



INTITULE DE LA FORMATION

AUTOHYPNOSE AU SERVICE DU PRATICIEN ET DE SON PATIENT

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 », Satas, Bruxelles, 2006.

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

Du 04 au 05/04/2024

2 jours (14 heures) – Toulouse

PRÉ-REQUIS

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

FORMAT DE L'ACTION

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

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 17h30) – 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 : **questionnaire d'évaluation-1 des connaissances** en hypnose (validation des pré-requis).

☞ Après la formation : **questionnaire d'évaluation-2**

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

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 QUALITE

