

1^{ère} année :
INITIATION HYPNOSE ERICKSONIENNE

Organisateur : **ARePTA** (Association Régionale Pour une Thérapie Active)
 Institut MILTON H. ERICKSON de NANTES
 Organisme enregistré sous le n° 52440291344
 Siret : 412 961 039 APE 8559

Pre requi :

Cette formation s'adresse aux professionnels de la santé et de la relation d'aide.

(Niveau minimum requis L3)

Les formateurs se réservent la possibilité d'exclure de la formation tout stagiaire qui n'aurait pas le minimum de qualités requises pour gérer ce type d'abord psychothérapeutique.

La formation Hypnose est ouverte aux personnes ayant déjà une pratique de la clinique et de la relation de soin

Objectifs :

Le but de cette formation est de :

- 1) Apprentissage de l'induction hypnotique et des techniques de la communication hypnotique.
- 2) Applications cliniques et thérapeutiques permises par la transe hypnotique.
- 3) Apprentissage de l'hypnose conversationnelle.

A l'issu de la formation, le stagiaire est capable de :

- Apprendre à induire une transe hypnotique afin de maîtriser, à travers l'expérience personnelle, les techniques pour introduire :
 - à la thérapie hypnotique
 - aux thérapies dites brèves
 - aux thérapies à point de vue systémiques

Toutes les personnes formées n'utiliseront pas les aspects formalisés de la thérapie hypnotique ou de la thérapie brève mais elles sauront :

- Utiliser les techniques de communication pour améliorer la relation avec leurs patients, qu'ils viennent avec des problèmes somatiques ou psychopathologiques, dans le but de les préparer au changement thérapeutique et de leur faire accepter celui-ci de façon créatrice.

Organisation et méthodes pédagogiques :

Il s'agit d'une formation graduée se déroulant en quatre sessions de trois jours sur une période d'une année. Les enseignements théoriques sont ponctués de nombreux exercices de pratiques (environ 50% du temps). Notre démarche pédagogique alterne des phases de théorie, de démonstrations et d'exercices pratiques permettant d'assurer un travail individualisé auprès des stagiaires en adaptant leurs besoins de la pratique de l'hypnose dans leurs activités quotidiennes. De manière à viser les mises en pratiques des séquences de supervisions font partie intégrante de la formation.

De manière récurrente des supervisions sont proposées post formation.

PROGRAMME

1^{ère} session

La communication hypnotique et les techniques de base en Hypnose

1) Introduction à l'hypnose Ericksonienne

2) Historique et mouvement des idées

Compétences à acquérir

- Développer une connaissance sur l'histoire de la transe et de l'hypnose
- Se repérer dans les différents courants d'idées en lien à la philosophie

- Mesmer et le magnétisme animal
- L'hypnotisme
- Premières utilisations médicales (Braid, Charcot, l'Ecole de Nancy, Freud)
- Premières approches théoriques et recherches expérimentales
- L'approche de Milton Erickson et la nouvelle hypnose.
- Insertion de l'hypnose au sein des approches psychothérapeutiques
- Influence de l'hypnose dans le développement des nouvelles approches psychothérapeutiques

3) Techniques de base

a) / Langage corporel

Compétences à acquérir

Apprentissage expérientiel de la bonne distance et du type de relation nécessaire

Observation des canaux relationnels préférés du patient pour savoir s'y adapter

- Pacing
- Vakog

b) / La posture du thérapeute et la rhétorique hypnotique

Compétences à acquérir

Savoir utiliser la voix, le rythme, les mots et expressions,

Savoir utiliser la rhétorique et les modes communicationnels propres à maintenir ou non l'état de transe (suggestions ouvertes, position basse, alternatives illusoires, présuppositions, clivages et langage disjonctif)

Savoir faire ou ne pas faire des suggestions,

Savoir éviter les conséquences des perturbations.

