



## Hypnose rapide

### Ludique et/ou thérapeutique

#### Organisation

**Durée :** 2 Jours (16 heures)

#### Lieu

**Intra :** dans les locaux de l'établissement demandeur

ou

**Inter :** dans nos locaux, 95 Rue de l'Innovation, 83110 Sanary-sur-Mer

#### Tarif

Session dans nos locaux : 420,00€ / personne

Session intra étab: sur devis

#### Réservation :

Formulaire d'inscription en ligne

#### Contact

06 45 46 96 68

[abshypnose@gmail.com](mailto:abshypnose@gmail.com)

#### Public concerné

Tout public

#### Pré-requis

Sans prérequis

#### Profil Intervenant

Hypnopratriciens diplômés

#### Méthodes Pédagogiques

Méthode affirmative :

Apport de connaissances via diaporama, films et supports de cours sur clé USB

Méthode Active :

Mises en situation en binôme

#### LES + DE LA FORMATION

Un atelier pratico-pratique amusant et formateur pour tous quel que soit l'objectif.

#### PRESENTATION :

Ludique ou au service de la thérapie, l'*hypnose instantanée* a pour caractéristique d'accompagner une personne dans un état modifié de conscience en quelques minutes seulement

La personne hypnotisée se retrouve soudainement dans un état de grande détente du corps alors que la conscience est toujours là !

S'ensuit un fonctionnement, comme parallèle, qui répond aux suggestions directes de l'hypnotiseur ou de l'hypnothérapeute.

Dans le jeu et l'amusement, c'est une technique facile à apprendre et à vivre, à la fois drôle et agréable pour le sujet hypnotisé

En Thérapie cela permet de calmer très rapidement et d'effectuer des actes ou soins médicaux douloureux.

#### OBJECTIF GLOBAL de la formation :

- Apprendre à repérer les sujets facilement hypnotisables
- Apprendre à hypnotiser un sujet en quelques instants
- Savoir faire vivre ou faire ressentir au sujet quelque chose d'agréable, ou d'amusant selon le thème

#### PROGRAMME :

##### J1 matin = Savoir repérer les personnes facilement suggestibles :

- Apprendre à détecter les micros mouvements inconscients de son interlocuteur
- Prendre conscience de ses capacités d'observation et de diagnostic
- Pré tests via la main par détournement d'attention, ou confusion, chifffrage etc...
- Tests des doigts ou mains aimantées ...

##### J1 Après midi = Techniques d'inductions rapides d'une personne :

- Diverses ruptures de pattern (papillon – « dors » ...) avec comme objectif détente et léthargie

##### Techniques d'approfondissement de la transe hypnotique

- Re-dynamisation du corps avec mouvements involontaires par différentes catalepsies (mains, pieds, paupières collées)

##### J2 matin = Compréhension et utilisation du pouvoir des suggestions directes

- Jeux hallucinatoires (le bouton du rire - apparition/disparition)
- Suggestions d'amélioration de sensations

##### J2 Après midi =

**Utilisation des suggestions post hypnotiques pour vérifier et valider l'état de transe du sujet**

- Bâillement au clap

**Démonstrations, explications, exercices, axes d'amélioration à tous les stades**