

Technicien en Hypnose Ericksonienne moderne

PUBLIC CONCERNÉ : Ouvert à tous

PRÉREQUIS : Sans prérequis

DURÉE DE LA FORMATION : 12 jours / 84 heures

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Intégrer les bases essentielles de l'hypnose Ericksonienne moderne
- Optimiser sa communication et son savoir-être
- Comprendre et manœuvrer les principaux instruments hypnotiques
- Comprendre et manœuvrer les premiers leviers de changement
- Apprendre à préparer et conduire une séance

CONTENU DE LA FORMATION

Jour 1 :

Qu'est-ce que l'hypnose ?

Les différents courants, leurs avantages et leurs inconvénients

L'Hypnose Ericksonienne moderne enseignée à l'Efth

Qu'entend-on par « état de conscience » ? Quels sont les différents états exploités et proposés dans le cadre de l'hypnose ?

Observer les modifications naturelles des états de conscience

Canaliser et orienter l'attention

Créer un « état d'acceptation » : ouverture et disponibilité aux suggestions

Jour 2 :

Initiation aux principes essentiels de la communication influente dans le contexte de l'hypnose

L'expérience du souvenir sous hypnose : Exploration d'une induction hypnotique

Perfectionnement des compétences d'écoute active et de l'art du questionnement

Apprendre à se synchroniser et à conduire une séance d'hypnose

Tester les impacts et les frontières de diverses postures en hypnose, telles que la position haute et basse, ou encore le tri centré sur soi et sur l'autre

Jour 3 :

Le savoir-être : Investir la relation

Les différents points de synchronisation

Le rôle de la voix

Utilisation de suggestions indirectes

Initiation aux éléments fondamentaux de l'hypnose et aux suggestions indirectes

Jour 4 :

L'évolution de l'approche « conscient / Inconscient » vers « conscient / parties inconscientes

Les 3 axes d'utilisation des phénomènes hypnotiques & leur exploration

Entraînement à la création de phénomènes hypnotiques

Jour 5 :

Entraînement à l'induction à travers le questionnement

Connecter à une émotion ou s'en éloigner

Les sous-modalités : Renforcer ou atténuer une sensation en modulant les perceptions sensorielles (premier levier de changement)

Jour 6 :

Les ancrages

Protocole de désactivation d'ancre avec double exposition : Identification et modifications des conditionnements associatifs limitants (levier de changement)

Première séance complète simple d'hypnose, selon les éléments appris

Jour 7 :

Le cheminement inductif : les 3 étapes

Conditionner les attentes : le discours pré-hypnotique

L'induction hypnotique comme prétexte et support à phénomènes hypnotiques, pour modifier l'état de conscience

La défocalisation : Orienter l'attention en dehors du point fixé par le regard (induction hypnotique)

Protocole d'intégration d'un nouveau comportement avec juxtaposition : Visualisation du comportement à changer et création d'un nouveau comportement (levier de changement)

Jour 8 :

Influence de Milton Erickson qui nous inspire l'utilisation de la communication indirecte, activant l'imaginaire

Le questionnement stratégique pour encourager les prises de conscience

La Détermination d'Objectif (DO) : Questionnement stratégique pour définir l'état problématique et l'état désiré, et la stratégie à employer pour l'atteindre

- Les 7 points de la DO
- L'écologie interne et les résistances

Protocole de recadrage avec juxtaposition : Modification et amélioration d'un apprentissage inconscient problématique (levier de changement)

Jour 9 :

La spirale sensorielle : Orienter l'attention sur les 5 sens (induction hypnotique)

Association / dissociation : Alternance des perceptions subjectives et objectives (induction hypnotique)

Jour 10 :

Mobilisation des phénomènes hypnotiques comme métaphores de changement

Exemples d'application

La saturation : Saturer l'attention de multiples tâches (induction hypnotique)

Les mécanismes de projection et d'introjection : utilisation des techniques d'association et de dissociation (levier de changement)

La modification de la perception de la douleur

Jour 11 :

Le signaling : Mobilisation des phénomènes hypnotiques comme dialogue avec les parties inconscientes

La contraction / décontraction musculaire : contracter puis décontracter des parties du corps (induction hypnotique)

Les niveaux logiques : Cohérence et alignement avec différents niveaux de manifestation de soi (levier de changement)

Jour 12 :

Induire un état de conscience modifié en additionnant divers phénomènes hypnotiques

Séances libres et complètes dans le cadre du champ de compétences acquises en technicien

MOYENS ET SUPPORTS PÉDAGOGIQUE

Un livret de formation est délivré à chaque début de formation.

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

1760€ TTC prix public (paiement jusqu'à 10 x sans frais)

2100€ TTC prix organisme financeur / société

Pack essentiel : Technicien + Praticien : 3600€ au lieu de 4000€

Pack intégral : Technicien + Praticien + Maîtrise : 5500€ au lieu de 6080€

DÉLAIS D'ACCÈS

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

ACCESSIBILITÉ AUX PERSONNES PORTEUSES DE HANDICAP

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.