

IPNOSIA

Centre de Formation et d'Etude en Hypnose



LISTE DES PROGRAMMES

Avant de parcourir ce programme...

Ce catalogue a pour vocation de présenter nos principales formations, les thèmes qui sont abordés et le plus souvent le déroulé exact du programme.

*Si vous souhaitez **les dates des prochaines formations**, les **prix**, les **lieux** exacts, etc. Merci de vous adresser directement au centre auprès duquel vous souhaitez effectuer votre formation :*

bordeaux@lgnosia.fr

nancy@lgnosia.fr

nantes@lgnosia.fr

paris@lgnosia.fr

reunion@lgnosia.fr

St-Brieuc@lgnosia.fr

St-Etienne@lgnosia.fr

Vous pouvez aussi vous rendre à la page « centres » de notre site :

<https://lgnosia.fr>

*C'est également sur ce dernier que vous trouverez nos « **ateliers** » pour l'année et les informations sur nos prochaines manifestations.*

*Si vous avez des questions sur le **contenu des programmes**, vous pouvez contacter directement le Pr Antoine Bioy (responsable scientifique et pédagogique sur lgnosia) : antoine.bioy@lgnosia.fr*

*Vous pouvez aussi vous adresser à notre **secrétaire administrative**, Maïtena (photo ci-contre) , si vous ne savez pas encore vers quel centre vous tourner ou pour toute autre question : secretariat@lgnosia.fr*



*Et enfin, si vous avez une demande concernant une **formation en intra-hospitalier** (contenu élaboré sur-mesure) : secretariat@lgnosia.fr et nous vous mettrons en lien avec l'un de nos experts référents.*

Présentation d'Ipnosia p4

- En quelques mots
- Comité de pilotage
- Nos formations en bref
- Diplômes
- Charte d'Ipnosia

Hypnose thérapeutique p8

Hypnose bien-être p12

Spécialisations p15

- Hypnose et ETP
- Hypnose et soins de support
- Hypnose aiguë, soins non programmés et chirurgie ambulatoire
- Obstétrique
- Gériatrie

Supervisions p21

- Ericksonienne (Approche Milton Erickson)
- Expérientielle (Approche François Roustang)
- Analogique (Approche Antoine Bioy)

Formations institutionnelles p23

Hypnose pour patients / aidants p25

Coordonnées p26



En quelques mots...

Ipnosia voit le jour en 2017 à partir du projet du Pr **Antoine Bioy** (enseignant chercheur et psychothérapeute, photo ci-contre) de proposer des formations de l'hypnose dont la pédagogie est centrée avant tout sur l'expérientiel et sur des contenus scientifiquement validés, régulièrement mis à jour.

Egalement, ces programmes ne font pas « qu'apprendre l'hypnose », mais des temps sont spécifiquement dévolus pour travailler la posture professionnelle, améliorer sa relation au patient, et développer sa créativité au quotidien. Le projet est donc que chacun puisse intégrer l'hypnose dans un mouvement d'évolution de sa pratique et de l'inclure dans son projet de vie.

Concernant l'orientation, elle couvre trois champs principaux. Le premier est l'**approche Ericksonienne**, insufflée par le Dr Thierry Servillat - psychiatre - qui est un représentant francophone majeur de cette approche. Le second est l'approche humaniste, **existentielle**, et phénoménologique appliquée à l'hypnose, travaillée depuis des années tant en pratique qu'en recherche par Antoine Bioy. Et enfin, l'approche proposée par **François Roustang**, portée par plusieurs formateurs à Ipnosia qui ont bénéficié de son enseignement et parfois travaillé avec lui.

Nos formations

- Toutes les formations incluent **70% de mise en pratique** ; les 30% restant étant **les apports théoriques** et le partage d'expérience auprès de formateurs experts.

Nos formateurs

- Nos formateurs experts ont au moins 10 ans d'expérience dans leur profession, et au moins 5 ans de pratique régulière de l'hypnose. Ils suivent une formation de formateur, réactualisée tous les ans.
- Leur pratique de formation est accompagnée par les responsables pédagogiques de chaque centre, afin de répondre aux exigences pédagogique de la formation Ipnosia.

Ancrage universitaire

- Ipnosia est aussi un centre de recherches, en lien avec plusieurs équipes universitaires, dont l'activité est centrée par le Pr Bioy. Nos événements majeurs (colloques, master class...) sont organisés en partenariat avec ces universités

Comité de Pilotage

Antoine Bioy est le responsable scientifique et pédagogique d'Ipnosia. Il travaille en coordination avec le comité de pilotage qui se réunit deux fois par an afin de valider les contenus de formation et déterminer les orientations à venir en fonction des besoins des professionnels et des services. Enfin, le comité de pilotage est une force de proposition importante qui insuffle de nouvelles idées et coordonne leur mise en oeuvre.



Dr Thierry SERVILLAT

Psychiatre. Rédacteur en chef de la revue TRaNSES et Président de l'Institut M. Erickson de Rezé.



Dr Chantal WOOD

Algologue et pédiatre. Experte auprès de sociétés savantes et organismes de tutelle.



Rémi ETIENNE

Infirmier. Lauréat de plusieurs prix cliniques et de recherche



Dr Christian MARTENS

Allergologue. Président de l'Institut Erickson Paris Ile-de-France. Référent médical et éthique Ipnosia



Dr Arnaud GOUCHET

Anesthésiste et algologue. Référent Ipnosia pour l'innovation pédagogique,



Dr Nathalie BASTE

Dr en psychologie clinique. Coordinatrice d'enseignements universitaires



Dr Lolita MERCADIÉ

Dr en psychologie cognitive. Maître de conférences associée.



