verschillende behandelmogelijkheden bij acute pijn bij trauma's en in de medische setting;
- vaardigheden opgedaan op het gebied van de toepassing van deze hypnotische interventies;
- kennis van de verschillende behandelmogelijkheden bij chronische pijn, gebaseerd op kennis van het ontstaan en instandhouding van chronische pijn;
- een gedegen inzicht en overzicht in het toepassen van hypnotische interventies op de verschillende gebieden in de gezondheidszorg waar dit zinvol toegepast kan worden bij pijn;
- ervaring opgedaan in de eigen werksetting en in oefengroepen.
- kennis om de hypnotische aanpak op een veilige manier toe te passen.

## Programma - Dag 1

09.30 uur	Kennismaking, introductie specialistisch programma pijn & hypnose, theorie wat is pijn, de functie van pijn, acute en chronische pijn, mogelijkheden van gebruik van hypnose bij pijn.
10.45 uur	Cliënt & pijn, 3 stappenplan, sensorisch invoegen Theorie/oefenen 50/50 Wat zijn de mogelijkheden die je als behandelaar hebt bij een cliënt met pijn. 3 niveaus: beïnvloeden van het symptoom, beïnvloeden van het gedrag bij pijn, beïnvloeden van de weerstand om gedrag te veranderen als dat eigenlijk gewenst is. Oefening: sensorisch invoegen bij cliënt.
12.00 uur	Acute pijn, handschoenanalgesie, dissociatie Theorie/oefenen 25/75 Ingegaan wordt op de (neo)dissociatie theorie. Er wordt geoefend met een concrete pijnprikkel. Handschoenanalgesie wordt geoefend. Diverse mogelijkheden worden toegelicht om pijn te beïnvloeden: verplaatsing, substitutie, volume---meter, ed.
13.00 uur	Lunch
14.00 uur	Literatuur theorie - zie literatuurlijst, wordt besproken
14.45 uur	Chronische pijn: neuropathie, dystrofie, benigne en maligne chronische pijn theorie
15.00 uur	Ontstaan en instandhouding van benigne chronische pijn, gedrags- aspecten en de beïnvloeding ervan theorie
16.45 uur	Rol van behandelmethoden: cognitieve gedragstherapie/hypnose en medicatie. Theorie
17.30 uur	Afsluiting

## Programma - Dag 2

- 9.30 uur Evaluatie dag 1, uitwisselen van de opgedane ervaringen/casuïstiek  
10.30 uur Introductie inductie bij aanwezige pijn/crisis, bv op de IC/in het ziekenhuis  
Demonstratie inductie en oefenen.  
Theorie/oefenen 25/75  
12.00 uur Oefenen met eigen aanpak, aan de hand van voorbeeld  
Theorie/oefenen 0/100  
13.00 uur Lunch  
14.00 uur Literatuur - zie literatuurlijst, wordt besproken  
14.30 uur Inductie bij voorbereiding op stressvolle medische procedures  
Theorie/oefenen 25/75  
17.30 uur Afsluiting

## Programma - Dag 3

- 9.30 uur Evaluatie dag 2, uitwisselen van de opgedane ervaringen/casuïstiek  
10.30 uur Introductie verschillende hypnotische strategieën gericht op  
symptoomverandering, zoals time distortion, visualisatie, metaforen, etc.  
Oefenen.  
Theorie/oefenen 25/75  
12.00 uur Oefenen met eigen aanpak, aan de hand van voorbeeld  
Theorie/oefenen 0/100  
13.00 uur Lunch  
14.00 uur Literatuur - zie literatuurlijst, wordt besproken  
14.30 uur Gebruik van hypnotische strategieën bij het veranderen van ongewenst  
gedrag bij chronische pijn in gewenst gedrag, het wegnemen van  
belemmeringen tot gedragsverandering.  
Theorie/oefenen 25/75  
17.30 uur Afsluiting

## Programma – Dag 4 / 5

- 09.30 uur Evaluatie dag 3 / 4, uitwisselen van de opgedane ervaringen/casuïstiek  
10.30 uur Casuïstiek.  
Oefenen  
Theorie/oefenen 25/75  
12.00 uur Capita selecta  
Theorie/oefenen 25/75  
13.00 uur Lunch  
14.00 uur Casuïstiek.  
Oefenen  
Theorie/oefenen 25/75  
15.30 uur Capita selecta  
Theorie/oefenen 25/75  
16.45 uur Afronding specialistische opleiding evaluatie  
17.30 uur Afsluiting

## Literatuurlijst

### *Verplichte literatuur*

#### **Algemeen (beide boeken worden u toegezonden)**

- D.R. Patterson (2010). *Clinical hypnosis in pain control*. Washington: APA.
- Venselaar, K (2015). *Pijn als signaal*. 's-Hertogenbosch: VRC

