

# Programme

## Formation de base en hypnose



---

INTITULÉ DE LA FORMATION

## MODULE 1 : BASES FONDAMENTALES DE L'HYPNOSE

---

CONCEPTEUR / INTERVENANT

❖ Dr AMÉTÉPÉ 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 AMETEPE 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 du conseil d'administration 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).

---

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

3 jours - (21 heures)

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

---

ARGUMENTAIRE / APPROCHE

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 (questionnaire d'évaluation des connaissances pré et post-formation, questionnaire d'impact, analyse de pratique).

---

## OBJECTIFS

- Connaissance des fondamentaux de l'hypnose :
  - Sur le plan théorique
  - Sur le plan clinique
- Mettre en pratique par des exercices définis
  - Commencer et terminer une séance
  - Utiliser une demi-douzaine d'inductions hypnotiques
  - Repérer les indicateurs de la transe
  - Développer l'harmonie communicative
  - Savoir accompagner un patient en sécurité
  - Connaître et pratiquer un cheminement logique d'une séance

---

## MÉTHODOLOGIE EMPLOYÉE

- Méthodes affirmatives
  - Exposés projetés avec alternance entre théorie et pratique
- Méthodes interrogatives
  - Questionnaire de connaissances (QCM)
- Méthodes actives
  - Animation d'exercices pratiques de jeu de rôle
  - 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 stagiaires pourront régulièrement intervenir au cours de la formation pour poser des questions et faciliter le transfert de connaissances.

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.

---

## DÉROULEMENT PÉDAGOGIQUE / THÈMES ABORDÉS

- Définitions
- L'hypnose classique
- Les échelles de suggestibilité
- L'apport d'Erickson
- Bases théoriques
  - La Dissociation
  - La différence Hémisphérique
  - L'empathie
  - Les Neurosciences

- Fondements pratiques
  - Les inductions
  - Les techniques de dépotentialisation du conscient
  - La micro dynamique de la transe hypnotique
  - Les phénomènes hypnotiques et idéo dynamiques
  - Le lien corps-esprit (réinitialisation de la sensorialité)
  - L'accompagnement personnalisé
- Les précautions, indications et contre-indications
- Éthique et Déontologie

---

## PROGRAMME JOURNALIER DÉTAILLÉ

### Déroulement de la Journée 1 :

#### Matin

- Théorie : Définitions et Expériences de groupe
- Exercice de groupe : les 5 sens (nano-inductions)
- Exercices par duo ou trio : applications des nano inductions
- Théorie : Base théorique - concepts utiles- dissociation-suggestibilité

#### Après-midi

- Travail sur l'accompagnement dans « le Bon souvenir »
- Pratiques : début et fin d'une séance (exercices par duo ou trio)
- Pratiques : langage flou et respectueux (exercices par duo ou trio)
- Reportage sur l'hypnose clinique
- Table ronde et commentaires de la journée

### Déroulement de la Journée 2 :

#### Matin

- Exercices pratiques sur l'observation
- Théorie : transe hypnotique, pré-inductions et inductions
- Pratiques: le rythme et les pauses lors de l'accompagnement
- Vidéo Dr Jean Godin

#### Après-midi

- Démonstration
- Exercices pratiques sur la créativité
- Exercices pratiques sur l'interactivité, la ratification et le signaling
- Table ronde et commentaires de la journée

### Déroulement de la Journée 3 :

#### Matin

- Démonstration avec un stagiaire (pour modélisation) sur une plainte (entretien, pré-induction, séance, réorientation, débriefing)
- Suivi de questions et commentaires des stagiaires sur la séance in Vivo
- Apprentissage et pratique d'autres inductions : cénesthésique et visuelle
- Théorie : L'approche Ericksonienne

## Après-midi

- Comment les Neurosciences éclairent la pratique
- Jeux de rôles et mise en pratique des acquis (cf. modélisation d'une séance)
- Table ronde et commentaires de la journée
- Cas clinique vidéo (anxiété ou douleur)