Virginie ADAM

Psychologue clinicienne.

Lieux de formation

- **6 centres** organisent les formations longues sur leur ville, ainsi que des formations de spécialisation et des supervisions. Il s'agit de Bordeaux, Nancy, Nantes, Paris, La Réunion, et St Etienne. Un nouveau centre, sur St-Brieuc, ouvre à l'automne 2020.
- **Chaque centre** organise dans sa région des formations intra-institutionnelles sur demande. Les programmes sont composés sur-mesure, en fonction de la demande et des objectifs souhaités.
- Une **master class** annuelle est organisée sur Cambo les Bains à visée de spécialisation.
- Un **colloque annuel** et gratuit se tient en alternance sur Paris et Dijon, ouvert à tous.

Responsables des centres

- **Bordeaux** : Pr Antoine Bioy, Maïtena (coordination)
- **Nancy** : Virginie Adam, Rémi Etienne
- **Nantes** : Dr Thierry Servillat, Bernadette Audrain-Servillat (coordination)
- **Paris** : Pr Antoine Bioy, Emmanuel Soutrenon (coordination)
- **La Réunion** : Pr Antoine Bioy, Jean-Claude Lavaud (coordination)
- **St Etienne** : Nathalie Baste, Dr Christian Barbier (coordination)
- **St Brieuc** : Dr Arnaud Gouchet, Nathalie Gouchet (coordination)

Retrouvez l'ensemble des formateurs Ipnosia sur notre site internet :

<https://ipnosia.fr>

Nos formations en bref...

HYPNOSE THERAPEUTIQUE (page 8)

Formation sur deux années (une année tronc commun, une année de spécialisation soit en hypnothérapie soit en hypnose médicale et clinique), à destination des thérapeutes (profession médicales, paramédicales et psychologues). La première année est aussi ouverte aux professions pédagogiques confrontées à une population présentant des troubles en santé.

HYPNOSE BIEN-ÊTRE ET SANTÉ DURABLE (page 12)

Formation sur une année et demi à destination des personnes qui souhaitent se former à l'hypnose dans le cadre du bien-être et de la prévention en santé dans le cadre ou non d'une reconversion professionnelle.

SPECIALISATION (page 15)

Ces formations de 6 jours sont ouvertes aux personnes formées ou non sur Ipnosia. Elles concernent notamment la pratique de l'hypnose dans les cadres suivants : gériatrie, pédiatrie, obstétrique, éducation thérapeutique, soins de supports, psychiatrie, anesthésie...

ATELIERS et MASTER CLASS (voir le site internet : <https://ipnosia.fr>)

Des formateurs reconnus pour leur haut niveau de pratique donne des séminaires pratiques afin de faire évoluer les pratiques de chacun. Un atelier sont sur 2 jours et les master class sont sur 5 jours ; formations ouvertes à l'ensemble des praticiens sauf mention contraire.

SUPERVISION (page 21)

Ces supervisions sont prévues toute l'année, à destination des thérapeutes et praticiens bien-être qui ont terminé leur formation sur Ipnosia ou non (la formation initiale Ipnosia incluant des temps de supervision durant son parcours, ces supervisions ne leur sont pas nécessaires durant leur formation).

FORMATIONS INTRA-INSTITUTIONNELLES (page 23)

Il s'agit de formations sur-mesure entre 2 et 10 jours (le format le plus courant restant 5 jours nous concernant). L'objectif n'est pas de d'avoir une formation complète, mais de répondre à un besoin déterminé (hypnose lors des soins algiques et/ou anxiogènes ; préparation à l'accouchement...)

FORMATIONS POUR LES PATIENTS ET AIDANTS NATURELS (page 25)

Ces formations sont entre 2 et 4 jours. Elles sont principalement organisées dans le cadre d'associations de patients, de réseaux de soin, etc. Elles ne nécessitent pas de formation préalable, mais permettent au personnes concernées de les aider au quotidien soit à vivre leur maladie, soit à accompagner un proche atteint d'une maladie ou handicap.

Diplômes

- Toutes nos formations sont certifiantes (Ipnosia est organisme certifié Datadock) ; tout professionnel peut arguer des compétences acquises dont la nature et les modalités sont précisées sur le document de certification.
- La formation « hypnose thérapeutique » donne lieu à un diplôme universitaire par équivalence (DU, DIU) lorsque le professionnel qui le souhaite effectue les démarches nécessaires (que nous guidons)

Charte Ipnosia

« En suivant une ou plusieurs formations proposées par le centre IPNOSIA, je m'engage à mettre en application les acquisitions faites dans le strict respect des lois et des règlements régissant ma profession d'origine, ou celle que je rejoins. En particulier, si je souhaite pratiquer l'hypnose à visée thérapeutique, j'ai bien noté que je dois avoir les diplômes m'y autorisant, et que le seul apprentissage de l'hypnose ne m'offre pas les bases suffisantes ni le cadre légal et déontologique pour exercer avec une intention thérapeutique. Dans ma pratique de l'hypnose, je m'engage à mettre en œuvre, avec autant de compétence que possible, toute démarche visant à améliorer le bien être du patient et sa santé, dans le respect de son intégrité, de ses valeurs et de ses croyances. Son intérêt tel qu'il me l'a exprimé et défini doit toujours primer dans les options thérapeutiques que je choisis d'explorer afin de remplir les objectifs qui me sont assignés par le consultant et/ou par son représentant légal. »

Cadre légal (quel titre?)

