



©Mickaël CHAM

Programme de la Formation Hypno thérapeute Coach niveau Maître Praticien

Formules de Formation :

Formule Week-end : Deux week-ends par mois (soit en général un week-end toutes les deux semaines et principalement hors périodes de vacances scolaires). 150 heures + Lectures + « e-learning 240 heures »

- Formule Intensive : Sur une période de 15 jours consécutifs 150 heures + Lectures + « e-learning 240 heures »

Afin de favoriser les exercices pratiques durant la partie en "présentielle", nous mettons en place une partie "e-learning" pour permettre aux stagiaires d'approfondir dans le détail les notions théoriques nécessaires à une maîtrise totale du sujet "Hypnose". Aussi, afin de distinguer les stagiaires en fonction de leurs niveaux de connaissances, ceux-ci se verront décerner différentes certifications :

- Maître Praticien en Hypnose et PNL pour ceux qui n'auront complété avec succès que la partie pratique en présentielle de 150 heures.
- Quant à ceux qui auront en plus complété et réussi les examens de la partie e-learning de 240 heures, ils se verront attribuer le titre d'Hypnologue.

Pour en arriver là, le stagiaire aura fait et réussi toutes les formations du niveau technicien de 60 heures, plus praticien de 150 heures, plus maître praticien de 150 heures, plus e-learning de 240 heures, soit un minimum de 600 heures.

Contenu détaillé du Programme Maître praticien en présentiel (1) :

- **1 – Psychopathologie avancée pour l'hypno thérapeute**
 - **1.1 Introduction à la psychopathologie**
 - 1.1.1 Importance pour l'hypno thérapeute de connaître les troubles psychologiques.
 - 1.1.2 Différenciation entre symptôme, syndrome et maladie.
 - **1.2 Névrose et psychose**
 - 1.2.1 Caractéristiques principales
 - 1.2.2 Principaux symptômes
 - 1.2.3 Implications pour l'hypno thérapie : quand et comment intervenir ?
 - **1.3 Troubles de l'humeur**
 - 1.3.1 Troubles dépressifs : causes, symptômes, types.
 - 1.3.2 Troubles bipolaires : phase maniaque, phase dépressive, et la reconnaissance des cycles.
 - **1.4 Troubles anxieux**
 - 1.4.1 Distinguer les différents types d'anxiété : GAD, phobies spécifiques, trouble panique.
 - 1.4.2 Implications pour l'hypno thérapie : techniques efficaces et pièges à éviter.
 - **1.5 Troubles liés à des traumatismes et à des facteurs de stress**
 - 1.5.1 Introduction au Trouble de Stress Post-Traumatique (TSPT)
 - 1.5.1.1 Définition et causes
 - 1.5.1.2 Symptômes et évolution
 - **1.5.2 Autres troubles liés à des traumatismes**
 - 1.5.2.1 Trouble de l'adaptation
 - 1.5.2.2 Trouble de stress aigu
 - 1.5.3 Implications pour l'hypno thérapie
 - 1.5.3.1 Techniques spécifiques pour le traitement du TSPT
 - 1.5.3.2 Contre-indications et précautions
 - **1.6 Schizophrénie et délires**
 - 1.6.1 Différents types de schizophrénie.
 - 1.6.2 Reconnaître les symptômes et savoir quand référer à un spécialiste.

Association loi 1901 déclarée à la sous-préfecture de Palaiseau au n° : W913006414

SIRET 841 466 139 00018 catégorie juridique : Association déclarée (CODE 920)

www.aasbena.fr/aasbena@gmail.com/0651475388



©Mickaël CHAM

- **1.7 Troubles de la personnalité**
 - 1.7.1 Personnalité paranoïaque
 - 1.7.2 Personnalité schizoïde
 - 1.7.3 Personnalité borderline
 - 1.7.4 Personnalité narcissique
 - 1.7.5 Personnalité histrionique
 - 1.7.6 Personnalité obsessionnelle-compulsive
 - 1.7.7 Personnalité antisociale (ou psychopathe)
 - 1.7.8 Personnalité évitante
 - 1.7.9 Personnalité dépendante
- **1.8 Contre-indications à l'hypnose et éthique professionnelle**
 - 1.8.1 Comprendre les conditions où l'hypnose est déconseillée.
 - 1.8.2 Reconnaître les signes d'alerte chez un patient.
 - 1.8.3 Importance de l'orientation vers un professionnel de santé mentale approprié.
 - 1.8.4 La complémentarité avec d'autres professionnels de santé mentale : l'importance de la collaboration interdisciplinaire.
 - 1.8.5 L'importance de la supervision pour l'hypno thérapeute : développer ses compétences et assurer la sécurité du patient.
- **1.9 L'importance de la prise de cas (anamnèse)**
 - 1.9.1 Collecter des informations pertinentes.
 - 1.9.2 Identifier les risques potentiels et les domaines d'intervention.
- **1.10 Exercices pratiques**
 - 1.10.1 Mises en situation pour identifier les troubles.
 - 1.10.2 Ateliers pour pratiquer des techniques spécifiques selon le trouble identifié.

