

PROGRAMME DE FORMATION

HYPNOSE ET CONFIANCE EN SOI

Dates

Vendredi 06 et
Samedi 07 septembre 2024

Durée

14h



Présentiel

Lieu

IMHETO
7 rue Théron de Montaugé
31200 Toulouse

Date limite d'inscription : 3 jours avant la formation

Horaires : 9h-17h

Tarifs : Adhérent* : 380€

Non adhérent : 440€

Employeur / Institution : 510€

*être adhérent, c'est avoir réglé la cotisation annuelle de 50€

Accessibilité aux personnes en situation de handicap/spécificités :

Formation accessible aux personnes présentant un handicap. Contact référent handicap :

Damien LEURET - damien.leuret@wanadoo.fr - 06.76.01.68.62

Public : Professionnels de santé diplômés, psychologues et psychothérapeutes ARS
et étudiant en master 2 psychologies ou étudiant interne en médecine

Prérequis : Avoir suivi la formation de base en hypnose ou équivalence.

Les attestations de formation et/ou diplômes seront à transmettre au secrétariat

Modalités d'inscription :

- Inscription directement en ligne en cliquant sur le bouton **“je finance ma formation, je m'inscris”** ou en renvoyant le **bulletin d'inscription papier**. Acompte à verser soit par CB en ligne ou par chèque.
À réception de votre demande, un mail de confirmation d'inscription vous sera envoyé via DIGIFORMA avec votre contrat de formation.
- Pour toute inscription via votre employeur, merci de nous contacter en cliquant sur le bouton **“Mon employeur finance ma formation, Je prends contact”**. Le secrétariat procédera aux formalités administratives avec votre service RH/formation (convention).



Modalités pédagogiques et d'évaluation :

• Modalités pédagogiques :

- Méthodes affirmatives : Exposés projetés avec alternance entre théorie et pratique
- Méthodes actives : Démonstration (jeux de rôle) / Pratiques de ces techniques en duo ou trio / Exercices en groupe / Table ronde sur les retours d'expérience
- Un support papier pourra être fourni et/ou des documents seront mis à disposition sur l'extranet de DIGIFORMA

• Modalités d'évaluation :

- Sondage des attentes transmis (via DIGIFORMA)
- Questionnaire d'évaluation de la satisfaction de la formation (via DIGIFORMA).
- Questionnaire d'évaluation des connaissances de type QCM (via GOOGLE ou KAHOOT)

Les résultats permettent d'estimer l'assimilation des connaissances acquises lors du module suivi et seront renseignés sur **le certificat de réalisation envoyé à chaque apprenant.**

- Évaluation 4 mois après la formation

Objectifs de la formation :

- Savoir utiliser un outil diagnostic 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

L'intervenant :

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.



Damien LEURET

Praticien en hypnose clinique

Programme journalier détaillé :

Déroulement de la Journée 1

Matin :

- 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

Après-midi :

- La confiance du praticien en hypnose
 - Être au clair sur son positionnement et sur ses valeurs : quel genre de praticien êtes-vous ?
 - Utiliser la technique du pré-cadrage
 - Pratique à 2 puis débriefing 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

Matin :

- La représentation de soi : comment la personne élabore sa représentation d'elle-même
- Acquisition d'une technique de désidentification et 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

Après-midi :

- Expérimenter une technique de créativité : les deux cerveaux (exercice de groupe)
- Comment toutes les techniques connues en hypnose peuvent s'appliquer à la thématique de la confiance en soi : entraînement 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



Qualité et satisfaction des apprenants :

Pour plus de détails sur les indicateurs qualitatifs de cette formation, contactez le secrétariat



Cette formation a obtenu la note de : 9.6/10



En 2023, nos 457 apprenants nous ont noté :



9,4/10



IMHETO - Association loi 1901

N° de déclaration d'activité auprès de la Préfecture de la région Midi-Pyrénées : **73 31 05691 31**. Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'Etat. **N° SIRET : 51758180700032 / CODE NAF : 8559A**

www.imheto.com