

# IPNOSIA

Centre de Formation et d'Etude en Hypnose



## LISTE DES PROGRAMMES

## Avant de parcourir ce programme...

*Ce catalogue a pour vocation de présenter nos principales formations, les thèmes qui sont abordés et le plus souvent le déroulé exact du programme.*

*Si vous souhaitez **les dates des prochaines formations**, les **prix**, les **lieux exacts**, etc. Merci de vous adresser directement au centre auprès duquel vous souhaitez effectuer votre formation :*

[bordeaux@lgnosia.fr](mailto:bordeaux@lgnosia.fr)

[nancy@lgnosia.fr](mailto:nancy@lgnosia.fr)

[nantes@lgnosia.fr](mailto:nantes@lgnosia.fr)

[paris@lgnosia.fr](mailto:paris@lgnosia.fr)

[reunion@lgnosia.fr](mailto:reunion@lgnosia.fr)

[St-Brieuc@lgnosia.fr](mailto:St-Brieuc@lgnosia.fr)

[St-Etienne@lgnosia.fr](mailto:St-Etienne@lgnosia.fr)

*Vous pouvez aussi vous rendre à la page « centres » de notre site :*

<https://lgnosia.fr>

*C'est également sur ce dernier que vous trouverez nos « **ateliers** » pour l'année et les informations sur nos prochaines manifestations.*

*Si vous avez des questions sur le **contenu des programmes**, vous pouvez contacter directement le Pr Antoine Bioy (responsable scientifique et pédagogique sur lgnosia) : [antoine.bioy@lgnosia.fr](mailto:antoine.bioy@lgnosia.fr)*

*Vous pouvez aussi vous adresser à notre **secrétaire administrative**, Maïtena (photo ci-contre) , si vous ne savez pas encore vers quel centre vous tourner ou pour toute autre question : [secretariat@lgnosia.fr](mailto:secretariat@lgnosia.fr)*



*Et enfin, si vous avez une demande concernant une **formation en intra-hospitalier** (contenu élaboré sur-mesure) : [secretariat@lgnosia.fr](mailto:secretariat@lgnosia.fr) et nous vous mettrons en lien avec l'un de nos experts référents.*



## En quelques mots...

Ipnosia voit le jour en 2017 à partir du projet du Pr **Antoine Bioy** (enseignant chercheur et psychothérapeute, photo ci-contre) de proposer des formations de l'hypnose dont la pédagogie est centrée avant tout sur l'expérientiel et sur des contenus scientifiquement validés, régulièrement mis à jour.

Egalement, ces programmes ne font pas « qu'apprendre l'hypnose », mais des temps sont spécifiquement dévolus pour travailler la posture professionnelle, améliorer sa relation au patient, et développer sa créativité au quotidien. Le projet est donc que chacun puisse intégrer l'hypnose dans un mouvement d'évolution de sa pratique et de l'inclure dans son projet de vie.

Concernant l'orientation, elle couvre trois champs principaux. Le premier est l'**approche Ericksonienne**, insufflée par le Dr Thierry Servillat - psychiatre - qui est un représentant francophone majeur de cette approche. Le second est l'approche humaniste, **existentielle**, et phénoménologique appliquée à l'hypnose, travaillée depuis des années tant en pratique qu'en recherche par Antoine Bioy. Et enfin, l'approche proposée par **François Roustang**, portée par plusieurs formateurs à Ipnosia qui ont bénéficié de son enseignement et parfois travaillé avec lui.

### Nos formations

- Toutes les formations incluent **70% de mise en pratique** ; les 30% restant étant **les apports théoriques** et le partage d'expérience auprès de formateurs experts.

### Nos formateurs

- Nos formateurs experts ont au moins 10 ans d'expérience dans leur profession, et au moins 5 ans de pratique régulière de l'hypnose. Ils suivent une formation de formateur, réactualisée tous les ans.
- Leur pratique de formation est accompagnée par les responsables pédagogiques de chaque centre, afin de répondre aux exigences pédagogique de la formation Ipnosia.

