

CENTRE DE FORMATION HYPNOSE

AUORE BESSON

FORMATIONS ET ACCOMPAGNEMENT AUX TECHNIQUES D' HYPNOSE

DESCRIPTION DE LA FORMATION

Cette formation constitue une première approche pratique des techniques d'hypnose thérapeutique. Elle permet aux participants de découvrir les fondamentaux de l'hypnose ericksonienne, d'expérimenter différentes techniques et de commencer à construire des accompagnements hypnotiques adaptés à la personne et à sa demande.

La formation privilégie une approche expérientielle et pratique : les participants découvrent les notions fondamentales, observent les techniques, les expérimentent puis les mettent en pratique en binômes ou en petits groupes.

L'objectif n'est pas uniquement de comprendre ce qu'est l'hypnose, mais de permettre à chaque participant de commencer à utiliser des outils concrets dans sa pratique relationnelle ou d'accompagnement.

OBJECTIFS DE LA FORMATION

À l'issue des deux journées, le participant sera capable de :

- comprendre les grands principes de l'hypnose ericksonienne ;
 - identifier les cinq piliers de l'approche proposée ;
- comprendre l'intérêt du recueil d'informations avant un accompagnement ;
- définir un objectif d'évolution avec la personne accompagnée ;
- établir une relation de confiance favorable au travail hypnotique ;
 - expérimenter différentes techniques d'induction ;
 - utiliser la synchronisation dans la relation ;
 - travailler la voix, le rythme et les silences ;
 - utiliser des suggestions et des formulations adaptées ;
- découvrir et expérimenter différents scripts hypnotiques ;
 - mobiliser les ressources internes de la personne ;
 - utiliser des métaphores dans un accompagnement ;
- expérimenter des techniques de transformation émotionnelle ;
 - commencer à structurer une séance d'hypnose ;
- adapter une technique à la personne et à son objectif.

CENTRE DE FORMATION HYPNOSE

AUORE BESSON

FORMATIONS ET ACCOMPAGNEMENT AUX TECHNIQUES D' HYPNOSE

LES 5 PILIERS DE L'HYPNOSE ERICKSONIENNE

La formation s'appuie sur cinq principes fondamentaux :

1. L'état modifié de conscience
2. La non-directivité
3. L'utilisation des métaphores
4. La mobilisation des ressources internes
5. L'approche personnalisée

DÉROULÉ DES 14 HEURES:

MODULE 1 — LE RECUEIL D'INFORMATION ET L'OBJECTIF D'ÉVOLUTION

MODULE 2 — L'INDUCTION HYPNOTIQUE ET LA SYNCHRONISATION

MODULE 3 — LA VOIX ET LE LANGAGE HYPNOTIQUE

MODULE 4 — SCRIPT D'HYPNOSE POUR L'ARCHIVAGE DES ÉVÉNEMENTS TRAUMATIQUES

MODULE 5 — SCRIPT POUR LA GESTION DU DEUIL

MODULE 6 — SCRIPT POUR LA « GUÉRISON DE L'ENFANT INTÉRIEUR »

MODULE 7 — LA THA : TECHNIQUE D'HYPNOSE ALLIANT EMDR ET ÉNERGIE

MODULE 8 — LE CARRÉ MAGIQUE

MODULE 9 — LE TAMBOUR CHAMANIQUE ET LA DÉCOUVERTE DE L'ANIMAL TOTEM

MODULE 10 — CONSTRUIRE UNE SÉANCE D'HYPNOSE

MODULE 11 — INTÉGRATION ET ÉVALUATION

CENTRE DE FORMATION HYPNOSE

AUORE BESSON

FORMATIONS ET ACCOMPAGNEMENT AUX TECHNIQUES D' HYPNOSE

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

La formation repose principalement sur une pédagogie active et expérientielle (alternance entre apports théoriques, démonstrations; exercices individuels et en binômes ; mises en situation ; expérimentations hypnotiques ; échanges et retours d'expérience.

SUPPORTS PÉDAGOGIQUES

Chaque participant reçoit un manuel de formation: (les fondamentaux de l'hypnose ericksonienne , les cinq piliers ; les principes de synchronisation ; les inductions ; le travail de la voix ; les suggestions ; les différents scripts étudiés ; les protocoles.

PRÉREQUIS

Aucun prérequis technique en hypnose n'est nécessaire pour participer au Niveau 1.
La formation s'adresse aux personnes souhaitant découvrir ou intégrer les techniques d'hypnose dans une démarche d'accompagnement, dans le respect de leur domaine de compétence.

CE QUE LE PARTICIPANT EMPORTE

- À l'issue de ces deux journées, le participant repart avec :
- ✓ des bases solides en hypnose ericksonienne
 - ✓ plusieurs techniques d'induction
 - ✓ des outils de synchronisation et de communication
 - ✓ plusieurs scripts et protocoles
 - ✓ des outils de mobilisation des ressources
 - ✓ une première expérience de construction d'une séance
 - ✓ un manuel de formation complet

Cette formation est avant tout une expérience. Comprendre l'hypnose, c'est une première étape. L'expérimenter, l'observer et la pratiquer permet d'en découvrir toute la richesse et de commencer à développer sa propre manière d'accompagner.

Modalités d'évaluation : évaluation formative tout au long de la formation, mise en situation pratique en fin de parcours et questionnaire de satisfaction.