Les Ateliers du Sud – Patricia BENOIT

SOPHROLOGIE - HYPNOSE ERICKSONIENNE et ASSOCIATIVE - PNL / ART THERAPIE

# Formation Professionnelle en Hypnose Analytique

240 heures

Devenez Maître Praticien en Hypnose Analytique et obtenez une qualification professionnelle reconnue Qualiopi. Accompagnez vos clients vers le bien-être et la transformation.

Siret : 49074363200048

Qualiopi : Certificat n° F0558-1-R1

Numéro de formatrice : 93060971106



# Informations Pratiques

1

## Durée de la formation

240 heures de cours (180h hypnose en présentiel + 60h psychopraticien) + 35 heures de stage en entreprise.

2

## Horaires des cours

De 9h à 16h (avec pauses et déjeuner inclus).

3

## Prérequis

Aucun diplôme spécifique requis, la formation est ouverte à tous.

4

## Validation

Rapport de stage, rédaction d'un mémoire et soutenance devant un jury.

5

## Tarif

4 800€

6

## Financement

Éligible OPCO, France Travail. Facilités de paiement jusqu'à 20 fois sans frais.

7

## Lieu

31 rue de Paris, 06000 Nice.

8

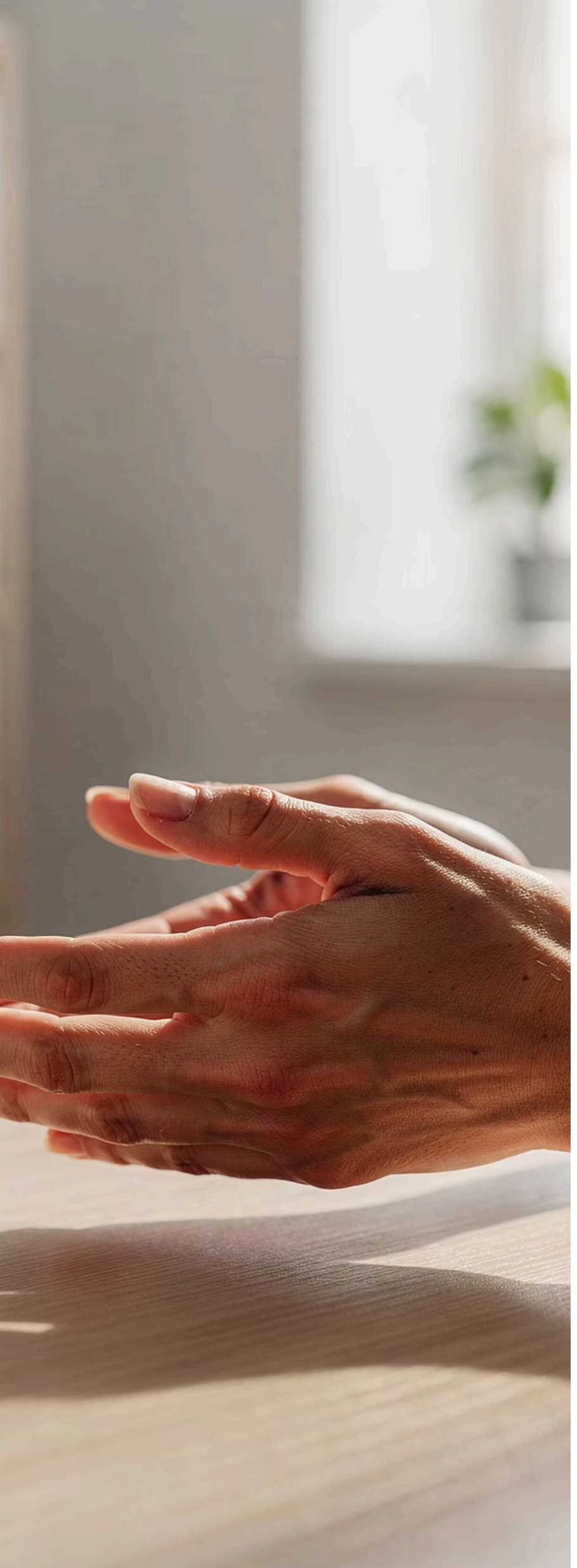
## Contact

06 74 79 01 97
lesateliersdusud.formations@gmail.com

9

## Qualification

Maître Praticien en Hypnose Analytique - Qualification professionnelle reconnue Qualiopi.



