



CATALOGUE DES FORMATIONS

2020 - 2021

HYPNOSE ERICKSONNIENNE & PNL

Ce catalogue de formation a pour objectif de vous éclairer sur les pratiques liées à l'hypnose et à la PNL, et sur leurs champs d'action. Il vous permettra également d'avoir une vision plus précise sur les formations qui sont susceptibles de vous intéresser et que mon expérience me permettent aujourd'hui de vous dispenser.

En effet, après une première carrière dans le domaine culturel, j'ai choisi d'embrasser ces différentes pratiques thérapeutiques, auxquelles je me suis formée depuis 2009. Je dispense à présent mes formations en PNL et en Hypnose à Dreux, Paris et Egletons en Corrèze mais aussi à distance, via internet par (Zoom, Skype, WhatsApp, etc...)

J'ai depuis complété ma formation initiale, dans le souci permanent d'enrichir ma pratique et de diversifier les publics auxquels je pourrais m'adresser.

Mes Compétences et formations

- Diplôme de Maître Praticien en hypnose Ericksonienne, de l'Institut Centre France d'Hypnose Ericksonienne.
- Formée en pédo-hypnose auprès de l'académie d'hypnose thérapeutique du Québec.
- Diplôme de Maître praticien et coach en PNL (Programmation Neuro Linguistique) de l'Institut France PNL Paris.
- Diplôme de Formateur en PNL de l'Institut France PNL Paris.



Une formation : pour quelle utilité ?

Des formations qui vous permettront de vous épanouir dans une nouvelle activité professionnelle.

Vous former en Hypnose, c'est aussi la possibilité de réfléchir sur une possible reconversion, à une époque où donner du sens à sa vie devient une préoccupation pour un certain nombre d'entre nous. Comme de plus en plus de personnes, vous envisagez ainsi de changer de voie professionnelle mais avant tout, vous aimeriez trouver le métier qui vous correspond.

Si être utile aux autres est votre raison d'être, vous avez choisi la bonne branche.

L'envie d'aider les autres est une qualité, qui sera essentielle dans votre pratique et qui s'avérera de plus gratifiante : votre capacité à venir en aide aux autres sera démultipliée par les compétences que vous acquerrez en tant que coach ou hypnothérapeute. Ce métier apporte en effet une aide essentielle aux personnes ayant des problèmes personnels, familiaux et sociaux, et ce, aussi bien auprès d'enfants, d'adolescents, d'adultes ou de personnes âgées.

L'hypnose Ericksonienne est une discipline qui permet d'accéder au réservoir de ressources inconscientes de chaque personne. Elle est particulièrement respectueuse de l'individu car le langage utilisé par le praticien est ouvert. Le praticien est à l'écoute, il adapte son style d'élocution et d'approche à chaque individualité. En s'adressant à l'inconscient de la personne par des métaphores et des suggestions indirectes, l'hypnothérapeute lui ouvre la voie vers ses propres ressources en passant outre les obstacles imaginaires que la personne avait elle-même créés, et qui l'entravaient jusqu'alors. Ainsi, grâce aux nombreux outils que vous aurez acquis, vous deviendrez un accompagnateur dans le processus du changement et de l'apprentissage souhaité par la personne qui viendra vous consulter.



Des formations qui vous seront utiles dans votre quotidien, au sein de l'entreprise, dans le monde du travail :

Très utilisée en entreprise, la PNL avec son ensemble d'outils issus de la psychologie permet de décrypter les attitudes, d'éviter les blocages et de mener efficacement une négociation.

Au milieu des années 1970, quand elle a été inventée, la PNL (programmation neurolinguistique) n'avait pourtant pas vocation à s'appliquer dans l'entreprise. Ses pionniers américains, le linguiste John Grinder et le psychologue Richard Bandler, ont cherché à comprendre les mécanismes en vigueur chez des thérapeutes renommés pour accompagner leurs patients.

La modélisation des meilleures pratiques a donné naissance à la PNL, devenue l'un des outils de développement personnel et de management les plus utilisés en entreprise.

Ces apprentissages sont enregistrés dans notre cortex (neuro) et s'expriment par le biais du langage (linguistique). Contrairement à d'autres outils psy, la PNL ne s'intéresse pas au pourquoi mais au comment. Cette méthode pragmatique propose des moyens concrets pour mieux communiquer et atteindre ses objectifs.

Pratiquer la PNL consiste tout à la fois à cesser d'interpréter le comportement ou les paroles d'autrui selon ses propres filtres, à prendre conscience qu'il existe d'autres types de fonctionnement tout aussi valables pour leur propriétaire et tout aussi cohérents... pour finalement s'entraîner à utiliser les " filtres " de son interlocuteur le cas échéant, de manière à mieux le comprendre ou à mieux se faire comprendre de lui. La PNL vous donnera donc des clefs pour vous adapter au monde qui vous entoure, et pourquoi pas, modifier votre environnement.



