



Hypnose ERICKSONIENNE

Objectifs principaux	Cette formation vise à former les participants aux bases de l'hypnose Eriksonienne, en leur apportant des connaissances théoriques et pratiques sur les techniques fondamentales d'induction et d'accompagnement hypnotique. L'objectif est de développer une compréhension approfondie du fonctionnement de l'hypnose, d'apprendre à structurer une séance et d'acquérir une posture adaptée dans la relation hypnotique
Objectifs pédagogiques	Comprendre et expliquer les principes fondamentaux de l'hypnose Eriksonienne. Maîtriser différentes techniques d'induction et de suggestion adaptées aux besoins des individus. Conduire une séance d'hypnose en suivant un cadre structuré et sécurisé. Adapter leur communication pour instaurer une relation de confiance et une alliance thérapeutique efficace. Identifier les indications et contre-indications de l'hypnose et respecter les règles déontologiques.
Public	Médecins, infirmiers, aides-soignants, ASH Cadres de santé, directeurs d'établissements Référents RHAM en établissements médicaux Professionnels du bien-être et de la relaxation Salariés en reconversion ou en recherche d'une compétence supplémentaire Entreprises souhaitant proposer des solutions de bien-être à leurs employés Toute personne souhaitant acquérir une première certification en hypnose Eriksonienne
Durée de la formation	6 jours 42 heures Horaires : 09h00 – 12h00 et 13h00 – 17h00
Séquence synchrone ou asynchrone	Cette formation est entièrement synchrone en présentiel.
Prérequis	Aucun
Moyens Pédagogiques	Supports théoriques détaillés et documents pédagogiques interactifs. Démonstrations et expérimentations en direct. Pratique intensive en binôme avec correction personnalisée. Études de cas et analyses de séances. Évaluation continue et finale avec supervision
Critères de réussite et certification	Participation active aux mises en situation et exercices pratiques. Réalisation complète d'une séance d'hypnose respectant le cadre éthique. Maîtrise des techniques de base de l'hypnose Eriksonienne. Évaluation finale sous forme de mise en situation réelle. Certificat de Technicien 1 + 1 attestation de formation délivrée en fin de session
Nombre de participants	A partir de 3 en inter et 4 en intra jusqu' à 10 personnes maximum
Lieu	Présentiel ou en intra-établissement



Objectifs spécifiques

Dans un contexte professionnel où la demande en accompagnement hypnotique se développe, cette formation offre aux participants une base solide pour pratiquer l'hypnose en toute sécurité. Elle leur permettra de comprendre et d'appliquer les mécanismes de communication hypnotique, d'adapter leur posture en fonction des profils et de développer leur confiance en tant que praticien débutant

Programme de la journée

7 heures

Jour 1 : Fondements de l'Hypnose Eriksonienne et Premières Expérimentations (9h - 17h)

9h00 – 12h30 Comprendre et identifier le harcèlement moral et sexiste

Objectif : Comprendre les bases théoriques et expérientielles de l'hypnose Eriksonienne.

Format

- ❖ Histoire de l'hypnose et présentation de l'approche Eriksonienne.
- ❖ Mécanismes du phénomène hypnotique : approche neurologique, imaginaire et stratégique.
- ❖ Champs d'application et limites.
- ❖ Construction d'une séance d'hypnose et rôle du praticien.
- ❖ Premières techniques : voix, prosodie et saupoudrage.

Méthode : Atelier de mise en pratique : exercices sur le pré talk et le yes set.

10h30 - 10h45 | Pause-café

12h30 – 14h00 | Pause-déjeuner

14h00 - 17h00

Objectif : Découvrir et pratiquer les premiers tests de réceptivité.

Contenus abordés

- ❖ Présentation des premières inductions hypnotiques.
- ❖ Expliquer et tester la réceptivité aux patients.
- ❖ Tests de réceptivité : doigts aimantés, mains aimantées, plomb et ballon.

Méthode : Atelier de mise en pratique : utilisation des tests sur différents profils, résumé de la journée et échanges sur les ressentis des stagiaires.



Hypnose ERICKSONIENNE

Jour 2 : Représentations Sensorielles et Ancrage (9h - 17h)

9h00 - 12h30

Objectif de la journée : Comprendre l'impact des représentations sensorielles sur les comportements et l'état interne.

Contenus abordés :

- ❖ VAKOG et systèmes de représentation sensorielle.
- ❖ Utilisation de l'index de computation et de la proxémie.
- ❖ Notions de communication verbale, paraverbale et non verbale.

Méthode : Atelier de mise en pratique : repérer et jouer avec les sous-modalités pour amplifier les perceptions.

10h30 - 10h45 | Pause-café

12h30 - 14h00 | Pause-déjeuner

14h00 - 17h00 |

Objectif : Appliquer et maîtriser l'ancrage en hypnose.

Contenus abordés

- ❖ Ancrer une ressource dans un contexte spécifique.
- ❖ Désactivation d'un ancrage et gestion des états internes.

Méthode : Atelier de mise en pratique : retrouver une ressource pour dépasser une difficulté. Supervision et corrections en direct.

Jours 3 : Approfondissement, Pratique Intensive (9h - 17 h)

9h00 - 12h30

Objectif : Cadre thérapeutique et alliance hypnotique.

Format

- ❖ Calibrage et synchronisation
- ❖ Poser un cadre de sécurité et d'éthique
- ❖ Comprendre et intégrer les postulats de base
- ❖ La communication Verbale, non verbale et paraverbale
- ❖ Commencer l'entretien ou les enjeux de l'alliance thérapeutique
- ❖ Écouter - Questionner - Reformuler Les différents types d'écoute
- ❖ Le premier entretien



Hypnose ERICKSONIENNE

- ❖ Apprendre à collecter des informations L'entretien, ou l'art de poser les bonnes questions
- ❖ Définir un objectif SMART(E)

10h30 - 10h45 | Pause-café

12h30 – 14h00 | Pause-déjeuner

14h00 - 17h00 |

Objectif : Vérifier l'acquisition des compétences

Format

- ❖ Comprendre et expliquer la notion de lieu sûr
- ❖ Comprendre et expliquer la notion de bulle de sécurité
- ❖ Installer la force intérieure

Méthode : Mise en place d'une première séance complète, atelier de mise en pratique par binômes.

Jours 4

Objectifs : Pratiques intensives en binômes

- ❖ Comprendre la notion de dissociation
- ❖ Dissociation simple avec brouillage de l'image
- ❖ Dissociation simple avec réduction de l'image
- ❖ Intégration de la technique dans une séance complète

Journée 5

Objectifs : Pratiques intensives en binômes

- ❖ Le swish : une forme de désactivation d'ancrage
- ❖ Le swish en mode hypno-conversationnel
- ❖ Le swish en mode hypnotique

Après-midi

- ❖ Le T.H.I, utiliser la visualisation pour préparer le futur
- ❖ Transformation Hypnotique Intérieure – Technique



Journée 6

Rééquilibrage relationnel

- ❖ Rééquilibrage relationnel en mode cartoon
- ❖ La réification
- ❖ Atelier de mise en pratique par binômes
- ❖ La futurisation
- ❖ Mise pratique de séances complètes
- ❖ Supervision et évaluation des stagiaires

NE PAS COPIER