

# HYPNOSE

## DE VOORROEDELLEN VOORBIJ



Hypnotherapie is niet mystiek of magisch. Het lokt alleen een veranderde bewustzijnstoestand uit waarin het lichaam ontspannen is en de patiënt openstaat voor suggesties. Die bewustzijnsverandering is een normaal en natuurlijk verschijnsel van onze menselijke geest. Hypnose kan succesvol zijn in de aanpak van lichamelijke of psychische gezondheidsklachten. Daar bestaan steeds meer wetenschappelijke argumenten voor. Een overzicht van de huidige medische toepassingen van hypnotherapie.

Door Ria WILLEMSEN en Roland ROGIERS

**D**e visie op hypnose veranderde de voorbije eeuwen gevoelig. Rond 1770 ontwikkelde de Weense arts Frans Friedrich Anton Mesmer (1734-1815) zijn beruchte 'dierlijk magnetisme'. Het betekende de start van hypnose als therapie. Mesmer meende dat hij 'genezende vloeistoffen' vanuit de natuur naar lichaam en geest van mensen kon laten overvloeien. Zijn vele successen leverden hem al snel zoveel patiënten op dat hij ze niet meer individueel kon behandelen. Hij ontwikkelde daarom een soort badkuip waaraan hij metalen stangen vastmaakte. Tijdens zijn sessies liet hij zijn patiënten rondom de badkuip plaatsnemen met hun zieke lichaamsdelen tegen de stan-

gen gedrukt. Vervolgens wandelde hij rond die kuip en wees zijn patiënten aan met zijn magische staf. De combinatie van zachte muziek, gedempt licht en suggestie bracht de aanwezigen in een vorm van hypnotische trance, toen 'mesmerisme' genoemd. Mesmer werd aanvankelijk bekend in Wenen, en begon later in Parijs te werken. Ook daar kende hij vele bewonderaars. Zowel Wolfgang Amadeus Mozart als de Franse koningin Marie-Antoinette zouden zich door hem hebben laten behandelen. Maar hij had ook krachtige tegenstanders. Koning Lodewijk XVI geloofde niet in zijn praktijken en beval de Franse Academie van Wetenschappen om zijn methode kritisch te evalueren. De commissie besloot dat er geen wetenschappelijk

bewijs was van dierlijk magnetisme en dat de genezingen die eruit volgden, te wijten waren aan toeval of aan suggestie. Vanaf toen had de techniek de reputatie van 'alleen maar uit suggesties' te bestaan.

### ERICKSON

Nadien kende hypnose wisselende perioden van populariteit. Ook Freud maakte in aanvang gebruik van hypnose, tot hij – zo wil het verhaal – omhelsd werd door een patiënte in trance. Freud zwoer hypnose af en daarmee was de methode begin 20ste eeuw op zijn retour, om midden de jaren vijftig en zestig weer aan een remonte te beginnen, voornamelijk onder impuls van de Amerikaanse psychiater Milton Erickson (1901-1980).

Zijn reputatie nam nog tijdens zijn leven mythische proporties aan.

Ericksons kinderjaren verliepen niet over rozen. Hij raakte op zijn negentiende verlamd waardoor hij in een rolstoel belandde. Het tekende Erickson dat hij deze beperking in zijn voordeel omzette. Hij observeerde nauwlettend mensen in zijn omgeving. Zo trainde hij zichzelf in het herkennen van het gemoed van zijn verzorgers alleen door zich op het geluid van hun voetstappen te concentreren. Hij ontwikkelde zich tot een meester in non-verbale communicatie en gebruikte die kennis om nieuwe therapeutische technieken te ontwikkelen.

Erickson bracht zijn cliënten op een heel natuurlijke manier onder trance door gebruik te maken van verhalen, beelden of sprookjesfiguren. Hierdoor bracht hij hun rationele denken wat meer naar de achtergrond en kwam er ruimte voor nieuwe inzichten. Hij maakte daarbij maximaal gebruik van de eigenaardigheden van zijn patiënten.