La situation hypnotique

- L'approche permissive
- Le diagnostic sensoriel
- Le langage non-verbal
- La synchronisation
- La position basse du thérapeute
- Le langage du thérapeute (forme et contenu)
- Les présuppositions
- Les mots : permissifs
- Les truismes
- Les liens : conjonctions
- Contingences
- Causalités
- Le saupoudrage
- L'utilisation des clivages
- Les suggestions directes et indirectes
- La ratification

4) Organisation d'une séance

Compétences à acquérir

Entrer en contact avec le patient

Savoir prendre les précautions nécessaires

Induire l'état hypnotique par le bon souvenir

Maintenir l'état hypnotique

Aider le patient à sortir de l'état de transe (le réveil)

Accompagner la réassociation après la sortie de transe

Faire les vérifications nécessaires pour travailler en sécurité

- La création du rapport thérapeutique
- La focalisation sensorielle
- L'introduction à la dissociation
- La rétro-action et ses différents modes
- La ré-association
- Le « réveil »
- La vérification

5) *Hypnoses partielles et idéodynamisme*

Compétences à acquérir

Créer des phénomènes idéomoteurs

Créer une catalepsie du bras

Créer une lévitation du bras

Observer l'état de transe à travers ces phénomènes

Utiliser ces phénomènes comme métaphores ou comme « preuves » irréfutables de l'automatisme du changement

- Catalepsie
- Lévitation du bras

2^{ème} session

1) *Posture – Auto Hypnose*

Compétences à acquérir

Apprendre l'autohypnose pour soi-même afin de l'enseigner au patient

Connaître les conditions de l'autohypnose utile

Découvrir des moyens simples de faire de l'hypnose par différents sortes de touchers : tapping, patting, contact continu

Utiliser les gestes connotatifs des états émotionnels et les phénomènes spontanés de transe

2) *Utilisation des phénomènes temporels*

Compétences à acquérir

Relativisation du temps et de l'espace vécus

Savoir construire et utiliser une « régression en âge »

Savoir construire et utiliser une anticipation positive

Définir la notion de ressource (ce qui manque pour la résolution)

Retrouver des ressources

Construire des ressources

Installer et utiliser des ressources

- Distorsion du temps
- Amnésie
- Hypermnésie
- Régression en âge (passé)
- Anticipation (futur)
- Utilisation et construction de ressources

3^{ème} session

Applications pratiques – Techniques spécifiques

1) Les métaphores thérapeutiques

Compétences à acquérir

Distinguer métaphores et allégories

Prendre conscience de la valeur métaphorique du langage

Repérer les métaphores apportées par le patient

Savoir les utiliser

Construire des métaphores congruentes et orientées

Savoir utiliser langage et rythmes analogiques

Construire des récits et anecdotes utiles

Savoir utiliser la digression

- Utilité des métaphores en thérapie
- La communication métaphorique (le verbal et le non verbal)
- Le langage analogique
- Construction d'une métaphore
- Caractéristiques d'une métaphore
- Différentes types de métaphores

2) Hypnose chez l'enfant

Compétences à acquérir

Savoir mieux entrer en contact avec un enfant

Entrer dans le monde de l'enfant

Savoir induire une transe chez un enfant

Savoir construire une métaphore thérapeutique adaptée à un enfant

Apprendre à utiliser des media tels que marionnettes ou le dessin

- **Rappels**
 - ✓ **Spécificités chez l'enfant**
 - Apprendre le langage de l'enfant : indices observables, préférences sensorielles
 - Mise à jour et spécificités des expériences positives
 - ✓ **Spécificités chez le thérapeute**
 - Etablir le contact avec l'enfant en nous
 - L'imaginaire et le non-verbal
 - L'utilisation du symptôme

- **La métaphore chez l'enfant**
 - ✓ Mobilisation des ressources inconscientes
 - ✓ Conflit métaphorique
 - ✓ Crise métaphorique avec visualisation d'une résolution certaine

- **L'utilisation selon l'âge**
 - ✓ Marionnettes
 - ✓ Dessin
 - ✓ Contes
 - ✓ Métaphores
 - ✓ Corps