### Ancrage universitaire

- Ipnosia est aussi un centre de recherches, en lien avec plusieurs équipes universitaires, dont l'activité est centrée par le Pr Bioy. Nos événements majeurs (colloques, master class...) sont organisés en partenariat avec ces universités

## Comité de Pilotage

Antoine Bioy est le responsable scientifique et pédagogique d'Ipnosia. Il travaille en coordination avec le comité de pilotage qui se réunit deux fois par an afin de valider les contenus de formation et déterminer les orientations à venir en fonction des besoins des professionnels et des services. Enfin, le comité de pilotage est une force de proposition importante qui insuffle de nouvelles idées et coordonne leur mise en oeuvre.



### **Dr Thierry SERVILLAT**

Psychiatre. Rédacteur en chef de la revue TRaNSES et Président de l'Institut M. Erickson de Rezé.



### **Dr Chantal WOOD**

Algologue et pédiatre. Experte auprès de sociétés savantes et organismes de tutelle.



### **Rémi ETIENNE**

Infirmier. Lauréat de plusieurs prix cliniques et de recherche



### **Dr Christian MARTENS**

Allergologue. Président de l'Institut Erickson Paris Ile-de-France. Référent médical et éthique Ipnosia



### **Dr Arnaud GOUCHET**

Anesthésiste et algologue. Référent Ipnosia pour l'innovation pédagogique,



### **Dr Nathalie BASTE**

Dr en psychologie clinique. Coordinatrice d'enseignements universitaires



### **Dr Lolita MERCADIÉ**

Dr en psychologie cognitive. Maître de conférences associée.



### **Virginie ADAM**

Psychologue clinicienne.

## Lieux de formation

- **6 centres** organisent les formations longues sur leur ville, ainsi que des formations de spécialisation et des supervisions. Il s'agit de Bordeaux, Nancy, Nantes, Paris, La Réunion, et St Etienne. Un nouveau centre, sur St-Brieuc, ouvre à l'automne 2020.
- **Chaque centre** organise dans sa région des formations intra-institutionnelles sur demande. Les programmes sont composés sur-mesure, en fonction de la demande et des objectifs souhaités.
- Une **master class** annuelle est organisée sur Cambo les Bains à visée de spécialisation.
- Un **colloque annuel** et gratuit se tient en alternance sur Paris et Dijon, ouvert à tous.

## Responsables des centres

- **Bordeaux** : Pr Antoine Bioy, Maïtena (coordination)
- **Nancy** : Virginie Adam, Rémi Etienne
- **Nantes** : Dr Thierry Servillat, Bernadette Audrain-Servillat (coordination)
- **Paris** : Pr Antoine Bioy, Emmanuel Soutrenon (coordination)
- **La Réunion** : Pr Antoine Bioy, Jean-Claude Lavaud (coordination)
- **St Etienne** : Nathalie Baste, Dr Christian Barbier (coordination)
- **St Brieuc** : Dr Arnaud Gouchet, Nathalie Gouchet (coordination)

**Retrouvez l'ensemble des formateurs Ipnosia sur notre site internet :**

**<https://ipnosia.fr>**

## Diplômes

- Toutes nos formations sont certifiantes (Ipnosia est organisme certifié Datadock) ; tout professionnel peut arguer des compétences acquises dont la nature et les modalités sont précisées sur le document de certification.
- La formation « hypnose thérapeutique » donne lieu à un diplôme universitaire par équivalence (DU, DIU) lorsque le professionnel qui le souhaite effectue les démarches nécessaires (que nous guidons)

## Charte Ipnosia

*« En suivant une ou plusieurs formations proposées par le centre IPNOSIA, je m'engage à mettre en application les acquisitions faites dans le strict respect des lois et des règlements régissant ma profession d'origine, ou celle que je rejoins. En particulier, si je souhaite pratiquer l'hypnose à visée thérapeutique, j'ai bien noté que je dois avoir les diplômes m'y autorisant, et que le seul apprentissage de l'hypnose ne m'offre pas les bases suffisantes ni le cadre légal et déontologique pour exercer avec une intention thérapeutique. Dans ma pratique de l'hypnose, je m'engage à mettre en œuvre, avec autant de compétence que possible, toute démarche visant à améliorer le bien être du patient et sa santé, dans le respect de son intégrité, de ses valeurs et de ses croyances. Son intérêt tel qu'il me l'a exprimé et défini doit toujours primer dans les options thérapeutiques que je choisis d'explorer afin de remplir les objectifs qui me sont assignés par le consultant et/ou par son représentant légal. »*

