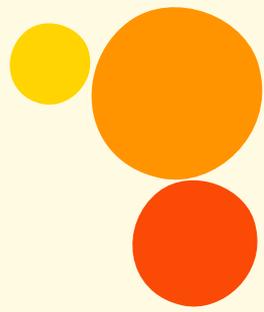




# COMMUNICATION THÉRAPEUTIQUE ET HYPNOSE CONVERSATION



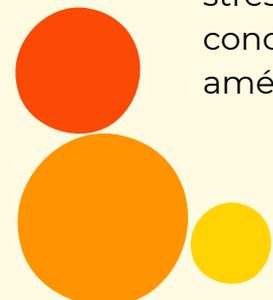
**Formatrice :** Rozenn Perousel

## **Prérequis :**

- Professionnels de la santé
- Professionnels du bien-être
- Avoir des connaissances de base en anatomie, physiologie, pathologies humaines

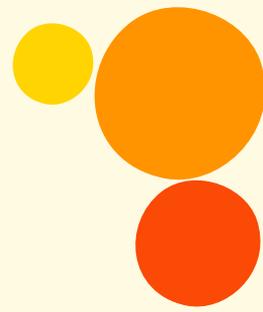
## **Objectifs :**

- Comprendre les différents états de conscience des consultants et reconnaître les états de transe hypnotique naturels pour adapter sa communication et créer l'alliance dans l'accompagnement.
- Adopter des outils de communication thérapeutique pour une approche plus humaniste, et prendre conscience que la communication est un outil d'accompagnement à part entière.
- Utiliser des outils de communication valorisant la transmission des messages que l'on donne et que l'on reçoit avec notre interlocuteur.
- Maîtriser les techniques d'hypnose conversationnelle dans la relation d'accompagnement
- Pratiquer des hyperfocalisations d'attention pour accompagner les consultants à des états de conscience modifiés facilitant la gestion du stress, des angoisses, de la douleur, la libération émotionnelle, l'activation de ressources passées ou de projection d'objectif futur, la réactivation de compétences autonomes non conscientes..
- Faire soi-même l'apprentissage de l'auto-hypnose dont les bénéfices sont la prise de distance émotionnelle tout en conservant son humanité d'accompagnant : un regain de confiance en soi, une meilleure gestion du stress, une amélioration du sommeil, une plus grande capacité de concentration, de présence, éviter le burn-out ou les états anxieux et améliorer sa créativité et la réalisation de soi professionnel.





# COMMUNICATION THÉRAPEUTIQUE ET HYPNOSE CONVERSATION



## **Outils et méthodes mobilisés**

- En résidentiel ou distanciel synchrone (selon les sessions)
- L'approche utilisée est active et participative : elle alterne phases de découvertes théoriques et des phases de mise en pratique.
- La formatrice apporte son expérience professionnelle de terrain, réalise des prises de conscience concrètes des professionnels par des pratiques individuelles et collectives ; utilise des supports matériels et supervise les appropriations par l'entraînement systématique (faire ressentir, faire réfléchir et faire agir) pour toutes les techniques étudiées.

**Durée :** 56 heures

**Tarif :** 1 500€

## **Programme :**

### **MODULE 1 - Les bases fondamentales de la communication thérapeutique & de l'hypnose conversationnelle (3 jours)**

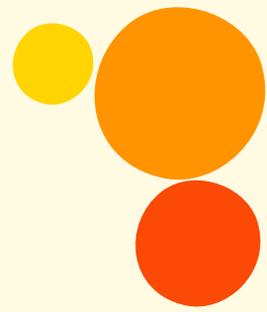
#### JOUR 1 - 9h/13h

- Qu'est-ce que l'état hypnotique ou l'état modifié de conscience
- Reconnaître et appréhender les différents états de conscience de l'interlocuteur
- Prendre conscience de l'impact psychologique, émotionnel et physique de la communication dans la relation d'aide et le déploiement de la communication thérapeutique en milieu médico-social.

#### JOUR 1 - 14h/17h

- Décoder tous les leviers de la communication thérapeutique et par extension de l'hypnose conversationnelle - Envoyer et Recevoir pour créer un échange équilibré -
- SAVOIR FAIRE : compréhension et points d'action sur les langages verbaux, para-verbaux et non verbaux





# COMMUNICATION THÉRAPEUTIQUE ET HYPNOSE CONVERSATION

## JOUR 2 - 9h/13h

- SAVOIR ETRE : recevoir les informations que nous transmet l'interlocuteur consciemment et inconsciemment.
- Utiliser sa sensorialité (VAKO) et l'écoute active dans L'ÉCHANGE RELATIONNEL
- Activer les neurones miroirs pour créer l'alliance dans la relation

## JOUR 2 - 14h/17h

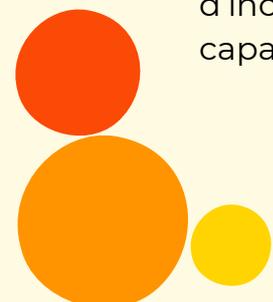
- Mettre en place des outils de recentrage pour garder une posture professionnelle d'accompagnant équilibrée.
- Utiliser les bénéfices de la communication thérapeutique pour éviter l'épuisement de l'accompagnant
- Etendre les outils de communication thérapeutique à la pratique de l'hypnose conversationnelle. Introduction aux notions d'induction hypnotique et de dissociation
- Définition des différentes techniques de dissociation : spatiale, corporelle, temporelle et émotionnelle

## JOUR 3 - 9h/13h

- Initiation aux techniques de dissociation spatiale : trouver la sécurité à l'intérieur de soi plutôt que de la chercher à l'extérieur (technique de base et variantes, pratique collective et individuelle)
- Utiliser la respiration comme technique d'induction et/ou comme technique hypnotique.