3) Approche psychobiologique d'Ernest Rossi

Compétences à acquérir

Distinguer l'hypnose suggestive et l'hypnose état
Savoir induire une transe selon la méthode de E Rossi ou F Roustang
Savoir l'accompagner et l'utiliser dans différentes situations pratiques

- Notion d'hypnose sèche
- Cycle ultradien
- Techniques spécifiques

4^{ème} session

Compétences à acquérir

Différencier douleur et souffrance
Savoir analyser l'impact émotionnel de la douleur
Savoir induire une analgésie de la main et apprendre à l'utiliser
Savoir créer un contexte dissocié pour prévenir l'apparition de la douleur aigue ou d'autre souffrance.
Savoir définir un objectif avec un douloureux chronique ou autre

Savoir construire une séance d'hypnose avec un patient douloureux aigu ou chronique, mais aussi avec de nombreux patients

1) Douleur et problèmes somatiques

- Outils hypnotiques dans le travail avec la douleur aiguë et chronique
- Place de l'hypnose dans le traitement de la douleur chronique

2) Plan de traitement

- De l'objectif à la solution
- Notion de stratégie

3) Supervision et débriefing

METHODES ET MOYENS

ENSEIGNEMENT GENERAL

Il a lieu en duo, afin de mieux accompagner les stagiaires et faciliter les exercices.

EXERCICES

Ils ont lieu en petit ou grand groupe.

OUVRAGES

A l'issue de chaque session, une bibliographie est proposée aux stagiaires.

CONSEILS

A l'issue de la formation, les stagiaires pourront comme tout membre de l'ARePTA, bénéficier des aides apportées par l'association, à savoir :

- conférences
- supervisions
- interventions
- groupes de training

VALIDATION DE L'ENSEIGNEMENT & EVALUATION

Chaque session de formation est évaluée par un travail qui synthétise le déroulement d'une journée de formation. Les critères qui sont pris en compte dans ces évaluations valident le programme théorique et pratique de la journée.

Une évaluation finale est demandée en fin d'année par un écrit sur une pratique hypnotique, ce travail est supervisé par un référent qui valide les compétences acquises permettant le passage en seconde année.

FORMATEURS

Tous les intervenants sont des praticiens expérimentés, leur rôle consiste à assurer l'enseignement de base tel qu'il est défini dans le programme et à être les facilitateurs des nombreux exercices effectués lors de la formation.

Dr Julien Bethèze : Psychiatre, pédopsychiatre, chef de service du service d'Accueil Familial Thérapeutique de Loire Atlantique (SISMLA), il assure un enseignement au DES de psychiatrie ainsi qu'en Formation Médicale Continue. Il travaille avec des patients psychotiques, addictifs, dépressifs. Il fait de la préparation mentale.

Dr Liliana Fodoréan : Docteur en médecine générale, spécialisée en hypnoalgésie et en tabacologie, travaille dans l'Unité de Psychosomatique et Sevrage Tabagique des Nouvelles Cliniques Nantaises. Ses consultations de médecine générale sont orientées à la prise en charge par l'hypnose de la douleur chronique en collaboration avec l'unité d'évaluation et prise en Charge de la douleur de Catherine de Sienne, Nantes.

Pierre Jeanne-Julien : Psychologue clinicien exerçant en cabinet libéral à Nantes . Pratique l'hypnose et les thérapies actives auprès d'une clientèle de jeunes et d'adultes. Conseiller Conjugal et Thérapeute de couples. Président de l'ARePTA-Institut Milton Erickson de Nantes.

Dr Emmanuel Malphettes : Psychiatre des hôpitaux, travaille sur la crise (responsable de l'unité de post-urgence) et sur des pathologies chroniques (responsable d'unité), enseignant auprès de s internes, à la faculté de psychologie, l'école d'infirmière et de sages-femmes et formateur en hypnose.

