
Programme de Formation

L'hypnose au service du soin : pratiques et applications cliniques

Nos formations sont accessibles aux personnes en situation de handicap, consultez [notre politique d'accessibilité](#) sur notre site internet. Vous pouvez contacter Frédérique Laclos par l'intermédiaire du [formulaire](#) de la rubrique contact ou par mail : contact@mimethys.com.

Organisation

Durée : 91 heures

Mode d'organisation : Présentiel

Contenu pédagogique

★ Description

L'hypnose relationnelle : une troisième voie

L'histoire de l'hypnose a souvent opposé deux dynamiques :

- La **sidération**, reposant sur la saturation de l'attention ;
- La **suggestion** dirigée, centrée sur un rapport « expert → exécutant ».

L'approche de l'hypnose développée à l'Institut Mimethys s'inscrit dans une troisième voie : l'**hypnose relationnelle**. Elle est fondée sur l'observation, la synchronisation, l'ajustement réciproque et la construction d'un climat sécure permettant au patient de laisser s'exprimer son expérience, ses besoins et son rythme.

L'hypnose relationnelle est enseignée comme une **approche coopérative**, s'intégrant parfaitement aux pratiques de soin.

Ce que cette formation vous permet d'intégrer

Cette formation permet d'intégrer la pratique de l'hypnose comme une **approche relationnelle non médicamenteuse**.

Elle offre des repères concrets pour accompagner les problématiques exprimées par les personnes (stress, douleurs, anxiété) — sans jamais se substituer à un acte médical.

Les participants développeront :

- une lecture processuelle et relationnelle,
- une présence ajustée aux micro-signaux corporels,
- un usage du langage hypnotique adapté au vécu du patient,
- des compétences d'intégration de l'hypnose dans le soin quotidien.

Ces compétences constituent une base essentielle pour les professionnels souhaitant approfondir leur



compréhension des processus relationnels au sein d'approches comme la TLMR et la thérapie narrative.



Objectifs pédagogiques

Compréhension et cadre

- Distinguer sidération / suggestion / hypnose relationnelle.
- Situer l'hypnose comme pratique relationnelle pouvant soutenir un processus de soin.

Observation et présence

- Observer les manifestations corporelles et interactionnelles.
- Ajuster présence, voix, posture et rythme pour favoriser un **climat sûr**.

Langage et interaction

- Utiliser le langage verbal, non verbal et métaphorique.
- Adapter le langage au registre et au rythme du patient.

Intégration dans le soin

- Intégrer des techniques hypnotiques simples et ajustées.
- Soutenir les personnes lorsqu'elles expriment du stress, des douleurs ou de l'anxiété — dans le respect de vos compétences professionnelles.



Compétences acquises à l'issue de la formation



Public visé

Professionnels de santé et de la relation d'aide souhaitant intégrer l'hypnose comme pratique complémentaire (infirmier·e·s, psychomotricien·ne·s, kinésithérapeutes, médecins, sages-femmes, psychologues, éducateurs...).



Prérequis

- Niveau Bac +3
- Pratique clinique dans le soin ou l'accompagnement
- Dans le cadre des formations longues, nous préconisons que les stagiaires puissent s'appuyer sur un espace de suivi thérapeutique personnel. Certaines dimensions abordées en formation peuvent venir mettre en travail des résonances singulières ; disposer d'un tel espace peut alors soutenir l'intégration, le cheminement de chacun et le maintien d'un cadre suffisamment sûr.



Modalités pédagogiques

- Exercices en binômes
- Expérimentations de trances et d'accordage
- Démonstrations formatives
- Apports théoriques illustrés
- Mises en situation professionnelles
- Analyses de pratiques



Moyens et supports pédagogiques

- Séances de formation en salle
- Modélisation de la pratique
- PowerPoint
- PaperBoard
- Présentation et analyse d'expériences
- Mises en situation



Modalités d'évaluation et de suivi

- Tout au long de la formation, les stagiaires auront des mises en situation à effectuer avec des retours de formateurs.
- A chaque fin de module, un questionnaire de satisfaction sera renseigné par chaque participant afin qu'il évalue l'organisation et la pertinence des contenus de la formation au regard de sa pratique professionnelle.
- un quiz final validera l'année de formation
- 3 mois après le dernier module de formation, un questionnaire sera transmis à chaque participant afin d'évaluer les apports de la formation dans la pratique.



Déroulé de la formation

Module 1 — Bases de l'hypnose relationnelle dans le soin

- Histoire et postures de l'hypnose
- Neurosciences et attention
- Bulle hypnotique : observation et construction
- Langage verbal / non verbal
- Signaling, pacing, rythme relationnel
- Ajustements corporels et modulation de la voix
- Repères processuels : observer les dynamiques relationnelles émergentes

Module 2 — Hypno-analgésie et modulation du vécu douloureux

- Repères sur l'hypno-analgésie
- Observation du vécu corporel et sensoriel
- Hyperesthésie, modulation sensorielle
- Hypnose motrice / catalepsie
- Relaxations profondes, lévitation
- Applications adaptées au soin

Module 3 — Hypnose et problématiques d'anxiété

- Travail de sécurisation et toucher sécurisé
- Hallucinations sensorielles, lieu sécurisé, ancrages
- Temporalité : progression, régression, distorsion du temps
- Travail somatique : centration, respiration, apaisement
- Intégration clinique

Module 4 — Métaphores et auto-hypnose dans le soin

- Métaphores d'apaisement
- Suggestions post-hypnotiques ajustées
- Prescriptions de tâches adaptées
- Auto-hypnose : réassociation sécurisée
- Intégration dans le quotidien professionnel