---

## 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)

---

## RÉFÉRENCES BIBLIOGRAPHIQUES

- Benhaïem J. L'hypnose médicale. Medline, 2003.
- Bioy, A.Wood, C. L'Aide-mémoire d'hypnose - en 50 notions, Dunod. 2010
- Bioy, Thierry Servillat. Construire la communication thérapeutique avec l'hypnose.
- Bioy. 15 cas pratiques en hypnothérapie (Les Ateliers du praticien. Dunod
- Brosseau G. L'hypnose, une réinitialisation des 5 sens. Interéditions 2012.
- Collot E. Hypnose et hypnothérapie. EMC, Psychiatrie, 37820 B50, 2002, 13p. Editions Scientifiques et Médicales Elsevier.
- Dufour Michel. (1993) Allégories pour guérir et grandir, Ed. JCL
- Godin J. Hypnothérapie. EMC, Psychiatrie, 37820 B50, 199 1, I Op. Editions Techniques Paris.
- Godin J. La nouvelle Hypnose. Editions Albin Michel, Paris, 1992.
- Haley J. Un thérapeute hors du commun. Desclée de Brouwer
- Melchior Thierry, Créer le réel. Paris : Le Seuil, 19d Maloine
- Michaux D. La transe et l'hypnose. Paris, 1995.
- Michaux D. la dissociation et l'hypnose. Paris, 2005
- Rossi E.L. La psychobiologie de la guérison. 1986
- Salem G., Bonvin E. Soigner par l'hypnose. Masson. 2002
- Watzlawick, P. Le langage du changement, Paris, Seuil, 1980
- Zeig J.K Confluence « the selected Papers of Jeffrey Zeig. 2006

---

## INDICATEURS QUALITÉ



Taux de satisfaction Formation  
DE BASE EN HYPNOSE / Module 1



Taux de satisfaction Formateur  
Léonard AMETEPE

# Programme

## Formation de base en hypnose



INTITULÉ DE LA FORMATION

## MODULE 2 : HYPNOSE ET COMMUNICATION THÉRAPEUTIQUE

**AMELIORATION DE LA PERTINENCE DES SOINS QUELLE QUE SOIT LA PLAINTÉ (STRESS, DEPRESSION, DOULEURS)**

CONCEPTEUR / INTERVENANT

❖ Dr AMÉTÉPÉ 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 AMETEPE 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 du conseil d'administration 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).

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

3 jours - (21 heures)

A Toulouse

PRÉ-REQUIS

Professionnel de santé ayant suivi le module 1 de la formation de base en hypnose éricksonienne ou une équivalence (à valider par la Commission Formation).

FORMAT DE L'ACTION

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

ARGUMENTAIRE / APPROCHE

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 (questionnaire d'évaluation des connaissances pré et post-formation, questionnaire d'impact, analyse de pratique, etc.)

---

## OBJECTIFS

- Améliorer la qualité de la prise en charge de leurs patients quel que soit la plainte.
- Améliorer sa communication thérapeutique
- Actualiser et/ou renforcer leurs connaissances et compétences en matière de communication :
- Utiliser les métaphores hypnotiques afin d'améliorer l'alliance thérapeutique et la mise en place du traitement
- Améliorer l'efficacité de l'hypnose grâce aux subtilités du langage
- Induire une transe hypnotique chez son patient (demi-douzaine d'inductions)

---

## MÉTHODOLOGIE EMPLOYÉE

- Méthodes affirmatives
  - Exposés projetés avec alternance entre théorie et pratique
- Méthodes interrogatives
  - Questionnaire de connaissances (QCM)
  - Retour sur les acquis des modules précédents
- Méthodes actives
  - Animation d'exercices pratiques de jeu de rôle
  - Analyse de situations réelles rencontrées par les stagiaires dans leur activité (vidéo)
  - 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 stagiaires pourront régulièrement intervenir au cours de la formation pour poser des questions et faciliter le transfert de connaissances.

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.

---

## DÉROULEMENT PÉDAGOGIQUE / THÈMES ABORDÉS

- |   |   |
|---|---|
| <ol style="list-style-type: none"><li>1. Le contexte de l'hypnose<ul style="list-style-type: none"><li>- Approfondissement du processus</li><li>- Le recadrage par rapport à la problématique</li></ul></li><li>2. La ratification</li><li>3. L'hypnose, une relation particulière<ul style="list-style-type: none"><li>- L'accompagnement du patient</li><li>- L'accordage- l'empathie- l'harmonie communicative</li></ul></li></ol> | <ol style="list-style-type: none"><li>4. Le langage hypnotique<ul style="list-style-type: none"><li>- Utilisations des suggestions (directes et indirectes)</li><li>- Création de métaphores</li></ul></li><li>5. De la technique à la relation.<ul style="list-style-type: none"><li>- Utilisation des phénomènes hypnotiques et des suggestions thérapeutiques devant une plainte</li><li>- Travail avec la résistance</li></ul></li><li>6. Techniques d'autohypnose<ul style="list-style-type: none"><li>- Comment l'introduire au patient ?</li></ul></li></ol> |
|---|---|