NOTRE ENGAGEMENT

# Un Accompagnement Personnalisé à Chaque Étape

## Suivi Individuel

- Groupes à effectif réduit pour un accompagnement optimal
- Entretiens individuels réguliers avec votre formatrice
- Adaptation du rythme selon vos besoins et contraintes
- Supervision personnalisée de votre pratique
- Retours constructifs et bienveillants

## Plateforme Digiforma - Votre Espace Pédagogique

- Accès 24h/24 à tous vos supports de cours et ressources
- Suivi en temps réel de votre progression pédagogique
- Échanges directs avec votre formatrice via messagerie intégrée
- Partage de documents et exercices pratiques
- Calendrier de formation et rappels automatiques
- Émargement digital simplifié
- Attestations et certificats disponibles en ligne

## Communauté d'Apprentissage

- Groupe d'entraide entre stagiaires
- Partage d'expériences et de pratiques
- Réseau professionnel dès la formation
- Accès au groupe des anciens stagiaires
- Événements et ateliers post-formation



DÉBOUCHÉS PROFESSIONNELS

# Vos Opportunités de Carrière

## Praticien en Cabinet Privé

Établissez votre pratique d'hypnose analytique pour accompagner des clients en consultations individuelles et personnalisées.

## Psychopraticien Intégratif

Combinez l'hypnose analytique avec des approches psychothérapeutiques ou psychanalytiques pour une thérapie approfondie.

## Accompagnement Thérapeutique

Offrez des séances d'hypnose profonde pour adresser des problématiques complexes et favoriser la guérison émotionnelle.

## Coaching & Développement Personnel

Guidez les individus vers la réalisation de leurs potentiels et objectifs grâce aux techniques d'hypnose analytique.

## Consultation en Entreprise

Intervenez en milieu professionnel pour améliorer le bien-être, la gestion du stress et la performance des équipes.

## Formation & Supervision

Transmettez votre savoir et accompagnez d'autres futurs ou actuels praticiens en hypnose analytique.



PROGRAMME DÉTAILLÉ

# Sommaire du Programme Détaillé

## Formation Hypnose - 180h

Historique & Bases, Techniques Erickson & Elman, Hypnose Humaniste, Applications thérapeutiques.

## Formation Psychopraticien - 60h

Psychanalyse Freud/Jung, Communication thérapeutique, Éthique & Déontologie.

## Stage Pratique - 35h

Mise en pratique, Rédaction de mémoire, Passage devant jury.

## Installation Professionnelle

Aspects juridiques et administratifs pour l'ouverture de cabinet.

# Introduction et Bases Fondamentales

## Historique de l'Hypnose

- Origines anciennes : pratiques de transe dans les temples égyptiens et grecs, associées à des formes de sommeil thérapeutique
- 18e siècle : Franz Anton Mesmer et le « magnétisme animal », premières théories sur l'influence mentale
- 19e siècle : James Braid introduit le terme « hypnose » (du grec Hypnos, dieu du sommeil) et pose les bases scientifiques
- École de Nancy (Liébeault, Bernheim) vs École de la Salpêtrière (Charcot) : deux visions opposées de l'hypnose et de la suggestion
- 20e siècle : Sigmund Freud abandonne l'hypnose au profit de la psychanalyse ; Milton Erickson révolutionne la pratique avec l'hypnose indirecte et permissive
- Aujourd'hui : reconnaissance croissante en milieu médical et thérapeutique, avec un appui de plus en plus solide des recherches en neurosciences

## L'accueil thérapeutique

- Créer un espace de confiance : aménagement du cabinet, posture du praticien, respect absolu de la confidentialité
- L'entretien préliminaire : recueil de l'anamnèse, identification des attentes et repérage des contre-indications
- Établir le contrat thérapeutique : objectifs clairs, nombre de séances estimé, consentement éclairé du client
- Mise en pratique par jeux de rôles : simulation d'un premier entretien client pour s'entraîner à l'écoute et au cadre

## L'écoute active

- Définition et enjeux : être pleinement présent, sans jugement ni interprétation hâtive, pour favoriser une alliance thérapeutique solide
- Techniques clés : reformulation (miroir, synthèse), clarification et questionnement ouvert pour approfondir la compréhension
- Le silence thérapeutique : outil puissant souvent sous-estimé, qui laisse émerger les ressentis et les associations du client
- Exercices pratiques en binôme pour développer la qualité d'écoute, la présence et la justesse des reformulations

## Comment tenir une séance d'hypnose

- Préparation : accueil, installation confortable, explication claire du déroulement et des étapes de la séance
- Induction : techniques de fixation, relaxation progressive, confusion mentale pour orienter l'attention et faciliter l'entrée en transe
- Approfondissement de la transe : tests de profondeur, suggestions de lourdeur ou de légèreté pour stabiliser l'état hypnotique
- Phase thérapeutique : suggestions directes ou métaphoriques adaptées à l'objectif défini lors de l'entretien
- Réveil : retour progressif à l'état de veille, ancrage des suggestions utiles et débriefing pour intégrer l'expérience

### Mises en Pratique

Chaque module alterne théorie et exercices pratiques : inductions guidées, séances supervisées en trinôme (praticien / client / observateur), retours de la formatrice et ajustements en temps réel.

