

HYPNOSE THÉRAPEUTIQUE DÉCOUVERTE – NIVEAU 1

STAGE PRESENTIEL

PUBLIC :

Personnel soignant, médical et praticiens

PREREQUIS :

Esprit de découverte

DUREE :

2 jours (14 heures)

EFFECTIF MAXIMUM :

14 personnes

MATERIEL NECESSAIRE :

Prévoir une salle suffisamment spacieuse pour s'exercer en binôme

Vidéoprojecteur + écran

Paperboard ou tableau blanc + feutres

VALIDATION DE LA FORMATION :

Attestation individuelle d'assiduité

■ **OBJECTIF(S) PROFESSIONNEL(S)**

- Découvrir les apports de l'hypnose dans l'accompagnement thérapeutique

■ **OBJECTIF(S) PEDAGOGIQUE(S)**

- Connaître l'histoire de l'hypnose à travers les siècles, ses grands noms (Braid, Charcot, Erickson...) et les différentes formes de pratiques
- Connaître et comprendre les mécanismes de fonctionnement du cerveau et les différentes ondes qui le régissent (le conscient, l'inconscient et le subconscient ; les ondes alpha, bêta, delta, gamma et thêta)
- Les applications thérapeutiques de l'hypnose
- Apprendre le langage professionnel de l'hypnose (les inductions, les suggestions, les métaphores, la dissociation...)
- L'hypnose conversationnelle
- Expérimenter l'état hypnotique et les premiers apports de formation
- Découvrir l'auto-hypnose et son mécanisme
- La construction d'une séance type et alliance thérapeutique
- Comment envisager les apports de l'hypnose dans sa pratique professionnelle

■ **METHODES / MOYENS ET SUPPORT PEDAGOGIQUE**

- Formation cognitive sous forme de cours interactifs
- Exercices pratiques et supervision - Démonstrations
- Support de cours papier ou clé USB (diaporama, exercices...)

■ **RESUME DU PROGRAMME**

Ce module d'initiation est tout spécialement destiné aux personnes du milieu médical souhaitant développer une approche et une connaissance de base rapide de l'hypnose, apprendre et savoir utiliser des techniques universelles, humaines et holistiques. Ces techniques sont facilement applicables.

Les demandes du milieu médical et des personnels soignants sont spécifiques et requièrent une réponse précise, claire, et facile à mettre en œuvre.

Le module d'initiation ne peut en aucun cas se substituer à une formation complète qui requiert une technicité poussée mais va permettre de pouvoir rapidement mettre en œuvre des outils indispensables et efficaces dans le rapport aux patients ainsi qu'à soi-même.

Cette formation inclut l'hypnose conversationnelle, 3 protocoles de gestion du stress et de l'anxiété et 3 protocoles de gestion de la douleur.