Onder invloed van Milton Erickson veranderde de aanpak en de visie op hypnotherapie gevoelig. Zo benadrukken huidige professionele hypnotherapeuten dat ze alleen gebruik kunnen maken van een natuurlijk trancevermogen en van de eigen kracht van de cliënt om te genezen. De cliënt gaat alleen in trance als hij dat zelf wil en over de nodige motivatie beschikt. De hypnotherapeut is daarbij een gids die de cliënt begeleidt in zijn trancewerk.

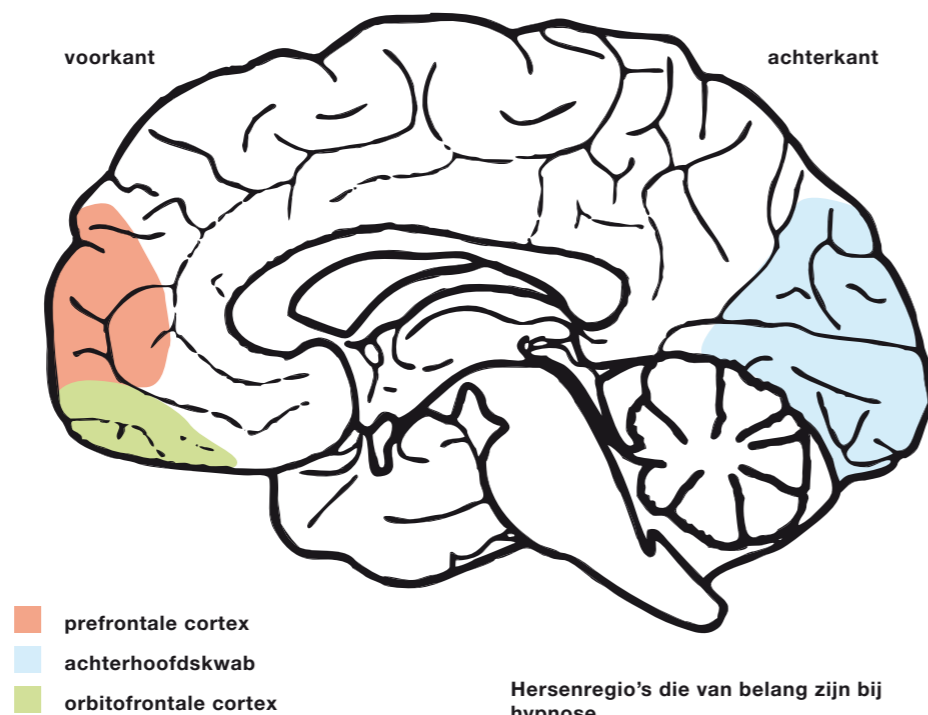
#### HARTRITME EN PIJNSENSATIE

Er zijn ondertussen wel een aantal theorieën om te verklaren hoe hypnose werkt. Toch blijft het een complex verschijnsel waar nog veel tegenstrijdigheden over bestaan. Wat men weet, is dat onze aandacht tijdens hypnose verandert. Ze wordt beperkter, minder breed en veel intenser. Die 'trance' lijkt sterk op een natuurlijke toestand van sterke concentratie die de meesten onder ons kunnen bereiken bij het lezen van een spannend boek of bij het intensief genieten van een film. Het

## Hypnotische suggesties kunnen de doorbloeding van sommige hersenzones sterk veranderen

is een toestand waarin het denken minder belangrijk wordt en we ons meer kunnen concentreren op wat er zich in onze fantasiewereld afspeelt.

