

Synopsis Praticien en Hypnose de 12 jours de 8h (96h) en classe
Base (M1), module Anamnèse + M2 et M3 : 4j+ 3j+ 3j+2j

BASE (M1)

Jour 1

9h30-10h Présentation

10h-10h15 Présentation du programme
travaux

10h15-11h **Historique**

11h-11h15 **Pause**

11h15-11h30 Qu'est-ce qu'est la transe, ondes cérébrales, neuroplasticité

11h30-12h30 Travail collaboratif sur les craintes de l'hypnose, présentation par groupe, partage grand groupe et discussion

12h30-13h **La suggestibilité, test** en groupe, enseignant guide

13h-14 h **pause déjeuner**

14h-14h30 **Test de suggestibilité continue : catalepsie du bras : démo 10 min. + pratiques en binômes 4 min. par personnes**

14h30-14h40 Conscient et l'inconscient, théorie

14h40-15h Structure de la séance, présenter brièvement les étapes et projeter le powerpoint

15h00-15h15 **Avant la transe**, Précadrage. En commun discuter de quoi mettre dans le précadrages, écrire au tableau

15h15-15h30 **Pause**

15h30-15h45 Indicateurs de transe, poser la question au groupe, écrire les réponses au tableau

15h45- 16h00 Différents types d'inductions : Démo **Induction visuelle** (demander aux participants d'observer aussi les indicateurs de transe lors de la démo)

16h-16h30 Pratiques en binômes **Induction visuelle, 10 min. par personnes** Retour, questions partages

16h30-17h00 *Si on a le temps, faire une induction kinesthésique, présentation et démo. Si non passer au recap....on fera l'induction kinesthésique le lendemain*

17h00-17h30 *Recap de la journée*

Jour 2

- 9h30-9h40** Retour rapide sur la veille, boucle d'apprentissage
- 9h40-10h** Démonstration Induction kinesthésiques+ Induction auditive
- 10h-10h35 **Pratiques en binômes** sur Induction kinesthésiques, + Induction auditive
15min. par personne, 5 min. feedback
- 10h35- 11h Retour, partage questions
- 11h-11h15** Pause
- 11h15-11h40** Présentation Yes set + Les états naturels de transe Démo 10min.
- 11h45-12h15 **Pratiquer Yes set+ Les états naturels de transe binômes, 15 min. par pers.**
- 12h15-12h30** Retour, partage questions
- 12h30-13h Mettre en place des signaux idéomoteurs (le Signaling), Intégrer les éléments extérieurs visibles et audibles dans la transe : Présentation
La dissociation de l'inconscient et le conscient + démo
- 13h-14h** Pause déjeuner
- 14h00-14h50 **Pratiquer binômes** : yes set, état naturel de transe et signaling, intégrer , dissociation conscient /inconscient . 15 min. par pers + 10 debriefing
- 14h50-15h15 Retour, partage questions
- 15h15-15h25 **Approfondissement + Le travail thérapeutique : souvenir aidant** Pause
- 15h25-15h45 Démo (rajout le tt , : yes set, état naturel de transe et signaling, intégrer, **dissociation, approfondissement + activer un souvenir...**)
- 15h45-16h Pause
- 16h-16h40 **Pratiquer binômes** : yes set, état naturel de transe et signaling, Intégrer les éléments extérieurs visibles et audibles dans la transe+ La dissociation de l'inconscient et le conscient + approfondissement, activer un souvenir, 15 min. par pers + 10 min. debriefing
- 16h40-17h Retour, partage questions
- 17h-17h10. **Demander un cadeau + Faire un pont vers le futur** : Présentation + Démo **Jour**
3
- 9h30-9h535 Recap...
- 9h35-9h50 **Contre-indications**
- 9h50- 10h10** **Système de représentation : VAKOG.** Présentation 15-20 min.

