

PROGRAMME DE FORMATION

Hypnose Rapide

*Initiation expérientielle à l'hypnose***OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES**

À l'issue de la formation, le participant sera capable de :

- Découvrir et utiliser les bases de la communication hypnotique – mécanismes d'attention, de suggestion et de focalisation
- Développer sa créativité et sa flexibilité dans la relation hypnotique, en s'adaptant à ce qui émerge dans l'instant présent
- Explorer l'hypnose de manière ludique et expérientielle – créer des phénomènes hypnotiques observables et activer des états internes ressources
- Fluidifier l'entrée en transe chez les sujets réceptifs, grâce à des inductions rapides simples et sécurisées

INFORMATIONS GÉNÉRALES

Public concerné	Toute personne curieuse de découvrir l'hypnose – professionnels de la relation d'aide – futurs praticiens souhaitant expérimenter l'approche de l'école
Pré-requis	Aucun
Durée	3 jours / 21 heures. De 9h à 13h et de 14h à 17h. 12 stagiaires maximum.
Lieu	Toulon (83) et Cannes (06) – Présentiel. Lieu précis communiqué à l'inscription.
Dates	Les prochaines dates sont disponibles sur www.efth.fr

CONTENU DE LA FORMATION**Jour 1 – Comprendre et observer****Introduction à l'hypnose rapide**

- Pourquoi utiliser l'hypnose rapide
- Pour qui et dans quel cadre
- Cadre éthique et sécurité
- Les indicateurs naturels de transe
- Attention, focalisation et suggestion
- Notions fondamentales du fonctionnement cérébral
- La carte du monde

Les bases de la communication hypnotique

- Yes-set
- No-set
- Choix illusoire
- Cause / effet
- Présuppositions
- Chemin d'effet désiré
- VAKOG
- Dissociation
- Fractionnement

- Confusion
- Boucle hypnotique

Objectif : comprendre comment la structure du langage influence l'état interne.

Jour 2 – Induire et expérimenter

Les tests de réceptivité

Objectif : comprendre comment l'imaginaire influence les réactions corporelles.

- Mains aimantées
- Main lourde et main légère
- Doigts collés
- Catalepsie oculaire
- Lévitiation du bras
- Bascule en arrière (sécurisée)

Création de phénomènes hypnotiques observables

- Catalepsies
- Lévitiation
- Modifications sensorielles
- Mouvements idéomoteurs
- Amnésies simples

Les inductions rapides

- Main / visage
- Papillon
- Balancier
- Saturation psychique
- Création de ruptures de pattern

Objectif : conduire un sujet vers un état modifié de conscience de manière fluide et sécurisée.

Activation d'un état interne « ressource »

- Identification d'un souvenir positif
- Activation d'un état de confiance, de calme ou de stabilité
- Amplification de l'expérience interne
- Installation d'un état interne sécurisant

Objectif : expérimenter l'hypnose comme levier d'activation de ressources personnelles.

Ancrage d'un état interne « ressource »

- Association stimulus / état interne
- Mise en place d'un ancrage kinesthésique simple
- Renforcement par répétition
- Vérification de l'efficacité

Objectif : rendre l'état ressource mobilisable volontairement.

Jour 3 – Intégrer et projeter

Futurisation d'une situation problématique

- Identification d'une situation concrète à venir
- Projection guidée dans cette situation
- Réactivation de l'état ressource
- Observation des changements internes
- Ajustement si nécessaire

Objectif : tester l'utilité de l'hypnose dans un contexte réel.

Développement du savoir-être

- Présence
- Voix

- Posture
- Sécurité intérieure
- Adaptation au sujet

Entraînement supervisé et intégration

- Séquence complète : induction → phénomène → ressource → ancrage → futurisation
- Pratique encadrée
- Ajustements individualisés
- Débriefing collectif

MOYENS ET MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- Apports théoriques structurés
- Démonstrations par le formateur
- Pratique encadrée en continu
- Feedback personnalisé
- Un livret de formation délivré à chaque début de formation

L'accent est mis sur l'expérience directe et l'intégration progressive.

PROFIL DU / DES FORMATEUR(S)

Perie Morgan, Hypnothérapeute depuis 2014. Pratique en cabinet depuis 2015. Formateur depuis 2017. Créateur de la méthode « Hypnose Ericksonienne moderne ».

MODALITÉS D'ÉVALUATION

L'évaluation se fait en contrôle continu, lors de la supervision du formateur de la pratique quotidienne des stagiaires. Cela permet de valider l'assimilation des objectifs pédagogiques.

TARIFS

Tarif public	390 € TTC (paiement jusqu'à 10x sans frais)
Tarif financeurs	500 € TTC (organisme financeur / société)

DÉLAI D'ACCÈS

Les inscriptions peuvent se faire jusqu'à 2 jours avant le début de la formation, dans la limite des places disponibles.

CONTACT

Responsable formation	Morgan Périé
Email	contact@efth.fr
Téléphone	09 54 65 72 34

Site web	www.efth.fr
-----------------	--

ACCESSIBILITÉ AUX PERSONNES HANDICAPÉES

Les personnes porteuses de handicap souhaitant suivre cette formation sont invitées à nous contacter directement, afin d’étudier ensemble les possibilités de suivre la formation.

Efth Formations – 948 Avenue des anciens combattants d’Indochine, 83500 La Seyne sur Mer – Tél : 09 54 65 72 34 – contact@efth.fr – SIRET : 889 609 103 00011 – N° déclaration d’activité : 93 83 06263 83 (DREETS PACA)