



Centre Européen de Formation et de Développement Personnel CEFDP

Apprendre l'hypnose Ericksonienne avec e-cademy.fr

PROGRAMME DE FORMATION

Programme mis à jour le 11/01/2023

◀ **Intitulé de la formation :** apprendre l'hypnose Ericksonienne avec e-cademy.fr
(Stage intégrant le niveau Technicien + le niveau Praticien)

◀ **Public visé :**

- Professionnels de santé
- Coach, chefs d'entreprises, entraîneurs sportifs
- Cadres de haut niveau, négociateurs, personnels politiques, élus, personnels de la Défense et des Administrations
- Hypnothérapeutes, psychothérapeutes, praticiens en thérapie brève

Plus généralement: toute personne en recherche d'optimisation de son potentiel souhaitant apprendre l'hypnose Ericksonienne pour des raisons professionnelles ou dans le cadre de son développement personnel.

◀ **Prérequis :**

- Aucun. Formation dispensée en français.

◀ **Nature de la formation** : acquisition de compétences.

◀ **Durée de la formation** : 12 journées soit 84 heures (INTRA). Séquençage à convenir lors de la commande (3 X 4 jours, 2 X 6 jours, etc).

◀ **Objectifs pédagogiques** :

- Connaître l'histoire et l'origine de l'hypnose
- Maîtriser la calibration
- Maîtriser les sous-modalités sensorielles
- Comprendre les changements d'états internes
- Analyser les signaux idéomoteurs
- Analyser le feedback
- Comprendre le Milton modèle
- Comprendre la notion de bénéfice secondaire
- Maîtriser l'hypnose pour les enfants
- Générer un changement d'état
- Favoriser l'accès aux ressources
- Changer les croyances

L'objectif de cette formation est aussi de:

- Permettre l'utilisation de l'hypnose Ericksonienne à des fins thérapeutiques (en thérapie brève notamment)
- Permettre l'utilisation de l'hypnose Ericksonienne dans le cadre d'une relation d'aide
- Permettre l'utilisation de l'hypnose Ericksonienne à des fins de coaching, de négociation, de management, de mindsetting

◀ **Moyens pédagogiques, techniques et d'encadrement**

- Formation dispensée en présentiel en salle.
- Analyse des besoins avant de commencer la formation.
- Mise à disposition d'un formateur expérimenté.
- Cours théoriques dispensés par le formateur.
- Echanges d'expériences formateur / stagiaires.
- Support pédagogique transmis au format PDF ou sur livret.

◀ Contenu de la formation

Formation en présentiel en salle

- Cours théoriques et exposés
- Exercices multiples, nombreuses mises en situation
- Jeux de rôle et corrections individuelles

◀ Programme du parcours

Jour 1 matin

- Tour de table.
- L'histoire de L'hypnose.
- Milton Erickson.
- Hypnose... hypnose... de quoi parle-t-on au juste ?

Jour 1 après-midi

- Les différents courants
- L'état hypnotique.
- Milton Erikson approche et présupposés.
- Établir le rapport.

Jour 2 matin

- La calibration.
- De la calibration à la synchronisation.
- Et ma voix t'accompagnera.
- Soyez congruent.
- L'Espace de confort.
- La position basse.

Jour 2 après-midi

- La ratification.
- Incorporer le langage du client.
- Le système de représentation.
- Les mouvements oculaires.
- Les prédicats linguistiques.

Jour 3 matin

- Les sous modalités sensorielles.
- Les indices de l'état de transe.
- La sortie de transe.
- Les indications de l'hypnose et les précautions.
- Le déroulé d'une séance d'hypnose.

Jour 3 après-midi

- Les ancrages.
- Ancrages simples.
- Les empilement d'ancres.
- Les enchaînements d'ancres.
- Désactivations d'ancres, annulations d'ancres.

Jour 4 matin

- Les changements d'états internes.
- La technique du nuage.
- La technique du tunnel.
- La nécessité de protéger le sujet.
- Milton modèle.

Jour 4 après-midi

- Les inductions.
- L'induction vers des états d'absorption interne.
- Adaptation d'une induction de Betty Erickson.
- La lévitation du bras.
- La catalepsie du bras.

Jour 5 matin

- Les signaux idéomoteurs.
- Les différentes inductions.

Jour 5 après-midi

- Comment traiter les résistances.

Jour 6 matin

- Le feedback.
- Comment approfondir la transe hypnotique.

Jour 6 après-midi

- Les suggestions post hypnotiques.
- L'amnésie.

Jour 7 matin

- Le Milton Modèle : généralisations, sélections, omissions, et autres subtilités.
- Les métaphores et les spécificités de la métaphore Ericksonienne.

Jour 7 après-midi

- L'hypnose conversationnelle.
- La détermination de l'objectif.

Jour 8 matin

- La notion de bénéfice secondaire et d'écologie.
- La distorsion du temps

Jour 8 après-midi

- Régression en âge.
- Dissociation simple et double dissociation.

Jour 9 matin

- L'hypnose pour les enfants.
- Entrer en contact avec sa valeur personnel.

Jour 9 après-midi

- Trouver sa place : se donner le droit d'exister.
- Apprendre à marcher.

Jour 10 matin

- Pouvoir générer un changement d'état.
- Travail sans contenu technique de Rossi.

Jour 10 après-midi

- La notion de guide intérieur.
- S'alléger.

Jour 11 matin

- Se donner la permission.
- L'orientation dans le temps.

Jour 11 après-midi

- Générer des états internes favorables aux ressources.
- La transformation.
- Recadrer.

Jour 12 matin

- Les changements de croyances.
- Affronter ses peurs et réparer l'enfant intérieur.

Jour 12 après-midi

- La douleur.
- Les traumatismes.

◀ Suivi et évaluation de la formation

- Modalités d'évaluation initiale

Une évaluation préalable à l'entrée en formation est réalisée au début de la formation lors du tour de table afin de mesurer les connaissances et les éventuels besoins ou attentes spécifiques des apprenants.

- Modalité d'évaluation finale

Chaque exercice fait l'objet d'une notation de chaque apprenant par le formateur.

L'implication et la participation de l'apprenant sont également notées sur l'ensemble du parcours.

A la fin de la formation, le formateur évalue la note globale de chaque apprenant.

La note globale (finale) est attribuée sur un maximum de 100 points.

La formation est considérée comme validée avec succès lorsque la note obtenue est d'au moins 70 / 100.

◀ Assistance

L'assistance pédagogique ou technique est fournie par le formateur pendant la formation.

A l'issue de la formation, l'apprenant peut continuer de solliciter le formateur pendant 1 an par mail sur contact@cefdp.com pour toutes questions relevant de la mise en pratique des techniques apprises lors du stage.

◀ **Personnes en situation de handicap**

La formation est dispensée en salle en INTRA dans les locaux du client donneur d'ordre.

Nous mettons tout en œuvre pour faciliter l'accès à nos formations aux personnes en situation de handicap.

Notre référent handicap est à votre disposition aux coordonnées indiquées ci-dessus à la rubrique « Assistance ».

Consultez également notre page dédiée au [handicap](#)