2. Études de cas

- **2.1 Problématiques de la vie sentimentale/amoureuse...**
 - 2.1.1.1 Biologie/Physiologie de la rupture
 - 2.1.1.2 Enjeux psycho-affectifs
 - 2.1.1.3 L'écologie de la rupture
 - 2.1.1.4 Accompagnement hypno-thérapeutique
 - 2.1.1.5 Coaching post-rupture
- **2.2 Problématiques autour du poids**
 - 2.2.1.1 Biologie/Physiologie des problèmes de poids
 - 2.2.1.2 Enjeux psycho-affectifs
 - 2.2.1.3 L'écologie des problèmes de poids
 - 2.2.1.4 Accompagnement hypno-thérapeutique
 - 2.2.1.5 Coaching pour la gestion du poids
- **2.3 Problématiques des addictions**
 - 2.3.1 Biologie/Physiologie des addictions
 - 2.3.2 Enjeux psycho-affectifs des addictions
 - 2.3.3 L'écologie des addictions
 - 2.3.4 Accompagnement hypno-thérapeutique pour les addictions
 - 2.3.5 Coaching pour surmonter les addictions
- **2.4 Publics spécifiques**
- **2.4.1 Enfants, pré-ados, ados, adolescents**
 - 2.4.1.1 Connaissance de l'enfant
 - 2.4.1.1.1 Développement de l'enfant
 - 2.4.1.1.1.1 Développement physique et physiologique
 - 2.4.1.1.1.2 Développement psycho-socio-affectif
 - 2.4.1.1.2 Besoins et particularités en fonction de l'âge
 - 2.4.1.1.3 La posture du thérapeute

Association loi 1901 déclarée à la sous-préfecture de Palaiseau au n° : W913006414

SIRET 841 466 139 00018 catégorie juridique : Association déclarée (CODE 920)

www.aasbena.fr/aasbena@gmail.com/0651475388



©Mickaël CHAM

- 2.4.1.1.4 L'Hypnose, à partir de quel âge ?
- 2.4.1.2 Les parents
 - 2.4.1.2.1 Inclure ou exclure les parents ?
 - 2.4.1.2.2 Travail avec et/ou sur les parents
- 2.4.1.3 Les problématiques spécifiques des enfants
 - 2.4.1.3.1 Énurésie, encoprésie...
 - 2.4.1.3.2 Les peurs infantiles : Achluophobie, apopathophobie, phobie scolaires, angoisses de séparation, bélonéphobie...
- **2.4.2 Personnes âgées**
 - 2.4.2.1 Connaissance de la personne âgée
 - 2.4.2.1.1 Évolution et changements liés à l'âge
 - 2.4.2.1.2 Enjeux psycho-sociaux
 - 2.4.2.1.3 La relation soignant-patient
 - 2.4.2.2 Physiologie et vieillissement
 - 2.4.2.2.1 Changements physiques et physiologiques
 - 2.4.2.2.2 Maladies et affections courantes
 - 2.4.2.2.3 Prévention et prise en charge
 - 2.4.2.3 Aspects psycho-affectifs
 - 2.4.2.3.1 Gestion de la perte et du deuil
 - 2.4.2.3.2 Isolation et relations sociales
 - 2.4.2.3.3 Estime de soi et image corporelle
- **2.4.2.4 Hypnose et personnes âgées**
 - 2.4.2.4.1 Gestion de la douleur et des symptômes
 - 2.4.2.4.2 Aide à la relaxation et à la détente
 - 2.4.2.4.3 Mémoire et cognition
 - 2.4.2.5 Coaching pour personnes âgées
 - 2.4.2.5.1 Accompagnement dans les transitions (retraite, déménagement, etc.)
 - 2.4.2.5.2 Techniques d'adaptation et de résilience
 - 2.4.2.5.3 Valorisation des expériences et des compétences
- **2.4.3 Personnes en situation d'handicap**
 - 2.4.3.1 Connaissance du public en situation d'handicap
 - 2.4.3.1.1 Types et niveaux de handicaps
 - 2.4.3.1.2 Enjeux psycho-sociaux
 - 2.4.3.1.3 La relation soignant-patient
 - 2.4.3.2 Physiologie et handicap
 - 2.4.3.2.1 Adaptations physiques et physiologiques
 - 2.4.3.2.2 Prise en charge médicale
 - 2.4.3.2.3 Approche intégrative et holistique
 - 2.4.3.3 Aspects psycho-affectifs
 - 2.4.3.3.1 Gestion des émotions liées au handicap
 - 2.4.3.3.2 Acceptation et estime de soi
 - 2.4.3.3.3 Relations sociales et intégration
 - 2.4.3.4 Hypnose et handicap
 - 2.4.3.4.1 Gestion de la douleur et des symptômes
 - 2.4.3.4.2 Aide à la relaxation et à l'acceptation
 - 2.4.3.4.3 Potentiel d'adaptation et d'apprentissage
 - 2.4.3.5 Coaching pour personnes en situation d'handicap
 - 2.4.3.5.1 Accompagnement dans les transitions et défis spécifiques
 - 2.4.3.5.2 Techniques d'empowerment et d'autonomie
 - 2.4.3.5.3 Valorisation des compétences et des talents
- **2.5 Problématiques de la vie professionnelle**
 - 2.5.1 Compréhension du contexte professionnel
 - 2.5.1.1 Évolution du monde professionnel