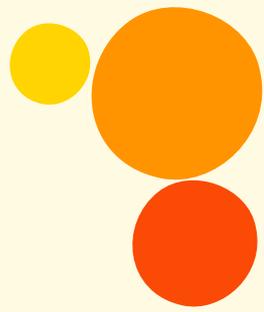
## JOUR 3 - 14h/17h

- Initiation aux techniques de dissociation temporelle pour aller chercher des ressources ou libérer des blocages, dans son passé, ou son futur
- Initiation à la dissociation corporelle : comprendre la notion de douleur, et d'inconfort physique et en modifier la perception par l'activation des capacités inconscientes du consultant





# COMMUNICATION THÉRAPEUTIQUE ET HYPNOSE CONVERSATION



## **MODULE 2 - Créer des états de conscience modifiée avec des outils hypnotiques pour accompagner les états émotionnels, psychologiques ou physiques difficiles ou douloureux**

### **Partie 1 : la dissociation spatiale et corporelle (2 jours)**

#### JOUR 4 - 9h/13h

- L'induction, pourquoi et comment la mettre en place
- Exercices pratiques de 3 techniques d'induction pour initier l'état d'hyperfocalisation d'attention.

#### JOUR 4 - 14h/17h

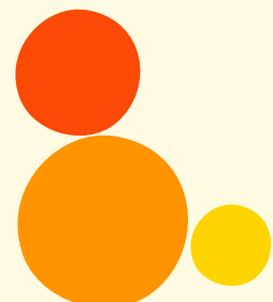
- La dissociation spatiale, pourquoi et comment la mettre en place
- Les différentes approches, conversationnelle ou hypnotique
- Exercices pratiques de 2 techniques de dissociation spatiale
  - Le lieu de sécurité réel, concret
  - Le lieu de sécurité imaginaire, construit

#### JOUR 5 - 9h/13h

- La dissociation corporelle, pourquoi et comment la mettre en place
- Exercices pratiques de 2 techniques de dissociation corporelle :
  - Le recadrage physique
  - La catalepsie ou lévitation

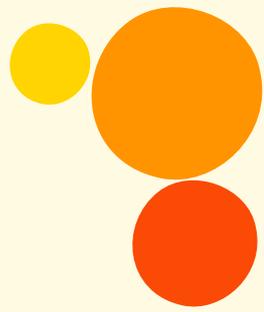
#### JOUR 5 - 14h/17h

- Exercices pratiques de 2 techniques complémentaires de dissociation corporelle
  - La réification
  - L'hypno-analgésie
- Travailler avec les ancrages sensoriels (kinesthésique, auditif, olfactif) pour renforcer les bénéfices de la transe hypnotique.





# COMMUNICATION THÉRAPEUTIQUE ET HYPNOSE CONVERSATION



## **MODULE 3 - Créer des états de conscience modifiée avec des outils hypnotiques pour accompagner les états émotionnels, psychologiques ou physiques difficiles ou douloureux**

### **Partie 2 : la dissociation temporelle et émotionnelle (2 jours)**

#### JOUR 6 - 9h/13h

- La dissociation temporelle, pourquoi et comment la mettre en place
- Exercices pratiques de dissociation dans le passé proche

#### JOUR 6 - 14h/17h

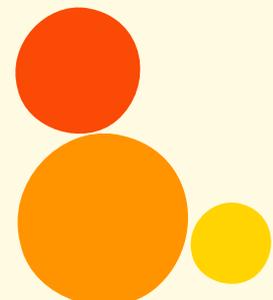
- Exercices pratiques de dissociation dans le passé lointain (guérison de son passé ou activation de ressources passées)
- Exercices pratiques de dissociation dans le futur proche (projection ou activation de ressources futures)

#### JOUR 7- 9h/13h

- La dissociation émotionnelle, pourquoi et comment la mettre en place
- Exercices pratiques de dissociation émotionnelle :
  - La mise en sécurité personnelle
  - La réification émotionnelle

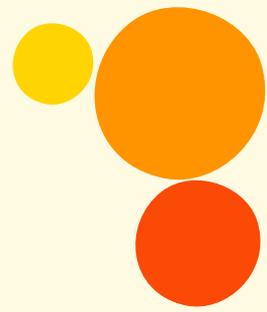
#### JOUR 7 - 14h/17h

- Exercices pratiques de dissociation émotionnelle :
  - La libération symbolique de l'émotion
- Apport, apprentissage et cadre de la pratique de l'auto-hypnose au quotidien : gestion des émotions, de la douleur, capacité de discernement, prise de recul, présence à nous-même et aux autres...





# COMMUNICATION THÉRAPEUTIQUE ET HYPNOSE CONVERSATION



## **Journée de retour d'expérience et évaluation des compétences - (1 jour)**

### JOUR 8 - 9h/13h

- Révision des différentes notions et remise à niveau
- Echanges de groupe sur les pratiques réalisées

### JOUR 8 - 14h/17h

- Etude de cas et mise en pratique
- Réponses aux questions
- Evaluation des acquis
- Evaluation de la formation