In deze trance-toestand kunnen we gebieden van ons functioneren beïnvloeden die normaal buiten het bereik vallen van het logische, rationele en verbale bewustzijn. Doordat men in hypnose meer ontvankelijk is voor suggestie, is men via deze suggesties



- prefrontale cortex
- achterhoofdkwab
- orbitofrontale cortex

Hersenregio's die van belang zijn bij hypnose.

in staat het hartritme, de huidtemperatuur, de pijnsensatie, de productie van maagsap en de bloeddruk, kortom het autonome zenuwstelsel, te beïnvloeden. Onder normale omstandigheden hebben we daar weinig of geen controle op. Door hypnose kunnen we die controle vergroten. Een hypnotische toestand met goed aangepaste suggesties, kan bij personen die er vatbaar voor zijn, ook andere opvallende verschijnselen uitlokken, zoals bepaalde onvrijwillige bewegingen, verlammingen, hallucinaties of gevoelloosheid. De 'trance-toestand' kan in diepte variëren, afhankelijk of iemand licht tot sterk hypnotiseerbaar is. Deze gevoeligheid is individueel verschillend. Ze wordt bepaald door aanleg en door motivatie.

Andere wetenschappers hechten minder belang aan de veranderde bewustzijnstoestand. Ze vermoeden dat hypnose vooral werkt

#### HERSENWERKING

De hersenveranderingen onder hypnose waren het onderwerp van talrijke studies gedurende de laatste veertig jaar. De resultaten waren echter niet gelijklopend. Met de introductie van de nieuwe methoden voor hersenonderzoek, zoals functionele magnetische resonantie (fMRI), wordt het langzamerhand duidelijk dat hypnotische suggesties de doorbloeding van sommige hersenzones sterk kunnen veranderen, waardoor de activiteit van de zones verandert. John Gruzelier is psychiater en onderzoeker in een Londens centrum voor hersenonderzoek. Hij publiceerde talrijke artikelen over de effecten van hypnose op de hersenactiviteit en hij onderzocht ook de effecten van (zelf)hypnose op de immuniteit. 'Hypnose is niet zomaar een handigheidje', zegt John Gruzelier, tijdens een gastcollege georganiseerd door de Vlaamse

omdat het gebruik maakt van suggesties. Gerichtte suggesties kunnen een belangrijke invloed uitoefenen op ons gedrag of op hoe we ons voelen. Uit onderzoek blijkt dat suggesties ook zonder hypnose effectief kunnen zijn. Dit verklaart het zogenoemde placebo-effect. Elke behandeling wint aan kracht als de patiënt gelooft in die werkzaamheid. Wel blijkt een hypnotische toestand het effect van suggesties duidelijk te versterken.

Wetenschappelijke Hypnose Vereniging. 'Met de vernieuwde technieken voor hersenonderzoek kon mijn team objectief bewijzen dat hypnose een afname van de activiteit van de linker prefrontale cortex tot gevolg heeft.' De prefrontale cortex is een gebied in de hersenen, gelegen in het voorste gedeelte van de voorhoofdkwabben. Die zone is belangrijk omdat ze de motor vormt van onze denkwereld. De verminderde activiteit in die zone wordt in

gang gezet wanneer de cliënt onder hypnose de ogen sluit en zich vervolgens richt op een gevoel van ontspanning. De hersenactiviteit wordt vervolgens verplaatst naar andere delen van de hersenen. Gruzelier kon meer activiteit waarnemen in de achterste delen van de rechter hersenhelft wanneer proefpersonen zich ontspannende beelden voorstelden. Hier bevindt zich de achterhoofdkwab die een rol speelt bij het verwerken van wat we zien.

De onderzoeken van Gruzelier waren belangrijk voor het huidig onderzoek naar de effecten van hypnose op onze hersenen. Zo tonen andere onderzoeken aan dat een hypnosetoestand ook andere hersenzones dan de achterhoofdkwab kan activeren. Op welke plaatsen de doorbloeding toeneemt, is afhankelijk van de aard van de suggesties. Hypnose kan immers gebruikt worden om een zintuiglijke waarneming op te roepen, een oplossing te zoeken voor een probleem of een lichaamsdeel ongevoelig te maken. Het is evident dat al die

## Beoefenaars van medische hypnose hebben niets met showhypnose te maken

verschillende taken andere hersenzones zullen stimuleren. Opmerkelijk is dat de doorbloeding van de hersenen die tot stand komt via een hypnotische suggestie, erg kan lijken op die van de echte, niet-ingebeelde ervaring. Zo kunnen beelden van de hersenactiviteit van proefpersoon 1, die zich onder hypnose een kleur inbeeldt, heel sterk lijken op de hersenbeelden van proefpersoon 2, die diezelfde kleur in het echt waarneemt.