©Mickaël CHAM

- 2.5.1.2 Les principales attentes et stress associés
- 2.5.2 Les spécificités de la vie professionnelle
 - 2.5.2.1 Conflits au travail
 - 2.5.2.2 Équilibre vie professionnelle/vie privée
 - 2.5.2.3 Burnout et épuisement professionnel
- 2.5.3 Interventions et techniques
 - 2.5.3.1 Techniques pour gérer le stress professionnel
 - 2.5.3.2 Techniques pour améliorer la communication au travail
 - 2.5.3.3 Accompagnement à la prise de décision et à la transition professionnelle
- **2.6 Événements à enjeux**
 - 2.6.1 Compréhension des enjeux
 - 2.6.1.1 Nature et types d'événements à enjeux
 - 2.6.1.2 Les principales émotions et stress associés
 - 2.6.2 Les spécificités des événements à enjeux
 - 2.6.2.1 Préparation mentale à un événement
 - 2.6.2.2 Gestion de l'après événement
 - 2.6.3 Interventions et techniques
 - 2.6.3.1 Techniques de préparation mentale
 - 2.6.3.2 Techniques pour gérer la pression et l'anxiété
 - 2.6.3.3 Accompagnement post-événement pour la récupération et le débriefing
- **2.7 Accompagnement de sportifs**
 - 2.7.1 Compréhension du sportif
 - 2.7.1.1 Différentes catégories de sportifs : amateurs, professionnels, élites
 - 2.7.1.2 Particularité du sportif
 - 2.7.1.2.1 Physique et physiologique
 - 2.7.1.2.2 Psycho-Socio-affectif
 - 2.7.2 L'entourage du sportif
 - 2.7.2.1 L'importance du coach
 - 2.7.2.2 Relation avec les coéquipiers et autres acteurs du sport
 - 2.7.3 Problématiques spécifiques des sportifs
 - 2.7.3.1 Gestion de la pression et des attentes
 - 2.7.3.2 Blessures et réhabilitation
 - 2.7.3.3 Cohésion d'équipe et esprit sportif
 - 2.7.3.4 Difficultés et conséquences liées à l'arrêt de la pratique sportive.
- **2.8 Monde de l'entreprise**
 - 2.8.1 Compréhension de l'environnement d'entreprise
 - 2.8.1.1 Évolution et tendances du monde de l'entreprise
 - 2.8.1.2 Culture et dynamique organisationnelle
 - 2.8.2 Les spécificités du monde de l'entreprise
 - 2.8.2.1 Leadership et gestion d'équipe
 - 2.8.2.2 Changements organisationnels et adaptation
 - 2.8.2.3 Bien-être au travail et qualité de vie professionnelle
 - 2.8.3 Interventions et techniques spécifiques
 - 2.8.3.1 Coaching de cadres et leaders
 - 2.8.3.2 Gestion des conflits et de la communication interne
 - 2.8.3.3 Facilitation du changement et innovation
- **2.9 Maladies « lourdes », « chroniques », Convalescences**
 - 2.9.1 Comprendre les maladies et leur impact
 - 2.9.1.1 Nature et spécificités des maladies « lourdes » et « chroniques »
 - 2.9.1.2 Les conséquences psychologiques et émotionnelles
 - 2.9.2 Spécificités de l'accompagnement
 - 2.9.2.1 Accompagnement lors du diagnostic
 - 2.9.2.2 Soutien durant le traitement

