



****FICHE PROGRAMME : Formation Hypnose de Base****

****Durée :**** 4 jours (28 heures)

****Public visé :****

- Toute personne désirant découvrir et s'initier à l'hypnose.
- Professionnels de la relation d'aide, de la santé ou du développement personnel souhaitant intégrer l'hypnose dans leur pratique.

****Prérequis :**** Aucun prérequis n'est nécessaire pour cette formation.

****Objectifs pédagogiques :****

- Comprendre les bases théoriques et les principes de l'hypnose.
- Acquérir des techniques fondamentales pour induire un état hypnotique.
- Expérimenter et pratiquer des séances simples d'hypnose.
- Identifier les champs d'application de l'hypnose dans un cadre éthique et respectueux.

****Méthodes mobilisées :****

- Apports théoriques interactifs.
- Démonstrations en direct.
- Exercices pratiques en binômes et en groupe.
- Analyse et débriefing des séances.

****Moyens techniques et pédagogiques :****

- Support de formation remis à chaque participant.
- Vidéo-projecteur, paperboard.
- Vidéos et exemples pratiques.
- Salle aménagée pour les exercices pratiques.

****Programme détaillé :****

****Jour 1 : Introduction et bases théoriques****

- Accueil des participants et présentation du programme.
- Historique de l'hypnose : origines et évolution.
- Les différents courants et approches (classique, Ericksonienne, humaniste).
- Définition et objectifs de l'hypnose.
- Les principes fondamentaux : état modifié de conscience, suggestibilité.
- Les mythes et réalités de l'hypnose.

****Jour 2 : Techniques d'induction et de communication hypnotique****

- Les étapes d'une séance d'hypnose.
- Techniques d'induction de base : fixation, relaxation, focalisation.



- Les suggestions directes et indirectes.
- La construction d'un langage hypnotique : le Milton Modèle.
- Exercices pratiques : induction et approfondissement.

****Jour 3 : Pratique de l'hypnose****

- Mise en pratique des étapes d'une séance complète.
- Développement de la présence et de l'écoute active.
- Techniques de visualisation et métaphores.
- Gestion des émotions et réactions du sujet.
- Travaux pratiques en binômes : accompagnement sur des objectifs simples.

****Jour 4 : Applications et posture du praticien****

- Applications de l'hypnose : relaxation, gestion du stress, confiance en soi.
- Les limites et contre-indications de l'hypnose.
- Posture éthique et déontologique du praticien.
- Construction d'une séance adaptée aux besoins du sujet.
- Séances de synthèse et retours d'expérience.
- Conclusion et évaluation des acquis.

****Modalités d'évaluation :****

- Exercices pratiques et mises en situation.
- Questionnaire de validation des acquis.
- Attestation de formation remise en fin de stage.

****Formateur :****

Patrick LEROY : Spécialiste de l'hypnose, certifié et expérimenté, avec une expertise pédagogique reconnue.

****Accessibilité :****

La formation est accessible aux personnes en situation de handicap. Contactez-nous pour évaluer vos besoins spécifiques.

****Tarif :** 697 € Net de taxes**

****Inscription :** [Après signature d'un contrat ou d'une convention]**