10h10-10h30	Synchronisation présentation 15 min.
10h30- 11h15	La “Safe-Place ou Lieu de sécurité. Présentation 10-15 min. démonstration 15-20 min. Rajouter le cadeau + Pont vers le futur
11h15—11h30	pause
11h30- 12h30	Pratiques sur Lieu de sécurité 15-20 min par pers. en groupe de 3
12h30-13h30	Déjeuner
13h30-	Le modèle FRITE Introduction 10 min.-15 min.
13h45-14h	Freins – Présentation. 10-15 min.
14h00-14h15	Ressources – Présentation 10-15 min.
14h15-15h15	Intentions Présentation, 15 min. Démonstration, 10-15 min. Pratiques en binômes sur un comportement à changer 15 min. par pers.
15h15-15h30	Pause
15h30- 15h50	Thématique – 2 min. juste signaler (rien de particulier à dire) État désiré 15-20 min. Présentation 15 min.
15h50-16h00	Écologie : 10 min.
16h00-16h20	Démonstration sur une anamnèse avec modèle FRITE. 15-20 min.
16h20-17h20.	Entraînement sur tt le modèle FRITE sur une problématique. 30 min par personnes
16h20-17h20.	Conclusion et partage 10-15 min.

Jour 4 :

9h30-9h40	Recap d’hier + questions
9h40- 9h50	Le langage hypnotique 10. min. présentation
9h50-10h10	Les mots charnière 10 min. Présentation + 10 min. en groupe
10h10 -10h20	Milton modèle. Présentation 10 min.
10h20-10h50	Omission présentation 10 min. + 20 min. démonstration, sur l’anamnèse de la veille (demande aux participants d’identifier des mots charnières et des omissions; verbes non-spécifique)
10h50-11h15	Pratique binômes sur mots charnières et Omissions , une personne passe sur l’anamnèse de la veille

11h15-11h30 Pause

11h30-12h 2ème personne passe : mots charnières et omission, sur l'anamnèse de la veille

12-12h30 Généralisation présentation 10 min. + étude de cas en grand groupe : 15 min. + entraînement 15 min.

12h30- 12h45 Partage + Questions sur Généralisation

12h45-13h30 Déjeuner

13h30-14h30 **Distorsion** : Présentation 15 min. + étude de cas en grand groupe : 15 min. + entraînement 15 min.

14h15-14h30 Partage + questions 15 min. Conclusion Métamodèle

14h30-15h15 **Hypnose en mouvement,** Présentation + **Démo, pause 15 min. inclus.**
(demande participants d' identifier des phrases du métamodèle)

