

# Programme de formation - Cycle 2

## « Hypnose, thérapies brèves et thérapie éricksonienne »



---

### INTITULE DE LA FORMATION

## MODULE 2 : AUTOHYPNOSE AU SERVICE DU PRATICIEN ET DE SON PATIENT

---

### CONCEPTEUR / INTERVENANT

Mme TOUYAROT Armelle

---

### PROFESSION ET DIPLOMES

#### Sage-femme - Master en thérapies éricksoniennes

Praticienne, enseignante, formatrice en thérapie orientée solutions et en hypnose Ericksonienne. Traductrice de nombreux ouvrages d'hypnose et de thérapies brèves. Elle est cofondatrice de la collection Le Germe, éditions SATAS.

Auteur de « Pas à pas : guide d'auto-préparation à l'accouchement », Satas, Bruxelles, 2006.

---

### DUREE (NB DE JOURS + NB D'HEURES) + LIEU

2 jours (14 heures) – Toulouse

*Accessible aux personnes en situation de handicap (référént handicap : D.LEURET)*

---

### PRÉ-REQUIS

Professionnels de santé formés à l'hypnose et à l'approche solutionniste.

---

### FORMAT DE L'ACTION

Présentiel

---

### ARGUMENTAIRE / APPROCHE

Et si le « patient » était soi-même ?...

Faire de l'autohypnose, c'est se mettre soi-même dans l'état hypnotique.

Lors de cette formation, vous apprendrez de façon progressive à entrer et sortir de cet état, volontairement. L'autohypnose vous servira à améliorer votre concentration, gérer votre stress, soulager vos douleurs, mieux dormir...

Vous apprendrez également à former vos patients à l'autohypnose pour prolonger les bénéfices des séances thérapeutiques d'hétéro-hypnose.

---

## OBJECTIFS

- Savoir construire une séance d'autohypnose.
- Apprentissage à la pratique
- Application de l'autohypnose aux besoins du praticien
- Application de l'autohypnose aux besoins du patient

---

## METHODOLOGIE EMPLOYEE

- Méthodes affirmatives
  - Exposés projetés avec alternance entre théorie et pratique
- Méthodes interrogatives
  - Questionnaire de connaissances
- Méthodes actives
  - Animation d'exercices pratiques
  - Table ronde sur les retours d'expérience

---

## MOYENS PEDAGOGIQUES ET D'ENCADREMENT

L'action de formation se déroulera dans le respect du programme de formation qui aura été préalablement remis au stagiaire, et ce, suivant une alternance d'exposés théoriques et pratiques, en conformité avec le savoir-faire de l'organisme de formation afin que les stagiaires puissent régulièrement intervenir au cours de la formation pour poser des questions et faciliter le transfert de connaissances dans le cadre du processus pédagogique préalablement défini dans le cadre de l'élaboration de la formation.

Le formateur veillera à permettre aux stagiaires de disposer régulièrement de la possibilité de s'exprimer et d'échanger avec lui et, éventuellement, de confronter sa compréhension des concepts avec les autres stagiaires.

Il remettra également un support pédagogique qui permettra à chaque stagiaire de suivre le déroulement de l'action de formation professionnelle, chapitre par chapitre, et ainsi accéder aux compétences constituant les objectifs de l'action de formation professionnelle.

---

## DEROULEMENT PEDAGOGIQUE / PROGRAMME JOURNALIER DETAILLE

### ❖ Déroulement de la Première Journée (de 8h30 à 12h00 et de 13h00 à 16h30) – 8h :

#### Thèmes abordés

- Techniques d'auto-induction
- Détermination d'un objectif de séance
- Mise en pratique
- Protocoles d'autohypnose

#### Matin :

9h-10h30 : Rappels théoriques : état et processus hypnotiques, application pratique : auto-induction de transe et réorientation

10h30-12h : Théorie et techniques de l'approfondissement hypnotique ; entraînement

### Après-midi :

- 13h-15h : Rappels théoriques de l'approche et de l'entretien solutionniste ; entretien en binôme
- 15h-16h30 : Autohypnose : détermination d'un objectif de séance, élaboration collective de la séance d'autohypnose, exercices individuels

### ❖ Déroulement de la Deuxième Journée (de 8h à 14h) – 6h :

- 8h-10h : Protocole d'enseignement de l'autohypnose au patient
- 10h15-12h : Interventions hypnotiques types
- 12h15-14h : Applications : douleur/anxiété, sevrage, problème d'estime de soi, dépression

---

### ÉVALUATIONS DE LA FORMATION (VIA GOOGLE SHEETS OU DIGIFORMA)

☞ Avant la formation :

- **Fiche recueil des attentes** transmises via l'extranet DIGIFORMA

☞ Après la formation :

- **Questionnaire d'évaluation des connaissances** (GOOGLE SHEETS)

Les résultats permettent d'estimer l'assimilation des connaissances acquises lors du module suivi et seront renseignés sur l'attestation de formation envoyée aux stagiaires).