#### SHOWHYPNOSE

Volgens Gruzelier zou de daling van de hersenactiviteit van de voorhoofdkwabben kunnen verklaren waarom hoog hypnotiseerbaren



Bij hoog hypnotiseerbare proefpersonen verdwijnt de schaamte bij showhypnose. Nadien kunnen ze zich vernederd voelen en er een traumatische ervaring aan overhouden.

hun denken makkelijker kunnen laten gaan en beter kunnen focussen op de beelden van de suggesties. Bij professioneel gebruik van hypnose levert dit hen een voordeel op. Maar het maakt hun hersenen ook kwetsbaarder. Bij 'showhypnose' kan dit een nadeel zijn. De

#### GENEESKUNDE

Psychiaters en psychologen passen al lang hypnose toe. Veel gevalstudies tonen haar nut aan in de aanpak van diverse soorten angsttoestanden, nicotineverslaving en eetstoornissen. De voorbije dertig jaar is de interesse

orbitofrontale cortex is een regio in de voorhoofdkwabben, net boven de oogkassen. Deze zone bepaalt onze perceptie van het gevolg van onze gedragingen. De activiteit in die regio daalt onder hypnose. Volgens Gruzelier is dat de reden waarom 'podiumhypnose' sommige mensen zo voor de gek kan houden. Vooral de hoog hypnotiseerbare proefpersonen lijken ongevoeliger voor de consequenties van hun gedrag bij showhypnose. Hun schaamte verdwijnt. Maar hierdoor kunnen ze zich nadien wel vernederd voelen. Daardoor kan een traumatische ervaring ontstaan. Showhypnose is dus helemaal niet zo onschuldig, het kan de geestelijke gezondheid wel degelijk schaden.

in medische toepassingen van hypnotherapie gegroeid. In de medische literatuur vind je steeds meer publicaties over het gebruik van hypnose voor diverse indicaties. In een overzichtartikel uit 1999 in het gezaghebbende *British Medical Journal* staat dat hypnose zijn nut voldoende heeft bewezen om misselijkheid en braken bij kankerpatiënten onder controle te houden. Er zijn ook voldoende wetenschappelijke gegevens om hypnotherapie te gebruiken om acute en chronische pijn, astma en prikkelbare darmsyndroom te verlichten. Hypnose wordt ook vaak aangewend bij huidklachten, allergieën, bedwaternen en bij de begeleiding van bevallingen.



## HYPNOSE IN DE MEDIA

Door de vele misvattingen en sensationele verhalen, kreeg het woord hypnose een slechte reputatie. Een recent onderzoek, waarvan de resultaten zijn verschenen in het vaktijdschrift van de Amerikaanse vereniging voor klinische hypnose, ging de rol na van hypnose in meer dan 230 verschillende films. Hypnose wordt er meestal voorgesteld als iets angstaanjagend krachtig dat gebruikt wordt om macht en controle uit te oefenen over anderen. Zo wordt in *The Curse of the Jade Scorpion* (foto), een hilarische film van Woody Allen, een succesvol verzekeringsagent tijdens een optreden van een magiër gehypnotiseerd. Hierdoor gaat hij 's nachts herhaaldelijk inbreken zonder dat hij zich dat herinnert. Als verzekeringsagent zal hij zijn eigen inbraken moet onderzoeken ... Ook in *Old Boy* (2004) van Park Chan-wook, wordt hypnose gebruikt ten dienste van haat en wraak. De hoofdpersoon wordt met een éénmalige hypnosessie zodanig gemanipuleerd dat hij de controle over zijn verdere levensloop compleet verliest.

