



# Programme de formation

## Intensif Hypnose Ericksonienne



**Prérequis** : Cette formation s'adresse à tout public majeur parlant et écrivant couramment la langue Française. Aucun niveau spécifique n'est requis au démarrage de la formation.

**Publics visés** : Cette formation s'adresse à tout public majeur sans distinction de sexe ou d'origine. Elle peut s'inscrire dans le cadre d'une reconversion professionnelle comme dans le cadre du perfectionnement d'une activité déjà existante (infirmiers, psychothérapeutes, psychologues).

Le seul prérequis mentionné précédemment concerne la maîtrise de la langue française.

### **Objectifs de formation** :

A l'issue de la formation de technicien le stagiaire sera capable de :

- Induire un état hypnotique
- Utiliser le métamodèle
- Approfondir l'état hypnotique
- Reconnaître les signes d'hypnose
- Sortir une personne de l'état hypnotique
- Installer des signaux idéomoteurs

A l'issue de la formation de Praticien le stagiaire sera capable de :

- Adapter son induction aux sujets « résistants »
- Construire une métaphore thérapeutique
- Accompagner un deuil
- Accompagner les victimes de traumatismes
- Accompagner le travail sur les croyances et permissions
- Accompagner le travail sur les phobies
- Induire et utiliser les régressions en âge
- Accompagner les patients douloureux



**Durée :**

La formation de Technicien dure 5 jours soit 40 heures

La formation de Praticien dure 10 jours soit 80 heures

La totalité de la formation comporte donc 120 heures dont 2 heures réservées à l'examen et à la restitution finale.

**Conditions d'admission :** Pour la formation de technicien il n'y a pas de condition prédéfinies pour entrée en formation sinon de parler couramment le français.

Pour la formation de praticien il est nécessaire d'avoir déjà obtenu une attestation de technicien en hypnose Ericksonienne délivrée par une école membre de la Fédération Française d'Hypnose et Thérapies Brèves ou de la World Hypnosis Organisation.

**Modalités d'évaluation :**

La formation de technicien ne donne pas lieu à une certification mais à une attestation. Pour l'obtenir il sera nécessaire d'être assidu à tous les cours et d'avoir validé la pratique (évaluation continue).

L'obtention du titre de praticien en hypnose Ericksonienne est subordonné à 3 éléments :

- La réussite de l'examen final écrit (avec une note minimale de 80/100) basé sur la formation de technicien et sur celle de praticien.
- L'évaluation de la pratique tout au long de la formation
- Le rendu d'une étude de cas spécifique par écrit

Pour tout stagiaire notre institut offre la possibilité pendant les 3 ans qui suivent sa formation de revenir gratuitement suivre à nouveau le stage qu'il a suivi qu'il ait ou non réussi son examen.

Le certificat de praticien en hypnose Ericksonienne est validé par la World Hypnosis Organisation.

Pour exemple voici une copie de la fiche d'évaluation de la pratique utilisé pour les exercices de technicien en hypnose :

**Observation des compétences pratiques**

Nom du praticien:

Nom de l'observateur:

	Pas du tout	Faible	Ok Moyen	Bon	Excellent
Pose le cadre					
Etablit le rapport					
Synchronise (posture, gestes, voix)					
Reformule régulièrement					
Aboutit à un objectif bien formulé dès la 2 <sup>ème</sup> question de l'état désiré (ED2)					
Explore le VAKOC de manière pertinente (ED3 et EP3)					
Pose plusieurs fois certaines questions lorsque c'est pertinent					
Calibre et tient compte des Etats Internes					
Fait les transitions (ED.EP.ECO)					
Suit le questionnaire dans l'ordre					
Respecte le texte des questions et les méta-programmes					
Pose toutes les questions					
prend quelques notes écrites tout en gardant le rapport					
Suit et guide de manière pertinente					
Utilise le temps de manière optimum					
Choisit une technique appropriée					
Donne l'impression de connaître la technique choisie					
Donne l'impression globale d'être orienté - solution -					
Ferme le cadre et fait un pont vers le futur					
Termine dans le temps imparti					
<b>Total:</b>					

**Contenu :**

Le contenu de ces formations est détaillé dans les feuillets suivants.



# Technicien en hypnose

## 1. Qu'est-ce que l'hypnose?

Qu'est-ce que l'état hypnotique ?

