

Douleur : La soulager avec l'hypnoanalgésie

Objectifs

- Apporter les prérequis indispensables afin de sensibiliser les soignants à l'intérêt de l'hypnose et l'hypnoanalgésie.
- Permettre à chaque participant d'expérimenter et de se saisir des phénomènes hypnotiques avec des exercices pratiques et des mises en situation.
- Conduire le soignant à mettre en pratique les acquis de cette formation dans son quotidien professionnel.

Le + de la formation

Formation ponctuée de nombreuses mises en pratique en binôme pour favoriser l'assimilation des apports.

Public concerné et Prérequis

Tout professionnel de santé concerné (médical, paramédical)

Programme

Découverte de la réalité des phénomènes hypnotiques et hypnoanalgésie

- Intégration d'une trame historique utile.
- Vision actualisée du développement de l'hypnose médicale à ce jour.
- Clarification et démythification sur la réalité des phénomènes hypnotiques.
- Responsabilisation et implication éthique.
- Compréhension et intégration des indications et contre-indications de l'hypnose
- Intégration d'une réalité des phénomènes hypnotiques par l'expérimentation personnelle
- Compréhension cognitive du fonctionnement du phénomène hypnotique
- Compréhension intégration et mise en pratique de la conscience de l'impact des mots.
- Découverte et compréhension des règles indispensable à la construction d'un discours dit hypnotique
- Découverte des techniques d'hypnose dite 'conversationnelle' et de communication stratégique
- Appropriation par manipulation des outils
- Compréhension intégration et mise en pratique de l'utilisation d'une réalité relationnelle

dans le cadre du soin

- Découverte et appropriation des techniques dite de position haute et basse.
- Découverte et expérimentation des techniques dites d'induction
- Sécuriser la prise en charge hypnotique et sécuriser l'opérateur
- La présence consciente
- Focalisation / Dissociation de l'attention
- Techniques de réassociation
- Techniques de retour à une expérience agréable
- Potentiel et limites analgésiques des phénomènes hypnotiques
- Techniques spécifique aux soins douloureux
- Outils de communication stratégique
- Intégration de nouveaux outils de communication stratégique
- Outils d'approfondissement de l'état hypnotique : toucher, rééquilibrage musculaire, suggestions post-hypnotiques, techniques d'ancrage, techniques idéo-motrices
- Les phénomènes idéosensoriels
- Ateliers de communication stratégique

Ateliers de techniques liés à des circonstances particulières :

- Implication dans le cadre des soins
- Application dans le cadre des douleurs chroniques
- Applications de l'hypnose à visée antalgique et anxiolytique

Votre intervenant

Praticien en hypnose Ericksonnienne certifié

Notre démarche pédagogique

Une formation alternant des méthodes de pédagogiques actives : alternance d'exposés théoriques courts, d'études de cas, d'analyse de pratiques.

Livrables

En parallèle des exercices et autres annexes pédagogiques distribués au cours de la formation, chaque stagiaire se verra mettre à disposition un accès à des ressources documentaires en ligne :

- Un livret pédagogique qui pourra être utilisé après la formation comme un guide/aide-mémoire
- Des ressources documentaires, une bibliographie et/ou une webographie
- Ces éléments permettront, à l'issue de la formation, de faciliter une restitution des

éléments clés à retenir auprès de l'équipe ou d'un supérieur hiérarchique (outils d'aide à la diffusion de l'information).

Evaluation

- La présence à l'ensemble des séances de formation est nécessaire pour l'atteinte des objectifs de la formation. Les stagiaires et l'intervenant seront ainsi tenus de signer une feuille d'émargement pour chaque demi-journée de formation suivie.
- Les compétences seront évaluées au fur et à mesure de la formation afin de valider leur acquisition. Les connaissances seront quant à elles évaluées par un quiz de fin de formation. Les appréciations des participants seront recueillies à l'issue de la session et à froid au bout de 3 mois via un questionnaire approprié.

FORMATION ALTERNANCE

Durée : 28h Jours : 4 jours

Tarif : 1180€ - Déjeuner offert

Paris

Date(s) :

- 10, 11, 12 et 13 Mars 2026
- 22, 23, 24 et 25 Septembre 2026

Inter

Durée : 28h Jours : 4 jours

Tarif : 1180€ - Déjeuner offert

Paris

Date(s) :

- 10, 11, 12 et 13 Mars 2026
- 22, 23, 24 et 25 Septembre 2026

Intra

Durée : Adaptable selon vos besoins

Tarif : Devis personnalisé sur demande

[Demande de contact](#)

[Pré inscription](#)

[Demande de devis](#)

[Demande d'inscription](#)

Dernière modification le 23 décembre 2025 à 09h55

FORMAVENIR PERFORMANCES
139 avenue Jean Jaurès - 75019 PARIS
01 53 19 80 30
contact@formavenir-performances.fr