

# M.P. Hypnose module 2 Troubles anxieux - dépression depres

Accompagner les troubles anxieux, les dépressions ou le stress grâce à l'hypnose.

(fiche programme du 19/11/2020)

## Objectifs

Dans ce module vous découvrirez comment accompagner les troubles anxieux. Vous apprendrez à stabiliser le sujet, à renforcer son moi. Vous découvrirez des techniques de relaxation, de gestion des peurs paniques. Vous découvrirez le travail avec les rêves lucides et les catégories de Virginia Satir.

Les dépressions relèvent du domaine médical et nécessitent d'être suivies par un médecin. L'hypnose est alors un excellent complément permettant d'accompagner le processus de guérison. Vous étudierez le processus de transformation fondamentale qui sera alors d'une grande aide pour reconstruire la personne sur une base solide.

Cette formation vous permettra également de découvrir des accompagnements spécifiques en lien avec les troubles obsessionnels du

## Public Visé

Praticiens en hypnose

## Pré Requis

Praticien en hypnose certifiés par la World Hypnosis Organization. Pour les praticiens non certifiés chaque demande sera étudiée

## Objectifs pédagogiques

Connaissance de l'approche hypnotique des troubles anxieux  
Accompagner les dépressions et burnout  
Distinguer et accompagner les notions d'image, d'estime et d'amour de soi

## Méthodes et moyens pédagogiques

- Livret pédagogique
- Cours théorique
- Exercices pratiques

## Qualification Intervenant(e)(s)

Master enseignant certifié par la World Hypnosis Organization (WHO)

## Parcours pédagogique

- Les rêves éveillés
- Anxiété et angoisses
- La dépression
- les peurs paniques
- Les catégories Satir
- Techniques de stabilisation
- Identité et image de soi
- réduction du stress
- Les TOC
- faire grandir l'estime de soi
- Des éléments de PNL générative

Gestion du stress, accompagnement des dépressions et des troubles anxieux grâce à l'hypnose.

## Méthodes et modalités d'évaluation

évaluation continue de la pratique

## Durée

**40.00** Heures  
**5** Jours

## Effectif

Groupes de 3 à 15 personnes

Institut Régional Hypnose et Thérapies Brèves - Numéro de déclaration d'activité (ne vaut pas agrément de l'état) : 26 21 03484 21

Version : depres-20210316



**Contactez-nous !**

**Thierry CABRITA**  
gérant

**Tél. : 0651545101**  
**Mail : [contact@irhtb.fr](mailto:contact@irhtb.fr)**

**Institut Régional Hypnose et Thérapies Brèves - Numéro de déclaration d'activité (ne vaut pas agrément de l'état) : 26 21 03484 21**

Version : depres-20210316

---

Institut Régional Hypnose et Thérapies Brèves - 2 impasse Francis CARCO - 21600 LONGVIC  
Tél. : 0651545101 - Fax : - Site internet : <https://irhtb.fr> - e-mail : [contact@irhtb.fr](mailto:contact@irhtb.fr)  
SARL au capital de 1000 - Code NAF : 8559A