---

## PROGRAMME JOURNALIER DÉTAILLÉ

### Déroulement de la Journée 1 :

#### Matin

- Retour des pratiques (résultat évaluation des pratiques et questionnaire des connaissances)
- Révisions du module précédent
- Exercices de groupe : recherche de situations cliniques de maladroesses communicatives
- Exercices : Stimuler la créativité et l'état d'utilisation

#### Après-midi

- Théorie 1 sur la communication (verbale et non verbale)
- Théorie des suggestions
- Démonstration
- Pratiques des suggestions indirectes (exercice par duo ou trio)
- Pratiques : apprentissage de la catalepsie

### Déroulement de la Journée 2 :

#### Matin

- Théorie 2 sur les suggestions indirectes
- Pratiques (exercices par duo ou trio)
- Jeux de rôles sur le langage analogique
- Apprentissage de la lévitation

#### Après-midi

- Démonstration
- Pratiques (exercices par duo ou trio sur les suggestions indirectes)
- Pratiques : sujet résistant ou alliance thérapeutique ?
- Vidéo de séance du Dr Erickson et analyse

### Déroulement de la Journée 3 :

#### Matin

- La régression en âge, spontanée et induite
- Jeux de rôle : utilisation de la régression en âge dans l'anxiété, le stress, la douleur
- Théorie 3 : les métaphores
- Définition, différence entre métaphore, analogie, allégorie, pourquoi et quand les utiliser
- La métaphore du patient, la métaphore du thérapeute
- Pratique de groupe: trouver des métaphores de la douleur, des métaphores du stress

#### Après-midi

- Construction d'une métaphore à partir d'une situation clinique
- Illustration par une vidéo de séance : histoire métaphorique
- Pratiques de groupe : retour sur les situations cliniques du jour 1 ou autres situations rencontrées, propositions de communication plus bienveillante et thérapeutique
- Jeux de rôles et mise en pratique (langage indirect et métaphorique)
- Débriefing de groupe des 3 journées

## 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

### LIVRES

1. Benhaïem J. L'hypnose médicale. Medline, 2003.
2. Bioy, A.Wood, C. L'Aide-mémoire d'hypnose -en 50 notions, Dunod. 2010
3. Brosseau G. L'hypnose, une réinitialisation des 5 sens. Inter éditions 2012.
4. Collot E. Hypnose et hypnothérapie. EMC, Psychiatrie, 37820 B50, 2002, 13p. Editions Scientifiques et Médicales Elsevier.
5. Dufour Michel. (1993) Allégories pour guérir et grandir, Ed. JCL
6. Erickson, Rossi : « traité pratique de l'hypnose, la suggestion indirecte en hypnose clinique »
7. Godin J. Hypnothérapie. EMC, Psychiatrie, 37820 B50, 1991.
8. Godin J. La nouvelle Hypnose. Editions Albin Michel, Paris, 1992.
9. Haley J. Un thérapeute hors du commun. Des clés de Brouwer
10. D.C Hammond : « Métaphores et Suggestions Hypnotiques »
11. Melchior Thierry, Créer le réel. Paris : Le Seuil, 1998.
12. Michaux D., Halfon Y, Wood C. Manuel d'hypnose pour les professions de santé 2007
13. Rossi E.L. La psychobiologie de la guérison. 1986
14. Salem G., Bonvin E. Soigner par l'hypnose. Masson. 2002
15. Viot C., Bernard, F. Hypnose, douleurs aiguës et anesthésie 10 juin 2010
16. Watzlawick, P. Le langage du changement, Paris, Seuil, 1980
17. Wood C., Bioy A. Vaincre la douleur par l'hypnose et l'autohypnose. 2016
18. Zeig J.K. Confluence. « the selected Papers of Jeffrey Zeig. 2006
19. Rapport du 5 mars 2013 de l'ACADEMIE NATIONALE DE MEDECINE sur les thérapies complémentaires, leur place parmi les ressources de soins
20. Rapport de l'INSERM Juin 2015 Expertise scientifique réalisée par l'unité Inserm U1178 à la demande du Ministère de la Santé (Direction Générale de la Santé). Juin 2015. Evaluation de l'efficacité de la pratique de l'hypnose

## INDICATEURS QUALITÉ





# Programme

## Formation de base en hypnose



INTITULE DE LA FORMATION

### MODULE 3 : HYPNOSE ORIENTÉE SOLUTIONS

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)

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

ARGUMENTAIRE / APPROCHE

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 (support de formation donné, exercices de mise en situation, vidéos, etc.)
- un suivi de l'acquisition des connaissances et des compétences (questionnaire d'évaluation des connaissances post-formation, questionnaire de satisfaction de la formation).

