

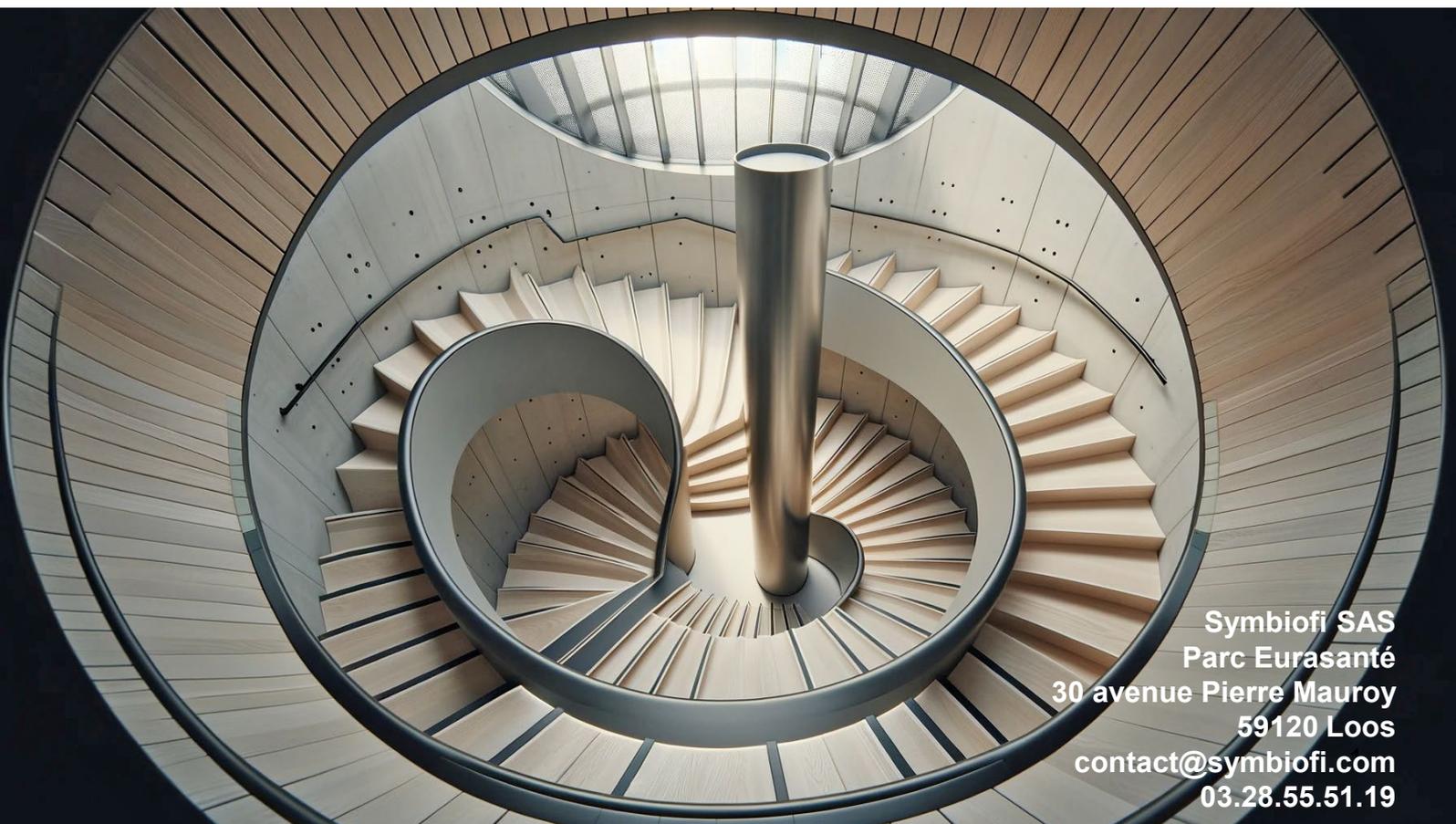


**SYMBIOFI**  
Innovations en psycho-santé

# Hypnose thérapeutique et techniques d'activation et d'orientation de l'attention et de la conscience

Formation au format présentiel

Programme des 8 jours  
56 heures



Symbiofi SAS  
Parc Eurasanté  
30 avenue Pierre Mauroy  
59120 Loos  
contact@symbiofi.com  
03.28.55.51.19

# Hypnose thérapeutique et techniques d'activation et d'orientation de l'attention et de la conscience

Réf : TPC 012

## PRESENTATION

Symbiofi propose le Cycle de formation **Hypnose thérapeutique et techniques d'activation et d'orientation de l'attention et de la conscience** en 8 jours : les bases théoriques, les outils et la méthode dans sa dimension classique, plurielle et évolutive.

