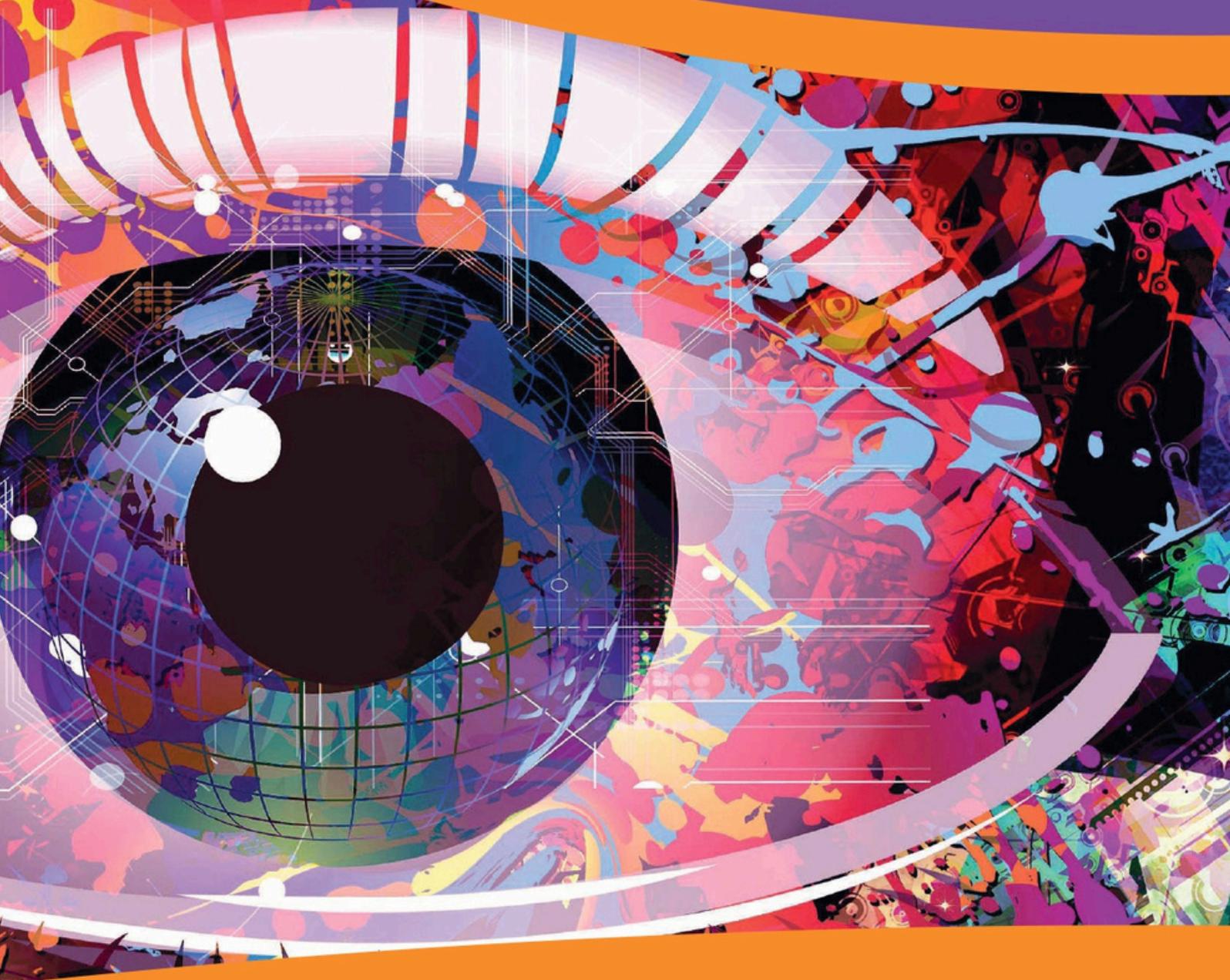


INSTITUT FRANÇAIS D'HYPNOSE  
HUMANISTE ET ERICKSONIENNE



CATALOGUE  
DE FORMATIONS



## SOMMAIRE

L'IFHE - Une école, une histoire .....	p. 02
L'IFHE aujourd'hui.....	p. 04
L'IFHE en images.....	p. 05
L'évolution de l'Hypnose : les 4 formes d'Hypnose.....	p. 06
Pourquoi se former en Hypnose ?.....	p. 10
Le lieu de formation.....	p. 11
Formations à distance.....	p. 12
Notre équipe.....	p. 13
Les fondateurs.....	p. 14
L'équipe administrative.....	p. 15
Les formateurs.....	p. 16
Réseaux sociaux .....	p. 17
Combien de temps dure la formation en Hypnose ?.....	p. 18
Les programmes de la formation professionnelle.....	p. 20
Technicien en Hypnose.....	p. 20
Praticien 1 en Hypnose .....	p. 21
Praticien 2 en Hypnose Ericksonienne & PNL.....	p. 22
Praticien 2 en Hypnose Humaniste & TSA.....	p. 23
Maître Praticien.....	p. 24
Les modules de professionnalisation.....	p. 27
Les week-ends d'Auto-Hypnose.....	p. 30
Supervision et révisions.....	p. 32
Nos sites Internet.....	p. 34
La librairie IFHE.....	p. 35

# IFHE

## UNE ÉCOLE UNE HISTOIRE

En 1995, à la naissance de notre école, la pratique de l'hypnose thérapeutique était très peu connue en France. À cette époque, il n'y avait aucune émission sérieuse, ni à la radio ni à la télévision, et aucun livre grand public. Les formations étaient rares, théoriques plus que pratiques, et réservées aux médecins.

Olivier Lockert, le fondateur de l'IFHE, a dû faire un travail de recherches qui s'est étendu bien au-delà de nos frontières pour amasser suffisamment de connaissances, d'abord pour sa pratique d'hypnothérapeute (depuis 1986), et ensuite pour créer une première formation, baptisée « Praticien en Hypnose ». Un programme unique, basé sur ses recherches et sur son expérience personnelle.