- **Questionnaire d'évaluation de la satisfaction** de la formation (DIGIFORMA)

---

### REFERENCES BIBLIOGRAPHIQUES

- Edgette John : *Manuel phénomènes hypnotiques*, Bruxelles, Satas.
- Robles Teresa *Cheminer dans la vie*, Bruxelles, Satas.
- Robles T. *Réviser le passé*, Bruxelles, Satas.
- Arcas Gérald. *Guérir le corps par l'hypnose et l'autohypnose*. Paris, Coll. « Le corps à vivre », Éditions Sand, 1997. Au service des symptômes psychosomatiques.
- Touyarot Armelle. *Pas à pas - Guide d'auto préparation à l'accouchement par l'hypnose*, Bruxelles, SATAS, 2006.
- Araoz Daniel & Bleck Robert. *L'épanouissement sexuel par l'autohypnose*, Bruxelles, SATAS, 1998.

---

### INDICATEURS QUALITÉ



# Programme de formation - Cycle 2

## « Hypnose, thérapies brèves et thérapie éricksonienne »



---

### INTITULE DE LA FORMATION

## MODULE 2 : HYPNOSE ET STRATEGIES THERAPEUTIQUES

- APPROFONDISSEMENT DES TECHNIQUES HYPNOTIQUES
- TRAVAIL AVEC LES SUJETS DIT RESISTANTS
- GESTION DES EMOTIONS
- PRISE EN CHARGE DU STRESS ET DE L'ANXIETE

---

### CONCEPTEUR / INTERVENANT

#### Dr AMETPE Léonard, Médecin Psychiatre

Psychiatre libéral initié à l'hypnose par le Dr Jean Godin en 2001. Il enseigne l'hypnose depuis 2008 comme chargé de Cours à la faculté de Médecine de Rangueil à Toulouse et coordonne le D.U d'Hypnose Médicale de l'Université Paul Sabatier III. Léonard AMETPE est superviseur pour la thérapie EMDR et s'est spécialisé dans le traumatisme psychique. Il a communiqué sur l'hypnose dans plusieurs congrès internationaux et conférences. Il est l'un des membres fondateurs de l'IMHETO, membre et secrétaire général de l'association EMDR France, membre de l'ESTD (European Society for Trauma and Dissociation) et de l'I.S.H (International Society of Hypnosis). Il travaille à temps partiel à la C.U.M.P Cellule d'Urgence Médico Psychologique au CHU de Toulouse.

---

### DUREE (NB DE JOURS + NB D'HEURES) + LIEU

3 jours (21 heures) - Toulouse

---

### PRÉ-REQUIS

Professionnel de santé diplômé ou en cours d'études (justificatif à fournir) ayant suivi le CYCLE 1 de la formation « Hypnose, thérapies brèves et thérapie éricksonienne » ou une équivalence (à valider par la Commission Formation).

---

### FORMAT DE L'ACTION

- ✓ Présentiel

*(Il est possible qu'en fonction des restrictions liées à la crise sanitaire certains jours soient proposés en distanciel)*

- ✓ Accessible aux personnes en situation de handicap (réfèrent handicap : D.LEURET)

---

### OBJECTIFS

- Théorie :
  - Approfondir les techniques hypnotiques
  - Travailler avec des sujets résistants
  - Travailler avec les émotions

---

## METHODOLOGIE EMPLOYEE

- Méthodes affirmatives
  - Exposés projetés avec alternance entre théorie et pratique
- Méthodes interrogatives
  - Questionnaire de connaissances
- Méthodes actives
  - Animation d'exercices pratiques de jeu de rôle
  - Table ronde sur les retours d'expérience

Ce module de formation est réalisé en groupe avec des professionnels de santé. Il comporte :

- Un temps d'acquisition et d'approfondissement des connaissances et de compétences qui utilise différentes méthodes adaptées aux professionnels concernés (voir partie ci-après)
- Un transfert des connaissances et des compétences (supports de formation donnés, exercices de mise en situation, vidéos, etc.)
- Un suivi de l'acquisition des connaissances et des compétences.