# ANGST VOOR NAALDEN

Mevrouw W., 43 jaar, is wat angstig voor injectienaalden, maar wil toch graag een dermatologische ingreep in het gelaat. Voorafgaand aan elke sessie krijgt ze een snelle hypnotische techniek aangeboden waarvoor tien minuten uitgetrokken wordt. We vragen haar om de ogen te sluiten en zich te concentreren op de plaatsen waarmee ze contact maakt met de zetel. Vervolgens wordt mevrouw W. uitgenodigd om zich te concentreren op haar ademhaling en rustig voor te stellen hoe ze bij elke inademing haar longen openzet, lucht naar binnen laat stromen ... de lucht even vasthoudt, en die nadien naar buiten laat gaan. Dan vragen we haar om zich stilaan te ontspannen vertrekkend vanuit haar voeten en dat gevoel van ontspanning over haar onderbenen, knieën, dijen, romp, gelaat, armen en gelaat te laten uitspreiden. Als mevrouw W. een gevoel van algemene ontspanning ervaart, wordt haar aangeboden zich in gedachten te verplaatsen naar een prettige, ontspannende plaats, ergens in een park. We raden haar aan te kijken naar de omgeving, de vogels te horen, de geur van de bloemen te ruiken en de ontspanning te voelen. Vervolgens wordt haar gevraagd zich voor te stellen dat ze een ijsblokje tussen haar duim en wijsvinger vasthoudt en om de koude in de vingers te voelen. Ten slotte zal ze zachtjes haar hand opheffen om die koude en gevoelloosheid te verspreiden naar het gelaat. De prikjes voelen volgens haar aan alsof een mug haar kriebelt en ze ervaart de verdere operatie als erg aangenaam. Na de operatie wordt ze uitgenodigd om de aandacht weer te richten op de operatietafel en langzaam terug te keren naar een normaal waakbewustzijn.

Als hypnose zo'n nuttig hulpmiddel is, waarom wordt het dan in de praktijk zo weinig gebruikt? Steeds meer wordt het medisch handelen gestuurd op basis van wat wetenschappelijk bekend en aangetoond is. Onderzoek naar hypnose blijft voorlopig nog schaars. Dat komt onder meer door de vooroordelen – ook op universitair niveau. Hypnose en hypnotherapie worden amper onderwezen, vaak juist omdat het onderzoek ook schaars is. Stilaan komt daar verandering in. Zo is de anesthesiste Marie-Elisabeth Faymonville, werkzaam aan de Universiteit van Luik, wereldwijd een autoriteit die baanbrekend onderzoek doet naar de bruikbaarheid van hypnose in de anesthesie.

## • Astma

Astma is één van de aandoeningen waarvoor hypnose in de medische praktijk wordt toegepast. De Amerikaanse pneumologen Ran Anbar en Suzan Geisler, leren hun patiënten een zelfhypnosetechniek. Hun doelgroep zijn patiënten met chronische astmatische klachten of met een chronische prikkelhoest waarbij de medische therapie niet werkzaam is. Ze leerden zestien kinderen en volwassenen aan hoe ze op het moment dat hun ademhalingsklachten de kop opstaken, zichzelf onder hypnose konden brengen. Patiënten konden zich hierdoor ontspannen en zich inbeelden dat hun longen hun taak beter zouden aankunnen. Eén maand na de start

hadden dertien van de zestien geen enkele ademhalingsklacht of hoest meer. Bij de drie overigen was er een verbetering.

## • Prikkelbare darmsyndroom

*Irritable bowel* of prikkelbaredarmsyndroom is een veelvoorkomende darmaandoening, gekenmerkt door chronische buikpijn en periodes van afwisselend diarree en constipatie. In de darm zelf vinden de artsen geen aantoonbare afwijking. De medische behandeling is vaak niet toereikend. Hierdoor komt het dat patiënten met spastisch colon vaak angstig zijn telkens de symptomen de kop opsteken. Een dozijn studies bewijzen dat hypnotherapie de darmklachten, de levenskwaliteit, angst en depressieve gevoelens kan verbeteren.