C'est ainsi qu'est né l'IFHE : l'Institut Français d'Hypnose Humaniste & Ericksonienne.

L'IFHE a fait connaître l'Hypnose en France, à travers les médias, par des conférences et des livres. Notre école a développé le courant français de la Nouvelle Hypnose puis de l'Hypnose Humaniste et ouvre ses formations à tous, quelle que soit l'origine de chacun.

Nous souhaitons en effet que tout le monde puisse connaître et utiliser l'hypnose, sans distinction, afin de profiter de ses bienfaits dans tous les domaines (personnel ou professionnel), au-delà de la fausse image de « manipulation » que peut avoir cette pratique.



Quelques années après le lancement des formations, Olivier Lockert a écrit le livre « Hypnose », résultat de plusieurs années de recherches et d'innovation dans le domaine de l'hypnose. C'est, depuis et encore actuellement, le livre le plus vendu en Hypnose, en langue Française. Il est d'ailleurs diffusé dans plus de 60 pays.

L'IFHE forme chaque année des centaines d'élèves de France et de plusieurs pays, et une grande majorité est devenue « hypnothérapeute » ou a utilisé l'hypnose comme complément dans le travail, dans les domaines de l'accompagnement psychologique, de la santé, mais également dans l'enseignement, en entreprise...

D'autres anciens élèves ont participé à répandre cette connaissance en créant à leur tour des centres de formation.

### **Aujourd'hui, le paysage de l'hypnose en France a bien changé :**

Des dizaines de centres de formation existent, qui enseignent les mêmes bases et les mêmes protocoles thérapeutiques issus du programme IFHE, de nombreux ouvrages ont vu le jour, les éditeurs Français ont traduit et publié les livres américains de référence, certains livres d'Olivier Lockert (sur l'Hypnose Humaniste) sont traduits en 12 langues.

De plus en plus de personnes pratiquent l'hypnose telle que nous la concevons à l'IFHE : plus « humaine », ouverte aussi à la psychothérapie ou au coaching, aux émotions comme au monde de l'entreprise... Notre vision s'est propagée !

L'hypnose aujourd'hui est davantage qu'une simple mode. C'est un véritable bouleversement dans la vie de ceux qui la pratiquent comme dans le monde de l'accompagnement psychologique et thérapeutique. Car, force est de constater, les résultats sont là : rapides et souvent spectaculaires !

[www.ifhe.net](http://www.ifhe.net)



# IFHE AUJOURD'HUI

En presque trente années de pratique et d'expérimentations, l'équipe IFHE s'est enrichie et vous permet de côtoyer des formateurs expérimentés, issus de milieux professionnels très diversifiés. Les différents programmes de formations IFHE montrent aussi cette richesse.

Après la Nouvelle Hypnose (une évolution, adoucie et enrichie, de l'Hypnose Ericksonienne), qui a permis à l'Hypnose de prendre son envolée en France dans les années 1990 et 2000, nos recherches nous ont conduit à développer l'Hypnose Humaniste, une nouvelle forme d'hypnose, originale de par son travail « en conscience » et résolument adaptée aux demandes actuelles des hypnothérapeutes et de leurs patients.

Les locaux de l'école se sont agrandis et vous offrent un espace lumineux et arboré pour profiter au mieux de vos formations.

Nous avons consacré de nombreuses heures à l'écriture et sommes fiers de vous proposer plus d'une vingtaine d'ouvrages spécialisés dans le domaine de l'hypnose, ainsi que des séances d'hypnose en MP3, offertes gratuitement, traduites dans plusieurs langues, et déjà téléchargés à plusieurs millions d'exemplaires.



# IFHE en images



# L'ÉVOLUTION

## DES DIFFÉRENTS TYPES D'HYPNOSE

### QUATRE FORMES D'HYPNOSE



CLASSIQUE  
& TRADITIONNELLE



ERICKSONIENNE



NOUVELLE  
HYPNOSE



HUMANISTE  
& TSA

Toutes les techniques d'Hypnose visent à produire un état modifié de conscience chez la personne. Les différences résident dans les manières d'arriver à ce but, dans l'esprit avec lequel est faite l'intervention hypnotique et dans l'objectif global visé de cette intervention.

Bien que l'utilisation des états modifiés de conscience date des premiers âges de l'Humain, nous situerons les formes d'Hypnose à partir de la création du terme « hypnose » et des premières structures d'utilisation médicale et psycho-thérapeutique occidentalisées.

[www.ifhe.net](http://www.ifhe.net)

## 1. L'Hypnose classique et semi-traditionnelle

L'Hypnose Classique existe depuis près de deux siècles (James Braid, 1841, publié pour la première fois en 1843) et possède les bases techniques utilisées par toutes les autres formes d'Hypnose.

L'Hypnose Classique est la première manière de pratiquer l'Hypnose et la plus simple. Elle se caractérise aussi par son aspect direct (rien de caché à la personne), mais pas forcément autoritaire, car on y retrouve aussi les premières suggestions indirectes et des métaphores simples.

Les techniques de l'Hypnose Classique sont ainsi utilisées dans toutes les autres formes d'Hypnose « dissociantes » : celles qui séparent le conscient de l'Inconscient, comme l'Hypnose Ericksonienne ou la Nouvelle Hypnose. On peut utiliser l'Hypnose Classique telle qu'elle (sans ajout) en thérapie comme

pour des applications médicales ou psychosomatiques, parfois analytiques, et on en retrouve aussi une variante simplifiée en spectacle. On parle alors d'hypnose « récréative » ou de « démonstrations ».

Enfin, l'Hypnose semi-traditionnelle est le mélange de l'Hypnose Classique avec les techniques modernes de langage hypnothérapeutique.