Quelques idées fausses

Historique de l'hypnose

Tableau synoptique de quelques thérapies de la psyché

Théories clés

Les présupposés de base

Notions de conscient et d'inconscient

Milton H. Erickson

Biographie

## 2. L'approche Ericksonienne

1. Position du thérapeute

2. Souplesse

3. La relation complémentaire

4. La position basse

Le processus thérapeutique selon Erickson

1. Le pragmatisme

2. Aider à changer

3. Le changement

4. Le cadre

Éléments pour établir le rapport

1. Espace de confort

2. Utilisation du langage de la personne



3. Voix
4. Calibration
5. Synchronisation
6. Ratification

Les routines de base

### **3. Le Milton modèle**

Les permissions

L'utilisationnel

Le langage "non-spécifique" ou l'artistiquement vague

Les mots de liaison

Les Descriptions Sensorielles = DS (descriptions de la conscience externe)

Les Descriptions d'Etats Interne = DI (descriptions d'expérience interne)

Les truismes (ou évidences logiques)

Le yes set (ou séquence d'acceptation)

Les présuppositions

Les signes de l'Etat hypnotique (ou transe hypnotique)

Sortir une personne de la transe hypnotique

La machine à phrases non spécifiques

Le Milton modèle (suite)

Utiliser de la négation

Le « No set »

Messages cachés

1. Les marquages analogiques ou saupoudrage ("seeding", Erickson 1966)
2. La question cachée
3. La demande cachée

Les histoires encastrées



La boule de billard ou communication rebondissante

Les citations

Les « questions-tag »

L'anticipation

La lecture de pensée

Le changement de temps

Dissociation et Confusion

1. Le langage de la Dissociation
2. Le langage de la Confusion

Omissions

1. Omission simple
2. Suppression de l'index de référence
3. Omission du comparatif

Généralisations

1. Quantifieurs universels
2. Nominalisation
3. Origine perdue

Distorsions

1. Cause à effets
2. Lecture de pensée

Tournures de langage pour influencer directement

1. Postulat de conversation
2. Ambiguïtés

Tournures de langage pour suggérer à mots couverts

1. Violation par sélection restrictive
2. Histoires encastrées

Synthèse du Milton modèle



## **4. Indications et contre-indications de l'hypnose**

Indications

Contre-indications

Risques possibles lors d'une séance

## **5. Approfondir la transe**

Par suggestion

Par la méthode fractionnée de Vogt

Par suggestion post-hypnotique

Inclusions diverses (ratifier)

## **6. Le signaling idéomoteur (ou les signaux idéomoteurs)**

Amener et installer des "signaux des doigts"

1. Méthode indirecte

2. Méthode directe

Utilisation du signaling

## **7. L'amnésie**

Suggestions verbales

1. Suggestions directes

2. Suggestions indirectes

3. Suggestion camouflée

Changement d'état interne

Amnésie structurée

1. Parenthèse

2. Par comptage



3. Métaphores encastrées
4. En sollicitant un souvenir
5. Par une histoire
6. Redirection de l'attention juste après la sortie de transe
7. Le bluff

## **8. Détermination d'objectif et anamnèse**

Définir l'objectif à atteindre

La méthode du SUPER objectif

1. S pour Spécifique
2. U pour unique.
3. P pour positif.
4. E pour écologique
5. R pour reconnaissable (mesurable)

Une séance d'hypnose

## **9. Auto-hypnose**

## **10. Les sous-modalités**

1. Définition
2. Exemples
3. Sous-modalité critique

## **11. Les ancrages**

Définition

But

Créer un ancrage





Conditions d'une « ancre bien posée »

## **12. Quelques inductions supplémentaires**

Induction de relaxation progressive (Dr John Hartland)

Induction du tableau

Technique de fixation oculaire (Yapko)

Quelques scripts et protocoles

Cinq éléments de l'apprentissage hypnotique

Exemples d'induction avec utilisation d'éléments naturels



# PRATICIEN EN HYPNOSE Ericksonienne

## 1. Les métaphores

Notions préliminaires

Les quatre stratégies de construction d'une métaphore

Suggestions pour améliorer l'estime de soi

## 2. L'identité

## 3. Les enfants

Spécificité de l'accueil de la demande

Techniques spécifiques

## 4. Le changement

Transformation Instantanée (La machine à changer)

La désensibilisation

Installer une permission

Augmentation de l'état

## 5. Les régressions hypnotiques

Que sont les régressions

Mise en place d'une régression hypnotique

Distorsion du temps



## **6. Le Deuil**

Définition

Les étapes du deuil

Processus de deuil

## **7. Les traumatismes**

Ecouter le récit d'un événement traumatique

Processus pour les traumatismes

## **8. Le recadrage**

Recadrage en transe

Recadrage de Carol Erickson

Technique des allergies

## **9. Les Croyances**

Définition

Changer une croyance au niveau inconscient

Transe de réduction du stress

## **10. Hypnose et Douleur**

Qu'est-ce que la douleur?



Le contrôle de la douleur

Le Gant anesthésique

Protocole de contrôle de la douleur

## **11. Thérapie Ordalique**

## **12. Autres protocoles**

Le processus de peur des Sénois

Couper les liens de dépendance

## **13. Auto hypnose**