Au fil des journées, l'accent est mis sur l'alternance des présentations théoriques, des séquences pratiques, de visionnages de nombreux films avec patients et l'étude de cas cliniques

Le Cycle se compose de 2 parties :

- L'acquisition et l'utilisation des outils du processus hypnotique : 2 fois 3 jours
- La validation des acquis par supervision à la pratique : 2 jours

La formation **Hypnose thérapeutique et techniques d'activation et d'orientation de l'attention et de la conscience** de 100 heures se répartit entre :

- 56 h du cycle en présentiel : cours théoriques, ateliers pratiques, mises en situations, analyses de cas pratiques...
- 44 h de travail personnel : entraînement pratique, animations de séances (individuel/groupe), travaux de recherche...

**L'hypnose clinique sera présentée dans un cadre de référence nouveau du processus hypnotique, relié au neurosciences - l'activation et l'orientation de l'attention et de la conscience** – reposant sur :

### 1) Les 5 piliers des TAC

- S'adapter.
- Utiliser
- Mettre du sens : fixer un but
- Favoriser le changement
- Respecter

### 2) La séance d'activation et d'orientation de l'attention et de la conscience

### 3) Les données des neurosciences

- Espace neuronal global de travail,
- Connectome,
- Proprioception : 6ème sens,
- Cerveau à l'état de base/mode par défaut,
- Le cerveau ne peut faire qu'une seule chose à la fois.

Vous apprendrez, en tant que thérapeute, à permettre à vos patients par l'activation de conscience à se reconnecter à eux-mêmes, à mobiliser leurs ressources cachées pour devenir un acteur central de leur traitement, en pleine autonomie.

Les TAC permettent de réaliser un travail d'hyper éveil de l'attention où le patient reste acteur et maître de lui-même. Le thérapeute le guide afin qu'il accède à ses propres ressources internes en favorisant les associations entre souvenirs, personnes, émotions et situations avec un objectif : lui permettre de réaliser un travail intérieur de résolution de ses problèmes.

Ainsi, nous vous montrerons comment votre patient reste absolument conscient de ce qui se passe, éveillé et dans un travail actif. Vous comprendrez mieux comment le processus hypnotique est davantage un état d'hyper éveil, un agrandissement du niveau de conscience du patient permettant à ce dernier d'être en capacité de recruter ainsi un autre univers de compétences, de réflexion de perception et de compréhension des choses, des événements.

Par cette compréhension et la maîtrise du processus hypnotique au travers de l'activation d'attention et de conscience, vous serez en mesure d'aider votre patient à accéder à ses propres ressources internes en favorisant les associations entre souvenirs, personnes, émotions et situations, avec un objectif : lui permettre de réaliser un travail intérieur de résolution de ses problèmes.

A la fin des 8 jours, chaque professionnel sera en capacité de mettre en œuvre une séance structurée :

#### **Préalables**

- Anamnèse - But - Objectifs - Attentes - Motivations - Ressources
- Démystification

#### **Préliminaires**

- Objectif - Position - Interrogatoire - Ratification - PAVTOG (proprioception, audition, vision, toucher, olfaction, goût) - Harmonisation - Consignes de départ

#### **Induction-Activation**

- Signal de communication - Ancrage - Respiration
- PAVTOG - Mots flous - Mots du patient – Agréable - Emotion

#### **Travail thérapeutique**

- Suggestions - Métaphores - Verbes mobilisateurs - Phrases expansives - Travail psychodynamisant
- Lévitiation catalepsie

#### **Terminaison**

- Consignes de fin - Ancrage - Distraction

#### **Suite**

- Auto-hypnose - Vécu de la séance - But - Suggestion post-hypnotique

Cette formation **Hypnose thérapeutique et techniques d'activation et d'orientation de l'attention et de la conscience**, permettant d'obtenir la certification en hypnose clinique, est suffisante pour employer l'outil hypnotique dans l'exercice de sa profession **en complément de ce que le professionnel propose déjà dans sa pratique.**

Elle permettra également à tous les participants de s'inscrire à des modules complémentaires ou à des cycles de perfectionnement en hypnose clinique ou médicale.

