



## Technicien 2 format classique - hypnose/communication ericksonienne

### ORGANISATION :

Présentiel

### DUREE :

8 jours (56 heures)

### PRE-REQUIS

Avoir validé la formation Technicien 1 ou avoir suivi le stage passerelle si externe à l'ARCHE

### OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

Apprendre à créer des états d'hypnose variés, en fonction de la personne accompagnée et de l'objectif souhaité. Préparer et mener une séance.

Comprendre les principaux mécanismes de changement.

Comprendre les premiers aspects stratégiques de l'hypnose.

D'autres outils techniques viennent compléter ces grands axes.

### DESCRIPTION / CONTENU

#### Jour 1 :

- Introduction et rappel des principaux points abordés pendant le Technicien 1
- Comment analyser une séance d'hypnose
- La préparation à l'état hypnotique : comment désactiver les résistances à un changement d'état de conscience et créer un climat de confiance et de sécurité
- L'utilisation de la suggestion indirecte pour préparer le terrain à un accompagnement
- Levier de changement n°1 : modifier et corriger un apprentissage inconscient, négatif ou limitant

#### Jour 2 :

- Créer un état modifier de conscience en stimulant l'imagination : technique inductive utile pour générer de l'introspection et stimuler les différents sens internes (imaginaire mental, sensations et audition interne).
- La préparation de la séance (2e partie)
- Vérifier l'écologie d'un objectif de séance
- Déceler les problématiques inconscientes
- Techniques de questionnement et d'approfondissement de la réflexion

#### Jour 3 :

- Générer un état modifier de conscience par défocalisation / vision périphérique : on apprend ici créer des états hypnotiques axés sur la présence, et tournés vers l'extérieurs (états utiles pour l'observation, la modélisation, la communication...)
- Levier de changement n°2 : utilisation de la projection / introjection. Principes, utilisations et variantes possibles.
- Utilisation du levier de changement dans une séance entière d'hypnose, visant à modifier un comportement ou une réaction.

#### Jour 4 :

- Technique d'accompagnement : utilisation du langage non spécifique dans certaines phases de la séance.
- Générer un état modifié de conscience en passant par le corps et le mouvement : créer des états d'hypnose actifs, dynamiques et favoriser le rapport aux sensations et au corps.
- Travail sur la posture d'accompagnant : comment favoriser la création d'un climat de confiance et de sécurité.
- Levier de changement n°3 : modifier une réaction émotionnelle. Principes, utilisations et variantes possibles.
- Utilisation du levier de changement dans une séance entière d'hypnose, visant à modifier une réaction émotionnelle.

#### Jour 5 :

- Utilisation des processus de confusion en communication éricksonienne
- Modifier un état de conscience en utilisant la confusion : favoriser un lâcher prise, générer un état de créativité.
- Levier de changement N°4 : solliciter une « part inconsciente ». On aborde ici les conflits intérieurs qui sont à la base de nombreuses demandes en accompagnement. Ce thème sera approfondi dans les modules de praticiens.
- Utilisation du levier de changement dans une séance entière d'hypnose, visant travailler un conflit interne.

#### Jour 6 :

- Utilisation des processus de saturation en communication éricksonienne pour favoriser un lâcher prise profond.
- Modifier un état de conscience en passant par la saturation : générer des états hypnotiques avec des personnes qui ont un besoin de contrôle et d'analyse.
- Levier de changement N°5 : alignement et cohérence. Une des principales résistances au changement est liée à un manque de cohérence interne. Ce travail permet l'exploration des incohérences conscientes et inconscientes afin de les intégrer à l'accompagnement.
- Utilisation du levier de changement dans une séance entière d'hypnose, visant travailler améliorer la cohérence d'un objectif.





**Jour 7 :**

- Utilisation des processus d'association et de dissociation en communication éricksonienne
- Les inductions qui associent un sujet à lui-même et leurs utilisations
- Les inductions qui dissocient un sujet de lui-même et leurs utilisations
- Induire un état hypnotique par association / dissociation
- L'anesthésie en tant que phénomène hypnotique
- Apprendre à une personne à moduler la perception de sa douleur

**Jour 8 :**

- Synthèse : construire une séance d'hypnose
- Synthèse : construire une phase inductive en fonction de la personne et de la demande
- Réalisation d'une séance entière et validation du niveau technicien

## MOYENS ET SUPPORTS PEDAGOGIQUE

Un **livret de formation** est délivré à chaque formation, avec [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.

