

Techniques d'hypnose à usage personnel et professionnel

Niveau 2

Pré requis :

être formé à l'autohypnose

L'HYPNOSE POUR SOI ET LES AUTRES
APPROFONDISSEMENTS DES TECHNIQUES
GESTION DE LA DOULEUR

OBJECTIFS DE FORMATION

A l'issue de la formation, chaque participant est en mesure de :

- induire une transe hypnotique
- proposer une aide à la gestion de la douleur

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

Au cours des 2 jours, chaque participant :

- identifie, apprend et s'exerce à la mise en place des conditions nécessaires à la création d'une transe hypnotique
- expérimente et s'exerce à différentes techniques

CONTENU

- **Effectif** : 12 personnes maximum
- **Durée** : 2 jours
- **Tarif** : voir convention
- **Intervenante** : *Hélène Cozannet*,
Ingénieure, Coach spécialiste en gestion
du temps et du stress, Praticienne en
Hypnose et Thérapies Brèves

- Bases et postulats de la thérapie brève
- Acquérir les outils nécessaires à l'alliance thérapeutique
- Gestion de la douleur en hypnose et conditions préalables.
- Induire une transe avec une autre personne.
- Travail d'Ernest Rossi et de Milton Erickson
- Trances et auto-hypnose : lévitation, catalepsie, confusion...

*Le secret professionnel de l'intervenante et le
devoir de réserve des participants sont des règles
essentiels à respecter.*

MÉTHODES ET MOYENS PÉDAGOGIQUES

- Exposés interactifs.
- Pratique