## PRINCIPAUX OBJECTIFS

**Intégrer à sa pratique l'outil hypnotique dans un cadre de référence relié au neurosciences - l'activation et l'orientation de l'attention et de la conscience - pour apporter aux patients une aide non médicamenteuse dans la gestion des symptômes physiques, psychologiques et émotionnels, isolés ou associés à des problèmes ou somatiques.**

- Acquérir les bases des données théoriques, physiologiques et psychologiques de l'hypnose clinique permettant une mise en pratique de ce nouvel outil en complément de ce que le professionnel propose déjà dans sa pratique.
  - Connaître les indications et les domaines d'application de l'hypnose clinique en médecine, en psychologie et en psychothérapie.
  - Découvrir les données scientifiques récentes et validées.
  - Gérer les symptômes physiques, psychologiques et émotionnels, isolés ou associés à des problèmes ou somatiques.
  - Acquérir la boîte à outil complète des principaux exercices ainsi que la pédagogie.
  - Faire pratiquer les exercices en individuel et animer des groupes.
  - Partager l'expérience d'un praticien expérimenté à partir de cas concrets.
- S'engager dans des règles éthiques, déontologiques, connaître son domaine d'application et ses compétences et savoir collaborer avec des professionnels expérimentés de disciplines différentes.

## Hypnose thérapeutique et techniques d'activation et d'orientation de l'attention et de la conscience SÉQUENCES PÉDAGOGIQUES

### Objectif principal

Intégrer à sa pratique l'outil hypnotique dans un cadre de référence relié au neurosciences - l'activation et l'orientation de l'attention et de la conscience - pour apporter aux patients une aide non médicamenteuse dans la gestion des symptômes physiques, psychologiques et émotionnels, isolés ou associés à des problèmes psychiques ou somatiques

### Durée présentielle Intervenant Mode

8 jours, 56 heures

Docteur Pierre LELONG, Docteur en médecine  
Formation ouverte en mode présentiel

### Module 1 : 3 jours – Acquérir les outils du processus hypnotique

Finalité	Contenu	Méthodes et outils
<b>Accueillir et faire le bilan de début</b>	Présentation de la formation, des intervenant(e)s et des participants, ainsi que des objectifs Point organisationnel	Tour de table Recueil des attentes QCM des pré-acquis
<b>SEQUENCE 1</b> <i>FORMATION</i>  <b>Acquérir les outils du processus hypnotique</b>  <b>3 jours</b>	<p><u>Jour 1</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Processus d'hypnose : principes d'activation               <ul style="list-style-type: none"> <li>. Harmonisation</li> <li>. Définition</li> <li>. Mise en pratique</li> </ul> </li> <li>- Le langage activateur</li> <li>- Structure d'une séance : les items principaux               <ul style="list-style-type: none"> <li>. Les mots</li> <li>. La respiration</li> <li>. La notion de pilier</li> </ul> </li> <li>■ Mise en pratique avec autoévaluation et supervision collective</li> </ul> <p><u>Jour 2</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Retour sur la Journée 1 : ancrage des items d'une séance</li> <li>- Structure d'une séance : nouveaux items               <ul style="list-style-type: none"> <li>. Les mots : précisions des mots choisis</li> <li>. La position</li> <li>. Les consignes</li> </ul> </li> <li>■ Mise en pratique avec autoévaluation et supervision collective</li> <li>- Reprise de la structure d'une séance enrichie des items du jour -&gt; schéma de la conscience</li> </ul> <p><u>Jour 3</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Retour sur la Journée 2 : ancrage des items d'une séance</li> <li>- Indices d'activation</li> <li>- Orientation de la conscience</li> <li>- Rôle de la motricité</li> <li>■ Mise en pratique avec autoévaluation et supervision collective</li> <li>- Reprise de la structure d'une séance enrichie des items du jour</li> </ul>	<p><b>Apprentissage collectif des éléments théoriques :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Échanges entre participants</li> <li>- Retour sur expériences</li> </ul> <p><b>Exercices en binômes avec 1 binôme filmé et supervisé en collectif</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 2 exercices par jour</li> <li>- Tour de table : restitution du vécu, des sensations, du vocabulaire utilisé ...</li> <li>- Visionnage et commentaires du film</li> <li>- Echanges entre pairs : activation du vocabulaire, de la structure de la séance ...</li> </ul> <p><b>Point récapitulatif en fin de chaque journée : guide mémoire des éléments théoriques</b></p>

