



**SAS INSTITUT ORPHEE**  
**202 Chemin de Haize Lekua**  
**64200 ARCANGUES**

N° d'enregistrement de formation : 72 64 03694 64

N° de Certification Qualiopi : 00250

N° Datadock : 0010600

N° de SIRET : 802 466 987 00012

## PROGRAMME DE FORMATION PROFESSIONNELLE CONTINUE :

### **« COMMENT OPTIMISER LES CAPACITES DE NOS PATIENTS : Confiance et l'estime de soi, gestion du stress »** module de 3 jours (21 heures)

#### **1. RESUME ET OBJECTIFS**

Grace à des techniques d'hypnoses et de thérapies brèves, cette formation vous permettra d'aider vos patients à potentialiser leurs forces et leurs compétences. Cette formation pourra vous aider dans le soin, l'accompagnement et la réadaptation du patient (pour une souffrance physique ou psychologique), la passation d'examens ou de concours, la prise en charge thérapeutique, etc... Vous y apprendrez des techniques de gestion du « mauvais stress » s'appuyant sur l'optimisation de confiance en soi. Vous découvrirez, avec l'hypnose, des leviers très puissants dans nos pratiques de professionnel de santé.

#### **Objectifs :**

- Expérimenter, à chaque étape de la formation, l'impact de l'Hypnose conversationnelle.
- Apprendre et pratiquer des techniques « d'écoute active et reformulation » (Cf Rogers, R. Mucchielli) ayant pour but de se synchroniser avec le patient, et de créer un lien indispensable à la relation de soin.
- Mise en place d'une « Hypnose sur mesure » dont parle Milton Erikson.
- Apprentissage et pratique du « schéma des fonds marins » et du « schéma des objectifs » (Cf Mme wurz)
- Reprise de ces schémas en Hypnose formelle.
  - Apports de ces schémas : déterminer avec le patient quelles sont ses propres ressources. Elles viendront étayer l'élaboration de sa confiance en lui.
  - Apports pour le patient : apprendre à définir des objectifs personnels, repérer dans sa vie les moments et expériences clefs. Utiliser ces clefs lui permettra d'en tirer des forces et des compétences.
- Apprentissages de plusieurs techniques hypnotiques ayant pour but de permettre au patient la mobilisation de ces ressources présentes et futures. (Exemples : « les îles de la réussite », le safe place, « les formes Géométriques » etc...)
- Apprentissages et pratique de l'hypnose dans le cadre de la gestion du stress.
- Travail sur soi pendant les ateliers, en personnel et en groupe, afin de pratiquer et d'expérimenter ces techniques pour mieux les intégrer.
- Temps de rencontres libres (individuelles ou en groupe), en fin de journée après les enseignements et ateliers.

## **2. PROGRAMME**

**Prérequis** : Professionnels de santé formé à l'hypnose

### **Jour 1**

- Accueil et présentations de la formatrice et des participants. Présentation des objectifs de la formation et QCM de début de stage. Échanges sur les attentes des participants.
- Définition des termes « confiance en soi » et « gestion du stress » dans le cadre de l'hypnose et des thérapies brèves.
- Apports théoriques et pédagogiques dans la notion de « confiance en soi ».
- Apprentissages et exercices pratiques de « l'écoute active » dans le cadre de l'apprentissage d'une « hypnose sur mesure ».
- Présentation et mise en pratique des techniques du « schéma des fonds marins » et du « schéma des objectifs ». Travail d'exercices personnels et en petits groupes.
- Reprise et exercices en hypnose formelle par petits groupes.
- Débriefing des expériences vécues en individuel et en groupe.
- Reprise et synthèse des acquis et objectifs réalisés en jour 1