- L'hypnose consiste en une pratique qui prend place dans 3 grands champs : le thérapeutique, le bien-être et le spectacle (Ipnosia forme aux deux premiers)
- En soi, la pratique de l'hypnose ne définit donc pas ni un métier, ni une spécialisation (comme il existe des spécialités médicales). De ce fait, il n'existe pas de titre d'hypnothérapeute qui renverrait à un métier singulier
- Seule la pratique à visée thérapeutique est protégée légalement. Exercer une pratique thérapeutique avec l'hypnose sans être professionnel médical, paramédical ou psychologue (pour la psychothérapie) relève de l'exercice illégal de la médecine (sanction pénale).
- **Nos formations (contenus, mises en pratique, cadre déontologique...) vous garantissent un enseignement conforme aux exigences légales et réglementaires, au regard de votre situation professionnelle (thérapeute ou souhaitant devenir accompagnant en santé)**



Organisation de la formation

Cette formation est sur deux ans : un tronc commun la première année (approche, méthode, techniques de l'hypnose), puis une spécialisation en seconde année.

- Cette formation s'adresse aux personnes qui souhaitent utiliser l'hypnose dans un cadre thérapeutique.
- Elle est animée par des formateurs experts, alternant présentations théoriques, vidéos, analyses de cas, démonstrations et mises en pratique avec débriefing des exercices.
- Des temps de compagnonnage compris dans le programme accompagnent le professionnel dans la mise en place de l'hypnose au sein de sa pratique.

Compétences acquises

- La formation permet de pratiquer la communication hypnotique et l'hypnose formelle dans toutes les situations thérapeutiques de votre métier, et pour toutes les indications qui les composent, sans aucune restriction (formation complète)
- Cette formation permet aussi d'améliorer sa pratique au quotidien (y compris hors temps d'hypnose), de développer ses compétences humaines, relationnelle et créatives, et d'éloigner le risque d'épuisement professionnel

Diplôme Universitaire

Nos formations permettent à ceux qui le souhaitent de solliciter un DU en hypnose par équivalence de formation, afin de valoriser leur formation auprès de leur employeur et du public.

Que comprend l'inscription?

- Le contenu en présentiel : **180H de formation** centrées sur la mise en pratique
- Les compléments en ligne : articles, vidéos (entretiens et démonstrations), audios de colloques, scripts d'exercices...
- 2 ouvrages offerts (éditions Dunod) pour accompagner votre formation
- 20 séances de supervision de la pratique (10 en groupe, 10 en individuel)
- Des clubs de lecture autour d'auteurs clefs (Erickson, Roustang, Melchior, Coué...) aux dates des formations
- Un colloque annuel et l'accès aux contenus dudit colloque

Hypnothérapie

Hypnose médicale & clinique

1ÈRE ANNÉE

BASES DE L'HYPNOSE THÉRAPEUTIQUE

| | Première journée | Deuxième journée | Troisième journée |
|--|--|--|--|
| Module 1 PRINCIPES GÉNÉRAUX | Définition, caractéristiques et processus de l'hypnose | Méthode hypnotique et les étapes d'une séance d'hypnose | Inductions hypnotiques : du conversationnel à l'hypnose profonde |
| Module 2 POSTURE ET RELATION | Les grands principes de la communication thérapeutique | Installer les suggestions avant, pendant et après un temps d'hypnose | Du principe d'influence à l'effet placebo en hypnose |
| Module 3 LES SUGGESTIONS | Mise en relation et alliance thérapeutique en hypnose | Les différentes suggestions et usage selon les contextes | Autohypnose et autosuggestion |
| Module 4 MÉTAPHORES ET TEMPORALITÉ | Le pouvoir de l'imaginaire et ses supports | Travailler l'espace métaphorique. L'enfant intérieur du patient | Travailler la temporalité dans les soins et suivis. Mémoire et pratiques hypnotiques |
| Module 5 LE CORPOREL | Importance de la sensorialité en hypnose | Percept & perceptude : ressentir et adapter en fonction du ressenti | Hypnose et travail avec le mouvement. Bilan d'année |

Informations complémentaires

- Plutôt que d'avoir des journées « classées par âge », nous préférons transmettre les spécificités de l'hypnose auprès des différents publics : nourrissons, enfants, adolescents, adultes, personnes âgées tout au long de la formation, pour chaque thématique vue
- Les temps de retour sur la pratique, qui sont au début de chaque module, permettent de répondre avec précision aux particularités rencontrées par les participants selon leur contexte d'exercice professionnel.
- Nos formateurs sont de professions variées durant les deux années (professions médicales, paramédicales, psychologues), assurant d'avoir au fil de la formation des personnes dont la pratique est celle des participants)

Hypnothérapie

Hypnose médicale & clinique

2ème ANNÉE :
TRONC COMMUN

| | Première journée | Deuxième journée | Troisième journée |
|-----------------|--|--|---|
| Module 1 | Travail avec les émotions et pratiques de réassociation | Approche clinique de la dépression | Clinique de la douleur et du soulagement |
| Module 2 | Rythmes et équilibres de vie : alimentation et sommeil | Travail avec l'anxiété et inductions rapides | Mouvement et corporalité : pratiques avancées |
| Module 3 | Ruptures et effractions traumatiques | Intelligence du corps et travail avec le mouvement | Dépendance : exemple de le prise en charge du tabac |
| Module 5 | Clinique de l'incertitude et de l'inattendu : travailler avec l'hypnose profonde | Approche psychosomatique des pathologies complexes | Clinique du deuil et du soulagement |

