

Programme de formation HEOS 1

Hypnose et Entretiens Orientés Solutions

Cycle 1 : initiation



Formation de 70 heures réparties en 5 modules de 14 h : 5 X 2 jours (vendredi-samedi)



Horaires : 9 h -12 h 30 et 14 h00 -17 h 30.



Lieu : Brive-La-Gaillarde/ Malemort



Public / pré-requis : Formation réservée aux professionnels de santé et sur étude de dossier. Exemple : médecins, chirurgiens-dentistes, sages-femmes, psychologues cliniciens (master en psychopathologie), paramédicaux, psychothérapeutes certifiés ARS.

Objectif :

Conduire un entretien solutionniste et utiliser les différentes modalités de l'hypnose

* **Principe de la formation**

• ACTIIF vous propose un **apprentissage progressif et pratique** : à l'issue de la première session, vous serez capable d'induire une transe hypnotique.

Nous progresserons pas à pas en fonction de vos acquis, de vos besoins, au cours d'allers et retours de la pratique à la théorie. Ainsi, chaque participant repartira dès la première session avec des outils à mettre en pratique dans son domaine professionnel. Au cours de la session suivante, nous partirons systématiquement de ce que les participants rapporteront de leur pratique (réussites et difficultés) pour, progressivement, **amplifier leurs compétences et les enrichir de nouveaux outils**. Chaque élément sera abordé par son aspect théorique, pratique (démonstrations, vidéos, exercices entre participants).

Vous expérimenterez sur vous-même **les effets bénéfiques des outils HEOS** (application à la résolution de petits problèmes du quotidien dans les domaines personnel et professionnel : difficultés dans les relations, stress, douleur...) avant de les proposer à vos patients. L'accent sera mis sur les exercices pratiques dans un contexte d'interactivité et de convivialité.

* **Méthodes pédagogiques**

- › Apports théoriques, diaporamas
- › Vidéos, démonstrations,
- › Exercices en binôme, petit et grand groupe de mise en pratique ou de découverte (expérientiels commentés) : jeux de rôle, films puis commentés, retour d'expérience
- › Etudes de cas apportés par les formateurs et/ou les participants,
- › Echanges et discussions
- › Remise de supports pédagogiques écrits ou informatiques

Programme

► Module 1

Mener une communication hypnotique

- Découvrir la posture soignante en hypnose : *Faire et accueillir une valorisation ; découvrir le langage positif.*
- Les techniques de base de la transe hypnotique : *Accompagnement dans un Souvenir actif d'apprentissage réussi*
- Le modèle intégratif Hypnose et Entretiens Orientés Solution (HEOS) : *Accompagnement dans une Solution obtenue ;*
- La communication thérapeutique hypnotique appliquée aux soins : *La communication à l'écoute, du savoir être au savoir-faire, rhétorique hypnotique de la transe...*

► Module 2

Etablir un projet commun partagé avec son patient - Installer catalepsie lévitation

- Le modèle HEOS en 6 étapes : *De la rencontre et l'affiliation, du problème au projet commun*
- Qu'est-ce que l'hypnose : définitions, de l'histoire aux évolutions et recherches d'aujourd'hui
- Intérêt, Indications, précautions et éthique de l'hypnose clinique : *savoir commencer, construire et terminer une séance en sécurité.*
- Techniques spécifiques à l'hypnose : *catalepsie, lévitation, PAVTOG, désassociation...*

► Module 3

Mener un accompagnement hypnotique dans un soin douloureux

Utiliser 2 formes de suggestions, formuler des phrases dissociatives

Repérer problème, exception, ressource, but

- Mécanismes physiologiques et composantes de la douleur aiguë et chronique.
- Les techniques de l'accompagnement de la douleur : *techniques d'inductions et dynamique hypnotique spécifique.*

- Hypnoalgésie et hypno-anesthésie : intérêt, *complémentarité, interventions thérapeutiques, inductions rapides*
- Langage hypnotique et évaluation de la douleur : *les échelles de confort*
- Autohypnose et douleurs : exercices dédiés
- Lieu de sécurité et expérience sécuritaire : *créer des bases de résilience*
- *Suggestions : du truisme à la séquence d'acceptation, le langage du non savoir, construire et formuler suggestion et dissociation physiologique*

► Module 4

Projeter le patient dans la réalisation du projet commun

Pratiquer et prescrire l'autohypnose

- Le modèle HEOS en 6 étapes : *De la rencontre et l'affiliation, du projet commun aux objectifs, échelles et feed-back*
- De l'hypnose guidée à l'autohypnose : *découvrir, pratiquer, adapter, prescrire.*

► Module 5

Mener un entretien solutionniste

Appliquer les outils hypnotiques adaptés

- Le modèle HEOS
- Du stress à l'anxiété : *Comprendre et accompagner.*
- Techniques avancées en hypnose : *Régression, progression en âge et marelle temporelle*

* Modalité d'évaluation

Chaque fin de module : atelier de mise en pratique évalue les compétences acquises. Des ateliers de supervision permettent d'interagir sur les expériences entre chaque module en fonction des demandes et des besoins.

* Questionnaires et quizz

Questionnaire de satisfaction

Une attestation de fin de formation mentionne sous forme de compétences l'ensemble des acquisitions.