**DIU D’HYPNOSE ERICKSONIENNE PRATIQUE – PROGRAMME DU MODULE 1**

 ****

|  |
| --- |
|  |
| **Base de la communication Ericksonienne et lien de confiance** |
| **octobre – jour 1** |
| **AM : présentation de la formation** | 1)* Le déroulé de l'année et des 3 saisons.
* Qu'est ce que l'hypnose ?
* La philosophie Ericksonienne.
* Définition de l'inconscient dans la pensée.

2)* VAKOG. Initiation, explications.
* Repérer le vocabulaire. Exercice.
* Le monde sensoriel de l'autre
* Les mouvements oculaires. Les observer.
 |
| **PM : observation et premières clés** | 1 )* Observer : explications et exercice (j'aime , j'aime pas , oui - non).
* Observer le VAKOG exercice ( écouter le vocabulaire, les mouvements oculaires ).
* Interroger pour modifier les accès sensoriels.

2)* Ratification explications
* Ratification simple. Exercice mini spirale.
* Ratification avancée : explications.
* Ratification active. Exercice mini spirale en double.
* Débriefing de fin de journée
 |
| **octobre – jour 2**  |
| **AM : création d'un lien de confiance** | * synchronisation : explications (posture, énergie, monde de l'autre , acceptation des croyances).
* synchronisation émotionnelle : lien sécurité de l'accompagnant . Questions sur l'authenticité.
* initiation, position basse et tri sur l'autre.
* congruence.
* plusieurs exercices seront mis en place .
* les dangers de la projection (interprétations, compréhension, orientation).
 |
| **PM : ADN du principe inductif** | * boucle d'induction 1: explications et exercice.
* mini spirale en VAKOG.
* boucle d'induction 2 : explications et exercice.
* travail sur l'évocation de l'hypnose et de l'inconscient.
* débriefing du module.
 |
| **Fondements de l'induction** |
| **novembre – jour 1** |  |
| **AM : premiers pas d'induction** | * échauffement, rappel des boucles de ratification et synchronisation.
* tests hypnotiques : explications, exercice (lourd-léger, associé-dissocié).
* exercice : emmener un sujet d'une sensation à l'autre.
* les limites de la suggestion directe.
 |
| **PM : suggestions indirectes** | * les questions ouvertes.
* l’évocation, le double lien, le présupposé, la négation, le saupoudrage, la phrase ouverte....la confusion.
* exercice : transformer une boucle 1 directe en une boucle indirecte.
* initiation aux métaphores.
* exercice : à partir du monde de l'autre, créer une métaphore (vérification du tri sur l'autre).
 |
|  |  |
|  **novembre – jour 2** |  |
| **AM : les chemins inductifs 1** | * les croyances sur l'hypnose .On en déduits quels états possibles ?
* graduation d'un état d'hypnose (préparation, modification, approfondissement)
* états hypnotiques et effets désirés
* brainstorming. Qu'est-ce que je veux obtenir ?
 |
| **PM : chemins inductifs 2** | * réflexion sur les chemins possibles, exercice en brainstorming.
* comment je peux les obtenir avec les suggestions ?
* création de deux chemins possibles et application.
* débriefing du module.
 |
|  |
| **décembre – jour 1** |
| **AM : leviers inductifs "associatifs"**  | * association: explication.
* spirale sensorielle, explications.
* exercice.
* induction par questionnement.
* explications.
* exercice.
 |
| **PM : effets hypnotiques** | * explications effets hypnotiques : à quoi servent-ils vraiment ?
* bascule arrière, explications et exercice (direct, indirect).
* catalepsie, explications et exercice spirale ou questionnement).
* lévitation, explication et exercice (spirale ou questionnement).
* signaling.
* débriefing.
 |
|  **décembre – jour 2** |
| **AM : leviers inductifs "dissociatifs"** | * la dissociation, explications.
* le souvenir hypnotique, explication et exercice.
* vision périphérique, explications.
* focalisation et défocalisation.
 |
| **PM : leviers inductifs "alternance"** | * exercice vision périphérique.
* explications principe alternance.
* associé-dissocié.
* exercice.
* explication contraction-décontraction.
* exercice.
* débriefing.
 |
| **Principes inductifs et perception de changement**  |
|  **janvier – jour 1** |
| **AM : leviers inductifs " saturations" 1**  | * initiation au Milton Modèle (la machine à phrase), explications.
* exercices.
* boucle d'induction 3.
* la confusion : explication et exercice.
* intérêt de la confusion – explications.
* principe de saturation.
 |
| **PM : leviers inductifs "saturations" 2** | * induction par saturation : explications.
* exercice.
* débriefing sur les différentes possibilités d'induction.
* trouver des chemins d'inductions pertinents.