Le coaching de couple est également une demande de plus en plus fréquente. Au cours de la vie d'un couple, de nombreuses difficultés peuvent surgir dans leur vie quotidienne et l'intervention d'un professionnel tel que le coach peut devenir indispensable à les surmonter.

Le rôle du coach n'est pas de résoudre lui-même les problèmes du couple, mais de lui donner les clés afin que les deux partenaires puissent à nouveau avancer ensemble et avoir des projets communs. La thérapie permettra dès lors de:

- Clarifier la situation avec ses clients pour identifier les difficultés rencontrées.
- Définir les objectifs.
- Mettre en place un plan d'action.
- Proposer des jeux de rôles et des exercices pratiques afin que chacun comprenne mieux son partenaire, ses besoins et ses attentes.
- Rétablir une communication positive.

En apportant son regard extérieur et bienveillant, le coach tente d'apaiser les tensions et de renouer le dialogue que ce soit pour des couples fraîchement formés ou en pleine crise après plusieurs années de relation.

Après ce rapide survol de ce métier passionnant, vous aurez bien sûr compris que le moteur de cette activité est fondé sur le rapport humain.

Si l'envie d'aider les autres est la première qualité, elle ne doit pas occulter les autres :

- ***Avoir le sens du contact***

Intervenant auprès de personnes en situation plus ou moins difficile, le professionnel doit savoir écouter et comprendre ses clients pour établir une vraie relation de confiance mais aussi faire preuve d'empathie tout en sachant garder ses distances avec ses clients.

- ***La rigueur***

L'atteinte des objectifs, le bien-être et le confort des clients dépend en partie du travail méthodique et rigoureux de l'hypnothérapeute et du coach.



- *La patience*

Ce métier nécessite une patience à toute épreuve avec les personnes suivies, et une capacité à gérer les émotions fortes (dépit, colère, frustration)



*Maintenant quelle formation suivre pour exercer quel métier ?
Quels sont ses débouchés et son salaire ?*

L'hypnothérapie

En exerçant le métier de **thérapeute en hypnose** vous serez sollicité pour venir en aide aux personnes souffrant de douleur, phobies, d'anxiété, d'affections psychosomatiques, de problèmes sexuels, addictions ...

En général, l'**hypnothérapeute** exerce en indépendant mais il peut également intervenir dans différentes institutions de soins, dans des centres dédiées à l'accompagnement des personnes, dans des entreprises, etc.

L'hypnose est également sollicitée en appoint de techniques médicales, tout en ne s'y substituant absolument pas.

Pour moi qui exerce depuis maintenant un certain temps, il serait délicat de vous dire que j'emploie telle ou telle technique pour régler tel problème, l'hypnothérapie et le coaching PNL étant tellement mêlés et imbriqués l'un dans l'autre qu'ils ne sont à mes yeux qu'un seul et même outil. Même si une formation en hypnothérapie est suffisante pour vous installer dans ce métier, il se peut que par la suite vous ressentiez le besoin de renforcer vos connaissances avec une formation en P.N.L. afin de pouvoir sans problème recevoir tout type de clientèle.

Comme la plupart des profession libérales, la rémunération dépendra de la méthode du praticien, sa renommée, son expérience et sa formation.



La PNL

Dans l'entreprise

L'application de cette technique dans l'entreprise n'est donc pas dénuée de sens, en particulier lorsqu'on est appelé à manager des équipes et à prendre des décisions dans des négociations importantes.

En libéral

Le coach de vie aide les personnes à créer un véritable projet de vie, tenant compte d'un équilibre entre vie professionnelle et vie affective. Le client est capable de comprendre ses problèmes, de déterminer et d'utiliser ses valeurs et ses aspirations profondes. Le coach l'aide à définir ses propres objectifs et l'incite à aller vers leur réalisation concrète. Le coaching personnel et le coaching de vie sont des approches novatrices en plein essor.



PROGRAMME DE FORMATION EN HYPNOSE

Programme Technicien certifié en hypnose

Durée de la formation : 7 jours

Pré-requis : Aucun

Au terme de la formation le stagiaire aura acquis :

- Une bonne connaissance de l'histoire et du développement de l'Hypnose.*
- Les structures linguistiques de l'hypnose, pour la création d'un rapport de confiance avec les autres.*
- les stagiaires seront en capacité de maîtriser totalement une séance d'hypnose du début à la fin.*

Le Programme :

La Théorie :

- L'Histoire de l'Hypnose et ses différentes formes,*
- Le cerveau, l'inconscient et les états de conscience modifiés,*
- L'approche ericksonienne de l'hypnose*

La pratique de l'Hypnose :

- Préparation de l'environnement et création du rapport*
- Détermination d'un objectif ; approche orientée solution*
- Techniques classiques d'induction de transe*
- Les suggestions et autres techniques du langage hypnotique*
- Induction ericksonienne*
- La phase de travail en ECM (sous hypnose)*
- Approfondissement de l'état hypnotique*
- Script hypno-relaxation et exemples d'élaboration de script*
- Fin de séance : Retour & réassociation*

L'intégralité de la formation sera rythmée par l'Alternance de théorie et d'exercices pratiques sous le contrôle du formateur certifiés en hypnose.