Intersession

Travail personnel

**Les participants sont invités au travail personnel**

- Entraînement pratique
- Animations de séances (individuel/groupe)
- Lectures
- Travaux de recherche

**Module 2 : 3 jours – Utiliser les outils du processus hypnotique**

Finalité	Contenu	Méthodes et outils
<p><b>SEQUENCE 2</b> <i>FORMATION</i></p> <p>Utiliser les outils du processus hypnotique</p> <p>3 jours</p>	<p><u>Jour 1</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Retour sur la Séquence 1 : rappel des items d'une séance</li> <li>- Langage à visée thérapeutique</li> <li>- La conscience et les nouvelles données des neuro-sciences</li> <li>- Notion du faux souvenir</li> <li>■ Mise en pratique avec autoévaluation et supervision collective</li> <li>- Reprise de la structure d'une séance enrichie des items du jour</li> </ul> <p><u>Jour 2</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Retour sur la Journée 1 : ancrage d'une séance enrichie des nouveaux items</li> <li>- Définition de la suggestion : <i>directe – indirecte - activatrice</i></li> <li>- Notion de travail thérapeutique : définition des objectifs</li> <li>■ Mise en pratique avec autoévaluation et supervision collective</li> <li>- Reprise de la structure d'une séance enrichie des items du jour</li> </ul> <p><u>Jour 3</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Retour sur la Journée 2 : révision de tous les items</li> <li>- La métaphore :               <ul style="list-style-type: none"> <li>. Définition</li> <li>. Les différentes métaphores</li> </ul> </li> <li>- Méthodologie pour terminer une séance</li> <li>- Méthodologie pour terminer une thérapie</li> <li>■ Mise en pratique avec autoévaluation et supervision collective</li> <li>- Reprise de la structure d'une séance complète</li> </ul>	<p><b>Apprentissage collectif des éléments théoriques :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Échanges entre participants</li> <li>- Retour sur expériences</li> </ul> <p><b>Exercices en binômes avec 1 binôme filmé et supervisé en collectif</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 2 exercices par jour</li> <li>- Tour de table : restitution du vécu, des sensations, du vocabulaire utilisé ...</li> <li>- Visionnage et commentaires du film</li> <li>- Echanges entre pairs : activation du vocabulaire, de la structure de la séance ...</li> </ul> <p><b>Point récapitulatif en fin de chaque journée : guide mémoire des éléments théoriques</b></p>

**Intersession**

**Travail personnel**  
+  
**Préparation de la supervision**

**Les participants sont invités :**

**1° Au travail personnel**

- Entraînement pratique
- Animations de séances (individuel/groupe)
- Lectures
- Travaux de recherche

**2° A préparer leur cas pour la supervision à savoir filmer une séance d'hypnose de 15-20 min maximum durant laquelle ils sont les 'opérateurs'**

