

Formation : **Mouvements alternatifs**

PROGRAMME

OBJECTIFS DE FORMATION

- A l'issue de la formation, les praticiens sont en mesure d'intégrer l'utilisation de techniques de mouvements alternatifs dans leur pratique.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

Au cours de cette journée, chaque participant :

- apprend à installer un ancrage par les mouvements alternatifs
- à désensibiliser l'impact émotionnel d'événements traumatisants et à permettre l'installation d'une sensation agréable
- se familiarise avec l'utilisation des mouvements alternatifs
- s'exerce par la pratique supervisée

CONTENU PÉDAGOGIQUE

- Historique des thérapies par mouvements alternatifs
- Focus sur les travaux de Francine Shapiro
- Focus sur les travaux de l'école de Nantes
- Protocoles de désensibilisation par les mouvements alternatifs
- Protocole d'ancrage de place sûre par les mouvements alternatifs

MÉTHODES ET MOYENS PÉDAGOGIQUES

- Exposés
- Pratiques



- **Pré-requis** : être formé à l'hypnose
- **Effectif** : 12 personnes maximum
- **Durée** : 2 jours, 14h
- **Tarif** : 330 € net de taxes
- **Intervenante** : *Hélène Cozannet*, Ingénieure, Coach spécialiste en gestion du temps et du stress, Praticienne en Hypnose et Thérapies Brèves

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