2ème ANNÉE :
MODULE DE SPECIALISATION

| HPNOTHERAPIE | Première journée | Deuxième journée | Troisième journée |
|-----------------|--|---|-----------------------------|
| Module 4 | Hypnothérapie et syndrome de stress post-traumatique | Hypnothérapie et pathologies limites et dissociatives | Hypnothérapie et addictions |

| HYPNOSE MEDICALE ET CLINIQUE | Première journée | Deuxième journée | Troisième journée |
|------------------------------|---|---|--|
| Module 4 | Eléments d'adaptation lors des soins (et créativité clinique) | Travailler la phobie des soins et la compliance thérapeutique | Accompagner un acte dans la durée : pratiques interventionnelles |

SUPERVISION

Après chaque module, les étudiants ont la possibilité de bénéficier de 2 séances de supervision de la pratique.

Cette supervision est évidemment fonction de leur pratique, ce qui prolonge le processus de spécialisation (hypnothérapie ou hypnose médicale, selon le cas).

Hypnothérapie

Hypnose médicale & clinique

Organisation d'une journée type de formation

- La journée débute par un exercice permettant de travailler sa posture professionnelle. Par exemple : se positionner avec l'autohypnose en lien avec un patient nerveux voire agressif ; apprendre à s'appuyer sur ses perceptions corporelles afin de développer son intuition clinique ; développer sa pleine présence en relation avec les patients ou encore savoir manier l'hypnose pour soi en situation de tension ou de stress quotidien.
- Par la suite, il y a la transmission des points importants concernant la pratique de l'hypnose en lien avec la thématique de la journée (ce qui est travaillé et comment avec l'hypnose) ; cette transmission est illustrée par des situations cliniques concrètes et/ou des vidéos commentés de suivis cliniques
- Le formateur expert procède à une démonstration de un ou plusieurs éléments clefs avec une personne du groupe, puis réponses aux questions pour clore la demi journée.
- L'après-midi est réservée aux exercices en sous groupe, avec encadrement et débriefing par le formateur expert, parfois aidé par un facilitateur (2nd formateur)
- A noter : un temps au début de chaque module est réservé à un retour sur la pratique (aide au choix des outils, façon de pouvoir améliorer telle ou telle situation...)

Compléments en ligne

Après chaque module, les étudiants reçoivent :

- les supports de cours et documents annexes à l'enseignement
- des articles et chapitres d'ouvrage complémentaires sur le sujet
- des vidéos et/ou audios (entretien avec des personnes confirmées en hypnose sur leur pratique et spécialité, vidéos d'exercices de démonstration...)
- des articles correspondant à l'actualité scientifique de l'hypnose
- des informations sur les événements à venir (parutions, colloques...)

Les piliers de nos formations

1

Expérience

Des exercices axés sur la posture et le relationnel complètent les exercices thématiques.

2

Observation

Avec les démonstrations quotidiennes et les vidéos commentées, les participants apprennent en observant.

3

Acquisitions

Les apports théoriques permettent d'acquérir les éléments de compréhension nécessaires à la pratique.

Organisation

Cette formation comprend :

- 11 modules de 3 jours sur un an (distanciel et présentiel)
 - 3 demi-journées d'accompagnement post formation pour superviser les premiers accompagnements et ainsi assurer votre pratique professionnelle
- Cette formation est animée par des formateurs experts, alternant présentations théoriques, vidéos, analyses de cas, démonstrations et mises en pratique avec débriefing des exercices.
 - Les formateurs sont essentiellement des spécialistes du champ de la santé (corps médical, paramédical, psy) et aussi des praticiens (accompagnants...) qui travaillent dans le champ de la santé.
 - Des temps de compagnonnage compris dans le programme accompagnement le professionnel dans la mise en place de l'hypnose au sein de sa pratique.
 - Cette formation est axée sur l'équilibre de vie, la santé durable, la prévention. Elle ne forme pas à l'usage thérapeutique de l'hypnose les non thérapeutes.

A qui s'adresse la formation ?

En priorité aux personnes suivantes :

- Professionnels de santé qui souhaitent acquérir de nouvelles compétences (exemples : sophrologues, aide-soignants, aides médico-psy...)
- Personnes qui souhaitent devenir accompagnants en santé (qualifications requises, sur dossier)
- Personnes curieuses de l'hypnose souhaitant une approche sérieuse, structurée et complète pour eux, leur pratique associative (bénévoles en santé...) et dont les qualifications sont suffisantes pour la pratique.



Compétences acquises

- La formation permet de pratiquer la communication hypnotique et l'hypnose formelle pour soi et dans l'accompagnement de personnes dans un cadre de prévention en santé ou présentant des troubles de cet ordre (en complément aux autres intervenants, le cas échéant)
- Cette formation permet aussi de développer ses compétences humaines, relationnelle et créatives, et d'éloigner le risque d'épuisement professionnel en situation de relation d'aide

Le bien-être

La notion de bien-être est primordiale en santé. Elle s'intéresse à l'équilibre d'une personne, du point de vue de ses besoins physiologiques et de sa tranquillité d'esprit. Elle tient compte de la façon dont il vit son existence et sa situation, de ses besoins et désirs ainsi que de ses valeurs et du sens qu'il accorde aux événements de vie.

