

# PROGRAMME DE FORMATION

## HYPNOSE, ANXIÉTÉ ET STRESS POST-TRAUMATIQUE

### Dates

Jeudi 28 et  
Vendredi 29 novembre 2024

### Durée

14h

### Lieu

IMHETO  
7 rue Théron de Montaugé  
31200 Toulouse



**Date limite d'inscription :** 3 jours avant la formation

**Horaires :** 9h-17h

**Tarifs :** Adhérent\* : 380€

Non adhérent : 440€

Employeur / Institution : 510€

\*être adhérent, c'est avoir réglé la cotisation annuelle de 50€

### **Accessibilité aux personnes en situation de handicap/spécificités :**

Formation accessible aux personnes présentant un handicap. Contact référent handicap :

**Damien LEURET - [damien.leuret@wanadoo.fr](mailto:damien.leuret@wanadoo.fr) - 06.76.01.68.62**

**Public :** Professionnels de santé diplômés, psychologues et psychothérapeutes ARS  
et étudiant en master 2 psychologies ou étudiant interne en médecine

### **Prérequis :** Avoir suivi la formation de base en hypnose ou équivalence.

Les attestations de formation et/ou diplômes seront à transmettre au secrétariat

### **Modalités d'inscription :**

- Inscription directement en ligne en cliquant sur le bouton "**je finance ma formation, je m'inscris**" ou en renvoyant le **bulletin d'inscription papier**. Acompte à verser soit par CB en ligne ou par chèque.  
À réception de votre demande, un mail de confirmation d'inscription vous sera envoyé via DIGIFORMA avec votre contrat de formation.
- Pour toute inscription via votre employeur, merci de nous contacter en cliquant sur le bouton "**Mon employeur finance ma formation, Je prends contact**". Le secrétariat procédera aux formalités administratives avec votre service RH/formation (convention).



## Modalités pédagogiques et d'évaluation :

### • Modalités pédagogiques :

- Méthodes affirmatives : Exposés projetés avec alternance entre théorie et pratique
- Méthodes actives : Démonstration (jeux de rôle) / Pratiques de ces techniques en duo ou trio / Exercices en groupe / Table ronde sur les retours d'expérience
- Un support papier pourra être fourni et/ou des documents seront mis à disposition sur l'extranet de DIGIFORMA

### • Modalités d'évaluation :

- Sondage des attentes transmis (via DIGIFORMA)
- Questionnaire d'évaluation de la satisfaction de la formation (via DIGIFORMA).
- Questionnaire d'évaluation des connaissances de type QCM (via GOOGLE ou KAHOOT)

Les résultats permettent d'estimer l'assimilation des connaissances acquises lors du module suivi et seront renseignés sur **le certificat de réalisation envoyé à chaque apprenant.**

- Évaluation 4 mois après la formation

## Objectifs de la formation :

- Connaître le stress physiologique
- Connaître la clinique du stress post traumatique
- Connaître les éléments neurobiologiques du TSPT
- Connaître les argumentaires de l'utilisation de l'hypnose dans le trauma
- Travailler en sécurité avec les techniques de stabilisation
- Apprendre quelques techniques hypnotiques pour traiter les mémoires traumatiques

## L'intervenant :

Psychiatre libéral initié à l'hypnose par le Dr Jean Godin en 2001.

Il est l'un des membres fondateurs de l'IMHETO

Président de l'association EMDR France

Membre de l'ESTD (European Society for Trauma and Dissociation) et de l'I.S.H (International Society of Hypnosis).

Chargé de Cours et coordinateur du D.U d'Hypnose Médicale de l'Université Paul Sabatier II de Toulouse.

Superviseur pour la thérapie EMDR et s'est spécialisé dans le traumatisme psychique.



**Léonard AMÉTÉPÉ**

Médecin Psychiatre

## Programme journalier détaillé :

### Déroulement de la Journée 1

#### Matin :

- Généralités sur le stress et l'anxiété
- Généralités sur le TSPT (épidémiologie, comorbidités et pronostic)
- Repérage clinique : le trépied du TSPT
- Eléments neurobiologiques du TSPT
- Classification (DSM5 et CIM 10)
- Stabilisation (exercices sur le lieu « sécuritaire »)

#### Après-midi :

- Les différents traitements du TSPT
- Arguments sur l'usage de l'hypnose et trauma
- Les 3 temps du traitement selon Janet
- Exercices de stabilisation d'ancrage dynamique
- Exercices sur la pendulation (désensibilisation progressive)
- Vidéo
- Conclusion de la journée et questions

### Déroulement de la Journée 2

#### Matin :

- Questions
- Comment mener le premier entretien en cas de TSPT?
- Les échelles utilisées (PCLS, IES,...)
- Modification d'une image
- Vidéo
- Exercices mise en pratiques

#### Après-midi :

- Vidéo : pendulation multiple : métaphore de l'écran de la TV et la télécommande
- Exercices avec l'écran de TV
- Discussions et conclusions



#### Qualité et satisfaction des apprenants :

*Pour plus de détails sur les indicateurs qualitatifs de cette formation, contactez le secrétariat*



Cette formation a obtenu la note de : **9/10**



En 2023, nos 457 apprenants nous ont noté :



**9,4/10**