---

## MOYENS PEDAGOGIQUES ET D'ENCADREMENT

L'action de formation se déroulera dans le respect du programme de formation qui aura été préalablement remis au stagiaire, et ce, suivant une alternance d'exposés théoriques et pratiques, en conformité avec le savoir-faire de l'organisme de formation afin que les stagiaires puissent régulièrement intervenir au cours de la formation pour poser des questions et faciliter le transfert de connaissances dans le cadre du processus pédagogique préalablement défini dans le cadre de l'élaboration de la formation.

Le formateur veillera à permettre aux stagiaires de disposer régulièrement de la possibilité de s'exprimer et d'échanger avec eux et, éventuellement, de confronter sa compréhension des concepts avec les autres stagiaires.

Il remettra également un support pédagogique qui permettra à chaque stagiaire de suivre le déroulement de l'action de formation professionnelle, chapitre par chapitre, et ainsi accéder aux compétences constituant les objectifs de l'action de formation professionnelle.

---

## DEROULEMENT PEDAGOGIQUE / THEMES ABORDES

1. Techniques avancées :
  - Régression en âge
  - Les mains de Rossi
  - Travail avec le patient résistant
  - Réveil partiel de la tête
  - Stimuler la créativité
2. Travailler avec l'anxiété
  - Gérer les abréactions
  - Les grands principes
  - Quelques techniques (la réification, la pendulation, ...)
3. Travailler avec la colère
  - Savoir utiliser les techniques pour gérer la colère
4. Mettre en pratique les exercices définis
  - Amplification de l'interactivité
  - Amplification de l'observation
  - Réveils partiels de la tête
  - Savoir utiliser la régression en âge en toute sécurité
  - Savoir gérer les abréactions

---

## PROGRAMME JOURNALIER DETAILLE

### Déroulement de la Journée 1 (de 9h30 à 12h30 et de 13h30 à 17h30) : 7h

#### Matin :

- Retour sur les séances et révisions
- Démonstration : régression en âge et réveil partiel de la tête
- Pratiques

#### Après-midi :

- Les Mains de Rossi
  - Démonstration
  - Pratiques
- Stimuler la créativité
- Commentaires sur la journée

### Déroulement de la Journée 2 (de 9h00 à 12h30 et de 13h30 à 17h00) : 7h

#### Matin

- Gestion de l'abréaction : la procédure
- Travail en trio sur la réceptivité
- Théorie : anxiété et les techniques hypnotiques
  - Réification
  - Pendulation
  - Le point neutre de confort
- Démonstration : travail sur l'anxiété

#### Après-midi :

- Pratiques sur l'anxiété des 3 techniques à utiliser : jeux de rôles (exercices par duo ou trio)
- Travail sur la colère : les différentes techniques et démonstrations
- Exercices sur la colère : jeux de rôles
- Commentaires sur la journée

### Déroulement de la Journée 3 (de 9h00 à 12h30 et de 13h30 à 17h00) : 7h

#### Matin :

- Patient résistant
  - Théorie (améliorer l'alliance thérapeutique) et Vidéos
  - Pratiques et jeux de rôles
- Exercices pratiques sur la communication non verbale
  - Pratiques (exercices par duo ou trio)
- Exercices en trio avec un sujet non désigné

#### Après-midi :

- Modélisation à partir d'une plainte (révision des 3 jours)
  - Exploration et démonstration ou vidéo
- Jeux de rôles
- Exercice de groupe ; la boule de cristal
- Table ronde et commentaires de la journée

## ÉVALUATIONS DE LA FORMATION (VIA GOOGLE SHEETS OU DIGIFORMA)

☞ Après la formation :

- **Questionnaire d'évaluation des connaissances** (GOOGLE SHEETS)

Les résultats permettent d'estimer l'assimilation des connaissances acquises lors du module suivi et seront renseignés sur l'attestation de formation envoyée aux stagiaires).

- **Questionnaire d'évaluation de la satisfaction** de la formation (DIGIFORMA)

---

## REFERENCES BIBLIOGRAPHIQUES

- **Principes de la thérapie brève.** MELCHIOR Thierry, le Germe, SATAS.
- **Métaphores et Suggestions Hypnotiques.** HAMMOND D.C., le Germe, SATAS.
- **L'hypnose, une réinitialisation de nos cinq 2.0.** BROSSEAU G, Inter Editions,
- **Hypnose et auto-hypnose**, C. VIROT . Robert Laffont 2021
- **Traité pratique de l'hypnose - La suggestion indirecte en hypnose clinique** . ERICKSON Milton H., ROSSI Ernest L.