La santé durable

Cette définition se définit comme « *un état complet de bien-être physique, mental et social qui est atteint et maintenu tout au long de la vie grâce à des conditions de vie saines, enrichissantes et épanouissantes et grâce à l'accès à des ressources appropriées, de qualité, utilisées de façon responsable et efficace, au bénéfice des générations actuelles et futures* » (Alliance Santé Québec, 2019).



La santé durable suit l'objectif 3 de développement durable des Nations Unies et de l'OMS (Organisation Mondiale de la Santé) : « Donner les moyens de vivre une vie saine et promouvoir le bien-être de tous à tous les âges ».

Travailler avec l'hypnose dans le champ de la santé durable consiste donc à utiliser les compétences sensorielles, attentionnelles, émotionnelles, etc. de la personne au service de la prévention ou du retour à la notion de bien-être. C'est aussi une démarche pédagogique en santé : participer à l'information pour mettre en place les moyens d'une vie saine ou tout du moins qui permettent le plein épanouissement des ressources du consultant.

Que permet la formation?

- La formation permet de travailler avec l'hypnose des dimensions comme la qualité de sommeil, l'équilibre alimentaire, les incidences du stress, l'intelligence émotionnelle, l'affirmation et confiance en soi...
- Elle permet aussi de participer, toujours avec l'hypnose, à des objectifs de santé publique comme la lutte contre le tabagisme, la prévention du burn out, l'amélioration de la santé cardio-vasculaire...
- La formation rend apte pour les personnes qualifiées à accompagner en relation d'aide des personnes en situation de santé compliquée (douleurs chroniques, pathologies dégénératives...) en complément et dialogue avec les professionnels médicaux référents. Et leur permettre ainsi d'améliorer autant que possible leur santé avec des outils tels que l'autohypnose, la visualisation créatrice, des principes d'hypno-relaxation, etc.

Programme « Hypnose bien-être & santé durable »

Socle Méthodologique

| | Première journée | Deuxième journée | Troisième journée |
|----------|---|--|---|
| Module 1 | L'entretien en santé et la relation d'aide : pour quoi et comment | Indicateurs et éléments d'appréciation (points forts, de stabilité, de mouvement, risques, dangerosité...) | Prévention, mieux être et santé durable (travail en complémentarité, approche intégrative...) |
| Module 2 | La relation d'accompagnement : apports de la psychologie | Effets de la communication facilitée par l'hypnose | Vers une communication d'accompagnement en santé bienveillante et positive |
| Module 3 | L'approche hypnotique : intérêts, limites | Amener l'hypnose dans l'accompagnement selon les contextes et demandes ; stimuler l'effet placebo | Apports de la psychologie positive au travail d'accompagnement par hypnose |
| Module 4 | Construire les suggestions hypnotiques lors d'un accompagnement | Pratiquer et proposer l'autohypnose | Apports de la méthode Coué en hypnose et autosuggestions |
| Module 5 | Travailler les ressources et apprentissages | Stimuler le changement lors des accompagnements | Apports de l'approche orientée solution dans l'hypnose en santé |

Mise en application de l'accompagnement aidée par l'hypnose

| | Première journée | Deuxième journée | Troisième journée |
|----------|--|---|--|
| Module 1 | Travailler l'équilibre alimentaire avec l'hypnose | Importance des temps de repos et favoriser avec l'hypnose un sommeil productif ; la « juste fatigue » | Modalités de relaxation complémentaires à la pratique accompagnement / hypnose |
| Module 2 | Favoriser et accompagner avec l'hypnose l'activité physique au quotidien | Pleine présence à soi en mouvement | Méditations complémentaires à la pratique accompagnement / hypnose |
| Module 3 | Prendre soin de soi : équilibre de vie et prévention de l'épuisement et burn out | Pratique des automassages aidés par les autosuggestions hypnotiques | Huiles essentielles complémentaires à la pratique accompagnement / hypnose |
| Module 4 | Equilibre et intelligence émotionnelle | Stimuler le plaisir et la joie | Points d'acupression complémentaires à la pratique accompagnement / hypnose |
| Module 5 | Sensorialité et la sensualité comme fil d'existence | Accompagner avec l'hypnose l'équilibre corps / esprit / spiritualité | Entraînements créatifs complémentaires à la pratique accompagnement / hypnose |
| Module 6 | Dynamique liberté / dépendance au quotidien | Accompagner avec l'hypnose l'arrêt du tabac | Liens au vivant complémentaires à la pratique accompagnement / hypnose |



Organisation

Toutes ces formations sont sur 42 heures réparties en deux sessions de trois jours.

- Cette formation s'adresse aux personnes qui souhaitent aller plus loin dans l'utilisation de l'hypnose, et acquérir des compétences précises dans un domaine donné.
- Elle est animée par des formateurs experts, alternant présentations théoriques, vidéos, analyses de cas, démonstrations et mises en pratique avec débriefing des exercices.
- Des temps de compagnonnage compris dans le programme accompagnent le professionnel dans la mise en place de l'hypnose au sein de sa pratique.

Liste des spécialisations

Les descriptifs des pages suivantes sont des thématiques travaillées (donnés à titre indicatif)

- Hypnose et éducation thérapeutique
- Hypnose et soins de support
- Hypnose aiguë : soins non programmés et chirurgie ambulatoire
- Obstétrique
- Gériatrie

Accès

- Ces spécialisations sont accessibles à partir d'une formation initiale en hypnose de 70H (Ipnosia, autres centres, DU/DIU...)
- Sauf mention contraire, ces spécialisations s'adressent aux thérapeutes (requièrent une méthodologie et une pratique dans ce champ)
- Les formations sont en présentiel, et sont essentiellement centrées sur la mise en pratique et le partage d'expériences.