## • Huidziekten

Het staat vast dat een groot aantal huid-aandoeningen beïnvloed worden door stress. Daardoor maken sommige huidspecialisten gebruik van hypnose in de aanpak van huidziekten zoals netelroos, eczeem of psoriasis. De dermatoloog/hypnotherapeut werkt dan met suggesties zoals het laten beschijnen van de huid door de zon of het nemen van een bad met genezend water. In een Britse studie werd hypnose toegevoegd aan de normale therapie bij achttien volwassenen en twintig kinderen met allergisch, familiaal eczeem en belangrijke

jeuk. Vier weken na het starten ondervonden zestien van de achttien volwassenen een duidelijke afname van hun jeuk. Dit gunstige effect hield twee jaar aan. Ook de graad van stress, krabneiging en slaapklaarten verbeterden.

Men weet uit onderzoek dat wratten kunnen verdwijnen door hypnotische suggesties. Daar bestaat veel literatuur over. Soms is het resultaat spectaculair. Toch blijft deze aanpak tot op vandaag controversieel omdat wratten ook spontaan kunnen verdwijnen. Recent werd vanuit het Universitair Ziekenhuis Brussel een studie gepubliceerd waar hypnose gebruikt werd bij de behandeling van mensen die lijden aan *Alopecia areata*. Dit is een stressgebonden haaraandoening waarbij het haar in plukken uitvalt; soms wordt de patiënt zelfs helemaal kaal. Via hypnose en zelfhypnose werden deze patiënten rustiger. Bij een deel van hen begon het haar weer te groeien. Er loopt nu een vervolgstudie met een grotere groep patiënten. Andere dankbare indicaties binnen de dermatologie zijn onder meer het afleren van de vervelende gewoonte om op nagels te bijten, de haren uit te trekken of aan korstjes te pulken. Gewoontes die moeilijk af te leren zijn.

## ANGST EN PIJN

Ook bij chirurgie bewijst hypnotherapie goede diensten. De eerder vermelde Luikse anesthesiste Faymonville, maakt al lang gebruik van 'hypnosedatie'. Hierbij combineert ze lokale anesthesie met hypnose. Het team van Faymonville kon aantonen dat die aanpak een aantal voordelen heeft. De patiënten bloeden minder en hoeven niet beademd te worden. Ze zijn ook tijdens de operatie in staat om zich te bewegen als dat nodig is. Ook voor patiënten zijn er duidelijke voordelen. Uit studies blijkt dat patiënten zich door hypnosedatie comfortabel en minder angstig voelen. Ze hebben ook minder pijnstillers en angstremmers nodig. In 2000 vergeleek het team van Faymonville twintig patiënten die aan de schildklier geopereerd werden onder hypnosedatie met twintig patiënten die dezelfde chirurgische ingreep ondergingen onder algemene verdoving. De met hypnosedatie behandelde groep had duidelijk minder pijn na de operatie en voelde zich minder moe. Ze konden ook sneller weer aan het werk. Ook andere publicaties bewezen dat hypnotherapie bij chirurgische ingrepen onder lokale verdoving zoals borstoperaties of handchirurgie, de angst sterk kan verminderen. Hypnose wordt hierdoor ook gebruikt bij bevallingen of technische ingrepen zoals ruggenmergprikken of injecties met contraststoffen. In een wetenschappelijke

studie, gepubliceerd in 2001 en uitgevoerd in het brandwondencentrum van Neder-over-Heembeek werd aangetoond dat hypnose ook nuttig is om de angst en de pijn te verminderen die mensen met brandwonden ervaren bij hun dagelijkse verzorging.

## • Slaapproblemen

Nogal wat slaapproblemen zijn het gevolg van stress, foutieve slaaprituelen, piekeren. Een slaap is nu eenmaal een natuurlijk vervolg van een *ontspannen* toestand. Zelfhypnose kan gebruikt worden om tot ontspanning te komen, waarna je beter inslaapt.