---

## INDICATEURS QUALITE



# Programme de formation – Cycle 2

## Hypnose, thérapies brèves et thérapie Ericksonienne



---

INTITULE DE LA FORMATION

### MODULE 3 : HYPNOSE ORIENTÉE SOLUTIONS - APPROFONDISSEMENT

---

CONCEPTEUR / INTERVENANT

❖ Mme TOUYAROT Armelle

**Sage-femme - Master en thérapies éricksoniennes**

Praticienne, enseignante, formatrice en thérapie orientée solutions et en hypnose Ericksonienne. Traductrice de nombreux ouvrages d'hypnose et de thérapies brèves. Elle est co-fondatrice de la collection Le Germe, éditions SATAS.

Auteur de « *Pas à pas : guide d'auto-préparation à l'accouchement par l'hypnose* », Satas, Bruxelles, 2006.

---

DUREE (NB DE JOURS + NB D'HEURES) + LIEU

3 jours (21 heures) - Toulouse

---

PRÉ-REQUIS

Professionnel de santé souhaitant intégrer l'hypnose dans leur pratique de soin (sous réserve d'acceptation du dossier d'inscription par la Commission Formation).

---

FORMAT DE L'ACTION

✓ Présentiel

*(Il est possible qu'en fonction des restrictions liées à la crise sanitaire certains jours soient proposés en distanciel)*

✓ Accessible aux personnes en situation de handicap (réfèrent handicap : D.LEURET)

---

OBJECTIFS

À la fin de la formation, le stagiaire sera capable de :

- Adapter l'entretien solutionniste à sa pratique
- Engager le patient dans un projet thérapeutique
- Choisir et mener une intervention hypnotique adaptée à la problématique

---

## MÉTHODOLOGIE EMPLOYÉE

- Méthodes affirmatives
  - Exposés projetés avec alternance entre théorie et pratique
- Méthodes interrogatives
  - Questionnaire de connaissances
- Méthodes actives
  - Exercices de mise en situation adaptés par le formateur en fonction de la pratique réelle des stagiaires, accompagnement des stagiaires dans ces mises en situation.
  - Analyse de situations réelles rencontrées par les stagiaires dans leur activité

---

## MOYENS PÉDAGOGIQUES ET D'ENCADREMENT

L'action de formation se déroulera dans le respect du programme de formation qui aura été préalablement remis au stagiaire, et ce, suivant une alternance d'exposés théoriques et pratiques, en conformité avec le savoir-faire de l'organisme de formation.

Le formateur veillera à permettre aux stagiaires de disposer régulièrement de la possibilité de s'exprimer et d'échanger avec lui et, éventuellement, de confronter sa compréhension des concepts avec les autres stagiaires.

Il remettra également un support pédagogique qui permettra de suivre le déroulement de l'action de formation professionnelle, chapitre par chapitre, et ainsi accéder aux compétences constituant les objectifs de l'action de formation professionnelle.

---

## THÈMES ABORDÉS

- Prévisions des acquis sur l'approche orientée solutions
- Les différentes interventions hypnotiques : démonstration et exercices en binôme
- Choix de l'intervention hypnotique en fonction de l'objectif thérapeutique
- Entretien solutionniste avec les patients à multiples problématiques
- Démonstrations
- Exercices en binôme
- Analyse collective des exercices

---

## PROGRAMME JOURNALIER DÉTAILLÉ

### ❖ Déroulement de la Journée 1 (de 8h30 à 12h30 et de 13h30 à 17h30) – 8h:

#### 8h30 à 12h30

- Révision des acquis de la journée précédente
- Application à partir d'un cas clinique
- Conduite d'un entretien solutionniste en binôme

#### 13h30 à 16h30

- Révision de la construction d'une séance d'hypnose
- Démonstration d'une séance d'hypnose solutionniste
- Différents types d'intervention hypnotique
- Séance d'hypnose solutionniste en binôme

## ❖ Déroulement de la Journée 2 (de 8h30 à 12h30 et de 13h30 à 16h30) – 7h :

### 8h30 à 12h30

- Choix du type d'intervention hypnotique en fonction de la problématique
- Réification et douleur : démonstration
- Réification et douleur : exercice en binôme

### 13h30 à 16h30

- Applications à différents troubles psychosomatiques
- Démonstration appliquée à l'anxiété
- Exercices en binôme

## ❖ Déroulement de la Journée 3 (de 8h00 à 14h00) – 6h:

### 8h00 à 12h00

- Différentes relations patient-thérapeute
- Détermination d'un objectif de séance avec des patients porteurs de plusieurs problématiques
- Démonstration
- Exercices en binôme et analyse

### 12h00 à 14h00

- Applications aux troubles du comportement
- Élaboration conjointe d'une intervention hypnotique adaptée à l'objectif
- Mise en pratique : séances d'hypnose en binôme
- Exercices d'entretiens solutionnistes suivis d'une intervention hypnotique adaptés à la pratique et aux besoins de chaque participant

---

## ÉVALUATIONS DE LA FORMATION (VIA GOOGLE SHEETS OU DIGIFORMA)

☞ Après la formation :

- **Questionnaire d'évaluation des connaissances** (GOOGLE SHEETS)

Les résultats permettent d'estimer l'assimilation des connaissances acquises lors du module suivi et seront renseignés sur l'attestation de formation envoyée aux stagiaires).