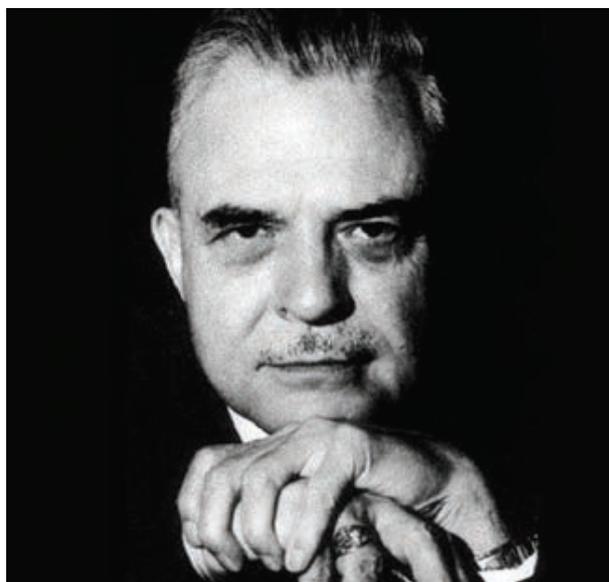
## 2. L'Hypnose Ericksonienne

Plus stratégique et subliminale que l'Hypnose Classique, cette forme d'Hypnose tire son nom du psychiatre américain Milton Erickson (1901-1980).

Elle est d'ailleurs bien plus que de l'Hypnose, puisqu'Erickson utilisait principalement des ruses psychologiques et des prescriptions de tâches qui seront à la base de la thérapie stratégique.

Après avoir utilisé l'Hypnose Classique pendant plusieurs décennies, Milton Erickson marqua le monde de la thérapie par son approche « artfully vague » (rusée et floue) : il arrivait à donner l'impression au patient qu'il avait son libre arbitre en jouant avec le langage de la manipulation positive. On dit que son approche est « naturaliste » (elle utilise ce que présente la personne) et « permissive » (la personne a l'illusion de la liberté de choix). Ainsi, le patient va prendre, inconsciemment, les bonnes décisions pour lui, guidé en cela par les suggestions indirectes et les métaphores thérapeutiques. Erickson étant un médecin psychiatre du début du XXème siècle, la pratique qui porte son nom a beaucoup évolué avec le temps, notamment dans la façon d'accompagner les personnes et de s'intéresser à leur vie psychologique.

Aujourd'hui, peu de thérapeutes pratiquent réellement l'Hypnose Ericksonienne d'origine. On l'étudie et le nom est resté en hommage à Milton Erickson. En formation comme en consultations, nous utilisons les anciennes techniques Ericksoniennes, adoucies et améliorées, mêlées à la Nouvelle Hypnose.



### 3. La Nouvelle Hypnose

Le terme « Nouvelle Hypnose » a été créé en 1979 par Daniel Araoz, en hommage à la « Nouvelle École » de Bernheim (1890), qui insistait sur l'importance du langage en hypnothérapie.

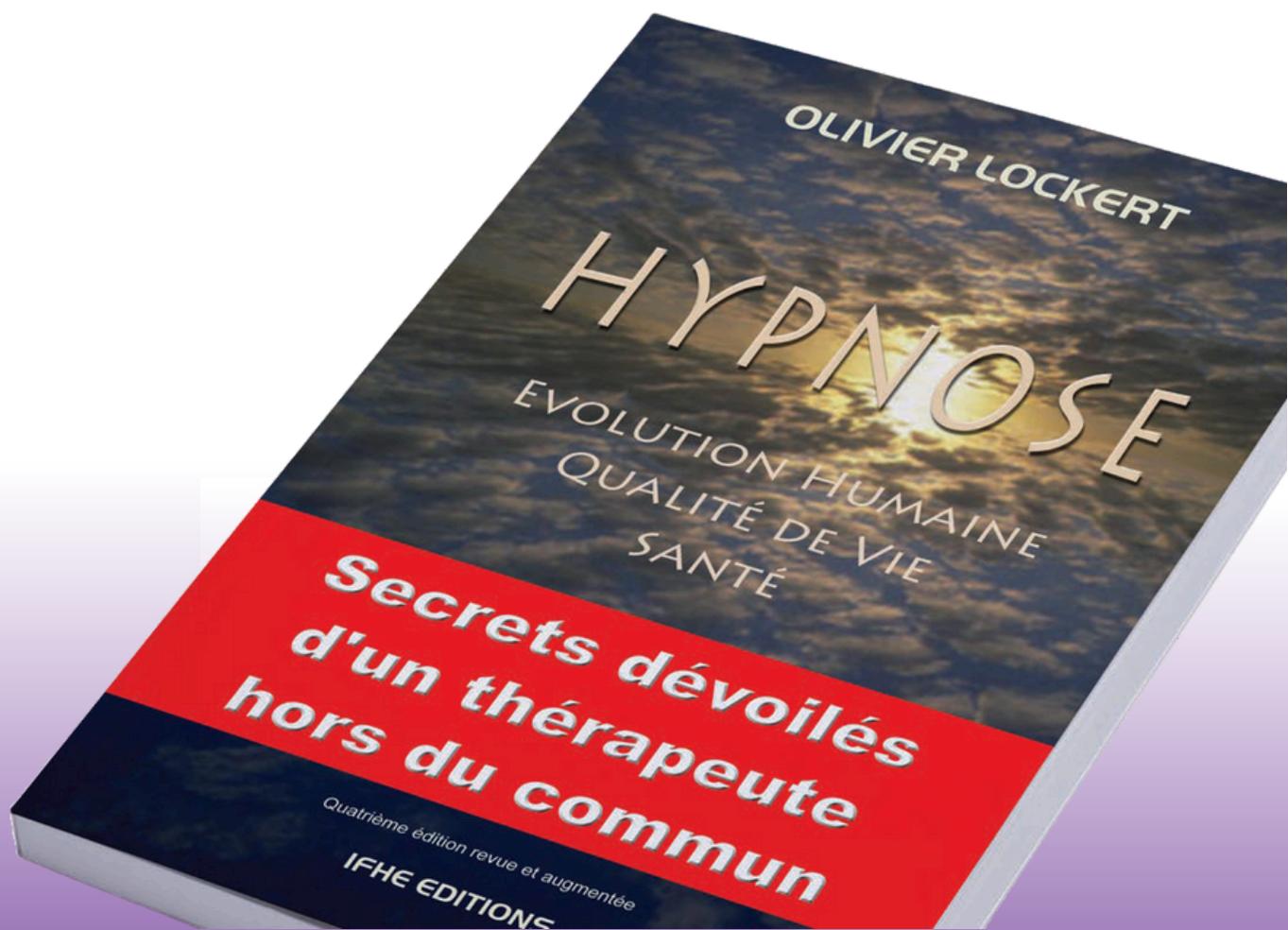
Daniel Araoz écrit dans le livre qui baptise la « Nouvelle Hypnose » (1980) que cette forme d'Hypnose « doit beaucoup à l'Hypnose Ericksonienne, mais est complètement différente de cette dernière ».