Dr Wilfrid Martineau : Psychiatre des hôpitaux, pédopsychiatre, chef de service de psychiatrie au CHU de Nantes. Président d'honneur de l'ARePTA- Institut Milton H.Erickson de Nantes. Il assure un enseignement au DES de Psychiatrie ainsi qu'en Formation Médicale Continue. Auteur de nombreux articles et communications, il est un spécialiste de l'intervention de crise et des cas difficiles.

Dr Bruno Rioult : algologue –anesthésiste - spécialisé en hypnoalgésie - Unité douleur Centre Catherine de Sienne Nantes. Il pratique hypnose et thérapies stratégiques. Il est responsable pédagogique de la formation douleur CNAM Pays de Loire, chargé d'enseignement au DIU douleur. Il est responsable du Réseau Douleur Ouest

Dr Alain Vallée : Ancien psychiatre des hôpitaux, exerçant maintenant en libéral , il a une expérience reconnue de psychothérapeute. Fondateur et président d'honneur de l'AREPTA–Institut Milton Erickson de Nantes, il est aussi chargé d'enseignement au DIU douleur de Nantes, au DU d'hypnose de Montpellier, en master professionnel de psychologie à Nantes ; il assure également des formations en hypnose et thérapies brèves pour plusieurs instituts francophones. Il est l'auteur de nombreuses communications sur ces sujets.

Dr Julien Vallée : psychiatre pour enfants et adolescents à l'hôpital de Cholet, travaille auprès d'adolescents en difficulté ainsi que dans un service de pédiatrie auprès d'enfants présentant des pathologies chroniques.

Arnaud Zeman : Psychologue clinicien exerçant en Institut Thérapeutique, Educatif et Pédagogique (ITEP) à Nantes pour enfants et adolescents présentant des troubles du comportement et de la personnalité. Psychologue en cabinet libéral à Orvault. Praticien de l'hypnose et des thérapies brèves avec enfants, adultes et familles. Secrétaire de l'ARePTA-Institut Milton Erickson de Nantes.

Dr Jihad Zeidan : Docteur en chirurgie dentaire, diplômé de la faculté de chirurgie dentaire de Nantes, travaille en cabinet libéral et utilise dans sa pratique les techniques d'hypnose auprès des patients anxieux, phobiques, enfants et adultes, formateur à l'Arepta, intervenant au DU d'hypnose à la faculté de médecine, intervenant à la faculté de chirurgie dentaire de Nantes sur le thème de l'hypnose. Trésorier de l'Arepta.

Dr Pascal Hénaff : Psychiatre des Hôpitaux, responsable d'une unité fermée. Assure des enseignements pour les internes de psychiatrie et au DU d'hypnose de Nant

Calendrier 1^{ère} année – Initiation Hypnose Éricksonienne

2018 - 2019	Groupe A	Groupe B	Groupe C
1 ^{ère} session	18 / 19 / 20 Octobre 2018	06 / 07 / 08 Décembre 2018	22 / 23 / 24 Octobre 2018
2 ^{ème} session	22 / 23 / 24 Nov. 2018	21 / 22 / 23 Mars 2019	10 / 11 / 12 Décembre 2018
3 ^{ème} session	14 / 15 / 16 Mars 2019	09 / 10 / 11 Mai 2019	25 / 26 / 27 Mars 2019
4 ^{ème} session	16 / 17 / 18 Mai 2019	20 / 21 / 22 Juin 2019	13 / 14 / 15 Mai 2019

HORAIRES

9 h – 13 heures

14h – 17h

Les repas sont proposés sur le lieu de formation au coût de 13,95 € le repas.

Règlement par chèque bancaire (*à l'ordre de LFPL*), en espèces et/ou par carte bancaire.

LIEU

Centre Régional Technique de la Ligue Atlantique de Football

170, boulevard des Pas Enchantés - 44235 Saint Sébastien sur Loire

Possibilité de logement sur place (*Tél : 02 40 80 75 50 demander Marie-Christine*)

CONTACTS

Secrétariat de l'ARePTA - IMHENA

1 rue Eugène Varlin - Les Dorides - 44100 Nantes

Tel : 06.14.35.77.75

Mail : secretariat.arepta@gmail.com