## Les différentes approches de l'hypnose

- Hypnose classique (directive) : suggestions directes, protocoles standardisés, efficace sur les comportements ciblés
- École de Nancy – Bernheim : la suggestibilité comme phénomène universel, normal et non pathologique
- Hypnose Ericksonienne : langage indirect, métaphores, utilisation des résistances et respect des ressources de l'inconscient
- Hypnose Humaniste (Thierry Melchior, Jean-Marc Benhaiem) : intégration de la conscience du sujet pendant la transe
- Hypnose conversationnelle : induction dans la conversation ordinaire, sans rituel formel ni rupture de cadre
- Hypnose analytique : exploration des causes profondes, travail sur les mémoires et les schémas inconscients

# Techniques et Modèles Fondamentaux

## B.A.BA émotionnel (Partie 1 et 2)

- Introduction aux émotions de base
- Rôle des émotions en thérapie
- Techniques de gestion des émotions (dissociation et association)

## Déterminations d'objectifs

- Importance des objectifs thérapeutiques
- Techniques pour définir des objectifs SMART
- Mise en pratique des objectifs

## Logique de transes et calibrations

- Introduction aux états de transe
- Techniques de calibration
- Pratique de la calibration par jeux de rôles

## Milton Erickson et ses présupposés

- Vie et œuvre de Milton Erickson
- Principes de l'hypnose ericksonienne
- Présupposés fondamentaux

## La conscience : qu'est-ce que c'est ?

- Théories de la conscience
- Conscience et hypnose
- Techniques pour travailler avec la conscience



# Maîtrise des Techniques Avancées

1

## Milton Modèle

- Introduction au Milton Modèle
- Techniques de communication indirecte
- Pratique par jeux de rôles

2

## Dave Elman

- Vie et œuvre de Dave Elman
- Principes fondamentaux de l'hypnose
- Ses techniques principales

3

## Techniques de Dave Elman

- Induction rapide et profonde
- Approfondissement de la transe
- Séances pratiques supervisées

4

## Hypnose Humaniste et Lockert

- Historique de Lockert
- Dissociation et association
- Techniques humanistes et associatives

5

## Spécialisations

- Introduction aux différenciations
- Importance du sommeil en thérapie
- Techniques pour améliorer le sommeil





# Applications Thérapeutiques

## L'importance de la mémoire

- Introduction à la mémoire et à l'hypnose : comment l'état hypnotique facilite l'accès aux souvenirs enfouis et aux mémoires implicites
- Types de mémoire : mémoire épisodique (événements vécus), sémantique (connaissances), procédurale (automatismes) et leur rôle en thérapie
- Techniques pour travailler avec la mémoire : régression en âge, pont d'affect, reviviscence guidée
- Faux souvenirs et précautions éthiques : comprendre les limites de la mémoire hypnotique, responsabilité du praticien
- Études de cas : amnésie traumatique, mémoires d'enfance, reconstruction narrative et intégration thérapeutique

## Techniques diverses

- Techniques de relaxation : relaxation musculaire progressive (Jacobson), scan corporel, respiration abdominale guidée
- Techniques de visualisation : lieu sécurisant intérieur, visualisation du soi futur, projection dans un état ressource
- Suggestions post-hypnotiques : formulation, ancrage et vérification de l'efficacité entre les séances
- Techniques de régression : régression en âge simple, régression vers la cause initiale (ISE – Initial Sensitizing Event), désensibilisation progressive
- Travail sur les métaphores : construction de métaphores thérapeutiques personnalisées adaptées au monde intérieur du client

## Hypnose et Traumatismes

- Comprendre le traumatisme : définition du trauma simple et complexe (PTSD), impact sur le système nerveux et la mémoire
- Approche sécurisée : établir un espace de sécurité interne avant tout travail sur le trauma
- Techniques adaptées : EMDR associé à l'hypnose, retraitement par dissociation, technique de l'écran (observer le souvenir à distance)
- Stabilisation avant le travail en profondeur : importance de ne pas déstabiliser le client, critères de préparation
- Limites et orientations : savoir reconnaître les cas nécessitant une prise en charge psychiatrique ou psychologique spécialisée



# Formation Psychopraticien - 60 heures

**Objectifs:**

- Acquérir une compréhension approfondie des concepts fondamentaux de la psychanalyse
- Intégrer les théories de Freud et Jung, ainsi que les principes de la PNL
- Préparer les participants à une pratique thérapeutique intégrative

