Formation de base en hypnose pédiatrique

En grec, Hypnos signifie sommeil. Il s'agit d'un état de conscience particulier, entre la veille, le sommeil et l'hyper concentration. C'est également un ensemble de techniques permettant de provoquer un état d'hypnose, utilisées notamment au cours de certaines thérapies.

L'hypnose peut être utilisée de différentes manières. Elle est connue pour son action sur les comportements, les compulsions et toutes formes de dépendances, permet la gestion des émotions, le contrôle du sommeil, le développement personnel, ou encore agir sur la douleur. Elle engendre également de nouveaux moyens de communiquer, notamment à travers l'hypnose conversationnelle.

Les techniques de communication hypnotique ont pour objectif d'être utilisées par les soignants pour faciliter l'accueil du patient et de ses proches, l'anxiété et l'angoisse, les douleurs aigües et chroniques, les soins aigus ….

Les recherches scientifiques ont montré à de nombreuses reprises que ces techniques ont fait les preuves de leur efficacité, notamment dans les domaines sanitaires, et médico-sociaux et participent à améliorer la prise en charge de ces problématiques par le personnel soignant (aide-soignants, infirmiers, médecins, psychologues, etc) dans les services pédiatriques.

Le langage hypnotique ne s'improvise pas, car chaque mot compte : L'importance d'une relation et d'une communication positive, bienveillante, empathique et centrée sur le patient en pédiatrie nécessite un changement de posture et de nombreuses mises en situations.

Pour une meilleure efficacité, les techniques d'hypnose doivent être appliquées dans un environnement propice où l'équipe pluridisciplinaire du service connait et comprend la démarche, ce qui permet de développer un continuum dans l'accueil et la communication autour de l'enfant ou adolescent et de son entourage.

Objectifs

- Connaitre la définition de l'hypnose, les états de conscience modifiés, le langage hypnotique (ou de la communication hypnotique), le déroulement d'une séance d'hypnose
- Repérer les modes de communication présents dans la relation de soin, reconnaitre l'impact de la communication sur le patient pédiatrique
- Utiliser l'hypnose conversationnelle dans le soin pédiatrique
- Connaitre les effets de l'hypnose sur les douleurs, l'anxiété et les autres indications (phobies, psychosomatiques…)
- Utiliser les techniques de l'hypnose pour stabiliser une douleur, une crise d'angoisse ou une anxiété diffuse

- Utiliser les techniques de l'hypnose dans la gestion des émotions (comme l'anxiété, la colère) et les douleurs aigues lors des soins ou dans des situations difficiles
- Réaliser un accompagnement hypnotique efficace de 5 à 30 mn (ou plus selon les besoins) ayant un impact bénéfique immédiat pour le patient pédiatrique
- Accompagner le patient pédiatrique dans les techniques d'auto-hypnose

Le + de la formation

Formation ponctuée de nombreuses mises en situation aboutissant à la construction d'un atelier en J2.

Public concerné et pré-requis

Professionnels de santé y compris médical exerçant dans les secteurs pédiatriques

Programme

Séquence 1 – 4 journées

- Rappels sur l'hypnose : histoire et contexte médical
- Explication des différents états de conscience
- Les spécificités du langage hypnotique
- Déroulement d'une séance d'hypnose
- Modes de communication dans la relation de soins
- Techniques de bases en hypnose conversationnelle
- Douleur et hypnoanalgésie chez l'enfant
- Techniques à utiliser pour mieux gérer la douleur ou l'anxiété de l'enfant / importance de l'implication de l'enfant

Intersession avec mises en pratique

Séquence 2 – 4 journées

- Retour sur la pratique
- Techniques d'hypnose et gestion des situations difficiles
- Les cas de douleurs aigues
- Principes fondamentaux de l'auto-hypnose en pédiatrie
- Conseils pour guider les enfants
- Implication de la famille dans l'accompagnement

Votre intervenant

Hypnopraticien

Notre démarche

Nos méthodes s'appuient sur une pédagogie active et participative, pouvant associer, apports théoriques, échanges d'expériences, études de cas et mises en situation professionnelles.

Les méthodes pédagogiques sont adaptées aux objectifs de la formation, afin de favoriser l'acquisition des compétences et la transposition dans les pratiques professionnelles

En savoir plus sur notre approche pédagogique ICI

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 – par voie dématérialisée :

- Un livret pédagogique qui pourra être utilisé après la formation comme un guide/aide-mémoire
- Des ressources documentaires, une bibliographie et 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

- Positionnement du niveau de chacun en préambule
- Évaluation de la progression pendant la formation
- Évaluation finale de l'atteinte des objectifs

À noter que 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.

Inter

Durée : 56h **Jours :** 8 jours

Tarif : 1950€ - Déjeuner offert

Paris

Date(s) :

2026 :
- 05, 06, 07 et 08 Octobre 2026 et 03, 04, 05 et 06 Novembre 2026

2027 :
- 05, 06, 07 et 08 Octobre 2027 + 02, 03, 04 et 05 Novembre 2027

Intra

Durée : Adaptable selon vos besoins

Tarif : Devis personnalisé sur demande

Dans votre établissement - Partout en France

Demande de contact
Demande de devis

Dernière modification le 2 novembre 2026 à 11h55

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