---

## OBJECTIFS

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

- Améliorer la qualité de la prise en charge des patients quelles que soient leurs plaintes.
- Améliorer sa communication thérapeutique.
- Actualiser et/ou renforcer ses connaissances et compétences en matière de communication au travers de la rhétorique solutionniste.
- Identifier rapidement la demande du patient en menant un entretien solutionniste selon le modèle de Steve de Shazer.
- Intégrer l'approche solutionniste dans sa pratique de l'hypnose et améliorer l'efficacité de l'hypnose.

---

## 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

- L'approche orientée solutions
- Historique, pères fondateurs
- Principes directeurs
- Outil de communication
- Techniques thérapeutiques (modèles Steve de Shazer)
- Application au premier entretien
- L'orientation solutions et l'hypnose
- Construction d'une séance d'hypnose solutionniste
- Élaboration de l'intervention hypnotique

---

## PROGRAMME JOURNALIER DETAILLÉ

### ❖ Déroulement de la Journée 1 :

#### Matin

- Historique de l'approche solutionniste
- Principes directeurs
- approfondissement de chaque principe directeur par une démonstration

#### Après-midi

- Approfondissement de chaque principe directeur par une démonstration (suite)
- Présentation du modèle d'entretien solutionniste de Steve de Shazer : démonstration
- Détermination de l'objectif de travail thérapeutique

### ❖ Déroulement de la Journée 2 :

#### Matin

- Révision des acquis de la journée précédente
- Progression dans l'entretien solutionniste : mise en pratique à partir d'une problématique personnelle à chaque stagiaire
- Détermination d'un objectif de séance

#### Après-midi

- Conduite d'un entretien solutionniste en binôme
- Feed-back commun en reliant la théorie et la pratique

### ❖ Déroulement de la Journée 3 :

#### Matin

- Association de l'hypnose et de l'approche solutionniste : révision des acquis
- Construction d'une séance d'hypnose solutionniste
- Démonstrations

#### Après-midi

- Mise en pratique dans des jeux de rôle
- 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

- Havens : *Sagesse de M. Erickson*, Satas, Bruxelles, 2015.
- DeJong & Berg I.K : *De l'entretien à la solution*, Satas, Bruxelles, 2002.
- De Shazer Steve : *Les mots étaient à l'origine magiques*, Satas, Le Germe, Bruxelles, 1999.
- Edgette John : *Manuel phénomènes hypnotiques*, Le Germe, Satas, Bruxelles, 2001.
- Hammond Corrydon : *Métaphores et suggestions hypnotiques*, Satas, Bruxelles, 2004.
- O'hanlon Bill : *Hypnose orientée solutions*, Le Germe, Satas, Bruxelles, 1995
- Meggle Dominique : *Les thérapies brèves*, Satas, Bruxelles, 2011.

## INDICATEURS QUALITÉ



---

## INTITULÉ DE LA FORMATION

# MODULE 4 : HYPNOSE ET DOULEUR

---

## CONCEPTEUR / INTERVENANT

❖ Dr BERGRASER BERAF Jean

### Médecin anesthésiste-réanimateur

Formateur au DU d'hypnose médicale Université Paul Sabatier Toulouse

Membre de la Société Française d'Anesthésie-Réanimation

Membre du Collège Français des Anesthésistes-réanimateurs

Membre d'Anesthésie Réanimation Risques et Solutions (ARRES)

Médecin des SAMU

Capacité de Médecine de Catastrophe

---

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

2 jours - (14 heures)

A Toulouse

---

## PRÉ-REQUIS

Professionnel de santé diplômé (à fournir) ayant suivi le module 1, 2 et 3 de la formation de base en hypnose éricksonienne ou une équivalence (à valider par la Commission Formation).

---

## FORMAT DE L'ACTION

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

## OBJECTIFS

- Fonction de la douleur
  - Les différents types de douleurs
  - Les composantes de la douleur
  - Différentes techniques d'hypnose pour soulager la douleur – hypnoalgésie
- 

## MÉTHODOLOGIE EMPLOYÉE

- Méthodes affirmatives
    - Exposés projetés avec alternance entre théorie et pratique
  - Méthodes interrogatives
    - Questionnaire de connaissances (QCM)
  - Méthodes actives
    - Animation d'exercices pratiques de jeu de rôle
    - 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.

