



# Formation continue Introduction à l'hypnose

Distinguer l'état d'hypnose, induire l'état hypnotique  
pour la relaxation



**HYPNOSE THÉRAPEUTIQUE**

# Formation continue - Introduction à l'hypnose

Enseignée par Maha Lahode Formatrice BFFA et Hypnothérapeute en hypnose thérapeutique et médicale

## OBJECTIF

A la fin de la formation les participants seront en mesure de distinguer l'état d'hypnose, induire l'état hypnotique pour la relaxation.

Temet Nosce vous propose des modules de 2 jours sur des thématiques précises afin de développer d'affiner vos connaissances.

### Objectifs spécifiques

- Définir l'état hypnotique
- Distinguer la méthode classique et la méthode Ericksonienne
- Choisir et appliquer les tests préliminaires de suggestibilité (autoritaire ou permissive).
- Expérimenter et appliquer une induction de relaxation et distinguer les points d'améliorations et les points forts
- Prendre connaissance des applications d'usage ainsi que des mises en garde de la pratique
- Connaître l'histoire de l'hypnose
- Introduire et différencier le conscient et l'inconscient basée sur la psychanalyse, les thérapies comportementales et cognitives
- Induire un état hypnotique (poser la voix, le débit, le choix des mots, l'accent)
- Distinguer les états de profondeurs et les appliquer avec une induction en tenant compte du besoin du patient.
- Expliquer le mécanisme des suggestions et leurs impacts sur le comportement
- Identifier les besoins du patient et rédiger les suggestions adéquates
- Utiliser et appliquer l'autosuggestion
- Appliquer quelques techniques d'approfondissement et d'ancrage
- Appliquer 2 méthodes d'autohypnose
- Citer les limites de la pratique

2 journées ou 4 soirées

16 heures en classe

Prix : CHF 470.-

Lieu : Temet Nosce

Pré-requis: Aucun

CETTE FORMATION ABOUTIT À UNE  
ATTESTATION D'HEURES DE  
FORMATION

ÉCOLE ACRÉDITÉE



Plus d'informations et  
inscriptions sur notre site:  
[www.temet-nosce.ch](http://www.temet-nosce.ch)

### Enseignement

Une facilité d'apprentissage grâce aux méthodes actives basées sur la pédagogie de découverte et inversée accessibles et adaptées aux participants. Un encadrement est assuré dans la progression didactique pour transférer les acquis dans la pratique. Le nombre de participants est limité afin d'optimiser un enseignement de qualité.