- **Questionnaire d'évaluation de la satisfaction** de la formation (DIGIFORMA)

---

## RÉFÉRENCES BIBLIOGRAPHIQUES

O'hanlon Bill, *Taproots – Aux racines de la thérapie et de l'hypnose de Milton Erickson*, Satas, Bruxelles, 2021.

de Shazer S., Dolan Y., Korman H., Trepper T., Mc Collum E., Berg I.T., *Au-delà des miracles, un état des lieux de la thérapie Brève Solutionniste*, Satas, Le Germe, Bruxelles, 2007.

de Shazer S., *Clés et solutions en thérapie brève*, SATAS, Le Germe, Bruxelles, 1999.

Elkins Gary (2013), *La thérapie de relaxation hypnotique – Principes et applications*, Satas, Bruxelles, 2019.

---

## INDICATEURS QUALITÉ



# Programme de formation – Cycle 2

## Hypnose, thérapies brèves et thérapie Ericksonienne



---

INTITULÉ DE LA FORMATION

### MODULE 4 : HYPNOSE DANS LE TRAITEMENT DES DOULEURS COMPLEXES

---

INTERVENANT

**Dr Chantal WOOD - pédiatre/ anesthésiste-réanimateur**

Ancienne responsable du Centre de Douleur Chronique du CHU de Limoges.  
Spécialiste de la prise en charge de la douleur des enfants et des moyens non médicamenteux.  
Enseignante dans plusieurs Universités Françaises sur les thèmes de la douleur de l'enfant,  
l'hypnose chez l'enfant et l'adulte, les soins palliatifs.

---

DURÉE (NB DE JOURS + NB D'HEURES) + LIEU

2 jours (14 heures) - Toulouse

---

PRÉ-REQUIS

Professionnel de santé ayant suivi une formation de base en hypnose (justificatifs à fournir – à valider par la Commission formation).

---

FORMAT DE L'ACTION

✓ Présentiel

*(Il est possible qu'en fonction des restrictions liées à la crise sanitaire certains jours soient proposés en distanciel)*

✓ Accessible aux personnes en situation de handicap (réfèrent handicap : D.LEURET)

---

OBJECTIFS

- Mieux comprendre comment utiliser l'hypnose lors de douleurs aiguës
- Mieux comprendre la complexité de certains tableaux de douleur chronique.
- Rappeler la physiologie de la douleur et la clinique de certains tableaux algiques (douleurs musculaires, fibromyalgie, amputation et algodystrophie, douleurs neuropathiques...).
- Utiliser des techniques d'hypnose ou de thérapies brèves, afin d'activer le changement chez le patient et améliorer ses symptômes.

---

## MÉTHODOLOGIE EMPLOYÉE

- Méthodes affirmatives
  - Exposés projetés avec alternance entre théorie et pratique
- Méthodes interrogatives
  - Questionnaire de connaissances (QCM)
- Méthodes actives
  - Animation d'exercices pratiques et de jeux de rôles
  - Table ronde sur les retours d'expérience

---

## MOYENS PÉDAGOGIQUES ET D'ENCADREMENT

L'action de formation se déroulera dans le respect du programme de formation qui aura été préalablement remis au stagiaire, et ce, suivant une alternance d'exposés théoriques et pratiques, en conformité avec le savoir-faire de l'organisme de formation.

Les formateurs veilleront à permettre aux stagiaires de disposer régulièrement de la possibilité de s'exprimer et d'échanger avec eux et, éventuellement, de confronter sa compréhension des concepts avec les autres stagiaires.

Ils remettront également un support pédagogique qui permettra de suivre le déroulement de l'action de formation professionnelle, chapitre par chapitre, et ainsi accéder aux compétences constituant les objectifs de l'action de formation professionnelle.