La Nouvelle Hypnose s'intéresse au bien-être psychologique et à la vie de la personne. Elle est beaucoup plus douce, plus agréable à recevoir et plus adaptée aux demandes actuelles que l'Hypnose Ericksonienne. Sa grande spécificité est qu'elle fait réellement participer la personne : par exemple, celle-ci peut choisir un souvenir qui servira d'induction hypnotique ou aider à découvrir les caractéristiques d'une facette de son Inconscient.

Daniel Araoz n'ayant participé qu'au lancement de cette forme d'hypnose, c'est Olivier Lockert, dans les années 1990, qui va relancer et enrichir cette « Nouvelle Hypnose », au niveau des techniques et des protocoles thérapeutiques. Il va notamment y incorporer des notions de PNL (Bandler, Grinder, Dilts, etc.).

Les nouveaux protocoles issus de ces ajouts et remaniements sont aujourd'hui répertoriés dans le livre « Hypnose » (Lockert, IFHE Editions).

La Nouvelle Hypnose est souvent encore improprement appelée « Hypnose Ericksonienne » car le terme est plus connu du grand public. Ainsi, dans un besoin de simplification, et bien que le distinguo soit fait au niveau technique, nous employons aussi l'appellation générique « Hypnose Ericksonienne » dans la formation qui regroupe ces deux formes d'Hypnose (deux diplômes distincts).



## 4. L'Hypnose Humaniste & la Thérapie Symbolique Avancée (TSA)

Fruit du travail et des recherches d'Olivier Lockert depuis 1986 sur une Hypnose non-dissociante, sans perte de conscience, l'Hypnose Humaniste a été baptisée et est née officiellement en 2001.

Au niveau technique, l'Hypnose Humaniste fonctionne à l'inverse des autres formes d'Hypnose. En effet, là où ces dernières cherchent à augmenter la dissociation (séparation) naturelle entre l'esprit conscient et l'Inconscient, amenant à une perte de conscience de la personne (donc à la nécessité pour elle d'accepter de lâcher prise), l'Hypnose Humaniste va au contraire provoquer la réassociation (la réunification) partielle ou totale du conscient et de l'Inconscient.

Cet état de « conscience augmentée » est bien un état modifié de conscience, donc un véritable état d'hypnose - sauf qu'il apporte une sensation de légèreté, de complétude et d'éveil chez la personne qui, ainsi, participe pleinement à sa thérapie ou au coaching.

L'Hypnose Humaniste est ainsi la seule forme d'Hypnose dite « sans manipulation » car le thérapeute n'agit pas sur la personne, mais se contente de la guider. La personne fait donc elle-même son travail de changement, en conscience.

Associée à la TSA (Thérapie Symbolique Avancée) mise au point par Patricia d'Angeli, l'Hypnose Humaniste se base sur les connaissances modernes de la psychologie, des neurosciences, de la symbologie (langage des rêves), de la physique, du cerveau et de l'esprit humain.

Grace à des protocoles adaptés et à une connaissance de la psychologie jungienne, l'Hypnose Humaniste offre la possibilité unique en Hypnothérapie de travailler sur les domaines liés à la Psychothérapie, notamment grâce aux grands archétypes (féminin, masculin et enfant intérieur, critique, sage, etc.) pour une prise en charge totale du bien-être de la personne.





# POURQUOI SE FORMER EN HYPNOSE ?

Les raisons sont multiples. En voici quelques exemples :

- Faire de l'Hypnose son métier.
- Agrandir ses connaissances personnelles sur la psychologie et la vie.
- Utiliser l'Hypnose pour soi ou pour ses proches, afin de travailler sur soi ou pour aider ses proches à surmonter certaines difficultés (entraide humaine).
- Apprendre l'Hypnose pour le plaisir, car le sujet passionne, et pour se faire du bien.
- Apprendre l'Hypnose dans le cadre d'une reconversion professionnelle.
- Apprendre l'Hypnose pour compléter sa pratique dans son métier actuel dans le cadre de l'accompagnement des personnes : accompagnement médical, psychologique ou de soutien, ou encore en communication (coaching, entreprise).
- Parce que cette forme de thérapie / coaching obtient des résultats incroyables !
- Car l'approche est originale, avant-gardiste ou encore écologique et respectueuse des particularités propres à chacun.

