

# PROGRAMME DE FORMATION

## LES BASES DE L'HYPNOSE, DE L'HYPNOSE ORIENTÉE SOLUTIONS

### Dates

Du lundi 20 janvier 2025 au  
jeudi 10 septembre 2025  
*Détail du planning disponible sur  
le bulletin d'inscription*

### Durée

91h - 13 jours



Présentiel

### Lieu

IMHETO  
7 rue Théron de Montaugé  
31200 Toulouse

**Date limite d'inscription :** 1 semaine avant la formation

**Horaires :** Amplitude horaires de 8h30 à 17h30 selon les modules  
*(convocation envoyée 1 semaine avant chaque regroupement)*

**Tarifs :** Adhérent : 2 160€    Employeur / Institution : 3 355€  
*+ Adhésion annuelle à l'IMHETO obligatoire dans le cadre du cursus : 50€ (25€ pour les étudiants)*

### 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,  
étudiants en master 2 Psychologie ou interne en médecine et autres  
professionnels de l'accompagnement\* (\*sur dossier)

**Prérequis :** Professionnels du secteur médical ou paramédical ayant pour objectif la pratique  
de l'hypnose à visée thérapeutique

### Modalités d'inscription :

Possibilité d'inscription directement en ligne en cliquant sur le bouton "**je finance ma formation,  
je m'inscris**" et/ou envoi obligatoire du dossier d'inscription au secrétariat par courrier ou mail:

- Formulaire d'inscription rempli et signé ([cliquez ici pour le télécharger](#))
- CV
- Lettre de motivation (votre projet de pratique de l'hypnose)
- Copie du diplôme professionnel
- Chèque de 150€ (acompte pour frais administratifs)

À réception de votre demande, un mail de confirmation d'inscription vous sera envoyé contenant  
votre contrat et les documents d'accueil.

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).

**Contact inscription :** Christelle DEMANGEL - [contact@imheto.com](mailto:contact@imheto.com) - 06.84.40.46.45



### **Modalités pédagogiques et d'évaluation :**

- **Modalités pédagogiques :**

- Méthodes affirmatives : Exposés projetés avec alternance entre théorie et pratique
- Méthodes actives : Démonstrations (jeux de rôle) / Pratiques de ces techniques en duo ou trio / Exercices en groupe / Table ronde sur les retours d'expérience
- Un support papier sera remis aux participants et/ou mis à disposition en téléchargement 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 de chaque module suivi et seront renseignés sur **le certificat de réalisation envoyé à chaque apprenant**

- Présentation d'une séance (vidéo) sur la journée analyse des pratiques
- Évaluation 4 mois après la formation

### **Objectifs général de la formation :**

- Connaître les fondamentaux théoriques et cliniques nécessaires à la pratique de l'hypnose éricksonienne
- Acquérir les bases de l'approche solutionniste pour améliorer son efficacité (hypnose orientée solution)
- Savoir utiliser ces compétences dans son cadre thérapeutique, quelle que soit la plainte du patient (douleur, souffrance)

## La formation pourra être assurée par les intervenant(e)s suivants :



### Léonard AMÉTÉPÉ

Médecin Psychiatre

Institué à l'hypnose par le Dr Jean Godin en 2001  
Membres fondateurs de l'IMHETO  
Président de l'association EMDR France  
Membre de l'European Society for Trauma and Dissociation  
Membre de l'International Society of Hypnosis  
Chargé de Cours et coordinateur du DU d'Hypnose Médicale de Toulouse  
Superviseur en thérapie EMDR  
Spécialisé dans le traumatisme psychique



### Armelle TOUYAROT

Sage-femme & Psychothérapeute

Praticienne, enseignante, formatrice en thérapie orientée solutions et en hypnose Ericksonienne. Traductrice de nombreux ouvrages d'hypnose et de thérapies brèves. Elle est co-fondatrice de la collection Le Germe, éditions SATAS. ; Auteur de « Pas à pas : guide d'auto-préparation à l'accouchement par l'hypnose », Satas, Bruxelles, 2006.