---

## DÉROULEMENT PÉDAGOGIQUE / THÈMES ABORDÉS

- Douleur aiguë : douleur liée aux soins, bloc opératoire, hypnose et MEOPA
- Douleur chronique
- Douleur neuropathique
- Fibromyalgie
- Amputations
- Algodystrophies
- Lombalgies

---

## PROGRAMME JOURNALIER DÉTAILLÉ

### Déroulement de la Journée 1 (de 9h00 à 12h30 et de 14h00 à 17h30) : 7h

#### Matin :

- Physiologie de la douleur et l'importance des mots
- Douleur aiguë : celle liée aux soins, au bloc opératoire

#### Après-midi : douleur aiguë : exercices et techniques à utiliser

- Douleur et MEOPA : exercices d'accompagnement

### Déroulement de la Journée 2 : 9h00 à 12h30 et de 14h00 à 17h30) : 7h

#### Matin :

- Situations de douleur chronique, avec la nécessité de provoquer un changement chez le patient
- Douleurs neuropathiques
- Fibromyalgie et douleurs musculaires
- Peur évitement de la douleur : comment aider ?

### Après-midi :

- Amputation
- Algodystrophie
- Techniques de Miroir

---

### ÉVALUATIONS DE LA FORMATION (VIA GOOGLE SHEETS OU DIGIFORMA)

☞ Après la formation :

- **Questionnaire d'évaluation des connaissances** (GOOGLE SHEETS)

Les résultats permettent d'estimer l'assimilation des connaissances acquises lors du module suivi et seront renseignés sur l'attestation de formation envoyée aux stagiaires).

- **Questionnaire d'évaluation de la satisfaction** de la formation (DIGIFORMA)

---

### RÉFÉRENCES BIBLIOGRAPHIQUES

- Vaincre la douleur par l'hypnose et l'auto-hypnose. C Cazard-Fillette, C Wood, A Bioy
- Aide-Mémoire de l'hypnose en 50 Notions. A Bioy, I Celestin-Lhopiteau, C Wood
- Films : le bruit des vagues ; 5 cas cliniques ; No fears No Tears.

---

### INDICATEURS QUALITE



# Programme de formation - Cycle 2

## « Hypnose, thérapies brèves et thérapie éricksonienne »



INTITULE DE LA FORMATION

### MODULE 5 : HYPNOSE ET CONFIANCE EN SOI

INTERVENANT / CONCEPTEUR

Damien LEURET

**Thérapeute, praticien en hypnose clinique et PNL depuis 2003**

Formé à l'hypnose éricksonienne (+ DU hypnose médicale), la PNL, la thérapie orientée solution, certifié au MBTI et à l'ennéagramme.

Formateur expert certifié CNEFOP.

Intervient aussi bien auprès des particuliers que dans le milieu médical, social et médico-social.

Anime des groupes d'analyses de pratiques et des supervisions

Intervient également dans tout domaine professionnel pour des coachings d'accompagnement.

DUREE (NB DE JOURS + NB D'HEURES) + LIEU

2 jours (14 heures) - Toulouse

PRÉ-REQUIS

Professionnel de santé diplômé ou en cours d'études (justificatif à fournir) ayant suivi le CYCLE 1 de la formation « Hypnose, thérapies brèves et thérapie éricksonienne » ou une équivalence (à valider par la Commission Formation).

FORMAT DE L'ACTION

✓ Présentiel

*(Il est possible qu'en fonction des restrictions liées à la crise sanitaire certains jours soient proposés en distanciel)*

✓ Accessible aux personnes en situation de handicap (réfèrent handicap : D.LEURET)

ARGUMENTAIRE / APPROCHE

Bon nombre de plaintes de nos patients tournent autour du manque ou de la perte de « confiance », en soi, en l'autre, en la situation à vivre. Cette formulation regroupe tout un tas de problématiques différentes : stress, tracs, peurs, anxiété, estime de soi, etc.

Par ailleurs, d'après J.Sakulku, 70 % des gens souffrent du « syndrome de l'imposteur ». Ainsi, bon nombre de praticiens ayant suivi une formation complète aux bases de l'hypnose éricksonienne n'osent pas se lancer.

Travailler les thématiques liées à la confiance en soi, c'est à la fois acquérir des techniques permettant de répondre aux demandes de nos patient tout en renforçant sa propre confiance dans sa pratique de l'hypnose.