Certification :

Contrôle continu tout au long de la formation et QCM

Passeport pour le praticien certifié en hypnose.



Programme Praticien certifié en hypnose

Durée de la formation : 8 jours

Pré-requis : Technicien en hypnose

Objectifs de la formation :

Acquérir un niveau de compétence suffisant pour gérer toutes les situations qui peuvent se présenter à vous. Les nombreux exercices qui vous seront proposés, n'auront qu'un seul but : **la pratique**.

*Au terme de cette formation, les stagiaires seront en capacité d'aborder sereinement n'importe quelle problématique dans **une séance d'hypnose** .*

Le programme :

- Approfondissement et sortie de transe,
- Les suggestions hypnotiques et le langage métaphorique.
- Les signes de transe et leurs exploitations
- L'utilisation de la voix dans l'hypnose
- Introduction à l'hypnose Elmanienne
- Le langage ericksonien et la machine à phrase
- La communication et l'hypnose ;
- La communication verbale, paraverbale, et non verbale,
- L'Anamnèse ; Préparation de la personne et de l'environnement :
- Les modalités sensorielles et ancrages
- Le travail sous hypnose :
- Protocoles : de transformation et de changement de comportement - de traitement de la douleur
- pour les troubles du sommeil - pour l'arrêt du tabac

L'intégralité de la formation sera rythmée par l'Alternance de théorie et d'exercices pratiques sous le contrôle du formateur certifiés en hypnose.

Certification :

Contrôle continu tout au long de la formation et QCM avec déroulement d'une séance complète avec deux techniques.

Passeport pour le Maître praticien en Hypnose



Programme Maître-Praticien certifié en hypnose

Pré-requis : Praticien en hypnose

Durée de la formation : 14 jours

Objectifs de la formation :

Acquérir un très haut niveau de compétence vous permettant de garder une totale maîtrise de votre pratique dans n'importe laquelle des situations qui se présenteront à vous. Les nombreux exercices qui vous seront proposés, n'auront qu'un seul but : l'excellence **dans l'hypnose**.

*Cette dernière partie de la formation, va **revisiter** et surtout **approfondir** toutes les techniques que vous avez acquises en tant que Praticien en explorant l'ensemble des possibilités de l'hypnose.*

*En tant que **Maître Praticien** vous serez capable de créer votre propre séance d'hypnose en fonction des besoins du sujet en utilisant vos inductions et suggestions personnelles.*

*La **Pédo-hypnose** (hypnose des enfants) sera maîtrisée ainsi que **l'auto-hypnose**.*

*Le **Maître Praticien** est nécessaire pour pouvoir accéder à une formation de **Formateur en hypnose**.*

La finalité de cette formation est de vous rendre totalement autonome et maître de votre hypnose singulière.

Le programme abordé : Outre l'approfondissement des différentes pratiques de l'hypnose, ce programme abordera les problématiques les plus délicates à traiter :

- **Les différentes addictions : Alcool, Tabac, Anorexie, Boulimie, Drogues diverses, etc...**
- **La régression en âge**
- **La dépression**
- **Les troubles post-traumatiques**
- **Les phobies**
- **L'écriture automatique**
- **Le vaginisme**

L'intégralité de la formation sera rythmée par l'Alternance de théorie et d'exercices pratiques sous le contrôle du formateur certifiés en hypnose.

Certification :

Contrôle continu tout au long de la formation et QCM avec déroulement d'une séance complète avec deux techniques.



LES DEVIS DE FORMATION

EN HYPNOSE

Technicien certifié en hypnose

Durée de la formation : 7 jours

Nombre d'heures : 49

Date à définir :

Coût pédagogique : 1050 euros

Praticien certifié en hypnose

Durée de la formation : 8 jours

Nombre d'heures : 56

Date à définir :

Coût pédagogique : 1200 euros

Maître-Praticien certifié en hypnose

Durée de la formation : 14 jours plus 7 jours en personne ressource

Nombre d'heures : 98

Date à définir :

Coût pédagogique : 2100 euros

Pack complet Hypnose:

Technicien + Praticien + Maître Praticien : 3900 euros au lieu de 4350 euros



PROGRAMME DE FORMATION EN P.N.L

Programme Technicien certifié en PNL

Durée de la formation : 9 jours 63 heures

Pré-requis : Aucun

Objectifs de la formation :

- Acquérir une meilleure connaissance de soi et des autres et ainsi mieux communiquer.
- Développer des capacités personnelles, relationnelles.
- Savoir déterminer des objectifs et les moyens pour les atteindre.