## Cadre légal (quel titre?)

- L'hypnose consiste en une pratique qui prend place dans 3 grands champs : le thérapeutique, le bien-être et le spectacle (Ipnosia forme aux deux premiers)
- En soi, la pratique de l'hypnose ne définit donc pas ni un métier, ni une spécialisation (comme il existe des spécialités médicales). De ce fait, il n'existe pas de titre d'hypnothérapeute qui renverrait à un métier singulier
- Seule la pratique à visée thérapeutique est protégée légalement. Exercer une pratique thérapeutique avec l'hypnose sans être professionnel (médecin, paramédical ou psychologue (pour la psychothérapie) relève de l'exercice illégal de la médecine (sanction pénale).
- **Nos formations (contenus, mises en pratique, cadre déontologique...) vous garantissent un enseignement conforme aux exigences légales et réglementaires, au regard de votre situation professionnelle (thérapeute ou souhaitant devenir accompagnant en santé)**



## Organisation de la formation

Cette formation est sur deux ans : un tronc commun la première année (approche, méthode, techniques de l'hypnose), puis une spécialisation en seconde année.

- Cette formation s'adresse aux personnes qui souhaitent utiliser l'hypnose dans un cadre thérapeutique.
- Elle est animée par des formateurs experts, alternant présentations théoriques, vidéos, analyses de cas, démonstrations et mises en pratique avec débriefing des exercices.
- Des temps de compagnonnage compris dans le programme accompagnent le professionnel dans la mise en place de l'hypnose au sein de sa pratique.

### Diplôme Universitaire

Nos formations permettent à ceux qui le souhaitent de solliciter un DU en hypnose par équivalence de formation, afin de valoriser leur formation auprès de leur employeur et du public.

### Que comprend l'inscription ?

- Le contenu en présentiel :  
**180H de formation** centrées sur la mise en pratique
- Les compléments en ligne : articles, vidéos (entretiens et démonstrations), audios de colloques, scripts d'exercices...
- 2 ouvrages offerts (éditions Dunod) pour accompagner votre formation
- 20 séances de supervision de la pratique (10 en groupe, 10 en individuel)
- Des clubs de lecture autour d'auteurs clefs (Erickson, Roustang, Melchior, Coué...) aux dates des formations
- Un colloque annuel et l'accès aux contenus de ce colloque

## Compétences acquises

- La formation permet de pratiquer la communication hypnotique et l'hypnose formelle dans toutes les situations thérapeutiques de votre métier, et pour toutes les indications qui les composent, sans aucune restriction (formation complète)
- Cette formation permet aussi d'améliorer sa pratique au quotidien (y compris hors temps d'hypnose), de développer ses compétences humaines, relationnelles et créatives, et d'éloigner le risque d'épuisement professionnel

# Hypnothérapie

## Hypnose médicale & clinique

**1ÈRE ANNÉE**

**BASES DE L'HYPNOSE THÉRAPEUTIQUE**

	Première journée	Deuxième journée	Troisième journée
Module 1 PRINCIPES GÉNÉRAUX	Définition, caractéristiques et processus de l'hypnose	Méthode hypnotique et les étapes d'une séance d'hypnose	Inductions hypnotiques : du conversationnel à l'hypnose profonde
Module 2 COMMUNICATION & SUGGESTION	Les grands principes de la communication thérapeutique	Les différentes suggestions et usage selon les contextes	Installer les suggestions avant, pendant et après un temps d'hypnose
Module 3 ALLIANCE & RELATION	Mise en relation et alliance thérapeutique en hypnose	Du principe d'influence à l'effet placebo en hypnose	Autohypnose et autosuggestion
Module 4 MÉTAPHORES ET TEMPORALITÉ	Le pouvoir de l'imaginaire et ses supports	Travailler l'espace métaphorique. L'enfant intérieur du patient	Travailler la temporalité dans les soins et suivis. Mémoire et pratiques hypnotiques
Module 5 LE CORPOREL	Importance de la sensorialité en hypnose	Percept & perceptude : ressentir et adapter en fonction du ressenti	Hypnose et travail avec le mouvement. Bilan d'année