* tester les chemins avec deux inductions différentes.
 |
| **janvier – jour 2** |
| **AM : principe des sous-modalités** | * les sous-modalités explications et des prédicats sensoriels.
* amplifier une sous-modalité positive, explication, exercice.
* diminuer une sous-modalité négative, explications, exercice.
 |
| **PM : utilisation des sous-modalités** | * induction par sous-modalités, explications.
* exercice.
* sous-modalités d'une émotion, comment gérer (la peur, la colère ..?) explications.
* exercice.
* débriefing.
 |
| **Amplification des états d'hypnose** |
|  **février – jour 1** |
| **AM : principe des ancrages** | * qu'est-ce qu'un ancrage ? Explications.
* mise en place d'un ancrage kinesthésique.
* ancrer l'état d'hypnose, explications.
* exercice.
 |
| **PM : application des ancrages** | * ancrer une émotion positive, explications.
* exercice.
* amplifier des sous-modalités via l'ancrage, explications.
* exercice.
* introduction au protocole de ROSSI, explications.
* exercice.
 |
|  |
| **février – jour 2** |
| **AM : principe de désancrage** | * qu'est-ce qu'un "ancrage négatif" ? habituel, soudain, explications.
* désactiver une ancre négative, explications.
* exercice.
* désactiver un stress ou une peur soudaine.
 |
| **PM : ancrage mouvant**  | * explication de l'ancrage mouvant, explications.
* Exercice.
* comment l'utiliser sur une induction.
* comment l'utiliser sur une émotion.
* débriefing.
 |
| **Questionnement hypnotique et détermination d'objectif** |
|  **mars – jour 1** |
| **AM : détermination d'objectif détaillée** | * introduction la D.O.
* explication de la différence entre état présent et état désir.
* rappel de la synchro, intention, position basse, pas de conseil, pas d'interprétation, tri sur l'autre, anamnèse (état présent).
* étape 1, détermination du problème vers la solution : quelles questions, explications et exercice.
* de l'importance de l'environnement et du principe de réalité.
 |
| **PM : autres étapes** | * étape 2, valeurs : explications, exercice.
* étape 3, 4, futurisation : explication exercice.
* étape 5 écologie : explication exercice.
* débriefing,
 |
|  **mars – jour 2** |
| **AM : pratique de la D. O**  | * exercice.
 |
| **PM : pratique de la D.O, solutions hypnotiques** | * initiation au protocole de ROSSI, explication, exercice.
* exercice, D.O en intégral.
* mise en état d'hypnose et ROSSI.
* débriefing.
 |
| **Initiation à l'hypnose anesthésique** |
|  **avril – jour 1** |
| **AM : médecin invité** |  |
| **PM : médecin invité** |  |
|  **avril – jour 2** |
| **AM : médecin invité** |  |
| **PM : médecin invité** |  |
| **Gestion des émotions et posture du Praticien** |
|  **mai – jour 1** |
| **AM : techniques conversationnelles** | * initiation aux méta-modèles : omission, généralisation, interprétation, explications.
* exercice.
* le yes-set et le no-set.
* initiation au clean language, explication.
* exercice.
* se servir de la communication hypnotique pour annoncer un diagnostic.
 |
| **PM : initiation aux méta-programmes** | * définition
* brainstorming les méta-programmes du praticien.
* comment les repérer dans la D.O, questionnement, explications et exercice.
* différence entre les méta-programmes du sujet et de la problématique.
 |
|  **mai – jour 2** |
| **AM : initiation aux méta-programmes** | * exercice D.O : repérer les méta-programmes limitants.
* comment bouger un méta-programme? Métaphores.
* initiation aux histoires encastrées.
 |
| **PM : faire bouger les méta-programmes** | * brainstormings des métaphores.
* réfléchir à ces histoires encastrées, utilisation en exercice par rapport à la D.O du matin.
* débriefing.
 |
| **Posture du Praticien, être hypnotique**  |
|  **juin – jour 1** |
| **AM :** **être hypnotique 1** | * travail sur l'utilisation de sa voix.
* exercice.
* travail sur la congruence.
* exercice.
* créer le lien de confiance rapidement.
* confiance en ses capacités, confiance en l'autre.
 |
| **PM : être hypnotique 2** | * qu'est ce qui me rend hypnotique ?
* comment gérer mes émotions ?
* rapport à l'authenticité.
* être en sécurité.
 |
| **9Juin – jour 2** |
| **AM : éthique** | * quelles sont les limites de l'accompagnement ?
* sécurité émotionnelle du Praticien
* couper la synchro
* se libérer des résonances
 |
| **PM : auto-soin** | * initiation à l'auto-hypnose via E. ROSSI.
* prendre de la distance.
* travail sur l'archétype de l'accompagnant.
* travail sur la symbolique de l'accompagnement.
* débriefing général
 |