#### **Dag 1**

- Barber, J. (1996). Hypnotic analgesia: Clinical considerations. In J. Barber, *Hypnosis and suggestion in the treatment of pain: A clinical guide*, pp. 85---113. New York: Norton. 33pp
- Cervero, F. (2012). The enigma of pain. In F. Cervero, *Understanding pain*, pp. 1---17. Cambridge: The MIT Press. 16pp
- Linton, S.J. (2005). Managing the first visit. In S.J. Linton, *Understanding pain for better clinical practice: A psychological perspective*, pp. 99---106. Edinburgh: Elsevier. 7 pp
- Patterson, D.R. (2010). Introduction. In: D.R. Patterson, *Clinical hypnosis in pain control*, pp. 3---12. Washington: APA. 9pp
- Rainville, P. & Price, D.D. (2004). The neurophenomenology of hypnosis and hypnotic analgesia. In: D.D. Price & M.C. Bushnell (Eds.), *Psychological methods of pain control: Basic science and clinical perspectives*, pp. 235 – 268. Seattle: IASP Press. 33pp
- Venselaar, K. (2009). *Herstellen met pijn*. Medisch contact, pp. 297---300. 4pp

#### **Dag 2**

- Barber, J. (1982). Managing acute pain. In J. Barber & C. Adrian (Eds.), *Psychological approaches to the management of pain*, pp. 168 – 185. New York: Bruner Mazel. 27pp
- Barber, J. (1996). A brief introduction to hypnotic analgesia. In J. Barber, *Hypnosis and suggestion in the treatment of pain: A clinical guide*, pp. 85---113. New York: Norton. 30pp
- Bejenke, C.J. (1996). Painful medical procedures. In J. Barber, *Hypnosis and suggestion in the treatment of pain: A clinical guide*, pp. 209---266. New York: Norton. 57pp
- Patterson, D.R. (2010). Acute pain, crisis and the hospital setting. In: D.R. Patterson, *Clinical hypnosis in pain control*, pp. 131---150. Washington: APA. 19pp
- Price, D.P. & Bushnell, M.C. (2004). Overview of pain dimensions and their psychological modulation. In D.P. Price & Bushnell (Eds.), *Psychological methods of pain control: Basic science and clinical perspectives*, pp. 3---18. Seattle: IASP Press. 15pp

### Dag 3

- Flor, H. & Turk, D.C. (2011). The psychology of pain. In H.Flor & D.C. Turk, Chronic pain: An integrated biobehavioral approach, pp. 45---88. Seattle: IASP Press. 43pp
- Flor, H. & Turk, D.C. (2011). Psychobiological mechanisms in chronic pain. In H.Flor & D.C. Turk, Chronic pain: An integrated biobehavioral approach, pp. 89---136. Seattle: IASP Press. 47pp
- Hammond, D.C. (1990). Hypnosis in pain management. In: D.C. Hammond (Ed.), Handbook of hypnotic suggestions and metaphors, pp. 45 – 83. New York: Norton. 38pp
- Jensen, M.P. (2009). Hypnosis for chronic pain management: A new hope. Pain, pp. 235–237. 3pp
- Patterson, D.R. (2010). Chronic pain. In: D.R. Patterson (2010), Clinical hypnosis in pain control, pp. 151---184. Washington: APA. 33pp
- Robinson, J.P. & Apkarian, A.V. (2009). Low back pain. In E.A. Mayer & M.C. Bushnell (Eds.), Functional pain syndromes: Presentation and pathophysiology, pp. 23---54. Seattle: IASP Press. 31pp

### Dag 4

#### Literatuur (optioneel, afhankelijk van capita selecta)

- LeBaron, S. & Zeltzer, L.K. (1996). Children in pain. In J. Barber, Hypnosis and suggestion in the treatment of pain: A clinical guide, pp. 85---113. New York: Norton. 33pp
- LeBaron, S. & Fowkes, W.C. (1996). Elders in pain. In J. Barber, Hypnosis and suggestion in the treatment of pain: A clinical guide, pp. 85---113. New York: Norton. 26pp
- Weisberg, M.B. (2000). Chronic pelvic pain and hypnosis. In L.M. Hornyak & J.P. Green (eds.), Healing from within: The use of hypnosis in women's health care, pp. 119---138 . Washington: APA. 19pp

#### *Aanbevolen literatuur*

- Barber, J. (1996). Hypnosis and suggestion in the treatment of pain: A clinical guide. New York: Norton.
- Flor, H. & Turk, D.C. (2011). Chronic pain: An integrated biobehavioral approach. Seattle: IASP Press.
- Linton, S.J. (2005). Understanding pain for better clinical practice: A psychological perspective. Edinburgh: Elsevier.