**Module 3 : 2 jours – Valider l'acquisition des outils du processus hypnotique et se faire superviser**

Finalité	Contenu	Méthodes et outils
<p><b>SEQUENCE 3</b> <b>SUPERVISION</b></p> <p><b>Valider l'acquisition du processus hypnotique pour chaque participant par la supervision</b></p> <p><b>2 jours</b></p>	<p>Objectifs de ces 2 jours</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>. Evaluer sa propre pratique ;</li> <li>. Validation de l'ancrage des items des journées 1 à 6</li> <li>. Appliquer un protocole structuré de façon méthodique ;</li> <li>. Echanger et partager avec l'expert et les autres participants ;</li> <li>. Utiliser progresser et acquérir de nouvelles compétences par un retour d'expert ;</li> <li>. Mettre à jour ses connaissances.</li> </ul> <p>Préparation en amont</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>. Chaque stagiaire prépare et présente une étude de cas concret d'accompagnement d'un sujet par l'hypnose clinique, en respectant les recommandations du guide de supervision. La séance structurée d'activation et d'orientation de l'attention et de la conscience devra se faire <b>sous la forme d'une vidéo</b></li> </ul> <p>Recommandations du guide de supervision</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>. Contexte et le motif de la rencontre : cadre professionnel, plaintes et symptômes exprimés, diagnostic éventuel, etc.</li> <li>. Symptômes cibles principaux / secondaires : signes physiques, émotionnels, cognitifs, comportementaux ressentis par le sujet et leur évaluation au moyen d'outils standardisés</li> <li>. Evaluation des attentes et de l'adhésion à l'outil hypnotique : patient neuf ou ayant déjà pratiqué l'hypnose, la pratique de la technique en séances, adhésion du patient, résistances, difficultés rencontrées, questions posées, etc.</li> <li>. Evaluation des résultats : changements observés sur les symptômes et sur l'état global et la qualité de vie.</li> </ul> <p>Programme</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>. Présentation individuelle de chaque cas préparé pendant 30 minutes.</li> <li>. Réactions, échanges et discussions du groupe</li> <li>. Commentaires et suggestions du médecin expert</li> <li>. Présentation d'un cas expert et analyse de groupe.</li> </ul>	<p><b>Méthode activo-expérimentale</b> par : Supervision à la pratique par présentation d'un accompagnement d'un patient au format vidéo</p> <p><b>Visionnage de chaque mini-film</b> -&gt; échanges sur le déroulement, la posture, le vocabulaire ... -&gt; point sur les acquis et les pistes à explorer</p> <p><b>-&gt; Synthèse collective</b> sur les fondamentaux</p>
<p><b>Faire le bilan de fin</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Evaluation individuelle des acquis de fin</li> <li>- Bilan de la formation</li> </ul>	<p>Echanges avec les participants Fiche d'évaluation de la qualité</p>

## Intervenant

L'intervenant prévu est le **DOCTEUR PIERRE LELONG**

- Docteur en médecine.
- Vice-Président du C.I.T.A .C : Collège International des Thérapies d'Activation de Conscience
- Chargé de cours dans l'enseignement du Diplôme d'Université (DIU) d'Hypnose Clinique à la Faculté de Médecine du Kremlin-Bicêtre.
- Chargé de cours dans l'enseignement du Diplôme Universitaire (DU) Stress Anxiété à l'université de Lille 2.



# Pour qui

## PREREQUIS

La formation visant à acquérir une base solide, tant théorique que pratique, de l'outil hypnotique est d'emblée réservée aux professions suivantes :

- **Professionnels des psychothérapies :**  
*Psychiatres, psychologues, psychothérapeutes*
- **Professionnels de santé :**  
*Médecins, chirurgiens-dentistes, radiologues, masseurs-kinésithérapeutes, ostéopathes, orthophonistes, sages-femmes, infirmier(e)s, aides-soignants, diététiciens, ergothérapeutes, psychomotriciens, etc.*
- **Etudiants dans les disciplines ci-dessus**

## AUTRES PROFESSIONS

- **Professionnels des thérapies alternatives et médecines complémentaires :**  
*psychopraticien, hypnothérapeutes, thérapeutes, sophrologues, naturopathe, etc.*

Suite à l'envoi de son CV et d'un courrier/mail de motivation, la demande du thérapeute sera analysée au cas par cas par Yvon Moustier et Pierre Lelong. Il est recommandé au professionnel de justifier de :

- formation initiale sérieuse dans un institut / une école reconnue;
- travail dans le domaine de la santé mentale;
- expérience professionnelle d'accompagnement de patients depuis 3 ans.

## Et aussi

### APPUI UNIVERSITAIRE

Notre formation bénéficie de la dynamique universitaire . Elle est basée sur des programmes délivrés lors du Diplôme inter Universitaire Hypnose clinique de l'Université Paris Saclay Faculté de Médecine de Paris.