## Informations complémentaires

- Plutôt que d'avoir des journées « classées par âge », nous préférons transmettre les spécificités de l'hypnose auprès des différents publics : nourrissons, enfants, adolescents, adultes, personnes âgées tout au long de la formation, pour chaque thématique vue
- Les temps de retour sur la pratique, qui sont au début de chaque module, permettent de répondre avec précision aux particularités rencontrées par les participants selon leur contexte d'exercice professionnel.
- Nos formateurs sont de professions variées durant les deux années (professions médicales, paramédicales, psychologues), assurant d'avoir au fil de la formation des personnes dont la pratique est celle des participants)

# Hypnothérapie

## Hypnose médicale & clinique

**2ème ANNÉE :**  
TRONC COMMUN

	Première journée	Deuxième journée	Troisième journée
<b>Module 1</b>	Travail avec les émotions et pratiques de réassociation	Approche clinique de la dépression	Clinique de la douleur et du soulagement
<b>Module 2</b>	Rythmes et équilibres de vie : alimentation et sommeil	Travail avec l'anxiété et inductions rapides	Intelligence du corps, mouvement et corporalité : pratiques avancées
<b>Module 3</b>	Régulation affective et émotionnelle	Ruptures et effractions traumatiques	Dépendance : exemple de le prise en charge du tabac
<b>Module 5</b>	Clinique de l'incertitude et de l'inattendu : travailler avec l'hypnose profonde	Approche psychosomatique des pathologies complexes	Clinique du deuil et du soulagement

**2ème ANNÉE :**  
MODULE DE SPECIALISATION

HPNOTHERAPIE	Première journée	Deuxième journée	Troisième journée
<b>Module 4</b>	Hypnothérapie et syndrome de stress post-traumatique	Hypnothérapie et pathologies limites et dissociatives	Hypnothérapie et addictions

HYPNOSE MEDICALE ET CLINIQUE	Première journée	Deuxième journée	Troisième journée
<b>Module 4</b>	Eléments d'adaptation lors des soins (et créativité clinique)	Travailler la phobie des soins et la compliance thérapeutique	Accompagner un acte dans la durée : pratiques interventionnelles

### SUPERVISION

Après chaque module, les étudiants ont la possibilité de bénéficier de 2 séances de supervision de la pratique.

Cette supervision est évidemment fonction de leur pratique, ce qui prolonge le processus de spécialisation (hypnothérapie ou hypnose médicale, selon le cas).

# Hypnothérapie

## Hypnose médicale & clinique

### Organisation d'une journée type de formation

- La journée débute par un exercice permettant de travailler sa posture professionnelle. Par exemple : se positionner avec l'autohypnose en lien avec un patient nerveux voire agressif ; apprendre à s'appuyer sur ses perceptions corporelles afin de développer son intuition clinique ; développer sa pleine présence en relation avec les patients ou encore savoir manier l'hypnose pour soi en situation de tension ou de stress quotidien.
- Par la suite, il y a la transmission des points importants concernant la pratique de l'hypnose en lien avec la thématique de la journée (ce qui est travaillé et comment avec l'hypnose) ; cette transmission est illustrée par des situations cliniques concrètes et/ou des vidéos commentés de suivis cliniques
- Le formateur expert procède à une démonstration de un ou plusieurs éléments clefs avec une personne du groupe, puis réponses aux questions pour clore la demi journée.
- L'après-midi est réservée aux exercices en sous groupe, avec encadrement et débriefing par le formateur expert, parfois aidé par un facilitateur (2nd formateur)
- A noter : un temps au début de chaque module est réservé à un retour sur la pratique (aide au choix des outils, façon de pouvoir améliorer telle ou telle situation...)