### Jean BERGRASER

Médecin Anesthésiste-Réanimateur

Formateur au DU d'hypnose médicale Université P. Sabatier Toulouse  
Membre de la Société Française d'Anesthésie-Réanimation  
Membre du Collège Français des Anesthésistes-réanimateurs  
Membre d'Anesthésie Réanimation Risques et Solutions (ARRES)  
Médecin des SAMU  
Capacité de Médecine de Catastrophe



### Damien LEURET

Thérapeute/praticien en hypnose

Maître Praticien PNL, Hypnose Ericksonienne ;  
DU d'Hypnose Médicale de l'Université Toulouse  
Certifié CFHTB ;  
Formateur expert CNEFOP ;  
Thérapeute en libéral depuis plus de 20 ans ;  
superviseur ; animateur de groupe d'analyse de pratiques dans les milieux médical et médico-social.



### Maryse BENEZET

Psychologue clinicienne

Présidente de l'Institut Milton H. Erickson Toulouse Occitanie depuis 2015  
Anciennement chargée de cours au DU Hypnose Université Paul Sabatier Toulouse  
Formatrice en Hypnose Ericksonienne et Communication Thérapeutique  
Compétences dans la prise en charge des enfants et adolescents  
Animatrice de groupes d'analyse des pratiques : équipes dans le milieu psycho-socio-éducatif (éducateurs, aides-soignants, AMP...)  
Analyse des pratiques pour professionnels exerçant dans le cadre des psychothérapies



### Pierre GUTLEBEN

Chirurgien-dentiste

Diplômé en implantologie et en parodontologie  
Praticien en hypnose depuis 2010, il intervient dans le cadre du D.U d'hypnose odontologique de la faculté de chirurgie dentaire de Toulouse III ainsi qu'au D.U d'hypnose médicale de la faculté de médecine de Toulouse III.  
Membre du CA de l'ATNH puis de l'IMHETO  
Ancien Vice-Président et formateur du GEISO (Groupe d'Étude Implantaire du Sud-Ouest)  
Ancien membre du Conseil d'Administration de la Confédération Nationale des Chirurgiens-dentistes de Haute Garonne (SD31)

*En cas d'indisponibilité d'un formateur cité ci-dessus, celui-ci pourra être remplacé par un formateur professionnel de santé, psychologue ou psychothérapeute correspondant aux critères de recrutement de l'institut.*

## Programme détaillé : Module 1 - BASES FONDAMENTALES DE L'HYPNOSE

### Objectifs du module :

- Connaissance des fondamentaux de l'hypnose sur le plan théorique et clinique
- Mettre en pratique par des exercices définis
  - Commencer et terminer une séance
  - Utiliser une demi-douzaine d'inductions hypnotiques
  - Repérer les indicateurs de la transe
  - Développer l'harmonie communicative
  - Savoir accompagner un patient en sécurité
  - Connaître et pratiquer un cheminement logique d'une séance

### Déroulement de la Journée 1

#### Matin :

- Théorie : Définitions et Expériences de groupe
- Exercice de groupe : les 5 sens (nano-inductions)
- Exercices par duo ou trio : applications des nano inductions
- Théorie : Base théorique - concepts utiles- dissociation-suggestibilité

#### Après-midi :

- Travail sur l'accompagnement dans « le Bon souvenir »
- Pratiques : début et fin d'une séance (exercices)
- Pratiques : langage flou et respectueux (exercices)
- Reportage sur l'hypnose clinique
- Table ronde et commentaires de la journée

### Déroulement de la Journée 2

#### Matin :

- Exercices pratiques sur l'observation
- Théorie : transe hypnotique, pré-inductions et inductions
- Pratiques: le rythme et les pauses lors de l'accompagnement
- Vidéo Dr Jean Godin

#### Après-midi :

- Démonstration
- Exercices pratiques sur la créativité
- Exercices pratiques sur l'interactivité, la ratification et le signaling
- Table ronde et commentaires de la journée

### Déroulement de la Journée 3

#### Matin :

- Démonstration avec un stagiaire (pour modélisation) sur une plainte (entretien, pré-induction, séance, réorientation, débriefing)
- Suivi de questions et commentaires des stagiaires sur la séance in Vivo
- Apprentissage et pratique d'autres inductions : cénesthésique et visuelle
- Théorie : L'approche Ericksonienne

