

PRATICIEN EN HYPNOSE ERICKSONIENNE

16 jours – 104 heures

Apparue au début du XIXe siècle l'hypnose est devenue une vraie thérapie grâce aux travaux de Pierre Janet. Elle est la plus ancienne des thérapies modernes et à ce titre elle concerne tous les professionnels de la relation d'aide.

Les travaux de Milton Erickson ont redonné à cette « ancêtre » un aspect beaucoup plus moderne, plus permissif, respectueux du libre arbitre et une surprenante efficacité adaptée au monde contemporain.

C'est sur le substrat ericksonien que se sont développés le courant systémique, l'école de Palo Alto, le courant solutionniste, la PNL, l'approche narrative.

Les aspects de l'hypnose modélisés par la PNL (Richard Bandler et John Grinder) seront expérimentés en alternance avec des modules laissant plus de place à la transe hypnotique.

Public concerné :

Cette formation est ouverte à tous, si vous souhaitez découvrir l'hypnose ericksonienne pour le confort de vos relations professionnelles et personnelles.

Pour des applications plus spécifiques aux contextes de la relation d'aide, du travail social ou médico social, dans le domaine de la santé ou du coaching, formations et expériences préalables sont souhaitées.

Pré requis :

Une expérience professionnelle et un diplôme de niveau 4 sont exigés quelque soit le domaine.

Objectifs :

Cette formation a pour but de vous permettre d'utiliser des techniques de communication hypnotique ericksonienne dans votre pratique professionnelle.

En découvrant comment le langage et la relation construisent l'expérience vous pourrez plus facilement conduire vos clients, élèves, stagiaires, sportifs, coachés et collaborateurs vers une vision positive d'eux mêmes et de leur vie basée sur la perception des ressources, sur la construction d'objectifs réalisables, l'acceptation du présent et la dissolution des problèmes.

Méthodes pédagogiques :

Les méthodes pédagogiques sont celles qui sont décrites dans la fiche :

« Méthodes pédagogiques des formations Hexafor », elles reposent principalement sur des démonstrations et sur l'expérimentation par groupe de 2 ou 3 des techniques enseignées.

Un entraînement régulier entre les modules ainsi qu'une production écrite sont nécessaires pour atteindre les objectifs de la formation.

Attestation de fin de stage

Une attestation de formation est remise à tous les stagiaires.

Programme de la formation

Communiquer avec aisance

Objectifs du module

À l'issue de ce module, vous serez capable de :

- Adapter son comportement non verbal pour favoriser la qualité de la relation
- Adapter sa voix, sa posture, ses gestes,
- Repérer les imprécisions du langage et les questionner sans interpréter,
- Être conscient de ses interprétations,
- Reformuler à bon escient,

Contenu du module

- Les postulats favorables à une communication de qualité,
- Les canaux sensoriels (Visuel, Auditif, Kinesthésique...) et les mouvements des yeux
- Les sous-modalités sensorielles,
- L'adaptation non verbale : la distance, la posture, la gestuelle, les mimiques, la voix,
- La synchronisation spontanée et l'adaptation consciente,
- La conscience externe et la conscience interne,
- La reformulation et le questionnement du métamodèle.
- Guider dans l'expérience sensorielle pour activer les ressources

L'hypnose orientée solution

Objectifs du module

À l'issue de ce module, vous serez capable de :

- Différencier le problème et la solution,
- Réunir les éléments d'une expérience vivante (l'action, l'intention et la relation),
- Proposer à une personne de revivre pleinement une expérience vivante en étant dans un état de transe hypnotique,
- Savoir maintenir une distance adaptée permettant à la personne de se sentir à la fois libre et protégée.