Consultez les dates de nos formations sur :

[www.ifhe.net](http://www.ifhe.net)

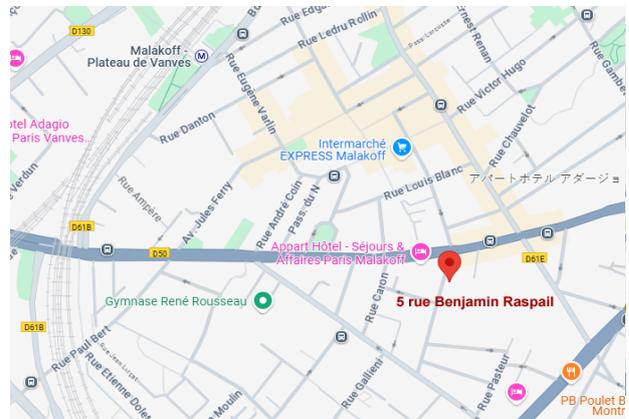
ou appelez-nous au 01 55 18 00 00



# LIEU DE FORMATION

Le centre de formation IFHE se situe à Malakoff (Paris, France).

Dans un espace lumineux, spécialement conçu pour l'apprentissage de l'Hypnose. Facilement accessible en métro et en bus depuis toutes les gares et aéroports parisiens. Le métro le plus proche du centre est la station « Malakoff - Plateau de Vanves », sur la ligne 13, à quelques minutes à pied.

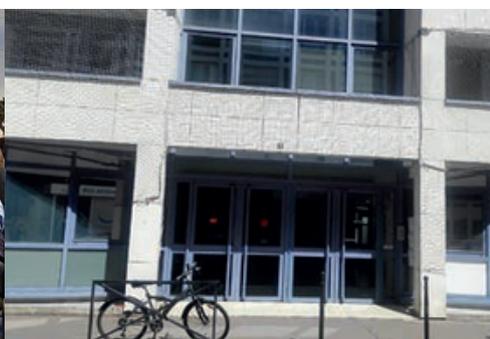


L'IFHE organise et gère les formations présentées dans cette brochure, mais aussi différentes soirées ou conférences ponctuelles, à thèmes.

C'est également à Malakoff que se trouve le secrétariat de l'IFHE qui vous accueille du lundi au vendredi, de 10 heures à 17 heures, sans interruption.

Pendant les week-ends et les jours fériés, nous sommes parfois ouverts, mais appelez-nous pour vous le faire confirmer :

 01 55 18 00 00





# FORMATIONS À DISTANCE

## Vivez l'expérience IFHE... depuis chez vous !

Pour toutes les personnes qui ne peuvent pas se déplacer (distance, famille, handicap, budget, etc.), **la plupart de nos formations en Hypnose sont aussi proposées en ligne.**

Il s'agit des **mêmes cours qu'en présentiel**, diffusés en « live », interactif, avec la pratique en petits groupes supervisés, comme en présentiel.

Et il est possible, si vous le souhaitez, de **faire une partie de la formation en ligne et une autre partie en présentiel**, afin d'expérimenter les deux facettes de l'Hypnothérapie (en ligne et avec la personne en face de soi).

Le cursus en ligne est exactement le même qu'en présentiel : vous suivez le cours en même temps que les élèves en présentiel, vous voyez devant votre écran le formateur en direct, et vous pouvez poser des questions comme si vous étiez dans la salle.

Pour les exercices pratiques, vous êtes mis en sous-groupes, tout comme vous le feriez dans la grande salle de l'IFHE... mais en restant tranquillement chez vous. Un superviseur est toujours disponible pour vérifier les exercices et répondre aux questions.

Cette formule vous permet aussi d'économiser les frais de déplacement, d'hébergement et de restauration qui représentent une grande part du budget habituel d'une formation en présentiel.

Consultez les dates de nos formations à distance sur :

[www.ifhe.net](http://www.ifhe.net)

ou appelez-nous au 01 55 18 00 00



## NOTRE ÉQUIPE

A l'IFHE, nous souhaitons vous offrir la qualité, l'innovation, la diversité et le professionnalisme que vous attendez.

Notre mission, vous l'aurez compris, est d'enseigner l'Hypnose au plus grand nombre, son utilisation et ses bénéfices, afin que cette pratique devienne de plus en plus connue à travers le monde.

Une grande partie de notre activité est aussi dédiée à la recherche sur l'avancée de l'Hypnose thérapeutique comme l'illustrent bien notre contribution à la Nouvelle Hypnose, les techniques innovantes en Hypnose Ericksonienne et, bien sûr, la création de l'Hypnose Humaniste.

Afin de propager cette connaissance, nous sommes accompagnés par une équipe enthousiaste et diversifiée, constituée d'hommes et de femmes que nous avons voulu d'horizons professionnels très diversifiés. Ceci marque bien le fait que notre école est ouverte à tous, quel que soit le métier d'origine de chacun.

L'IFHE est ainsi riche de ressources, de talents et de vécus différents. Chacun des formateurs saura vous encadrer avec bienveillance et professionnalisme.



## Les fondateurs

**Olivier Lockert** et **Patricia d'Angeli** seront vos enseignants principaux au cours des formations professionnelles. Ils ont conçu l'ensemble des programmes de l'IFHE, ont écrit des ouvrages de référence, enregistré des séances d'hypnose et formés tous les formateurs, enseignants et superviseurs.

**Olivier Lockert** et **Patricia d'Angeli** interviennent toute l'année en France, au centre de Paris-Boulogne, et régulièrement à l'international dans des écoles réputées, en tant qu'enseignants principaux dans la formation professionnelle IFHE, en Hypnose Ericksonienne et en Hypnose Humaniste, ainsi que dans certains modules de professionnalisation.

### Olivier LOCKERT

Fondateur de l'IFHE, hypnothérapeute depuis 1986, est l'un des pionniers de la Nouvelle Hypnose, co-fondateur de l'Hypnose Humaniste, Maître-Enseignant international en Hypnose Ericksonienne, Enseignant en Hypnose Classique et Enseignant en Programmation Neuro-Linguistique.

Olivier Lockert a travaillé avec Carol Erickson, Ernest Rossi, Jay Haley, André Weitzenhoffer, Richard Bandler, Robert Dilts, Bill O'Hanlon et Frank Farrelly et a suivi les enseignements de personnalités parmi lesquelles David Bohm, Rupert Sheldrake, Régis Duthail, Stanislas Grof, Deepak Chopra, Neale Donald Walsch et Gitta Mallasz.

