



Programme de formation professionnelle

HYPNOSE ET DEPRESSION

Jour 1

- Évaluer ses acquis en hypnose et en hypnothérapie.
- Identifier et installer les points clés d'une séance d'hypnose.
- Repérer les croyances et représentations concernant les états dépressifs.
- Aborder avec son client l'autohypnose et la mobilisation des ressources.
- Savoir définir les différents types de dépressions et les pathologies associées.
- Pratiquer des techniques de mobilisation des ressources.
- Pratiquer des protocoles génératifs pour accompagner les états émotionnels.
- Savoir développer ses compétences relationnelles stratégiques.
- Évaluation de la journée et réajustements.

Jour 2

- Comprendre la dynamique et les processus relatifs aux états et troubles dépressifs.
- Définir les conditions de l'accompagnement thérapeutique (éthique, modalités, indications).
- Expérimenter des exercices d'activation et de stabilisation.
- Pratiquer des protocoles de transformation émotionnelle et cognitive.
- Aborder les stratégies de stabilisation en thérapie brève.
- Développer des compétences relationnelles ajustées aux processus agissants.
- Bouclage de la formation et évaluation in situ.