### EXPERTISE CLINIQUE ET SAVOIR-FAIRE EXPÉRIENTIEL

Notre formation **Hypnose thérapeutique et techniques d'activation et d'orientation de l'attention et de la conscience** est :

- conçue par un duo de docteurs en médecine et psychothérapeutes - Docteur Pierre Lelong et Docteur Jean Becchio - co-responsables et animateurs de ce Diplôme Universitaire Paris XI et ayant une expérience de thérapeute, d'enseignant et de formateur auprès de différents publics;
- interactive avec **des mises en situation filmées**;
- structurée pour la pratique et centrée sur l'acquisition de techniques concrètes et utiles, de boîtes à outils pratiques, permettant au professionnel de pouvoir à son tour les mettre en œuvre dans ses interventions auprès de sa patientèle afin d'obtenir des effets positifs et durables;
- délivrée à des groupes **restreints à 14 personnes** afin de favoriser la qualité de l'enseignement et de privilégier les échanges multidisciplinaires.

## PLATEAU TECHNIQUE

- Un plateau technique de formation de 240 m<sup>2</sup>, dédié, multi-espaces (théorie, pratique, restauration) au cœur du CHRU de Lille.



Bâtiments passif éco-responsable  
Basse consommation énergie  
Structure bois permettant à la fois de créer  
une ambiance chaleureuse et de diminuer  
le bilan carbone



Espace de théorie équipé de :  
chaises tablette écritoire  
Vidéos projecteur plafond  
Enceintes  
Paper board



Espace de pratique équipé de :  
tablettes numériques SymbioCenter  
Tapis de sol + couvertures  
Briques de yoga



Espace de restauration équipé de :  
Réfrigérateur  
micro-ondes, cafetières, théières

## Reconnaissance de l'organisme

SYMBIOFI est enregistré sous le numéro 31 59 06883 59 auprès du préfet de région Nord-Pas de Calais, certifié QUALIOPI et habilité à délivrer des actions de formation ANDPC :



## Validation de la formation

La formation est ancrée dans une triple démarche multidisciplinaire et intégrative : compétences opérationnelles, boîtes à outils pratiques, savoir-faire expérientiel.

A l'issue de la formation, le professionnel recevra un **Certificat de réalisation d'action de formation** sous réserve de l'assiduité aux journées. Ce certificat reprend les éléments clés de la formation : intitulé, durée, nom du/des intervenant(es), objectif principal.

En complément, une **Attestation de formation** pourra être délivrée sous réserve de satisfaire aux critères d'évaluation de la formation analysés au travers des questionnaires de début et de fin de formation.

## Le Plus

### L'ACCES GRATUIT A LA PLATE-FORME WEB SYMBIOCENTER

Les stagiaires pourront bénéficier d'1 accès gratuit d'une durée de 30 jours à la plate-forme web innovante et interactive SymbioCenter pour compléter efficacement la prise en charge et le suivi de leurs patients en santé mentale et émotionnelle

<https://www.symbiocenter.fr/>

PRÉVENIR	ÉVALUER	ACCOMPAGNER	MONITORER
<b>57</b>	<b>6</b>	<b>86</b>	<b>2</b>
Échelles	Programmes	Exercices	Indices physiologiques

Le SymbioCenter propose aux professionnels de l'aide et de l'accompagnement d'encadrer, d'individualiser et de suivre des programmes d'e-thérapies selon les besoins spécifiques de leurs patients.

Pour combattre et prévenir le stress et les troubles anxieux-dépressifs, ainsi que leurs effets négatifs sur les troubles somatiques et psychiques, le SymbioCenter ouvre des perspectives novatrices de développement des ressources émotionnelles et comportementales des patients en santé mentale et physique.

## Le service e-thérapie brève, partenaire des professionnels, pour une meilleure prise en charge des troubles anxiodépressifs, du stress et des comorbidités associées

Impliquez vos patients, en consultation et au domicile, avec des outils d'e-thérapie validés

pour combattre la tempête des symptômes physiques, psychologiques, et émotionnels

Solution pour les professionnels de l'accompagnement  
[www.symbiocenter.fr](http://www.symbiocenter.fr)

### Symptômes physiques

Troubles du sommeil, troubles alimentaires, douleurs, sensations d'essoufflement, d'oppression...

### Symptômes émotionnels

Sensibilité et nervosité accrues, angoisse, excitation, tristesse, troubles anxio-dépressifs, mal-être...

### Symptômes intellectuels

Perturbation de la concentration, difficultés à prendre des décisions, altération de la relation sociale...