#### Après-midi :

- Comment les Neurosciences éclairent la pratique
- Jeux de rôles et mise en pratique des acquis (cf. modélisation d'une séance)
- Table ronde et commentaires de la journée
- Cas clinique vidéo (anxiété ou douleur)



Ce module a obtenu la note de :

**9,6/10**

IMHETO - Association loi 1901

N° de déclaration d'activité auprès de la Préfecture de la région Midi-Pyrénées : **73 31 05691 31**. Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'Etat. N° SIRET : **51758180700032** / CODE NAF : **8559A**

**[www.imheto.com](http://www.imheto.com)**

## Programme détaillé : Module 2 - HYPNOSE ET COMMUNICATION THERAPEUTIQUE

### Objectifs du module :

- Améliorer la qualité de la prise en charge de leurs patients quel que soit la plainte
- Améliorer sa communication thérapeutique
- Actualiser et/ou renforcer ses connaissances et compétences en matière de communication
- Utiliser les métaphores hypnotiques afin d'améliorer l'alliance thérapeutique et la mise en place du traitement
- Améliorer l'efficacité de l'hypnose grâce aux subtilités de langage
- Induire une transe hypnotique chez son patient (demi-douzaine d'inductions)

### Déroulement de la Journée 1

#### Matin :

- Retour des pratiques (résultat évaluation des pratiques et questionnaire des connaissances)
- Révisions du module précédent
- Exercices de groupe : recherche de situations cliniques et de maladroites communicatives
- Exercices : Stimuler la créativité et l'état d'utilisation

#### Après-midi :

- Théorie 1 sur la communication (verbale et non verbale)
- Théorie des suggestions
- Démonstration
- Pratique des suggestions indirectes (exercice par duo ou trio)
- Pratique : apprentissage de la catalepsie

### Déroulement de la Journée 2

#### Matin :

- Théorie 2 : les suggestions indirectes
- Pratique (exercices par duo ou trio)
- Jeux de rôles sur le langage analogique
- Apprentissage de la lévitation

#### Après-midi :

- Démonstration
- Pratique (exercices par duo ou trio sur les suggestions indirectes)
- Pratique : sujet résistant ou alliance thérapeutique ?
- Vidéo de séance du Dr Erickson et analyse

### Déroulement de la Journée 3

#### Matin :

- La régression en âge, spontanée et induite
- Jeux de rôle : utilisation de la régression en âge dans l'anxiété, le stress, la douleur
- Théorie 3 : les métaphores
- Définitions, différences entre métaphore, analogie, allégorie, pourquoi et quand les utiliser
- La métaphore du patient, la métaphore du thérapeute
- Pratique de groupe: trouver des métaphores de la douleur, des métaphores du stress

#### Après-midi :

- Construction d'une métaphore à partir d'une situation clinique
- Illustration par une vidéo de séance : histoire métaphorique
- Pratique de groupe : retour sur les situations cliniques du jour 1 ou autres situations rencontrées, propositions de communication plus bienveillante et thérapeutique
- Jeux de rôles et mise en pratique (langage indirect et métaphorique)
- Débriefing de groupe des 3 journées

## Programme détaillé : Module 3 - HYPNOSE ORIENTÉE SOLUTIONS

### Objectifs du module :

- Améliorer la qualité de la prise en charge des patients quelles que soient leurs plaintes
- Améliorer sa communication thérapeutique
- Actualiser et/ou renforcer ses connaissances et compétences en matière de communication à travers la rhétorique solutionniste
- Identifier rapidement la demande du patient en menant un entretien solutionniste selon le modèle de Steve de Shazer
- Intégrer l'approche solutionniste dans sa pratique de l'hypnose et améliorer l'efficacité de l'hypnose

### Déroulement de la Journée 1 :

#### Matin :

- Historique de l'approche solutionniste
- Principes directeurs
- Approfondissement de chaque principe directeur par une démonstration

#### Après-midi :

- Approfondissement de chaque principe directeur par une démonstration (suite)
- Présentation du modèle d'entretien solutionniste de Steve de Shazer : démonstration
- Détermination de l'objectif de travail thérapeutique

### Déroulement de la Journée 2

#### Matin :

- Révision des acquis de la journée précédente
- Progression dans l'entretien solutionniste : mise en pratique à partir d'une problématique personnelle à chaque stagiaire
- Détermination d'un objectif de séance