Association loi 1901 déclarée à la sous-préfecture de Palaiseau au n° : W913006414

SIRET 841 466 139 00018 catégorie juridique : Association déclarée (CODE 920)

www.aasbena.fr/aasbena@gmail.com/0651475388



©Mickaël CHAM

- 2.9.2.3 Gérer la période de convalescence
- 2.9.3 Techniques et interventions adaptées
- 2.9.3.1 Hypno thérapie et techniques de relaxation
- 2.9.3.2 Coaching pour renforcer la résilience et le bien-être
- 2.9.3.3 Accompagnement des familles et proches

(1) à titre exceptionnel, et afin de s'adapter à d'éventuels changements, des contraintes indépendantes de notre volonté (exemple. Impossibilité de déplacement due à des mesures sanitaire, risques météorologiques et leurs conséquences, mouvement sociaux...) Et dans l'objectif respecter le planning de formation afin de ne pas porter préjudice aux stagiaire, il se peut que certain cours soit proposé en Visio. (Seulement ceux ne nécessitant pas de travail avec induction hypnotique).

3 Complément pour la certification Hypnologue

E-learning : Fondements de l'Hypnose et Sciences Associées

- **3.1 Histoire, Grands Noms et Évolution de l'Hypnose**
 - 3.1.1 Origines historiques
 - 3.1.2 Figures emblématiques
 - 3.1.3 Tendances et évolutions contemporaines
- **3.2 Cadre de l'Exercice de l'Hypnose**
 - 3.2.1 Éthique et déontologie
 - 3.2.2 Cadre juridique
 - 3.2.3 Limites et responsabilités
- **3.3 Psychologie**
 - 3.3.1 Théories fondamentales
 - 3.3.2 Principaux courants
 - 3.3.3 Mécanismes cognitifs et comportementaux
- **3.4 Psychopathologie**
 - 3.4.1 Troubles courants
 - 3.4.2 Diagnostic et classification
 - 3.4.3 Interactions avec l'hypnose
- **3.5 Bases de la Biologie Humaine**
 - 3.5.1 Anatomie générale
 - 3.5.2 Systèmes et fonctions
 - 3.5.3 Bases de la physiologie
- **3.6 Psychologie Sociale**
 - 3.6.1 Interactions et comportements sociaux
 - 3.6.2 Influence et persuasion
 - 3.6.3 Groupes et dynamiques collectives
- **3.7 Neurosciences et Neuropsychologie**
 - 3.7.1 Fonctionnement cérébral
 - 3.7.2 Bases des neurosciences
 - 3.7.3 Neuropsychologie et comportement
- **3.8 Principes et Lois Fondamentales de la Physique**
 - 3.8.1 Mécanique classique
 - 3.8.2 Relativité et physique quantique
 - 3.8.3 Applications en hypnose
- **3.9 Étude Comparative des Approches de Soins Psychologiques**
 - 3.9.1 Hypnose versus autres thérapies
 - 3.9.2 Sophrologie et autres techniques apparentées en résumé
 - 3.9.3 Limites et complémentarités
- **3.10 Esprit Critique, Techniques d'Influences, Zététique**
 - 3.10.1 Fondements de l'esprit critique
 - 3.10.2 Techniques d'influence : argumentation, sophismes, syllogismes
 - 3.10.3 Zététique : approche critique et méthodologie

Association loi 1901 déclarée à la sous-préfecture de Palaiseau au n° : W913006414

SIRET 841 466 139 00018 catégorie juridique : Association déclarée (CODE 920)

www.aasbena.fr/aasbena@gmail.com/0651475388



©Mickaël CHAM

- **3.11 Statuts Juridiques, Création d'Entreprise, et Aspects Professionnels**
 - 3.11.1 Types de statuts pour les praticiens
 - 3.12.2 Démarches pour la création
 - 3.11.3 Gestion et développement
- **3.12 Trouver, Décrypter et Comprendre les Publications Scientifiques**
 - 3.12.1 Sources fiables
 - 3.12.2 Analyse critique
 - 3.12.3 Application dans la pratique