### DES CHIFFRES ALARMANTS !

- 20 millions de personnes sont concernées par une maladie chronique, soit 35% de la population
- 5 millions de français consomment des psychotropes
- 2 millions souffrent d'une maladie psychiatrique
- 10% des adultes ont souffert d'une dépression sur les 12 derniers mois et 13% de troubles anxieux généralisés
- 200 000 tentatives de suicide et 10 000 morts par an
- Le trouble mental au 3ème rang des maladies fréquentes et en 2<sup>ème</sup> deuxième position des dépenses de santé

### Lutter contre la chronicisation dangereuse

- Déficience du système immunitaire
- Insomnies
- Complications psychiatriques
- Troubles cardio-vasculaires
- Maladies digestives
- Troubles dermatologiques

# Vous accompagnez votre patient sur 4 niveaux de ressources

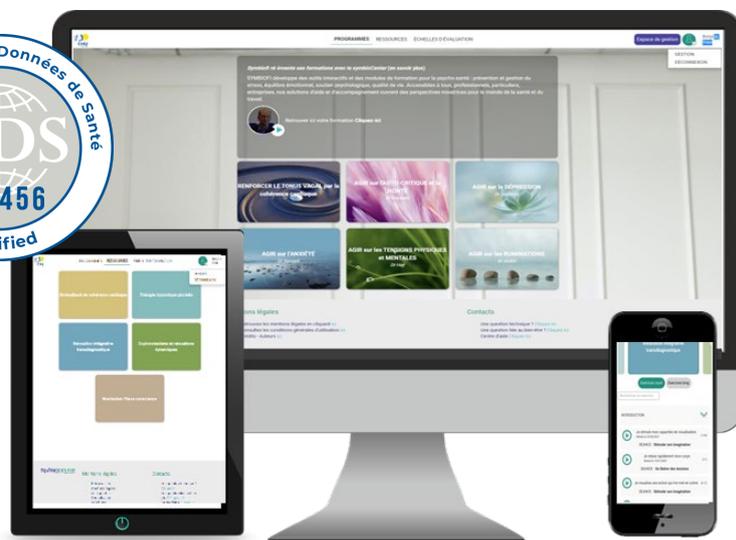
- 1 évaluations psychométriques
- 2 monitoring physiologique
- 3 programmes thérapeutiques
- 4 Téléconsultation, chat, forum avec des outils et services d'encadrement, d'individualisation et de suivi

Valorisation de la recherche hospitalo-universitaire



## L'espace professionnel de gestion

- Individualiser et superviser les parcours non médicamenteux par patient
- Suivre l'observance, les résultats et les progrès
- Pratiquer en séance présenteielle avec le patient ou ouvrir des droits d'accès distanciels en inter-séance
- Communiquer de façon avancée avec le patient : téléconsultation, chat synchrone / asynchrone, forum



## L'espace d'activités thérapeutiques

- 2 bilans *flash* et 60 échelles psychométriques pour repérer et évaluer
- 6 protocoles cliniques cadencés sur 8 à 12 semaines et + de 100 thérapies guidées pour s'entraîner
- e-capteur et biofeedback - avec brevets CHU de Lille - pour activer et renforcer le tonus du nerf vague

## La réponse aux besoins du professionnel

- Renforcer l'alliance thérapeutique et la relation fonctionnelle d'aide et de confiance au patient
- Proposer un complément thérapeutique innovant et accroître la satisfaction patient
- Améliorer l'observance patient par des entraînements entre chaque séance présenteielle
- Rendre le patient actif dans la prise en charge
- Evaluer les activités et les progrès par les données de suivi et tableaux de résultats
- Encadrer le patient sur l'émergence du numérique en santé mentale



### L'appui hospitalo-universitaire

Des protocoles interactifs validés par des professionnels reconnus, soucieux de l'éthique, de la confidentialité et de l'aide aux patients.

### La solution responsabilisante

Des programmes basés sur l'implication et la responsabilisation vis-à-vis de sa santé : être acteur du changement pour acquérir de nouvelles compétences émotionnelles.

### La santé globale

Des exercices concrets et efficaces pour agir sur les émotions, les comportements et le corps avec une vision active et préventive : la santé durable.