Le Programme de la formation :

- L'origine de la **PNL** et son développement.
- Les principes fondamentaux de la **PNL**.
- Les principales applications de la **PNL** :
 - Se connaître et connaître les autres,
 - Communiquer avec aisance et intégrité (l'art du questionnement pour obtenir des informations fiables et développer des relations constructives,
 - Changer (définir des objectifs et mettre en place un plan d'actions pour les atteindre pour soi et pour les autres),
 - Optimiser la gestion de ses savoirs, savoir-faire et savoir-être,
 - Apprendre : développer ses capacités d'apprentissage et savoir se motiver ou motiver les autres.

L'intégralité de la formation sera rythmée par l'Alternance de théorie et d'exercices pratiques sous le contrôle du formateur certifiés en PNL.

Certification : Contrôle continu tout au long de la formation et QCM

Passeport pour le praticien certifié en PNL



Programme Praticien certifié en PNL

Durée de la formation : 12 jours 84 heures

Prérequis : Avoir suivi la formation Technicien en PNL

Objectifs de la formation :

- Approfondir la connaissance de soi et des autres, définir la mission professionnelle et/ou personnelle.
- Découvrir son potentiel, ses croyances limitantes ou les obstacles et les supprimer.
- Gérer les conflits internes et ou externes.

Le Programme de la formation

- Rappels et approfondissement des bases du technicien certifié.
- Élaborer son projet de vie (personnel et professionnel) en adéquation avec ses valeurs et critères.
- Se servir des outils de la PNL pour déterminer ou clarifier un objectif et/ou faire un diagnostic.
- Utiliser les niveaux logiques pour repérer les blocages et/ou booster sa motivation.
- Affiner sa connaissance de soi et des autres grâce aux méta-programmes.
- Opérer des changements en gérant les conflits interne, en changeant les croyances limitantes et en adoptant des stratégies mentales optimales.
- Apprendre des connaissances et des comportements nouveaux.
- Se libérer de phobies ou d'états émotionnels négatifs.

L'intégralité de la formation sera rythmée par l'Alternance de théorie et d'exercices pratiques sous le contrôle du formateur certifiés en PNL.

Certification : *Contrôle continu tout au long de la formation et QCM avec déroulement d'une intervention sur 2 techniques.*

Passeport pour le Maître Praticien en PNL.



Programme Maître Praticien certifié en PNL

Durée de la formation : 21 jours 147 heures

Prérequis : Avoir suivi la formation praticien en **PNL**

Objectifs de la formation :

- Affiner et développer son expertise en utilisant l'ensemble des outils de la **PNL**.

Programme de la formation :

- Approfondissement des bases du praticien certifié.
- Comprendre et agir sur les ressorts de la motivation grâce aux techniques d'exploration.
- Démasquer et changer les croyances limitantes.
- Modéliser l'excellence.
- Découvrir et Développer les stratégies de succès et de créativité.
- Guérir des blessures de la vie avec les techniques de réparation.
- La certification.

L'intégralité de la formation sera rythmée par l'Alternance de théorie et d'exercices pratiques sous le contrôle du formateur certifiés en PNL. Le travail se fera individuellement et en sous-groupes.

Certification : *Contrôle continu tout au long de la formation et QCM avec déroulement d'une intervention sur 2 techniques.*

Fournir un rapport sur 10 cas utilisant toutes les techniques du Maître Praticien.

Être personne ressource à la formation de technicien.



DEVIS DE LA FORMATION

P.N.L

Technicien certifié en PNL

Durée de la formation : 9 jours

Nombre d'heures : 63

Date à définir :

Coût pédagogique : 1350 euros

Praticien certifié en PNL

Durée de la formation : 12 jours

Nombre d'heures : 84

Date à définir :

Coût pédagogique : 1800 euros

Maître-Praticien certifié en PNL

Durée de la formation : 21 jours

Nombre d'heures : 147

Date à définir :

Coût pédagogique : 3150 euros

Pack essentiel P.N.L. :

Technicien + Praticien + Maître Praticien : 5670 euros au lieu de 6300 euros



Coach certifié en PNL

Durée de la formation : 12 jours

Nombre d'heures : 84

Date à définir :

Coût pédagogique : 1800 euros

Formateur certifié en PNL

Durée de la formation : 12 jours

Nombre d'heures : 84

Date à définir :

Coût pédagogique : 1800 euros

Pack complet P.N.L. :

Technicien + Praticien + Maître Praticien + Coach + Formateur : **8900 euros** au lieu de 9900 euros

Possibilité d'échelonnement des paiements