



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

54 Bd Jean Jaurès, 06300 Nice.

8

Contact

06 09 27 50 90
lesateliersdusud.formations@gmail.com

9

Qualification

Maître Praticien en Hypnose Analytique
- Qualification professionnelle reconnue Qualiopi.

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

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 trances 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 09 27 50 90
-  Email : lesateliersdusud.formations@gmail.com
-  Adresse : 54 Bd Jean Jaurès, 06300 Nice

Planning établi - Places limitées !