Hypnose & éducation thérapeutique (ETP)

La formation

- Cette formation est ouverte aux hypnopraticiens qui souhaitent potentialiser leur pratique de l'éducation thérapeutique avec les apports de l'hypnose.
- La pratique de chaque participant sera accompagnée (cadre de pratique, profil de population qu'il prend en charge, etc.).



PREMIER CYCLE

| | Première journée | Deuxième journée | Troisième journée |
|----------|---|--|--|
| Thèmes | Améliorer la santé et la qualité de vie : place de l'hypnose | Informier efficacement avec la communication hypnotique | Travail autour du vécu et soutien psychosocial avec l'hypnose |
| Contenus | L'hypnose comme principe dynamique d'équilibre de vie et de santé | Améliorer ses messages et l'abord du patient à l'aide de principes hypnotiques | Place de l'hypnose dans l'appropriation subjective de la relation à l'autre et à son environnement |

SECOND CYCLE

| | Première journée | Deuxième journée | Troisième journée |
|----------|---|---|---|
| Thèmes | Retour sur la pratique. Améliorer les compétences d'adaptation du patient | De l'auto-soin vers l'autohypnose pour éveiller les capacités de guérison | Prévention et travail d'autosuggestion |
| Contenus | L'hypnose comme « fluidifiant » entre le patient et sa réalité en santé | Apports psychophysiologiques de l'hypnose sur la santé des bénéficiaires de l'ETP | Approche créative de la méthode Coué pour potentialiser l'ETP et prévenir ou aplanir les difficultés en santé |

La formation

L'hypnose a montré son intérêt dans de nombreux signes cliniques concernés par les soins de support et leur approche spécifique.

Cette formation aborde les différentes dimensions concernées et propose d'aller plus loin dans la pratique en soins de support (en oncologie mais aussi dans d'autres pratiques cliniques complexes).



PREMIER CYCLE

| | Première journée | Deuxième journée | Troisième journée |
|----------|---|--|---|
| Thèmes | Démarche des soins de support et place de l'hypnose | Travailler le corporel et la sensorialité | Travailler le soulagement et le confort |
| Contenus | Intégrer l'hypnose à la méthodologie des soins de support. S'ajuster à l'incertitude. | Le travail « aux limites » avec le patient. Approcher la corporalité avec l'hypnose. | Intérêt de l'hypnose en douleur, fatigue... Travailler l'appétence et les capacités d'ajustement du patient |

SECOND CYCLE

| | Première journée | Deuxième journée | Troisième journée |
|----------|--|--|--|
| Thèmes | Retour sur la pratique. Travailler l'appétence et l'envie. | Travailler la résilience, les facteurs de maintien et d'amélioration. | Travailler la spiritualité |
| Contenus | Eveiller avec l'hypnose les facteurs de vue du patient (notions de psychologie positive) | Dynamiser l'adaptation du patient aux situations actuelles et passées grâce à l'hypnose. | L'hypnose comme forme de transcendance? Place du sens et la reconnexion au patient |

Hypnose aiguë : soins non programmés & chirurgie ambulatoire

La formation

La pratique de l'hypnose est très confortable en pratique chronique ou lorsque l'hypno-praticien a du temps pour entrer en contact avec son patient.

Mais ce n'est pas toujours le cas! Cette formation aborde les situations aiguës : urgences, SAMU... et aussi la chirurgie ambulatoire, qui implique une pratique sans préparation, qui doit être rapide, opérationnelle, cadrante et efficace facilement.



PREMIER CYCLE

| | Première journée | Deuxième journée | Troisième journée |
|----------|--|--|---|
| Thèmes | Installer un espace d'hypnose efficace et pertinent | Ajuster sa communication à la situation du patient « inconnu » | Les bases de l'induction rapide et des nanoinductions |
| Contenus | En situation préparée ou non, créer rapidement une « bulle de rencontre et de pratique » | Prise de contact rapide, éléments simples et efficaces d'ajustement. Intérêt de la distraction | Repérer les « pré-transes » et susciter rapidement des processus dissociatifs |

SECOND CYCLE

| | Première journée | Deuxième journée | Troisième journée |
|----------|---|---|--|
| Thèmes | Retour sur la pratique. Les exercices de renforcement | Construire et ajuster les suggestions | L'après « petit théâtre » de l'hypnose |
| Contenus | Recadrer les inductions selon les contextes et aider l'acceptation par le patient | Manier avec aisance les suggestions rapides. Les accompagner par un langage corporel adapté | Installer le cadrage « début / milieu / fin » et le travail des suggestions post hypnotiques |

La formation

La formation permet d'acquérir les techniques d'hypnose afin de les utiliser dans le cadre d'une filière physiologique et pouvoir ensuite les décliner dans une approche périnatale globale. Elle permet notamment de prévenir et gérer l'anxiété et la douleur lors des actes en obstétrique grâce à la pratique de l'hypnose conversationnelle.