#### Après-midi :

- Conduite d'un entretien solutionniste en binôme
- Feed-back commun en reliant la théorie et la pratique

### Déroulement de la Journée 3

#### Matin :

- Association de l'hypnose et de l'approche solutionniste : révision des acquis
- Construction d'une séance d'hypnose solutionniste
- Démonstrations

#### Après-midi :

- Mise en pratique avec des jeux de rôle
- Élaboration conjointe d'une intervention hypnotique adaptée à l'objectif
- Mise en pratique : séances d'hypnose en binôme
- Exercices d'entretiens solutionnistes suivis d'une intervention hypnotique adaptée à la pratique et aux besoins de chaque participant

## Programme détaillé : Module 4 - HYPNOSE ET DOULEUR

### Objectifs du module :

- Fonction de la douleur
- Les différents types de douleurs
- Les composantes de la douleur
- Différentes techniques d'hypnose pour soulager la douleur – hypnoanalgésie

### Contenu de la formation :

- Travailler avec la douleur :
- Les grands principes
- Quelques techniques (dissociation, réification, déplacement, ...)
- Travailler avec l'anxiété
- Les grands principes
- Quelques techniques (dissociation, les ressources, la pendulation, ...)
- Approches paradoxales

### Déroulement de la Journée 1

#### Matin

- Connaître les généralités sur la physiologie de la douleur
- Quelques points sur la prise en charge
- Présentation de quelques techniques 1 :
  - Le pendule de Lecreon
- Présentation de quelques techniques 2 :
  - Le point neutre de confort
  - Technique d'analgésie rapide
- Démonstrations, vidéo et pratiques

#### Après-midi :

- Exercices pratiques sur la communication non verbale
- Théorie sur les suggestions et les métaphores
- Pratiques (exercices par duo ou trio)
- Démonstration avec un stagiaire (pour modélisation)
- Suivi de questions et commentaires des stagiaires sur la séance in Vivo
- Travail avec sujet résistant (ou comment améliorer l'alliance thérapeutique)
- Jeux de rôles en utilisant une technique de la matinée
- Table ronde et commentaires de la journée

### Déroulement de la Journée 2

#### Matin

- Présentation de quelques techniques 1 :
  - Le gant magique
  - Le déplacement d'une sensation
  - Le rhéostat
- Présentation de quelques techniques 2 :
  - La réification
  - Le stylo magique
- Démonstrations, vidéo et pratiques

#### Après-midi :

- Exercices pratiques sur l'utilisation des contes
- Pratiques (exercices par duo ou trio)
- Démonstration avec un stagiaire (pour modélisation)
- Suivi de questions et commentaires des stagiaires sur la séance in Vivo
- Révision de certains outils (selon la demande des stagiaires)
- Jeux de rôles en utilisant une technique de la matinée
- Table ronde et commentaires de la journée



**Qualité et satisfaction des apprenants :**



**Ce module a obtenu la note de : 9,8/10**

## Programme détaillé : Module 5 : ATELIER ET ANALYSE DES PRATIQUES

### Objectifs du module :

- Suivi et bilan des connaissances et des compétences acquises lors du cursus
- Poursuite de l'apprentissage autour des axes d'amélioration : technique, relationnel

### Déroulement de la Journée 1

#### Atelier des pratiques :

- L'apprenant apporte un cas clinique qu'il veut traiter, avec les informations nécessaires, contexte, problématique, difficultés rencontrées... (support papier et/ou oral)
- Le groupe, avec l'aide du formateur, imaginera comment construire une séance avec ce patient

### Déroulement de la Journée 2

#### Analyse des pratiques :

- Analyse d'expériences professionnelles, récentes ou en cours, présentées par les stagiaires (support vidéo)
- Le formateur veillera à permettre aux stagiaires de disposer régulièrement de la possibilité de s'exprimer et d'échanger avec lui et, éventuellement, de confronter sa compréhension des concepts avec les autres stagiaires



#### Qualité et satisfaction des apprenants :

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



**Ce module a obtenu la note de : 9,8/10**



**Les 12 apprenants de notre dernière promo ont noté cette formation :**

**★★★★★ 9,5/10**