## KINDEREN

Hypnose werkt ook goed bij kinderen. Een recente Britse overzichtsstudie toonde aan dat hypnose succesvol gebruikt kan worden bij kankerpatiëntjes. Het helpt angst te verminderen en pijn te verlichten bij onderzoeken zoals naaldenprikken. Bij hypnotherapie voor kinderen wordt vaak gebruik gemaakt van verhalen en metaforen om tot een vermindering van de klacht te komen. Metaforen moeten patiënten duidelijk maken hoe ze met hun gedachten zich veiliger kunnen voelen of een situatie beter kunnen controleren. Ze kunnen de patiënten ook aangeboden worden om een specifieke klacht te verbeteren. Linda Thomson, zelf arts en hypnotherapeute, heeft dit mooi beschreven. Ze maakte een boek met verhalen waarbij de mooie illustraties net erg behulpzaam zijn voor kleinere kinderen. Een van haar verhalen



Slaapproblemen kunnen het gevolg zijn van stress. Zelfhypnose kan gebruikt worden als middel om tot ontspanning te komen en beter te slapen.

ling vertraagt en niemand haar meer hoeft te duwen. Hierdoor krijgt ze meer controle over haar ademhaling. Een tienjarig voetbalspelertje dat bedwatert, zou zijn blaas kunnen voorstel-

tussen beiden is erg belangrijk. De therapeut biedt aandacht, comfort en respect aan de cliënt met als doel hem zelf de ziekte of de angst te helpen overwinnen. Meestal gebeurt dit

## Hypnotherapeuten benadrukken dat ze alleen gebruik kunnen maken van de eigen kracht van de cliënt

heeft de titel *Harry the Hypno-potamus*. Harry heeft een geweldige verbeelding en gebruikt die bij lastige injecties, bij een pijnlijke tand, of bij het verhuizen. Kinderen kunnen leren hoe Harry zich voorstelt dat hij ergens veilig is en onzichtbaar wordt in zijn favoriete pudding. Ander voorbeeld is een achtjarig kind met astma. Dit meisje stelt zich voor hoe ze schommelt, eerst hoger en hoger, dan stilaan langzamer en langzamer terwijl haar ademha-

len als een goal. Hij is dan een doelman en houdt alle ballen tegen.

## PRAKTISCH

Velen verwachten te veel van hypnose. Ze denken dat de hypnotherapeut met hypnose een klacht door een simpele behandeling kan wegnemen. Een behandeling met hypnose vereist echter een goede samenwerking tussen een cliënt en een therapeut. De interactie

tijdens een aantal sessies van 45 tot 60 minuten. Vaak wordt daarbij een zelfhypnosetechniek aangeleerd waar de cliënt thuis zelf mee aan de slag gaat.

De hypnotische aanpak bestaat uit verschillende stappen. Eerst leert de cliënt zichzelf onder hypnose te brengen. Dit gebeurt door de aandacht te richten op lichaamsgewaarwordingen. Nadien volgt een fase die de toestand van trance verdiept. Vaak worden daar beelden zoals 'wegzweven' of een 'trap afdalen' voor gebruikt. Aansluitend volgen de eigenlijke suggesties om de klacht te verbeteren. Ten slotte komen er richtlijnen om terug in de normale bewustzijnstoestand te keren. Alle fasen kun je eveneens via een aangeleerde zelfhypnose in je eentje tot stand brengen. Medische hypnose wordt vaak toegevoegd aan de gewone conventionele therapie. Om die reden moet ze ook gebeuren door erkende hulpverleners zoals artsen, tandartsen, psychiaters of psychotherapeuten. ●

## DE AUTEURS

Ria Willemsen is als dermatoloog en hypnotherapeut verbonden aan de dienst huidziekten van het Universitair Ziekenhuis Brussel.

Roland Rogiers is als psycholoog-gedragstherapeut en hypnotherapeut verbonden aan de Kliniek voor Angst- en Stemningsstoornissen van het Universitair Ziekenhuis Gent en aan de Vakgroep Huisartsgeneeskunde en Eerstelijnsgezondheidszorg van de Universiteit Gent.

Beide auteurs zijn lid van de Vlaamse Wetenschappelijke Hypnose Vereniging.