

DESCRIPTIF DETAILLE DU CURSUS EN HYPNOSE PEDIATRIQUE (C2/246)

Mis à jour le 20.12.25

Programme et descriptif du cours :

E-learning (90h) :

Bases neurophysiologique de l'hypnose et des problématiques psycho-somatiques (troubles fonctionnels) les plus fréquentes

- [Neuroscience cognitives](#) (3h) : Explications des bases neurophysiologiques pour comprendre le fonctionnement cérébral qui sous-tend le processus hypnotique
- [Neuroscience de la conscience](#) (4h) : Explications des bases neurophysiologiques qui sous-tendent le fonctionnement de la conscience
- [Puberté et cerveau](#) (7h) : Explications du développement pubertaires et des changements cérébraux et cognitif durant la croissance
- [Les troubles fonctionnels et le stress](#) (3h) : Explications physiopathologique du rôle du stress dans le développement des troubles fonctionnels
- [La douleur Chronique](#) (4h) : Explications physiopathologiques de la douleur chronique et notamment des processus cérébraux impliqués
- [La Communication thérapeutique hypnotique](#) (6h) : Explications des techniques de communication thérapeutique hypnotiques verbales et non-verbales
- [Hypnose pédiatrique : les bases](#) (63h) : Explications de l'histoire de l'hypnose, ses indications et contre-indication, le modèle conceptuel d'état de conscience et de mouvement de conscience, les différentes techniques hypnotiques pour déplacer la conscience, démonstration de technique d'hypnose, un répertoire de techniques hypnotiques de base, et les problèmes qui peuvent gêner l'hypnose.

Pratique (130h)

1er jour :

Vision globale du cursus (neuroscience, conscience, hypnose) + auto-hypnose + posture du thérapeute

- Présentation du cursus et des participants
- Mise en commun des objectifs
- Reprise des points importants de théorie neuroscientifique à la base de l'hypnose
- Reprise des points importants du processus hypnotique et des suggestions
- Comment expliquer l'hypnose
- La posture du soignant
- Exercices d'autohypnose :
 - Les 3 préparations
 - Placer l'observateur
 - Les 5 éléments
 - Ouvrir la conscience
 - L'espace de calme mental
 - Les vents intérieurs
 - Dédicace
 - Liaison des différentes étapes

2e jour :

Autohypnose en groupe sur la posture du thérapeute

Observation + Le processus hypnotique ARC + Le non-verbal + état de relaxation/calme mental

- Théorie du processus hypnotique ARC
- Démonstration et pratique à deux de 6 induction hypnotique
 - Fixation d'un point
 - Respiration
 - Lévitacion de la main
 - Catalepsie de la main
 - Mouvement alterné des doigts
 - Fractionnement de l'induction
- Démonstration et pratique à deux de la relaxation (body scan)
- Pratique en groupe de la communication non-verbal (mimes, onomatopées)
- Démonstration et pratique à deux de l'endroit de sécurité

3e jour :

Autohypnose en groupe sur la posture du thérapeute

Pratique des paramètres relationnels + les 4 mouvements de conscience (fermeture, ouverture, freinage, activation)

- Pratique des paramètres relationnels :
 - Cadre de soin (neuroscientifique)
 - Alignement des objectifs
 - Alignement personnel
 - Hauteur
 - Distance
 - Vitesse
- Démonstration et pratique à deux du mouvement d'activation/imagination
 - La salle de contrôle
- Démonstration et pratique à deux du mouvement de fermeture/concentration
 - Utilisation de bracelets/malas
- Démonstration et pratique à deux du mouvement d'ouverture/détachement
 - L'hypnose cocotte-minute

4e jour :

Autohypnose en groupe sur la posture du thérapeute

Pratique des paramètres relationnels + les 4 mouvements de conscience (fermeture, ouverture, freinage, activation)

- Pratique des paramètres relationnels :
 - Densité de présence
 - Attention
 - Intention
 - Espace intérieur et extérieur
 - Mouvement
- Démonstration et pratique à deux du mouvement d'activation/imagination
 - La machine à transformation
- Démonstration et pratique à deux du mouvement de fermeture/concentration
 - Les formes et les couleurs
- Démonstration et pratique à deux du mouvement d'ouverture/détachement
 - La bulle de protection
- Démonstration et pratique à deux du mouvement de freinage/relaxation
 - Respiration avec la fleur

5e jour :

Autohypnose en groupe sur la posture du thérapeute

Pratique des 4 mouvements de conscience (fermeture, ouverture, freinage, activation)

- Les 4 personnages en fonction des 4 mouvements
- Démonstration et pratique à deux des techniques qui mettent la conscience en mouvement
 - Phénomènes associatifs et dissociatifs et Signaling
 - Confusion et Saturation
 - Accumulation
 - Filtres attentionnels
 - Compte et dé-compte avec les chiffres
 - Rupture de pattern
 - Verrouillage de l'esprit
 - Répétition mentale
 - Phénomène conflictuel
 - Fractionnement et induction répétée
 - Réification
 - Histoires et métaphores
 - Discuter avec le patient
 - Chercher les ressources
 - Prise de distance : l'observateur
 - Relaxation progressive du corps

