

# PROGRAMME DE FORMATION

## EN FINIR AVEC LES ADDICTIONS AVEC L'HYPNOSE (*EN CONSULTATION INDIVIDUELLE*) *ÉCRANS, JEUX, ACHATS, ...*

### Dates

Jeudi 27 et  
Vendredi 28 novembre 2025

### Durée

14h



Présentiel

### 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 sera 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

## Objectif de la formation :

- Savoir reconnaître les addictions autres que celles au tabac, alcool, toxiques
- Apprendre à utiliser le dialogue stratégique et l'hypnose pour actionner des leviers de changements

## L'intervenante :

Créativité Thérapeutique ainsi que de nombreux ateliers sur la gestion du poids, l'héritage familial et culturel, l'anxiété, l'accompagnement des patients, etc.

Sophie Cohen est également la directrice iconographique de la Revue Hypnose et Thérapies Brève.

Elle travaille en collaboration avec des réseaux : « Lutter Contre la Douleur » ; « Osmose », pour des patients avec des douleurs chroniques, pathologies cancéreuses, soins palliatifs.

- Prix de la Créativité, Congrès "Hypnose & Douleur" Emergences 2018



**Sophie COHEN**  
Psychologue

## Contenu de la formation :

Au cours de ce séminaire, nous aborderons comment susciter puis utiliser les motivations du patient. Comment utiliser le dialogue stratégique pour ce faire.

De plus en plus, nos sociétés nous entraînent à être dissociés. Dissocié de nos corps et de nos sensations. L'objectif est de réassocier nos patients à leurs besoins et à leur intuition.

Nous utiliserons la transe debout.

Dans les dissociations les plus fréquentes, il y a celles aux écrans, au tabac, au cannabis, à l'alcool, aux achats, aux aliments.

C'est de la façon de traiter ces addictions dont nous parlerons au cours de ces 2 jours avec un 3ème jour proposé pour approfondissement de ces techniques. Comment faire avec les ados en particulier. Venez avec vos cas !!!

Nombre de démonstrations et exercices seront proposés.

## Programme journalier détaillé :

### Journée 1 : Définition des addictions écrans, achats ... apprentissage du dialogue stratégique orienté vers le changement – mise en pratique autour de la 1ère consultation. Réassociation au corps

Matin :

- Utilisation du dialogue stratégique. Relation au produit, croyances
- La 1ère consultation, utilisation de notions de thérapies brèves
- Addictions aux écrans. Les métaphores adaptées
- Les changements possibles, prescription
- Contenu de la séance d'hypnose de la première consultation
- Démonstration de la séance 1 dialogue et séance d'hypnose
- Débriefing de la réassociation au corps, construction de la séance

Après-midi :

- En groupe de 3, exercice autour de la séance 1 dialogue et hypnose
- Débriefing, questions autour des techniques en grand groupe
- En groupe de 3, exercice autour de la séance 1 dialogue et hypnose
- Débriefing, questions autour des techniques en grand groupe

### Journée 2 : Approfondissement avec démonstrations, cas cliniques et exercices

Matin :

- En groupe de 3, fin de l'exercice de la séance 1
- Débriefing en grand groupe de la séance 1
- Démonstration de la séance 2
- Questions, remarques
- En groupe de 3, exercice de la séance 2

Après-midi :

- Débriefing en grand groupe de la séance 2
- En groupe de 3, exercice de la séance 2
- En groupe de 3, exercice de la séance 2
- Questions, commentaires autour du traitement des addictions en hypnose



## Qualité et satisfaction des apprenants :

**NOUVEAU !**

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



**En 2024, IMHETO a obtenu la note de : 9.5/10**  
sur l'ensemble de nos formations



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)**