---

## OBJECTIFS

- Savoir utiliser un outil diagnostique pour repérer à quel niveau agir et fixer un objectif adapté
- Être au clair sur son positionnement professionnel (valeurs/critères ; avoir ses ancrages ressources ; construire son « état interne » de posture)
- Réviser les principes de base de l'inconscient éricksonien au travers du filtre de la confiance en soi
- Acquérir des techniques de renforcement de la confiance en soi

---

## METHODOLOGIE EMPLOYEE

- Méthodes affirmatives
  - Exposés projetés avec alternance entre théorie et pratique
- Méthodes interrogatives
  - Questionnaire de connaissances
- Méthodes actives
  - Animation d'exercices pratiques de jeu de rôle
  - Table ronde sur les retours d'expérience

---

## MOYENS PEDAGOGIQUES ET D'ENCADREMENT

L'action de formation se déroulera dans le respect du programme de formation qui aura été préalablement remis au stagiaire, et ce, suivant une alternance d'exposés théoriques et pratiques, en conformité avec le savoir-faire de l'organisme de formation.

Le formateur veillera à permettre aux stagiaires de disposer régulièrement de la possibilité de s'exprimer et d'échanger avec lui et, éventuellement, de confronter sa compréhension des concepts avec les autres stagiaires.

Il remettra également un support pédagogique qui permettra à chaque stagiaire de suivre le déroulement de l'action de formation professionnelle, chapitre par chapitre, et ainsi accéder aux compétences constituant les objectifs de l'action de formation professionnelle.

---

## PROGRAMME JOURNALIER DETAILLE

### Déroulement de la Journée 1 (de 9h00 à 12h30 et de 13h30 à 17h00) : 7h

#### 9h-12h30 :

- Présentation du programme et des objectifs pédagogiques ; rappel des attentes ; fixation des objectifs personnels ;
- Confiance en soi ? de quoi parle-t-on ? notion de « soi » ; Définition des concepts : confiance, estime de soi, « syndrome » de l'imposteur ; les freins à la confiance en soi ;
- Rappel des principes fondamentaux de l'inconscient éricksonien sur lesquels construire la suite
- Les niveaux logiques de Dilts : un outil diagnostique pour décrypter la demande et savoir où agir
- Exercice d'application

### 14h-17h30 :

- La confiance du praticien en hypnose
  - Être au clair sur son positionnement : quel genre de praticien êtes-vous ?
  - Utiliser la technique du pré-cadrage
    - Pratique à 2 puis débriefing et recadrage en groupe
- La technique de l'ancrage de ressources pour soi et pour son patient :
  - Exercice pratique : s'ancrer en auto-hypnose un état ressource utile dans son contexte professionnel et faire faire un ancrage en hypnose à un patient

### Déroulement de la Journée 2 (de 9h00 à 12h30 et de 14h00 à 17h30) : 7h

#### 9h-12h30 :

- La représentation de soi : comment la personne élabore sa représentation d'elle-même
- Acquisition d'une technique de trans-formation d'une nouvelle image de soi
  - Pratique en exercice par 2
- L'utilisation de la source : construire une métaphore sur la confiance en soi
  - Pratique en exercice par 2

#### 14h-17h30 :

- Expérimenter une technique de créativité : les deux cerveaux (exercice de groupe)
- Application sur des cas apportés par des stagiaires et/ou l'intervenant selon les techniques du « Théâtre forum »
- Guide pratique pour renforcer la confiance en soi : quelles tâches prescrire

---

### ÉVALUATIONS DE LA FORMATION (VIA GOOGLE SHEETS OU DIGIFORMA)

☞ Après la formation :

- **Questionnaire d'évaluation des connaissances** (GOOGLE SHEETS)

Les résultats permettent d'estimer l'assimilation des connaissances acquises lors du module suivi et seront renseignés sur l'attestation de formation envoyée aux stagiaires).

- **Questionnaire d'évaluation de la satisfaction** de la formation (DIGIFORMA)

---

### REFERENCES BIBLIOGRAPHIQUES

- *Estime de soi – Christophe André, François Lelord- Ed. Odile Jacob*
- *Le syndrome de l'imposteur.* Dr Sandi Mann, Leduc .s Editions
- *Apprivoiser son ombre.* J.Monbourquette. Ed. Bayard
- *Stratégies de l'estime de soi et de l'estime du Soi,* J.Monbourquette ,M.Ladouceur, I.d'Aspremont, Novalis/Bayard,
- *Hypnose et confiance en soi, la maison intérieure.* Barbara Briqmane. Edition Satas
- *La peur de décider.* G.Nardone. Ed Satas.
- *Etre sur de soi,* W.Pasini. ed.odile Jacob

---

### INDICATEURS QUALITE



# Programme de formation – Cycle 2

## Hypnose, thérapies brèves et thérapie éricksonienne



INTITULÉ DE LA SESSION

### MODULE 6 : ANALYSE DES PRATIQUES

INTERVENANTS

📄 POUR LA OU LES JOURNÉES DÉDIÉES À LA PROFESSION DES INFIRMIERS :