Olivier Lockert participe depuis près de trente ans à faire connaître à un large public, en France et dans le monde, les outils hypnotiques et le « travail en conscience » qui aident la vie de tous. Il est l'auteur d'une vingtaine d'ouvrages, dont les livres de référence « Hypnose », « Métaphores » et « Hypnose Humaniste ». Ses livres sont vendus à plus de 100.000 exemplaires dans 60 pays, certains sont traduits en 12 langues, et beaucoup sont utilisés comme support de cours par les petits et les grands organismes de formation en Hypnose, en France comme dans de nombreux pays, francophones ou non.

Apprécié pour le dynamisme qu'il apporte à ses formations et son humour omniprésent, reconnu pour son expérience de terrain, sa compréhension psychologique et son habileté dans l'utilisation de patterns sophistiqués de langage, Olivier Lockert saura vous guider tout au long de votre formation avec plaisir et joie de vivre.



[www.olivier-lockert.com](http://www.olivier-lockert.com)

## Patricia d'ANGELI

Directrice de l'IFHE, elle est hypnothérapeute formée en psychanalyse jungienne, et en symbologie. Elle est également co-fondatrice de l'Hypnose Humaniste, Enseignante internationale spécialisée en Thérapie Symbolique Avancée (TSA), Maître-Praticienne en PNL, auteure de plusieurs livres, dont « Psychothérapie », « Auto-hypnose et transgénérationnel », « Auto-hypnose pour les débutants », « Hypnose pour les enfants et les adolescents »...



Patricia d'Angeli intervient régulièrement à l'IFHE sur plusieurs cycles de spécialisations et pendant la formation professionnelle de « Praticien en Hypnose Humaniste » et « Maître-Praticien en Hypnose Humaniste ».

Elle apporte une dimension psychologique à l'Hypnose en y associant la compréhension pratique et la lecture de la psychanalyse. Patricia d'Angeli supervise également les groupes de formation, jusqu'en Maître-Praticien, et s'occupe du suivi de l'équipe des Superviseurs et des Formateurs.

Appréciée pour sa rigueur professionnelle et pour sa profonde connaissance du monde des symboles et de la psychothérapie, elle vous guidera en sécurité vers les profondeurs de l'Être et de l'Inconscient, tout en vous instruisant sur le sens et le soin de vos blessures psychologiques.

## L'équipe administrative



Ce sont les premières personnes qui vous accueilleront et qui vous renseigneront par téléphone ou sur place, au siège de l'IFHE à Paris.

Notre équipe est dynamique et attentive à vos besoins. Elle sera présente pour vous tout au long de votre formation pour faciliter vos démarches administratives :

factures, attestations de présence, suivi des inscriptions, mise à disposition du matériel pédagogique, inscription dans les annuaires professionnels, etc.

## Les formateurs

En plus de leur métier de base, ces thérapeutes expérimentés ont tous une formation dans le domaine de l'enseignement de l'Hypnose et celui de l'accompagnement des groupes. Ils ont tous été formés en Hypnose à l'IFHE, suivant le même programme.

En dehors de leurs interventions en formation, les formateurs IFHE exercent des métiers variés : hypnothérapeute, coach, consultant ou psychologue. Ils peuvent intervenir dans différents milieux : libéral, associatif, entreprise, médical, éducatif, etc. et partageront avec vous leur expérience.

### Vos formateurs principaux



Olivier LOCKERT



Patricia d'ANGELI

## L'équipe pédagogique



### Alexandre LOCKERT

Psychologue clinicien spécialisé en psychologie de la santé, Hypnothérapeute et Psychothérapeute. Formateur sur la formation professionnelle, les modules de professionnalisation et l'Auto-Hypnose.



### Antoine GARNIER

Maître praticien en Hypnose Ericksonienne et Humaniste, hypnothérapeute. Formateur sur le module « Hypnose Classique Récréative ».



### Elsa MICHEL

Licenciée en Psychologie, Hypnothérapeute, Maître praticienne en Hypnose Ericksonienne, PNL et Hypnose Humaniste. Formatrice en hypnose et sur les modules de professionnalisation.



### Sophie REY

Diplômée en conseil conjugal et familial, hypnothérapeute, Enseignante en PNL, Maître-Praticienne en Hypnose Humaniste. Formatrice sur le module « Hypnose pour les enfants ».



Catherine D'AGUANNO



Olivier BOURGOUIN

## Les assistants de formateur

Les assistants de formateur vous aident pendant votre formation et vos exercices quand vous en avez besoin, ils secondent le formateur et interviennent sur les formations en présentiel et à distance.

# RÉSEAUX SOCIAUX

Suivez-nous sur :



@ifheformations



Découvrez nos nouveautés et actualités au quotidien



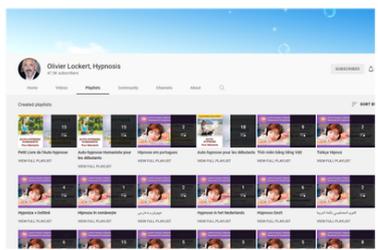
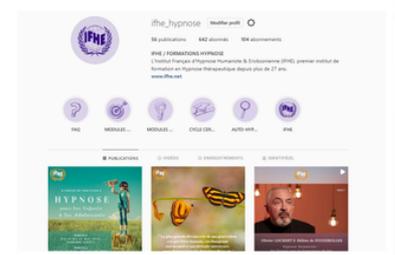
@hypnoseifhe



Soyez informé en direct



@ifhe\_hypnose



Visionnez nos vidéos sur la chaîne d'Olivier Lockert [www.youtube.com/c/OlivierLockert-1](http://www.youtube.com/c/OlivierLockert-1)



Écoutez nos séances d'hypnose sur notre plateforme de téléchargement gratuit [hypnose-gratuit.com](http://hypnose-gratuit.com)



# COMBIEN DE TEMPS DURE LA FORMATION PROFESSIONNELLE EN HYPNOSE ?

## LES BASES COMMUNES EN HYPNOSE

Hypnose Ericksonienne, Nouvelle Hypnose,  
Hypnose Humaniste, Hypnose Classique

## LE DIPLOME

Spécialisation au choix

5  
JOURS

10  
JOURS

15  
JOURS

### TECHNICIEN EN HYPNOSE

Inductions hypnotiques 1/2  
Langage hypnotique 1/2  
Premiers outils.