### Compléments en ligne

Après chaque module, les étudiants reçoivent :

- les supports de cours et documents annexes à l'enseignement
- des articles et chapitres d'ouvrage complémentaires sur le sujet
- des vidéos et/ou audios (entretien avec des personnes confirmées en hypnose sur leur pratique et spécialité, vidéos d'exercices de démonstration...)
- des articles correspondant à l'actualité scientifique de l'hypnose
- des informations sur les événements à venir (parutions, colloques...)

### Les piliers de nos formations

1

#### Expérience

Des exercices axés sur la posture et le relationnel complètent les exercices thématiques.

2

#### Observation

Avec les démonstrations quotidiennes et les vidéos commentées, les participants apprennent en observant.

3

#### Acquisitions

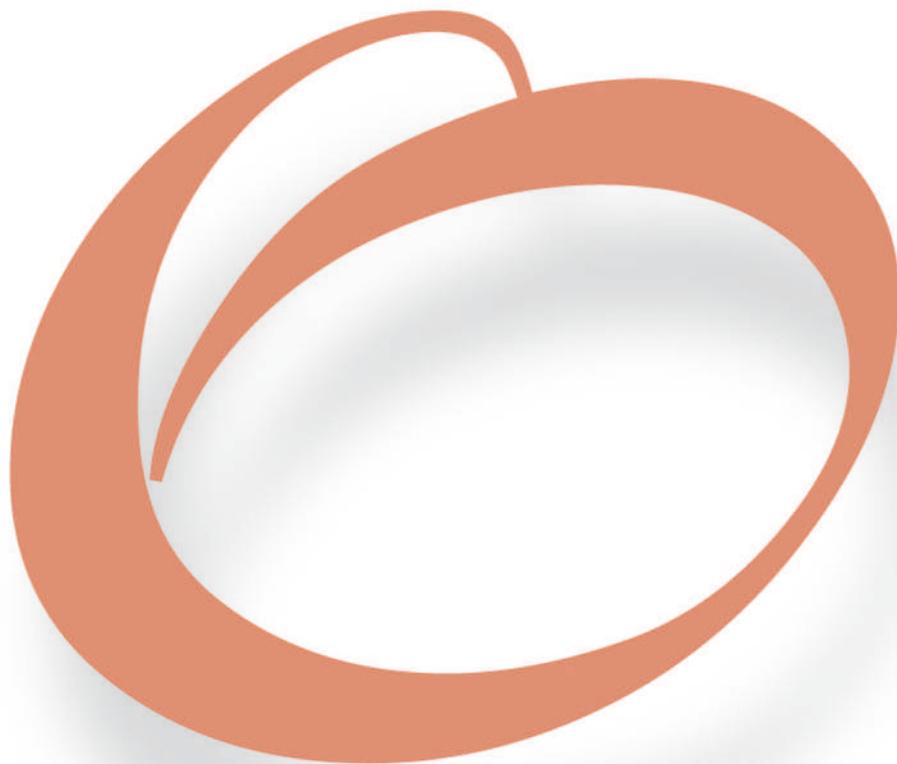
Les apports théoriques permettent d'acquérir les éléments de compréhension nécessaires à la pratique.

# IPNOSIA

Centre de Formation et d'Etude en Hypnose

Une demande de précision?  
Être informé des tarifs ?  
Recevoir en priorité le dossier de pré-inscription?

Une seule adresse :  
[secretariat@ipnosia.fr](mailto:secretariat@ipnosia.fr)  
<http://ipnosia.fr>



Ipnosia est une SARL au capital de 10000 euros.

SIRET : 830 554 200 00014 (R.C.S. Bayonne). APE 8559A. Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 75640424964 auprès du préfet de région Nouvelle Aquitaine.

Siège social : 2 rue de l'Intendant Général Lacrambe – 64100 Bayonne

Téléphone du secrétariat : 09.67.31.65.26 (Maïtena) [secretariat@ipnosia.fr](mailto:secretariat@ipnosia.fr)