15h15- 15h30 Pause

15h30-16h45 Pratiques à trois , 25 min. par personnes

16h45-17h30 Débriefing conclusion

Module Anamnèse

J1	J2	J3
9h30-10h Accueil Présentation de l'Institut et des participants	9h30-9h45 Boucle d'apprentissage Réactivation de mémoire Cadre ouvert pour questions	9h30-9h45 Boucle d'apprentissage Réactivation de mémoire Cadre ouvert pour questions
10h00-10h15 Travail collaboratif sur la Charte commune pour créer une dynamique de groupe	9h45-10h30 Métamodèle suite : Généralisations Présentation PowerPoint + exemple concrets	9h45-10h30 Métamodèle suite : Distorsions Présentation PowerPoint + exemple concrets
10h15-10h30 Présentation des objectifs de la formation et du plan de formation	10h30-11h15 Pratiques avec cartes pédagogiques pour intégrer le méta modèle : les Généralisations Partage et question	10h30 -11h15 Pratiques avec cartes pédagogiques pour intégrer le méta modèle : les Distorsion Partage et question
10h30-11h15 Niveaux logiques, théorie Pratique en binômes : raconter une problématique, situer sur le niveau logique		
11h15 15 min. Pause	Pause	Pause
11h30-12h Congruence et incongruence	11h30-12h15 En groupe identifier des phrases Généralisations dans un contexte de choix : entreprise, familiale, enseignement, couple, RH. Noter sur flipchart Partage grand groupe	11h30- 12h30 En groupe identifier des phrases Distorsion dans un contexte thérapeutique Noter sur flipchart
12h-12h30 Métamodèle Présentation PowerPoint + exemples concrets 12h30-13h0 Pratiques avec cartes pédagogiques pour intégrer le Méta modèle : les Omission	12h15 -13h0 Présentation protocole : Les trois positions perceptuelles	12h30-13h Partage en grand groupe
13h-13h45 Repas	Repas	Repas
13h45—14h 15. 10'En groupe identifier des phrases Omission dans un contexte de choix : entreprise, familiale, enseignement, couple, RH 15' Ecrire sur flipchart et partage grand groupe 15'	13h45 -14h45 Théori et démo sur les trois positions perceptuelles + Questions et partages	13h -13h45 à 2 questionner une personne, repérer les phrases du métamodèle (2 personnes, 15' par pers. 13h45 -14h15 Présentation théorique : Recadrage de sens et de contexte
14h15- 15h15 Présentation 2 « cadre comme si » + mini démo + pratiques binôme	14h45-16h45 Pratique en groupe de trois sur les trois positions perceptuelles Pause inclus	14h15-15h15 Des recadrages en commun, en grand groupe
15h15-15h30 Pause		Pause
15h30-17h 2 « cadre comme si » + mini démo + pratique même binôme	16h45-17h Retour et Questions	15h30-17h Travail par 3 sur les recadrages 3 pers. Crée des recadrages pour 1 personnes, chacun est client
17h- 17h30 Synthèse	Synthèse	Synthèse

Module 2 :

Jours 1

9h30-10h15	Participants se présentent + charte de valeur
10h15-10h30	Présentation du programme 15 min
10h30-10h50	Récapitulation de la Base 30 min.
10h50-11h	Abreaction, explication
11h-11h15	Ratification + en grand groupe qu'est ce qu'on peut ratifier ?
11h15—11h30	Pause
11h30- 12h00 :	Formulations permissives. Remplir p 20-21, partager. Créer des phrases permissives en groupe de 4, crée en grand groupe des phrases avec cartes
12.00-13h :	Le fractionnement. 15.min présentation- 15 min. démonstration Pratique 30min
13h-13h45	LUNCH
14-14h45	La toupie grammaticale en lien avec l'anamnèse (FRITE)
14h45-15h15	La Position Basse Exercice groupe de 4 sur phrases:+partage grand groupe
15h15-15h30	Pause
15h30-17h	Utiliser une activité préférée de la personne présentation10' , démonstration 20 min., participant note phrases de la Toupie + phrases permissives pendant la démo, pratiques,25-30 min. par personne - retour et partage

Rappeler d'utiliser : Fractionnement, Phrases permissives, La toupie grammaticale, Position Basse, Activité préférée

17h -17h30 **Retour et Recap de la journée**

Jour 2

9h30-9h40 :	Boucle d'apprentissage : Phrases permissives, La toupie grammaticale Position Basse, Activité préférée
9h40-10h	Le saupoudrage présentation- film Milton Erickson - partage
10h-10h30	Confusion Polarité Présentation—pratique sur polarité du manuel. Groupe de 5 personnes, faire 3 tours en grand groupe avec confusion polarité- partage
10h30-10h50	Confusion Boucle temporelle Présentation- Chaque participant fait une phrase

boucles temporelle grand groupe (enregistrer audio)

10h50- 11h15 Le langage hypnotique – théorie

11h15-11h30 pause

11h30-12h **Méta-programme** : Présentation + démo

12h-12h25 **Pratiques binômes** 20. Min. 10 min par personnes **Critères Orientation** (aller vers/s'éloigner de) + 5 min. partage grand groupe

12h25-13h00 Présentation + Démo Choix (procédure/option). **Cadre de référence** (interne/externe)

13h-13.45 Lunch

13h45-14h10 Pratiques binômes 20 min. 10 min par personne Choix (procédure/option). **Cadre de référence** (interne/externe). + 5 min. partage grand groupe

