



## Technicien 1 format classique - hypnose/communication ericksonienne

### ORGANISATION :

Présentiel

### DUREE :

7 jours (49 heures)

### PRE-REQUIS

Ouvert à toutes et tous, sans pré-requis

### OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

Acquérir les bases essentielles de l'hypnose moderne  
Orienter sa communication vers l'autre  
Comprendre et manier les principaux leviers et patterns hypnotiques  
Savoir préparer une séance

### DESCRIPTION / CONTENU

#### Jour 1 :

- Qu'est-ce que l'hypnose ? Les différents courants et leurs spécificités
- Qu'est-ce qu'un état de conscience ? Quels sont les états proposés et utilisés par l'hypnose ?
- L'observation : quoi observer chez un individu pour mieux l'accompagner ?
- Capter et conduire l'attention, favoriser l'écoute et l'apprentissage
- Créer de la disponibilité et de l'acceptation

#### Jour 2 :

- La notion de suggestibilité
- Susciter et développer l'imaginaire de la personne accompagnée
- Initiation à la création d'un cheminement hypnotique progressif
- La voix en hypnose : techniques pour travailler la voix, les sonorités et les rythmes
- L'adaptation en hypnose : écoute et synchronisation
- Entrer dans le monde subjectif d'un individu pour mieux le guider

#### Jour 3 :

- Le questionnement hypnotique : comment décomposer une expérience subjective
- Conduire une recherche intérieure
- Comprendre les expériences hypnotiques naturelles
- Discerner les « hypnotiques » dans les événements quotidiens
- Conduire vers des états connus et les amplifier

#### Jour 4 :

- Les différentes formes de suggestions
- Utilisation des tests hypnotiques pour définir une stratégie en hypnose
- Création des premiers phénomènes hypnotiques
- Utilisation des suggestion indirectes pour dépasser une résistance

#### Jour 5 :

- Préparer une séance d'hypnose
- Découvrir l'état présent et définir l'état désiré
- Déceler les leviers de changement
- Définir un objectif de séance et/ou un objectif d'accompagnement

#### Jour 6 :

- Les phénomènes hypnotiques (suite) : valider l'état d'hypnose pour le sujet et pour l'opérateur
- La théorie des parties inconscientes
- Utilisation des phénomènes hypnotiques comme levier de travail ou pour approfondir un état
- L'émotion en hypnose : l'encodage inconscient d'une émotion
- Amplifier ou réduire un ressenti en utilisant les perceptions sensorielles
- Conduire vers une émotion ou la mettre à distance

#### Jour 7 :

- Le signal idéomoteur et ses utilisations en hypnose
- Synthèse sur l'induction hypnotique
- Les apprentissages inconscients et ancrages
- Générer un apprentissage inconscient
- Première séance entière d'hypnose : synthèse des principes d'accompagnement





## MOYENS ET SUPPORTS PEDAGOGIQUE

Un livret de formation est délivré à chaque formation, incluant [une frise des savoirs](#), afin d'auto-évaluer ses connaissances.

## MODALITES D'EVALUATION

L'évaluation se fait en continu sur la base d'exercices pratiques tout au long du module, permettant de valider la compréhension et l'intégration des objectifs pédagogiques avec des échanges et des retours réguliers des formateurs.

