



## HYPNOPRACTICE

### Organisation

Durée : 3 Jours (21 heures)

### Lieu

**Intra** : dans les locaux de l'établissement demandeur

ou

**Inter** : dans nos locaux, 95 Rue de l'Innovation, 83110 Sanary-sur-Mer

### Tarif

Session dans nos locaux : 525,00€ / personne

Session intra étab: 999€ / j

### Réservation :

Formulaire d'inscription et acompte non remboursable\* de 125,00€ TTC

### Contact

06 45 46 96 68

[abshypnose@gmail.com](mailto:abshypnose@gmail.com)

### Public concerné

-Professionnels médicaux et paramédicaux,

-Acteurs du bien être et du développement personnel

-Pratique personnelle

### Pré-requis

Aucun

### Profil Intervenant

Formatrice – Infirmière – Hypnopratricienne

### Méthodes Pédagogiques

Méthode affirmative :

Apport de connaissances via diaporama, films et supports de cours sur clé USB

Méthode interrogative :

échanges et écoute de l'autre, des croyances et des expériences vécues

Méthode Active :

Mises en situation en binôme

### PRESENTATION :

**3 jours pour comprendre et percevoir l'intérêt de l'hypnose, et apprendre à utiliser les techniques de bases des différentes trances hypnotiques.**

Un Module de base pour une ouverture sur les possibles de l'hypnose :

- Faire le choix d'une simple découverte pour une utilisation ludique en toute sécurité
- Ou bien découvrir et s'apercevoir d'une envie d'aller un peu plus loin dans la découverte de soi et des autres (Module 2 « Une communication possible avec l'inconscient »)
- Ou encore apprendre les bases pour choisir ensuite de se former dans le domaine thérapeutique

### RESUME :

**Une formation accessible à tous** avec une approche complète, et pas uniquement réduite à l'enseignement d'une transe stuporeuse comme dans de nombreuses écoles. Pourquoi ?

- En référence aux écrits de Milton Erickson (Collected papers Tome 1 p187-188)
  - « **la transe stuporeuse se caractérise avant tout par un comportement passif, marqué par un ralentissement psychologique et physiologique, Manquent ici les comportements spontanés et les initiatives si caractéristiques de l'état somnambulique quand on les laisse se produire... »**
- En référence au Dr Pierre Janet qui décrit la transe stuporeuse comme « **un champ de conscience très rétréci dans l'acceptation des suggestions hypnotiques** »,

Si l'état de bien être ressenti paraît être intéressant, qu'en est-il de l'attente de changement efficace?

La notion d'un voyage intérieur métaphorique bercé par une voix douce et accompagnée de musique n'est qu'un cliché de l'hypnose au même titre que le « dors je prends le pouvoir » de l'hypnotiseur de spectacle.

Nous vous proposons autre chose.

### OBJECTIF GLOBAL :

Vous découvrirez ce que tous les grands noms de l'hypnose depuis CHARCOT jusqu'à ERICKSON ont tous étudié et décrit comme étant de l'hypnose :

- Transe commune de la vie quotidienne
- Transe somnambulique
- Transe stuporeuse

Avec ce que JAMES BRAID célèbre chirurgien Ecossais connu pour ses travaux sur l'hypnose nomme « **le dédoublement du moi** »

Avec ce que PIERRE JANET décrit comme « **les personnalités secondaires** »

Ou ce que MILTON ERICKSON et ERNEST ROSSI appellent « **les personnages internes** »



## LES + DE LA FORMATION

Un véritable voyage dans vos mémoires inconscientes, vos ressources profondes telles que ces grands noms l'ont décrit, l'ont fait vivre et l'ont utilisé dans le l'accompagnement au changement

Un cadre agréable dans des locaux au calme dans un lieu apprécié, Sanary sur mer

**Une immersion et un vécu de l'hypnose pour tous les participants**

## PROGRAMME :

### J1 = Pour Comprendre :

- Définitions, compréhension de l'état d'hypnose
- Initiation à l'obtention d'un état hypnotique (inductions diverses)

### J2 = Pour découvrir :

- Les phénomènes hypnotiques amenant au développement de cette partie nommée « inconscient »
- Théorie et pratique avec une double performance, vivre et faire vivre à l'autre un état hypnotique avec des mouvements idéomoteurs, des catalepsies, des amnésies et en comprendre les futurs intérêts ludique et thérapeutique.

### J3 = Mise en pratique en binôme

- Transe stuporeuse par suggestions directes
- Signaling par mouvements du corps
- Ecriture automatique
- Parole automatique