



# PROGRAMME DE FORMATION

PRATICIEN EN HYPNOSE ERICKSONIENNE  
E-LEARNING

**HYPNOSE** **D** **SUGGESTION**  
PARTAGER **E** HARMONIE  
CONNAISSANCE **T**  
**E** **RESSOURCES** **E**  
EQUILIBRE **N** **ENERGIE**  
CREATIVITE **T** IMAGINER  
**SUBCONSCIENT** **E**

## MODULE 1 – COMPRENDRE LE FONCTIONNEMENT DE L'HYPNOSE

---

L'objectif de ce premier module est de permettre au participant d'avoir une compréhension claire de la nature de l'hypnose et des mécanismes entrant en jeu lors de son utilisation ainsi que de la genèse de l'hypnose moderne et de ses applications aujourd'hui. Sont donc abordés :

La présentation de la formation  
Origines et histoire de l'hypnose  
Les états modifiés de conscience

Le conscient et le subconscient  
Les différentes applications de l'hypnose  
Le déroulement du travail en hypnose thérapeutique

## MODULE 2 – ACCOMPAGNER LE SUJET A DETERMINER UN OBJECTIF DE TRAVAIL

---

Dans ce module, le participant va apprendre les bases nécessaires à l'établissement d'une relation d'aide qualitative avec son futur sujet. Les fondamentaux concernant l'attitude à adopter, la création du lien de confiance et des techniques de conduite d'entretien solides permettant de récupérer une information de qualité, dans le but de dynamiser les futures séances, sont étudiés :

Le savoir-être ericksonien et l'approche utilisationnelle  
L'anamnèse et les principes de la conduite d'entretien  
La bulle proxémique  
La calibration  
Le VAKOG et le système sensoriel principal  
Créer le lien de confiance

Les techniques de synchronisation  
La reformulation  
Le langage positif et les mots à éviter  
Les croyances  
Déterminer un objectif de travail thérapeutique  
Le feedback

## MODULE 3 – CONDUIRE UNE INDUCTION HYPNOTIQUE

---

Des enseignements de bases sur le maniement du verbe et de la suggestion vont permettre au participant de connaître et mettre en pratique un éventail de techniques différentes pour accompagner le sujet à travers l'expérience hypnotique, apprendre à reconnaître les signes de celle-ci et ramener la personne en état ordinaire de conscience :

Créer un contexte favorable à la séance d'hypnose  
Les fusibles  
Induction par la fixation d'un point  
Induction par le souvenir agréable  
Induction par la relaxation musculaire  
Les signes indicateurs de l'état hypnotique

La réassociation  
La dissociation et l'association  
Induction par contraction/décontraction musculaire  
Induction par la transe quotidienne  
Induction par le souvenir d'une précédente séance

## MODULE 4 – APPRENDRE LE LANGAGE SPECIFIQUE DE L'HYPNOSE

---

Maintenant que le participant a assimilé les bases techniques de l'induction hypnotique, il lui sera montré de nombreux outils du langage propre à l'hypnose ericksonienne, ceci pour lui permettre d'étoffer son discours hypnotique ainsi qu'apprendre à proposer les informations de manière souple, en contournant les éventuelles résistances susceptibles de se manifester :

La suggestion directe et la suggestion indirecte  
Les truismes et le yes-set  
La négation

La confusion  
La ratification  
Les milton-modèles

## MODULE 5 – COMPRENDRE ET MANIER LES PHENOMENES HYPNOTIQUES

---

L'hypnose permet de déclencher un certain nombre de phénomènes corporels, et il sera extrêmement utile pour le participant d'apprendre à les utiliser, ceci pour conforter l'usage du langage de l'hypnose ainsi que pour compléter la pratique des techniques thérapeutiques à venir. Le participant va également être à même de mettre en place une communication non-verbale avec son sujet sous hypnose ainsi que de mesurer sa sensibilité aux suggestions qui lui sont proposées :

Le test de suggestibilité  
La technique du crâne de verre  
Le signaling utilisationnel et formalisé

Bien communiquer avec le sujet sous hypnose  
La lévitation et la catalepsie de la main  
La catalepsie généralisée

## MODULE 6 – APPRENDRE LES TECHNIQUES THERAPEUTIQUES DE BASE

---

Dans ce chapitre, le participant va utiliser les techniques de travail de l'hypnose ericksonienne pour accompagner une personne vers les changements souhaités : des exemples sur le sevrage tabagique, la régulation des comportements alimentaires et la confiance en soi seront développés. Les approches proposées sont flexibles et tiennent compte des éléments récupérés lors de l'entretien pour personnaliser les séances :

Le tableau  
La futurisation

Les suggestions post-hypnotiques  
Construire un plan de séance

## MODULE 7 – APPRENDRE LES TECHNIQUES DES ANCRAGES

---

Dans ce chapitre, le participant va apprendre à dynamiser les ressources du sujet et à mettre en place un geste-clef permettant de les mobiliser (ancrage). Des techniques faisant appel à ce principe seront ensuite développées pour accompagner la personne à créer un conditionnement positif et désamorcer les schémas de comportements susceptibles d'entraver sa progression :

Comprendre le mécanisme des ancrages  
L'ancrage ressource et l'addition d'ancres

Le transfert d'état de ressource  
La désactivation d'ancre

## MODULE 8 – MAITRISER DES TECHNIQUES THERAPEUTIQUES AVANCEES

---

De nouvelles techniques de travail puissantes seront entièrement dévoilées au participant, ceci pour le conduire pas à pas vers une plus grande maîtrise de la discipline. Les approches proposées sont souples et permettent de travailler notamment la gestion des émotions, la confiance en soi, le sevrage tabagique ainsi que le deuil et les ruptures.

Le recadrage hypnotique  
La transformation hypnotique intérieure

La technique de séparation  
Les prescriptions et les tâches

## MODULE 9 – COMPLEMENTS SUR LA GESTION DU STRESS - LE SEVRAGE TABAGIQUE

---

Ce module a pour but de renforcer les connaissances théoriques et pratiques du participant sur deux problématiques rencontrées régulièrement lors des séances d'hypnothérapie : la gestion des émotions et le sevrage tabagique. Sont également proposées de nouvelles techniques :

La gestion des émotions  
La technique des couleurs  
La montgolfière  
Le sevrage tabagique

La technique de l'escalier  
La technique de l'ascenseur  
Le mot de la fin...