Contenu du module

- Historique et présupposés de l'hypnose ericksonienne
- La synchronisation et le guidage non verbal
- Les indicateurs de transe
- L'autohypnose (induction VAK 321)
- Le guidage dans un lieu sûr ou dans une action sécurisée
- L'autonomie relationnelle
- Le Milton-Modèle
- Les types de relation (engagée, de plainte, de contrainte)

Clarifier les objectifs

Objectifs du module

À l'issue de ce module, vous serez capable de :

- Contribuer à la construction d'objectifs concrets et réalisables
- Tenir compte de l'écologie de la personne et de son environnement
- Utiliser la visualisation
- Identifier et aller chercher les ressources adaptées

Contenu du module

- Le « tri sur l'autre » les intentions et les valeurs
- Les critères de bonne formulation de l'objectif
- La notion de contrôle,
- Les aspects coopératifs de l'objectif
- L'écologie,
- La ligne du temps, et les sous modalités visuelles
- Métamodèle : les questions qui changent le point de vue
- Ancrage et transfert de ressource

L'anticipation positive

Objectifs du module

À l'issue de ce module, vous serez capable de :

- Favoriser la liberté de la personne en :
 - proposant des choix,
 - demandant des autorisations,
 - installant les fusibles de protection,
- Explorer l'objectif d'une personne,
- Prendre un mandat incluant l'autonomie relationnelle,
- Poser la question miracle.

Contenu du module

- Le Milton modèle et les présuppositions,
- Les fusibles de protection
- La lévitation de la main
- Construction d'une analgésie de la main
- Le questionnement solutionniste
- La prise de mandat (que veut la personne ?)

Coopérer avec les autres

Objectifs du module

À l'issue de ce module, vous serez capable de :

- Identifier les comportements qui déclenchent les processus de rivalité
- S'approprier les comportements qui favorisent la coopération
- Observer plus finement les réactions non-verbales afin de s'adapter
- Connaître d'autres modèles qui éclairent les processus relationnels

Contenu du module

- Coopération - rivalité / Protection - autonomie
- Le triangle de Karpman (AT¹)
- La « calibration » et la validation
- Exemple de stratégie utile à la communication
- Procéder par ressemblance ou par différence

Accueillir la plainte

Objectifs du module

À l'issue de ce module, vous serez capable de :

- Accueillir reconnaître et épuiser la plainte
- Explorer à partir de la plainte ce qui n'est pas la plainte
- Explorer les valeurs à partir de la plainte
- Déterminer les effets émotionnels, corporels, identitaires... d'un problème
- Pratiquer l'hypnose à partir des affects désagréables

Contenu du module

- Les différentes catégories de plainte
- L'accueil de la plainte
- L'hypnose du présent et de l'acceptation
- L'absent mais implicite
- La question d'accession d'Ernest Rossi

Coopérer avec soi-même

Objectifs du module

À l'issue de ce module, vous serez capable de :

- Explorer les intentions et les valeurs en les reliant à des expériences ressources
- Faire des compliments adaptés pour permettre à une personne de découvrir ses ressources,
- Guider vers le monde des solutions à partir du monde des problèmes
- Neutraliser un état émotionnel inadapté,

Thèmes abordés :

- Le monde de la vie / Le monde de la survie
- L'exploration des expériences vivantes (découpage vers le haut, vers le bas, latéral)
- L'état présent, l'état désiré, les exceptions (solutions – ressources)
- Les conflits de valeurs ou de critères,
- Le questionnement valorisant
- Le mixage

¹ Analyse Transactionnelle

Affronter les peurs

Objectifs du module

À l'issue de ce module, vous serez capable de

- Poser des questions basées sur le modèle de Palo Alto
- Repérer les tentatives de solutions inadaptées
- Prescrire des tâches stratégiques
- Bloquer les tentatives de solution
- Aider une personne à affronter une peur

Contenu du module

- Le modèle de Palo Alto
- La thérapie stratégique de Giorgio Nardone
- Le modèle Sénoï d'intégration des cauchemars
- Étude de cas cliniques et quoi faire quand

La formation est animée par

Dominique Laugero

Bertrand Hénot

Dr Emmanuel Malphettes

Dr Julien Betbèze

ou tout autre formateur ayant les compétences requises