14h10- 14h30 Présentation + Démo Niveau d'initiative (proactive/réactive). **Facteur de décision** (pareil/différent)

14h30-15 Pratiques binômes 20 min. 10 min par personne + 5 min. partage grand groupe

15h-15h15 Pause

15h15-15h45 **La régression en âge et la progression en âge**
Présentation–démonstration-pratique –partage

15h45-17h Pratiquer en intégrant tt ce qu'on a vu dans la journée

17h-17h30 Partage et questions + recap

Jour 3

9h30-10 Recap

10h- 10h45 **Garder les apprentissages des expériences difficiles**
et Projection futur Démonstration sur apprentissage + projection futur

10h45-11h15 Pratique en binômes , 1er personnes passe

11h15-12h00 Pratique en binômes , 2ème personnes passe

12h-13h00 **L'utilisation des anecdotes. En groupe de 4 identifier les anecdotes**

13h-13h45 Déjeuner

13h45-15h00 **La résistance et la négation** Présentation–démonstration-pratique

15h-15h15 Pause

- 15h15-16 **Stratégie** Théorie + Démonstration sur l'identification de la stratégie. Pas de transe uniquement l'anamnèse pour la stratégie. Derrière chaque comportement il y a une stratégie ! COMMENT
- 16h-17h00 **Les stratégies** pratique questionner en binômes – partage 10 min par pers.
- 17h-17h30 Partage , question , recap

Module 3 :

Jour 1

9h30-10 h recap + questions

- 10h00-10h30 **La Dissociation** Présentation, 15 min. par groupe de 3 identifier des phrases de dissociation ex. *tes muscles auront peut-être envie de se détendre.* Au lieu de, je t'invite à détendre tes muscles .
15 min. Partager en grand groupe, les phrases trouvées
Ici je fais passer mon téléphone et j'enregistre avec dictaphone leurs phrases et je le leur envoie sur whatsapp...une personne du groupe lit leurs phrases
- 10h30 -11h Démo avec phrases de Dissociation (+ les stratégies identifiées la veille, donc avec la même personne)
- 11h-11h15 **Pause**
- 11h15- 12.45 **Pratiques en binômes** en utilisant les phrases de dissociation + stratégies aidante 20 min. par personne + feedback partage. (rappeler qu'ils peuvent utiliser tout ce qu'on a vu...à la base ++ saupoudrage, confusion, boucle temporelles, les phrases à la négative, une anecdote, régression, progression, projection, ...)
- 12h45-13 **Partage question**
- 13h-13h45 **Lunch**
- 13h45-14h15 **Hallucinations** Présentation et en groupe, identifier des cas ou on pourrait créer des hallucinations- le groupe a souvent des bonnes idées
- 14h15-14h30 **Gestion de la douleur avec sous-modalités.** Présentation théorique 15 min
- 14h30-15h En binômes participants cherches des sous-modalités à la douleur
- 15h15-15h30 **Pause**
- 15h30- 16h30 **Démonstration et Pratique sur Gestion de la douleur sous modalité**
- 16h30-17h15 **Espace de guérison** (rappeler qu'ils peuvent utiliser tout ce qu'on a vu...à la base ++les phrases à la négative, les phrases dissociatives, confusion, boucle

temporelles, une anecdote, régression, progression, projection..)

17h15-17h30 Partages, questions recap

Jour 2 et dernier jours

9h30 -13h h Évaluation pratique + Évaluation oral en groupe de 4-5 personnes

13h-13h45 Déjeuner

13h45-14h30 Métaprogramme : Filtre de découpage : Général/Spécifique

Théori-démo-pratique en binômes

14h30-15h Partage, questions

15h15-15h30 Pause

15h30-16h00 Modéliser un comportement (générateur de nouveau comportement PNL)

Démo 30 min.

16h-16h50 Pratiques en binômes (rappeler tout ce qu'on a appris : yes set, confusion, regression, progression, pont vers le futur,, projection futur, langage hypnotiques, dissociations..

16h50-17h30 Récap – conclusion- célébration- remise de diplôme