PREMIER CYCLE

| | Première journée | Deuxième journée | Troisième journée |
|----------|--|---|--|
| Thèmes | Place de l'anxiété et du stress en obstétrique et plus particulièrement lors de l'accouchement. | Les grands principes de la communication bienveillante et thérapeutique avec l'hypnose. | Les différentes phases de l'hypnose selon les contextes en obstétrique |
| Contenus | Sensibiliser les professionnels des maternités aux variations de l'état de conscience particulier de la femme enceinte | Situer les outils. Acquérir les notions fondamentales de la communication thérapeutique | Situer l'approche hypnotique et installer un cadre de coopération efficace |

SECOND CYCLE

| | Première journée | Deuxième journée | Troisième journée |
|----------|--|---|--|
| Thèmes | Place des suggestions et des métaphores dans la pratique | Hypnoalgésie et accouchement : méthode de prévention et de gestion de la douleur aigue | Apport de l'autohypnose chez la femme enceinte, préparer son accouchement |
| Contenus | Construire une communication affirmée, positive, cadrante et respectueuse du patient | Agir sur les leviers de la douleur perpartum Etre en mesure d'utiliser la dissociation propre à l'accouchement | Permettre à la femme enceinte de prendre la mesure de ses ressources en amont de l'accouchement et de comment les utiliser |

La formation

Cette formation permet de comprendre les particularités de l'hypnose chez les personnes âgées et dans le contexte gériatrique plus spécifique. Notamment, elle permet d'adapter l'hypnose pour les patients ayant une maladie d'Alzheimer ou apparentée, quelque soit le stade et les possibilités de communication. Enfin, elle permet d'utiliser l'hypnose pour accompagner les pathologies du mouvement (parkinson, AVC, syndrome post chute...).



PREMIER CYCLE

| | Première journée | Deuxième journée | Troisième journée |
|----------|--|---|---|
| Thèmes | Particularités de l'hypnose dans la population âgée | Hypnoalgésie en gériatrie | Hypnose adaptée pour les troubles neuro cognitifs au stade sévère (HAPNESS) |
| Contenus | Adapter l'hypnose selon les contextes et les pathologie en gériatrie | Techniques spécifiques à cette population | Travailler avec les patients gériatriques réputés difficiles et/ou en crise |

SECOND CYCLE

| | Première journée | Deuxième journée | Troisième journée |
|----------|---|--|--|
| Thèmes | Hypnose fonctionnelle auprès du public âgé | Accompagner la fin de vie en gériatrie | Aide aux aidants |
| Contenus | Travailler avec le mouvement et les processus d'évolution | Approcher ces moments et les accompagner | Proposer et/ou transmettre des exercices pour aider les aidants au quotidien |



Organisation

Nous proposons trois modalités différentes de supervision : ericksonienne (évidemment développée par Milton Erickson), expérientielle (développée par François Roustang) et analogique (développée par Antoine Bioy)

La supervision possède trois vertus essentielles.

1. Elle permet d'aborder les situations cliniques compliquées, pour lesquelles on peut avoir l'impression d'être un peu prisonnier de ce qu'il se passe, de ne pas avoir la bonne approche, ou bien de manquer de distance pour se positionner autrement. L'objectif est alors de rendre la situation plus ouverte et flexible.
2. Une supervision permet de façon plus globale de travailler sa posture clinique, de pouvoir parfaitement intégrer les expériences faites, et de transformer les savoirs en ressources pérennes pouvant être utilisées dans les soins et prises en charge. Le positionnement professionnel s'en trouve renforcé, l'ajustement aux patients se trouve facilité.
3. Enfin, se retrouver entre praticiens pour vivre des temps cliniques autour des expériences de chacun permet de sortir d'un sentiment d'isolement qui peut facilement nous gagner. En d'autres termes, une supervision décroïssonne et elle crée du lien!

La supervision ericksonienne

Cette approche situe le travail avec l'inconscient au centre de la pratique. Il s'agit d'une part de pouvoir évaluer les situations présentées (la demande, comment elle se manifeste, dans quel contexte...) et en quoi l'hypnose pourrait être une aide ou un soutien ; puis de voir quelle approche semble la plus pertinente et comment l'amener, la proposer. Dans ce mouvement, une écoute particulière est accordée à la façon dont notre inconscient peut être parfois un médiateur, souvent une aide, toujours une ressource. A la fois l'inconscient du patient, mais aussi celui du professionnel en supervision.

La supervision expérientielle

L'hypnose est une expérience ; elle ouvre un contexte où les perceptions impriment un mouvement singulier qui permet le changement.

Cette expérience ne s'emploie pas que dans le cadre thérapeutique, mais peut aussi être très utile pour avancer dans sa pratique, continuer à apprendre d'elle, et dépasser des situations difficiles ou qui semblent nous bloquer.

Cette supervision se donne précisément pour objectif de permettre à chaque participant d'avancer dans sa pratique en faisant l'expérience des situations abordées selon la méthode développée par François Roustang.

Ce mode particulier de supervision qui consiste à ressentir les situations et à s'y plonger perceptiblement pour ouvrir son expérience et développer de nouvelles voies cliniques s'adresse à tous, familiers ou non de l'approche de Roustang.

La supervision analogique

L'approche proposée a été développée par Antoine Bioy et consiste à travailler des situations cliniques en mêlant l'approche hypnotique avec l'approche à médiation (artistique, corporelle...).

Ainsi, les participants aborderont les situations sur lesquelles ils souhaitent travailler en utilisant le dessin, les sonorités, les mouvements corporels, le théâtre, les odeurs, la peinture, etc. dans un contexte d'hypnose.

Cette supervision créative s'appuie sur l'approche des figures de l'analogie avec l'hypnose développée par Antoine Bioy ; approche qu'il n'est cependant pas nécessaire de connaître au préalable pour intégrer un groupe de supervision.