### **Jour 2**

- Reprise de techniques du jour 1 en fonction des demandes des participants.
- Ancrage en hypnose des ressources de confiance en soi vu en jour 1.
- Eclairés par la pratique personnelle et l'expérimentation en petits groupes du jour 1, apprentissages de :
  - Comment permettre au patient de déterminer et d'élaborer ces propres ressources de sa confiance en lui.
  - Comment aider le patient à définir les objectifs personnels, à repérer dans sa vie les moments et expériences clefs, à utiliser ces clefs et à lui permettra d'en tirer des forces et des compétences.
- Mise en pratique d'exercices de ces techniques, dans un travail en petits groupes.
- Débriefing des expériences vécues en groupes.
- Ancrage en hypnose des ressources du thérapeute dans sa confiance en soi pour la retransmission des techniques de confiance en soi.
- Reprise et synthèse des acquis et objectifs réalisés dans le jour 2.

### **Jour 3**

- Apports théoriques et pédagogiques dans la notion de «la gestion du stress ».
- Techniques classiques d'hypnose et d'autohypnose revisités au service de « la gestion du stress »
- Apprentissage de plusieurs techniques d'hypnose formelle et conversationnelle dans la gestion du stress.
- Mise en pratique d'exercices de ces techniques, dans un travail individuel et personnel, puis en petits groupes.
- Débriefing des expériences vécues en individuel et en groupes.
- Ancrage en hypnose des ressources de « gestion du stress ».
- Exposition des extensions possibles de la formation avec un groupe de patients.
- Reprise et synthèse des acquis et objectifs réalisés dans le jour 3.
- QCM de fin de stage, questionnaire de satisfaction.
- Bilan de fin de formation : avec les participants en reprenant les objectifs de la formation.
- 

## **3. MOYENS PÉDAGOGIQUES, ENCADREMENT ET SUIVI**

L'action de formation débutera par une présentation du formateur et de chacun des stagiaires afin de permettre une adaptation optimale du processus pédagogique qui aura été prévu par le formateur. Elle se déroulera ensuite dans le respect du programme de formation qui aura été préalablement remis au stagiaire, et ce, suivant une alternance d'exposés théoriques et pratiques, en conformité avec le savoir-faire de l'organisme de formation afin que les stagiaires puissent régulièrement intervenir au cours du stage pour poser des questions et faciliter le transfert de connaissances dans le cadre du processus pédagogique préalablement défini dans le cadre de l'élaboration du stage.

Le formateur veillera à permettre aux stagiaires de disposer régulièrement de la possibilité de s'exprimer et d'échanger avec le formateur et, éventuellement, de confronter sa compréhension des concepts avec les autres stagiaires. Il remettra également un support pédagogique qui permettra à chaque stagiaire de suivre le déroulement de l'action de formation professionnelle, chapitre par chapitre, et ainsi accéder aux connaissances constituant les objectifs de l'action de formation professionnelle.

#### **4. MODE D'ÉVALUATION DES CONNAISSANCES**

1. Évaluation de l'amélioration des pratiques : Comparaison questionnaire pré et post tests.
2. En fin de formation un questionnaire anonyme d'évaluation est rempli en ligne par chaque participant afin d'améliorer le contenu de la formation, la qualité du formateur et les axes attendus de cette formation.
3. Par ailleurs, le ou les formateurs remplissent un questionnaire d'évaluation lors de chaque module.
4. Enfin, muni de toutes ces données, un rapport d'analyse qualité est rédigé et est adressé dans les jours qui suivent la réalisation du module de la formation.

#### **5. DATE ET INTERVENANT**

Dates : **du 22 au 24 novembre 2024**

Formateur : **Mme Marie Clotilde WURZ de BAETS**, Psychologue clinicienne et hypnothérapeute

#### **6. LIEU DE FORMATION**

Le stage se déroulera à **l'Hôtel de Chiberta et du golf** – 104, Bd des plages – 64600 ANGLET.  
Les horaires de cours sont de 9h à 17h30.

#### **7. PRIX**

Tarif particulier : 630€, déjeuners et pauses inclus.

Tarif conventionné (institution) : 790€, déjeuners et pauses inclus.