



Programme de Formation en Hypnose Éricksonienne et Thérapies Brèves

Année 1 : Initiation et Bases Fondamentales



Infos pratiques

- **Durée** : 12 jours
- **Public cible** : Professionnels de santé, thérapeutes, accompagnants, éducateurs.
- **Objectif général** : Former des praticiens capables d'utiliser l'hypnose de manière éthique, efficace et adaptée aux besoins spécifiques de leurs patients.
- **Prix** : 2100 e payable en 3 fois
- **Horaires** : 9.00-17.00
- **Dates de formation 2025/26**
 - Module 1 : 14 et 15/11/2025
 - Module 2 : 4-5-6/12/2025
 - Module 3 : 15-16-17/01/2026
 - Module 4 : 6-7/2/2026
 - Supervision : 24-25/04/2026

Module 1 : Introduction à l'Hypnose Ericksonienne

- **Durée :** 2 jours
- **Contenu :**
 - Historique de l'hypnose (de Mesmer à Milton Erickson)
 - Principes fondamentaux de l'approche Ericksonienne
 - Définition et mécanismes de la transe hypnotique
 - Premiers exercices : fixation sur un point, scanner corporel, ressenti au-delà de la visualisation
- **Références scientifiques :**
 - Erickson, M. H. (1980). "Collected Papers on Hypnosis".
 - Spiegel, D., & Spiegel, H. (2004). "Trance and Treatment".
- **Déroulé des journées :**
 - Jour 1 : Introduction historique et découverte des états de transe.
 - Jour 2 : Expérimentations pratiques et premiers exercices d'induction.

Module 2 : Construire la relation thérapeutique avec l'hypnose

Durée : 3 jours

- **Contenu :**
 - Construction de l'alliance thérapeutique
 - Le langage du changement
 - 12 stratégies de communication stratégique
 - Langage permissif et indirect
 - Utilisation des suggestions ouvertes et ambiguës
 - Les 12 bases de la communication thérapeutique
 - Recadrage et gestion des résistances
 - Influence des mots et impact sur le connectome
- **Références scientifiques :**
 - Rossi, E. L. (2002). "The Psychobiology of Gene Expression".
 - Dehaene, S. (2014). "Consciousness and the Brain".
- **Déroulé des journées :**
 - Jour 1 : Présentation des principes du langage hypnotique.
 - Jour 2 : Applications pratiques et jeux de rôle.
 - Jour 3 : Mises en situation et correction des pratiques.

Module 3 : 12 Techniques Fondamentales des inductions

- **Durée :** 3 jours
- **Contenu :**
 - Techniques d'induction : progressive, rapide, confusionnelle
 - Travail des émotions et des effets désirés
 - Utilisation des ancrages sensoriels
 - Adaptation des techniques au patient
- **Références scientifiques :**

- Kihlstrom, J. F. (2007). "The Cognitive Unconscious".
- Porges, S. W. (2011). "The Polyvagal Theory".
- **Déroulé des journées :**
 - Jour 1 : Apprentissage des techniques fondamentales. Les outils de bases de l'hypnose médicale
 - Jour 2 : Applications des outils pratiques sur différents profils de patients.
 - Jour 3 : Feedback et perfectionnement des techniques.

Module 4 : Hypnose et Créativité

- **Durée :** 2 jours
- **Contenu :**
 - 12 stratégies pour développer créativité et adaptabilité
 - De la volonté au plaisir du changement
 - Travail thérapeutique de la gratitude
 - Hypnose et résilience
 - Sortir du cadre par l'imaginaCtion"
- **Références scientifiques :**
 - Csikszentmihalyi, M. (1996). "Creativity: Flow and the Psychology of Discovery and Invention".
 - Damasio, A. (1999). "The Feeling of What Happens".
- **Déroulé des journées :**
 - Jour 1 : Techniques pour développer la créativité thérapeutique.
 - Jour 2 : Expérimentation et applications dans la pratique clinique.

Supervision et Validation des Acquis

- **Durée :** 16 heures
- **Contenu :**
 - Pratique supervisée en situation réelle
 - Feedback individualisé
 - Réalisation d'une séance complète et journal d'apprentissage
- **Déroulé :**
 - Observation de séances en binôme
 - Retours détaillés par le formateur
 - Corrections et axes d'amélioration
 - Séances avec de vrais patients