### PRATICIEN 1 EN HYPNOSE

Inductions hypnotiques 2/2  
Langage hypnotique 2/2  
Techniques thérapeutiques.

### PRATICIEN 2 HUMANISTE

Techniques avancées  
d'Hypnose Humaniste.

OU

### PRATICIEN 2 ERICKSONIEN

Techniques avancées  
d'Hypnose Ericksonienne.

### Le cycle complet se découpe en quatre niveaux :

- **Niveau 1** : Technicien, durée 5 jours
- **Niveau 2** : Praticien 1, durée 10 jours (attestation)
- **Niveau 3** : Praticien 2, option « Hypnose Ericksonienne » ou « Hypnose Humaniste » au choix, durée 15 jours pour chaque option (diplôme)
- **Niveau 4** : Maître-Praticien : 10 jours de formation + mémoire de fin d'étude (diplôme)



### L'IFHE

vous propose un cursus complet et diplômant avec une orientation spécialisée, au choix, vers l'Hypnose Ericksonienne ou l'Hypnose Humaniste.

## PROFESSIONNALISATION

Selon la spécialisation de Praticien 2

10  
JOURS

MAÎTRE PRATICIEN  
HUMANISTE

OU

MAÎTRE PRATICIEN  
ERICKSONIEN

Techniques supérieures.

La formation débute par le niveau de « Technicien en Hypnose » (5 jours) puis se poursuit sur le « Praticien 1 en Hypnose » (10 jours, attestation) qui forment une base commune de quinze jours durant laquelle vous découvrirez et optimiserez le travail avec l'Inconscient. Durant ces deux premiers niveaux, toutes les formes d'Hypnose sont étudiées et pratiquées.

Pour atteindre le diplôme, il faudra choisir votre orientation pour le troisième niveau de « Praticien 2 » : Hypnose Ericksonienne ou Hypnose Humaniste (15 jours, diplôme en fin de cycle sous réserve de réussite à l'examen final).

Puis, vous terminerez votre formation par le quatrième et dernier niveau de « Maître-Praticien en Hypnose », selon la spécialisation de Praticien 2 (HE ou HH). Le diplôme de Maître-Praticien vous sera remis après validation de votre mémoire basé sur l'étude de cas pratiques (à remettre dans un délai de 2 ans à l'issue de la formation).

Ce dernier niveau est indispensable pour les personnes en reconversion qui souhaitent utiliser l'Hypnose à des fins professionnelles (thérapeutes ou coachs, inscrits sur un annuaire professionnel).



# LES PROGRAMMES DE LA FORMATION PROFESSIONNELLE

## TECHNICIEN EN HYPNOSE

### Le premier niveau en Hypnose Thérapeutique (5 jours)

C'est la base de votre formation en Hypnose. Vous y apprendrez les fondations indispensables qui vous permettront **d'explorer et d'utiliser les états modifiés de conscience** (transe hypnotique) pour **soulager et soigner** les personnes que vous accompagnerez (thérapie, coaching, soutien psychologique...).

Le « Technicien » vous permettra de découvrir progressivement l'Hypnose (sur vous, et sur les personnes que vous guiderez), **de consolider votre communication** et de vous entraîner aux **premiers outils hypnotiques**.

#### Objectif :

*APPRENDRE À UTILISER L'HYPNOSE AVEC FACILITÉ*

Hypnose Classique, Hypnose Ericksonienne, Nouvelle Hypnose, Hypnose Humaniste, PNL.

#### « Préparation à l'action »

- Découvrir l'Hypnose : exercice préparatoire
- Apprendre à bien communiquer : les techniques indispensables
- Décrypter le non-verbal : la Calibration
- Créer une bonne alliance thérapeutique : la Synchronisation
- Vos premières inductions hypnotiques : les « portes d'entrée » de la transe
- Mener à bien votre premier accompagnement hypnotique simple
- Explorer les états modifiés de conscience : le Conscient, l'Inconscient et la Conscience
- Le langage du changement en hypnose : le Milton-modèle
- Les Phénomènes Hypnotiques simples : lévitations, catalepsie, lourdeur, etc.

#### « Premières techniques hypnotiques »

- Les indications de l'hypnothérapie : Ericksonienne & Humaniste
- L'Anamnèse, découverte et recueil d'informations, préparation de la séance
- La Détermination d'Objectif : 7 points clés
- Les Suggestions hypnotiques « directes » et « directes camouflées »
- Les Submodalités en hypnose : neutraliser une mauvaise expérience (souvenirs désagréables et traumatismes)
- Les bases de la Thérapie Symbolique en Hypnose Humaniste : problématiques psychologiques simples
- Intégration de l'accompagnement hypnotique et nombreux exercices pratiques...

*Fin du niveau Technicien, le 5ème jour de formation*

# PRATICIEN 1 EN HYPNOSE

## Le deuxième niveau en Hypnose Thérapeutique (10 jours)

Accessible uniquement aux personnes ayant déjà suivi le niveau « Technicien »

Dans ce deuxième niveau, vous plongerez dans l'univers des **techniques avancées de langage hypnotique et des protocoles d'Hypnose** (toutes formes confondues). L'apprentissage de l'Hypnose thérapeutique sera de plus en plus important, ludique et précis, à travers de nombreux exercices pratiques.