Cette façon ludique de travailler permet aux participants, en plus de sortir des difficultés rencontrées dans le cadre de l'exercice professionnel, de se familiariser avec le travail à médiation et ses différents supports, qui pourra être réutilisé auprès des patients.



Organisation de la formation

Cette formation à la communication thérapeutique aidée par l'hypnose est à destination essentiellement des institutions. Nous proposons le plus souvent un format de 5 jours, dont le contenu est adapté selon la demande, le public formé, le profil des patients accueillis, etc.

On ne forme pas de la même façon à la communication hypnotique un service d'urgences adulte en CHU et un ensemble de professionnels en service de dialyse. S'adresser à des femmes enceintes n'engage pas les mêmes notions de communication qu'en secteur fermé de psychiatrie, etc. Nos formations sont donc du sur-mesure, 5 jours restant cependant un temps idéal de formation pour :

1. Améliorer la relation thérapeutique lors des soins et l'adhésion des patients.
2. Prévenir et gérer la douleur et l'anxiété lors des actes de soins grâce à la pratique de l'hypnose conversationnelle.
3. Pratiquer dans un meilleur confort pour le patient, son entourage, et les soignants.

Les plus de la formation sur-mesure :

1. Un contenu qui s'appuie sur des données scientifiques.
2. Une animation dynamique par des professionnels en santé, experts en hypnose et formateurs aguerris.
3. Un format efficace, qui privilégie l'entraînement ainsi que les mises en situation professionnelles.
4. Un programme parfaitement adapté aux besoins des services de santé.

A visée d'exemple, nous indiquons ici les grands thèmes travaillés en 10 points essentiels

1. Les bases pratiques de l'hypnose conversationnelle selon les différents contextes du soin ; ses freins et éléments de facilitation
2. Travailler l'alliance thérapeutique, le modèle « SMART », l'engagement et l'adhésion aux soins
3. Développer une communication hypnotique positive, bienveillante, aidante et respectueuse du patient
4. Savoir rapidement s'adapter au patients (âge, situation...) et à l'univers sensoriel du patient (le VAC, anciennement VAKOG)
5. Apprendre à adapter sa communication au fil de l'entretien et/ou des soins (dont les techniques de cadrage, confusion hypnotique...)
6. Apprendre « la rhétorique hypnotique » et le langage métaphorique adapté aux soins
7. Savoir construire des suggestions thérapeutiques et les adapter aux patients et aux contextes
8. Travailler les modulateurs naturels de la douleur et de l'anxiété : distraction, diversion, dissociation
9. Se familiariser avec les exercices clefs en communication hypnotique : lieu de sécurité, l'espace des ressources, la réification, le gant protecteur, la visualisation créative.
10. Mettre à profit des exercices pour soi et ainsi être plus confortable dans sa pratique et dans sa relation aux patients

Méthodes pédagogiques

Cette formation donne une place importante aux mises en pratique (plus de 50%) et aux partages d'expérience. Egalement, nous proposons des ateliers de construction des métaphores thérapeutiques au sein de cette formation, afin que les professionnels soit autonomes par la suite pour construire les outils les plus adaptés à leur exercice professionnel. Enfin, une partie de la formation est sous forme ludique : QCM inventifs, jeux d'illusion, etc. en lien avec les thématiques enseignées, afin que les apprentissages se fassent de la façon la plus agréable et pertinente possible.



Autohypnose pour les patients

Cette formation est sur 28 heures réparties en une session de deux jours puis deux fois une journée, afin d'acquérir des techniques simples et efficaces d'autohypnose.

Pratiquer l'autosuggestion permet de renforcer ses capacités d'adaptation à la situation, ainsi que ses ressources de mieux-être. Cette formation permet d'acquérir des techniques simples et efficaces d'autohypnose et d'appliquer ces techniques en complément de sa prise en charge pour lutter contre les symptômes de la pathologie et les effets secondaires des traitements (douleur, fatigue, inconfort, troubles du sommeil...).

Autohypnose pour les aidants

Cette formation est sur 28 heures réparties en une session de deux jours puis deux fois une journée, afin d'acquérir des techniques simples et efficaces d'hypnose afin d'aider le proche malade et/ou en difficulté.

Cette formation se fixe pour objectif de transmettre des techniques facilement assimilables d'hypnose afin d'aider un proche avec un trouble en santé (douleur chronique, cancer, pathologie neuro-dégénérative...). Ceci bien entendu en complément de la prise en soins habituelle, et en coordination avec les équipes médicales et paramédicales. Egalement, cette formation apprend des pratiques d'autohypnose afin de mieux doser ses efforts, de lutter contre la fatigue et l'épuisement émotionnel : prendre soin de soi, afin de prendre soin de son proche malade.

IPNOSIA

Centre de Formation et d'Etude en Hypnose

Une demande de précision?
Être informé des tarifs ?
Recevoir en priorité le dossier de pré-inscription?

Une seule adresse :
secretariat@ipnosia.fr
<http://ipnosia.fr>



Ipnosia est une SARL au capital de 10000 euros.

SIRET : 830 554 200 00014 (R.C.S. Bayonne). APE 8559A. Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 75640424964 auprès du préfet de région Nouvelle Aquitaine.

Siège social : 2 rue de l'Intendant Général Lacrambe – 64100 Bayonne

Téléphone du secrétariat : 09.67.31.65.26 (Maïtena) secretariat@ipnosia.fr