

# Hypnose bij kinderen en adolescenten

**Luc Bouteligier**

Hypnotherapie is een zeer dankbare hulptechniek bij zowel de medische als de psychotherapeutische behandeling van kinderen en adolescenten.

Verschilt hypnose bij kinderen van hypnose met volwassenen ?  
Ja, in die zin dat kinderen en adolescenten behoren tot de meest hypnotiseerbare leeftijdsgroep. Ze zijn dan ook zeer gevoelig voor therapeutische suggestie. Behandeling kan dan ook korter zijn, de bewijslast voor deze stelling is echter wel anekdotisch. Kinderen zijn van nature uit meer dan volwassenen bezig met 'doen alsof', beschikken over een grotere fantasie en het is juist deze creatieve verbeelding die maakt dat de hypnotiseerbaarheid een piek bereikt rond de leeftijd van twaalf jaar. Het is net dit aspect van de persoonlijkheid van kinderen wat zo bruikbaar is tijdens de hypnotische inductie en het therapeutisch gebruik van geleide fantasieën, of zoals ik het noem 'therapeutisch dagdromen'.

Kinderen vinden hypnose plezierig, er zijn weinig complicaties met de procedures, behandelingsrespons is snel, zelfvertrouwen, zelfstandigheid en zelfcontrole worden verhoogd.

Alhoewel adolescenten kritischer worden en meer vragen stellen bij het hoe en waarom van hypnose stellen ze er zich gemakkelijk voor open en leren ook zeer snel zelfhypnose aan.

Kinderen gaan zeer snel in trance en komen er ook snel uit. Zo had ik ooit een jongen van 10 jaar, die ik behandelde voor enuresis, die zich in een comfortabele trance bevond, plots zijn ogen opendeed, zijn neus snoot, terug zijn ogen sloot en verder ging.

Wat met lagere leeftijden? Baby's bvb. Hiervoor verwijs ik naar een artikel van Brian Vandenberg: 'Infant Communication and the Development of Hypnotic Responsivity' in The International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis, Vol. XLVI, no.4, October 1998 334-350.

Volgens Brian Vandenberg bezitten baby's vaardigheden op het sensorimotorische vlak, die analoog zijn aan deze die nodig zijn voor hypnotische betrokkenheid, aanwezig bij oudere kinderen en volwassenen.

Ze zijn gevoelsmatig afgestemd op de sociale vragen en verwachtingen, reageren op spreektoon en suggesties van autoritative (gezaghebbende, bevoegde, volwassene) figuren en kunnen dissociëren en spelen. Dit wil niet zeggen dat als baby's bovenstaande dingen uitvoeren, dat ze dan in trance zijn. Hoe en wat baby's in trance brengt is weinig of niet bestudeerd.

G.G.Gardner vond wel vier criteria, waarvan twee toepasbaar zijn op baby's: a) rustig wakend gedrag na soothing (kalmeren, troosten) en repetitieve stimulaties en b) versterkte aandacht voor een vernauwde focus met daaraan gekoppelde verandering in bewustzijn. Deze criteria kunnen vertaald worden naar omgaan met pijn en spanning, door baby's te betrekken in spel, wiegen, strelen of patting(zachtjes kloppen op).

Voor welke problemen gebruik je hypnose bij kinderen en adolescenten ?

Hiervoor verwijst ik naar het artikel van Dr. Jan Lehenbre, 'Hypnotherapie bij kinderen' in Trans, veertiende jaargang, nr. 2, september 1998.

## Indicaties

- 1) Pijnklachten, b.v. bij medische ingrepen en tandartsbehandeling, maar ook bij chronische pijn en ernstig zieke kinderen.
- 2) Functionele en psychosomatische klachten zoals astma, eczema, gastrointestinale klachten, slaapstoornissen, spanningshoofdpijn, conversieverschijnselen, boulimie...
- 3) Enuresis, encopresis.
- 4) Angsten en fobieën. Die kunnen zich uiten in faalangst, schoolfobie, posttraumatische stressstoornissen,...
- 5) Stotteren, tics, trichotillomanie, nagelbijten, duimzuigen...
- 6) Concentratie- en leerproblemen
- 7) Bij dwangverschijnselen zijn kinderen, in tegenstelling tot volwassenen, goed behandelbaar.
- 8) Dissociatiestoornissen en problemen die samenhangen met verdrongen materiaal. Hier kan ontdekkend en egoversterkend gewerkt worden.
- 9) Tekorten in sociale vaardigheden, geremdheid, negatief zelfbeeld, gebrek aan zelfvertrouwen.
- 10) Verbeteren van sportprestaties, of aanpakken van problemen die met sport te maken hebben.

## Tegenindicaties

- 1) Als ouders hypnose willen misbruiken om kinderen onderdanig te maken.
- 2) Als het kind niet gemotiveerd is om iets te veranderen.
- 3) Als de therapeut geen opgeleide therapeut is. Kennis van hypnose is niet voldoende. De therapeut moet in staat zijn het probleem ook zonder hypnose te behandelen.
- 4) Als medische behandeling voorgaat.
- 5) Als hypnose de psychische problemen zou verergeren
- 6) Voor het plezier of de show.
- 7) Als het probleem beter met een andere methode behandeld wordt.
- 8) Na een eerdere mislukte behandeling waar hypnotische technieken gebruikt werden.