---

## THÈMES ABORDÉS

- Travailler avec la douleur :
  - Les grands principes
  - Quelques techniques (dissociation, réification, déplacement, ...)
- Travailler avec l'anxiété
  - Les grands principes
  - Quelques techniques (dissociation, les ressources, la pendulation, ...)
- Approches paradoxales

---

## PROGRAMME JOURNALIER DÉTAILLÉ

### Déroulement de la Journée 1 :

#### 9h00-10h30

- Connaitre les généralités sur la physiologie de la douleur 30 minutes
- Quelques points sur la prise en charge
- Présentation de quelques techniques 1 : 01h
  - o Le pendule de Lecreon

#### 11h00-12h00

- Présentation de quelques techniques 2 :
  - o Le point neutre de confort
  - o Technique d'analgésie rapide
- Démonstrations, vidéo et pratiques

#### 13h00-14h30

- Exercices pratiques sur la communication non verbale
- Théorie sur les suggestions et les métaphores
- Pratiques (exercices par duo ou trio)
- Démonstration avec un stagiaire (pour modélisation)

#### 15h00-17h00

- Suivi de questions et commentaires des stagiaires sur la séance in Vivo
- Travail avec sujet résistant (ou comment améliorer l'alliance thérapeutique)
- Jeux de rôles en utilisant une technique de la matinée
- Table ronde et commentaires de la journée

## Déroulement de la Journée 2 :

### 9h00-10h30

Présentation de quelques techniques 1 : 01h

- Le gant magique
- Le déplacement d'une sensation
- Le rhéostat

### 11h00-12h00

- Présentation de quelques techniques 2 :
  - o La réification
  - o Le stylo magique

Démonstrations, vidéo et pratiques

### 13h00-14h30

- Exercices pratiques sur l'utilisation des contes
- Pratiques (exercices par duo ou trio)
- Démonstration avec un stagiaire (pour modélisation)

### 15h00-17h00

- Suivi de questions et commentaires des stagiaires sur la séance in Vivo
- Révision de certains outils (selon la demande des stagiaires)
- Jeux de rôles en utilisant une technique de la matinée
- Table ronde et commentaires de la journée

---

## ÉVALUATION DE LA FORMATION

Le formateur fera un retour aux stagiaires sur les changements comportementaux observés dans les mises en pratiques réalisés (points forts et axes d'amélioration des stagiaires).

☞ 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

- L'hypnose, une réinitialisation de nos cinq sens, Gaston BROSSEAU, InterEditions, 2012
- Métaphores et Suggestions D.C Hammond : Hypnotiques. le Germe, SATAS.
- Un thérapeute hors du commun. Haley J. Desclée de Brouwer
- Douleur et hypnose, sous la direction de Didier MICHAUX, Editions Imago, Paris, 2003
- Hypnose, douleurs aiguës et anesthésie, Claude VIROT, Franck BERNARD, Editions Arnette, 2012
- La douleur, Hypnose et thérapies brèves, Hors-série N°3, avril 2009, Editions Métawalk
- Douleurs, Hypnose et thérapies brèves, Hors-série N°7, mars 2013, Editions Métawalk
- Douleurs complexes et algodystrophie IMHETO février 2016
- Hypnotiser techniques d'induction, Hypnose et thérapies brèves, Hors-série N°9 Edition Métawalk
- Le langage du changement, Paul Watzlawick, Edition Points
- Dévisager la douleur, Hypnose et thérapie brèves N°23, Edition Métawalk

---

## INDICATEURS QUALITE



# Programme

# Formation de base en hypnose



## INTITULÉ DE LA SESSION

## MODULE 5 : ATELIER ET ANALYSE DES PRATIQUES

## INTERVENANTS

### POUR LA OU LES JOURNÉES DÉDIÉES À LA PROFESSION DES INFIRMIERS / KINÉS

#### ❖ 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

2 jours – 14h

(1 journée pour l'atelier des pratiques – 7h + 1 journée pour l'analyse des pratiques – 7h)

A Toulouse

---

## FORMAT DE L'ACTION

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

## OBJECTIFS

- Suivi et bilan des connaissances et des compétences acquises lors du cursus
  - 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

**Jour 1 : Atelier pratique.** L'apprenant apporte un cas clinique qu'il veut traiter, avec les informations nécessaires (contexte, problématique, difficultés rencontrées...).

Le groupe, avec l'aide du formateur, imaginera comment construire une séance avec ce patient.

**Jour 2 : 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 « **Appréciation** » 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