6e jour :

Autohypnose en groupe sur la posture du thérapeute

Zoom sur l'ancrage, les suggestions post-hypnotique, l'éveil

- Autohypnose en groupe sur la posture du thérapeute
- Exercice d'observation
- Théorie neuroscientifique sur le contrôle cognitif
- Démonstration et pratique à deux des techniques d'ancrage
 - Visuel, Auditif, Olfactif, Gustatif, Kinesthésique, Multi-modal
- Démonstration et pratique à deux des suggestions post-hypnotiques
 - Directes, Indirectes, Par questionnement
- Démonstration et pratique à deux des techniques d'éveil
 - Rapide, Progressif, Par décompte, Par les sensations, Seul
 - Eveil raté et récupération (La technique de l'arbre de lumière)
- Rédaction des techniques de punch-phrase

7e jour :

Autohypnose en groupe sur la posture du thérapeute

Travail sur les différents états de conscience

- Les signes de l'hypnose
- Démonstration et pratique à deux des états de :
 - D'absorption
 - De somnambulisme
 - De rêve lucide
 - De pleine conscience
 - De relaxation

8e jour :

Autohypnose en groupe sur la posture du thérapeute

Travail sur la douleur aiguë et chronique + zoom sur l'anesthésie hypnotique

- Théorie sur la douleur chronique et l'anesthésie hypnotique
- Démonstration et pratique à deux des anesthésies hypnotiques
 - Dans l'état d'absorption
 - Dans l'état de somnambulisme
 - Dans l'état de rêve lucide
 - Dans l'état de pleine conscience
 - Dans l'état de sommeil
 - Dans l'état de relaxation

9e jour :

Autohypnose en groupe sur la posture du thérapeute

Travail intuitif : cadre et liberté + limites de prise en charge

- Démonstration et pratique à deux de la partie de sagesse
- Démonstration et pratique à deux de l'animal totem
- Démonstration et pratique à deux des boules d'énergie
- Démonstration et pratique à deux des mains et des couleurs
- Démonstration et pratique à deux des mondes magiques
- Démonstration et pratique à deux pour laisser les choses se faire

10e jour :

Autohypnose en groupe sur la posture du thérapeute

Travail sur les émotions + travail sur le sommeil

- Démonstration et pratique à deux de la maison des émotions
- Démonstration et pratique à deux des liens du cœur
- Démonstration et pratique à deux de la culture du jardin intérieur
- Démonstration et pratique à deux du bain de chiens/chats/autre
- Théorie sur le sommeil
- Démonstration et pratique à deux de « je dors profondément »
- Démonstration et pratique à deux de la chambre de sommeil

11e jour :

Autohypnose en groupe sur la posture du thérapeute

Hypnose en mouvement + hypnose et dessin

- Démonstration et pratique à deux d'hypnose et marche
- Démonstration et pratique à deux de respiration et mouvement
- Démonstration et pratique à deux de l'hypnose-foot
- Démonstration et pratique à deux du travail sur la masse du corps
- Démonstration et pratique à deux d'avancer vers un objectif
- Démonstration et pratique à deux des bandes dessinées

12e jour :

Autohypnose en groupe sur la posture du thérapeute

S'adapter à l'âge et capacité du patient (stades de développement) + contre-indication et quand l'hypnose ne marche pas

- Rappel théorique sur le développement de l'enfant et de l'adolescent
- Démonstration et pratique à deux des trois dessins
- Démonstration et pratique à deux des peluches comme objet transitionnel
- Démonstration et pratique à deux des doudous mange-soucis
- Démonstration et pratique à deux des dés à histoire
- Démonstration et pratique à deux des phrases à voix hautes
- Discussion sur les problèmes et contre-indication de l'hypnose

13e jour :

Autohypnose en groupe sur la posture du thérapeute

Travail sur les souvenirs, les traumatismes et l'anticipation

- Démonstration et pratique à deux de la salle de la mémoire
- Démonstration et pratique à deux de l'écran de cinéma
- Démonstration et pratique à deux du nettoyage des souvenirs
- Futurisation positive
- Démonstration et pratique à deux de la régression en âge positive

14e jour :

Autohypnose en groupe sur la posture du thérapeute

Travail sur les souvenirs, les traumatismes et l'anticipation

- Démonstration et pratique à deux du tableau des associations
- Démonstration et pratique à deux de la technique d'inception
- Travail sur les phobies
- Transformer une anticipation négative en positive

Les personnes soussignées attestent de la véracité des données susmentionnées

Le 20.12.25, à Lausanne

Signature de la directrice (Auriane Marmier) et de l'enseignant (Benjy Wosinski) :