❖ Armelle TOUYAROT

#### Sage-femme - Master en thérapies éricksoniennes

Praticienne, enseignante, formatrice en thérapie orientée solutions et en hypnose Ericksonienne. Traductrice de nombreux ouvrages d'hypnose et de thérapies brèves. Elle est co-fondatrice de la collection Le Germe, éditions SATAS. Auteur de « Pas à pas : guide d'auto-préparation à l'accouchement par l'hypnose », Satas, Bruxelles, 2006

📄 POUR LA OU LES JOURNÉES DÉDIÉES AUX AUTRES PROFESSIONNELS DE SANTÉ :

❖ Maryse BENEZET

#### Psychologue clinicienne

Présidente de l'Institut Milton H. Erickson Toulouse Occitanie depuis 2015  
Anciennement chargée de cours au DU Hypnose de l'Université Paul Sabatier - Toulouse  
Formatrice en Hypnose Ericksonienne et Communication Thérapeutique  
Communications aux Forums de la CFHTB (Hypnose avec les enfants, Hypnose et restauration de l'intégrité psychocorporelle après maladies graves, accidents...)  
Compétences dans la prise en charge des enfants et adolescents  
Animatrice de groupes d'analyse des pratiques : équipes dans le milieu psycho-socio-éducatif (éducateurs, aides-soignants, AMP...)  
Analyse des pratiques pour professionnels exerçant dans le cadre des psychothérapies

❖ Damien LEURET

#### Thérapeute

Formé à l'hypnose éricksonienne, la PNL, la thérapie orientée solution, certifié au MBTI et à l'ennéagramme. Intervient aussi bien auprès des particuliers que dans le milieu social et médico-social.  
Anime des groupes d'analyses de pratiques de travailleurs sociaux.  
Intervient également dans tout domaine professionnel, public ou privé, pour des coachings d'accompagnement.

❖ Joël MABILA

#### Psychologue clinicien

Formé à l'Hypnose éricksonienne, intervenant en centre de santé universitaire, intervenant en médecine du travail notamment dans la prise en charge du Burnout, Sapeur-Pompier volontaire expert Psychologue au SDIS 64 (Débriefing, prise en charge psychotrauma, formation sur la préservation du potentiel psychologique en situation opérationnelle), activité de supervision d'équipe (ACT 64).

---

## DURÉE (NB DE JOURS + NB D'HEURES) / LIEU

1 Jour – dates à choisir lors de l'inscription - Toulouse

---

## FORMAT DE L'ACTION

- ✓ Présentiel

*(Il est possible qu'en fonction des restrictions liées à la crise sanitaire certains jours soient proposés en distanciel)*

- ✓ Accessible aux personnes en situation de handicap (réfèrent handicap : D.LEURET)

---

## OBJECTIFS

- Suivi et bilan des connaissances et des compétences acquises lors du cycle 2
- Poursuite de l'apprentissage autour des axes d'amélioration : technique, relationnel

---

## MÉTHODOLOGIE EMPLOYÉE

- Méthodes interrogatives
  - Retour sur les acquis des modules précédents
- Méthodes actives
  - Analyse de situations réelles rencontrées par les stagiaires dans leur activité (vidéo ou audio ou présentation de cas cliniques détaillée)
  - Table ronde sur les retours d'expérience

---

## MOYENS PÉDAGOGIQUES ET D'ENCADREMENT

Analyse d'expériences professionnelles, récentes ou en cours, présentées par les stagiaires.

Le formateur veillera à permettre aux stagiaires de disposer régulièrement de la possibilité de s'exprimer et d'échanger avec lui et, éventuellement, de confronter sa compréhension des concepts avec les autres stagiaires.

---

## CONTENU PÉDAGOGIQUE

- Retour des pratiques
- Les réussites et les difficultés
- Réviser les techniques utiles
- Discussions autour de cas difficiles
- Débriefing de groupe

---

## ÉVALUATION DE LA FORMATION

Après présentation du cas pratique par le stagiaire, le formateur en évaluera les techniques et méthodes utilisées. Il lui fera part de ses observations sur la séance réalisée (points forts et axes d'amélioration).

- 👉 Elles seront notées en « **Commentaire Global** » sur la fiche du stagiaire dans « suivi individuel » de DIGIFORMA. Le stagiaire pourra les consulter sur son extranet.
- 👉 **Questionnaire d'évaluation de la satisfaction** via leur page extranet DIGIFORMA.

INDICATEURS QUALITÉ