1

## Introduction à la Psychanalyse Freudienne

- Histoire et développement de la psychanalyse
- Concepts fondamentaux : inconscient, préconscient, conscient
- Topique freudienne : ça, moi, surmoi
- Théorie des pulsions et de la libido
- Stades du développement psychosexuel : oral, anal, phallique, génital
- Complexes d'Œdipe et d'Électre
- Études de cas : Anna O., L'Homme aux loups

2

## Théories Jungiennes (Partie 1)

- Concepts d'inconscient collectif et d'archétypes
- Exploration des archétypes principaux (persona, ombre, anima/animus, soi)
- Processus d'individuation
- Types psychologiques de Jung

3

## Théories Jungiennes (Partie 2)

- Synchronicité : définition et exemples
- Symbolisme dans les rêves et l'art
- Différences et complémentarités avec la psychanalyse freudienne
- Application des concepts jungiens dans divers contextes

4

## Techniques Psychanalytiques et Mécanismes de Défense

- Association libre et règle fondamentale, analyse des rêves et lapsus
- Interprétation des résistances
- Transfert et contre-transfert
- Mécanismes de défense d'Anna Freud (refoulement, projection, déni)

5

## Techniques de Communication et de Changement

- Principes de base de la communication thérapeutique
- Techniques pour induire le changement personnel
- Modélisation, ancrage des comportements positifs
- Recadrage et travail sur les croyances limitantes

6

## Application des Techniques de Communication

- Mise en œuvre des techniques de communication en thérapie
- Techniques avancées : métaphores et stratégies d'apprentissage
- Alignement des niveaux logiques

7

## Intégration des Concepts d'Inconscient Collectif et de Communication

- Utilisation de l'inconscient collectif pour la gestion émotionnelle
- Résolution de conflits par les symboles universels
- Application en coaching et développement personnel

8

## Études de Cas et Applications Cliniques

- Analyse de cas célèbres et contemporains
- Discussions de groupe et exercices pratiques
- Approche intégrative pour les cas complexes

9

## Éthique et Déontologie

- Cadre thérapeutique et respect des limites
- Confidentialité et respect du patient
- Considérations éthiques en pratique thérapeutique
- Gestion des dilemmes éthiques

10

## Synthèse et Intégration

- Récapitulatif des concepts clés de la formation
- Intégration des différentes approches en pratique clinique
- Planification de l'application des compétences acquises
- Opportunités de développement professionnel continu

# Stage Pratique et Validation

## Stage en entreprise - 35 HEURES

- Stage en entreprise avec convention de stage tripartite

## Préparation du rapport de stage

- Rédaction et finalisation du rapport de stage

## Préparation du mémoire

- Rédaction et relecture du mémoire

## Passage devant jury

- Présentation du rapport de stage et du mémoire
- Échange avec le jury (questions, réponses, feedback)





# Installation Professionnelle

## Juridique pour l'ouverture du cabinet

- Introduction aux aspects juridiques
- Réglementations et obligations légales
- Démarches administratives pour l'ouverture du cabinet
- Questions et réponses sur les aspects juridiques

# Références Bibliographiques

Ces ouvrages fondamentaux enrichissent notre approche de l'hypnose et de la psychothérapie :


- "Hypnose" par Milton H. Erickson
- "Ma voix t'accompagnera" par Sidney Rosen
- "La structure de la magie" par Richard Bandler et John Grinder
- "Les mots étaient originellement magie" par Richard Bandler et John Grinder
- "Hypnose : Thérapies et applications cliniques" par D. Corydon Hammond
- "L'hypnose, ou la suggestion psychothérapeutique" par Hippolyte Bernheim
- "Transe et guérison" par Ernest Rossi
- "L'hypnose humaniste" par Olivier Lockert




# Prêt à Commencer Votre Parcours ?

Rejoignez notre prochaine promotion et transformez votre passion pour le bien-être en une carrière épanouissante. Notre équipe pédagogique vous accompagne à chaque étape, de la découverte de l'hypnose jusqu'à votre installation professionnelle.

01

## Contactez-nous

Prenez rendez-vous pour un entretien gratuit et sans engagement. Nous échangerons sur votre projet et répondrons à toutes vos questions.

02

## Validez votre inscription

Après validation de votre dossier, réservez votre place dans la prochaine session. Places limitées pour garantir un suivi personnalisé.

03

## Démarrez votre formation

Après signature du contrat, recevez votre livret d'accueil et vos accès à la plateforme Digiforma. Préparez-vous à vivre une expérience transformante qui changera votre vie professionnelle.


📞 Contact : 06 74 79 01 97

📧 Email : lesateliersdusud.formations@gmail.com

📍 Adresse : 31 rue de Paris, 06000 Nice


Planning établi - Places limitées !