Ce niveau vous permettra également de mieux comprendre les différences entre l'**Hypnose Ericksonienne** et l'**Hypnose Humaniste**. Vous pourrez ainsi confirmer votre choix de spécialisation pour le "Praticien 2".

### Objectif :

PRATIQUER LES OUTILS ESSENTIELS DE L'HYPNOTHÉRAPIE

Hypnose Classique, Hypnose Ericksonienne, Nouvelle Hypnose, Hypnose Humaniste, PNL.

### « Techniques hypnotiques de pointe »

- Suite du langage du changement : notions de base en communication Ericksonienne
- Inductions hypnotiques : souvenir agréable, lieu ressource, par fixation...
- Vos premiers protocoles thérapeutiques !
- La technique du « Bain d'Hypnose » : fatigue, stress, troubles du sommeil...
- Techniques hypnotiques d'Ancrages : activer ou désactiver des automatismes émotionnels et comportementaux
- Nouvelles inductions hypnotiques : en spirale, par la fermeture des yeux, par lévitation...
- Nouveaux phénomènes hypnotiques : méthode de Rossi, signaling
- Communication hypnotique avancée : techniques subliminales
- La Transformation Hypnotique Intérieure : apprentissage physique & psychologique
- Les Suggestions hypnotiques : directes camouflées, indirectes, post-hypnotiques...
- Les inductions en Hypnose Humaniste : exploration des états augmentés de conscience

### « Encore plus loin »

- La Reconstruction Hypnotique : problèmes de choix, résolution de conflits internes...
- Impliquer le corps en thérapie : la Physiologie
- Les Niveaux Logiques : démultiplier la motivation, transcender, réaligner...
- Les Phénomènes Hypnotiques avancés : amnésie, distorsion du temps
- Techniques d'approfondissement et transe hypnotique profonde
- Mise en situation et exercices pratiques : apprentissage intensif
- Auto-hypnose : appliquée à soi-même et enseignée aux patients
- Gestion des émotions difficiles en thérapie
- La technique de « l'Effet Tunnel » : apaiser les crises émotionnelles
- Le Voyage Intérieur : confiance en soi et travail sur les peurs
- Le Recadrage Hypnotique : traiter les compulsions et addictions (tabac, alimentation, etc.)
- La Remodélisation d'Histoire de Vie : régression en âge et soin du passé

Fin du niveau Praticien 1, le 15ème jour de formation

## PRATICIEN 2 « Hypnose Ericksonienne et Nouvelle Hypnose » :

### Le troisième niveau en Hypnose Thérapeutique (15 jours)

*Accessible uniquement aux personnes ayant déjà suivi le niveau « Praticien 1 »*

À ce niveau, vous entrez dans la pratique avancée de la Nouvelle Hypnose et de l'Hypnose Ericksonienne. Vous approfondirez votre connaissance dans le langage stratégique de l'Hypnose dissociante (le fameux Milton-modèle, les Métaphores...).

Vous pratiquerez de nouveaux phénomènes hypnotiques avancés (hallucinations, écriture automatique, régressions en âge...), de nouvelles inductions et vous découvrirez les

astuces de thérapie du célèbre Milton Erickson. Ce niveau vous apportera également la connaissance de nombreuses techniques thérapeutiques essentielles en Hypnothérapie et coaching (Hypnose Classique, Hypnose Ericksonienne & Nouvelle Hypnose).

#### Objectif :

*DÉCOUVRIR LES TECHNIQUES ET PROTOCOLES AVANCÉS DE L'HYPNOSE DISSOCIANTE*

#### « Retour aux sources »

- La Séance Type d'Hypnose : les 7 étapes essentielles
- Techniques de recadrages avancées : simple, de Carol Erickson, de Rossi...
- Les Régressions hypnotiques. Hypermnésie, catharsis...
- Technique de la Ré-Empreinte : soin transgénérationnel
- Travail avec la Résistance : comment gérer les personnalités difficiles
- Inductions passe-partout : en cabinet, en entreprise, à l'hôpital...
- Les Altérations sensorielles : hallucinations positives et négatives, hyperesthésie, hypoesthésie
- Langage d'influence en thérapie : communication Ericksonienne avancée

#### « Métaphores de vie »

- Révision et approfondissement des techniques de langage thérapeutiques
- Futurisation hypnotique : générer du recadrage et activer le changement
- Projection dans le Temps : consolider sa séance d'hypnose
- Apprendre à raconter des histoires qui guérissent : les métaphores thérapeutiques
- Les Métaphores Ouvertes : les voyages métaphoriques, Rêve Éveillé Dirigé...
- Les Contes thérapeutiques et les Métaphores Isomorphiques
- Apprendre à communiquer sur 6 à 7 niveaux simultanés !

#### « Rêves et réalisations »

- Hypnose Conversationnelle créer une transe de manière indirecte et discrète
- L'Activation de rêve(s) : remémoration, création et programmation
- La Récapitulation hypnotique : nettoyage émotionnel
- Technique de Deuil / Pardon
- Travail sur les croyances et les valeurs, réalignement personnel
- Le Milton-modèle : les techniques de Confusion et d'Imprévisibilité

#### « Évolution... »

- Les Prescriptions & les Tâches en thérapie : débloquer les cas difficiles
- Le Traitement des Phobies : araignée, avion, aiguilles, ascenseur...
- Technique hypnotique avancée : La Double induction
- L'Écriture automatique : communiquer avec son inconscient, niveau avancé
- Quoi faire et avec qui : stratégies, outils, applications pratiques et présentation de cas d'Erickson et de thérapies modernes
- Révision des acquis de la formation et Journée de passage du diplôme

## PRATICIEN 2 « Hypnose Humaniste & TSA » :

Le troisième niveau en Hypnose Thérapeutique (15 jours)

*Accessible uniquement aux personnes ayant déjà suivi le niveau « Praticien 1 »*

À ce niveau, vous entrez de plain-pied dans le monde de l'Hypnose Humaniste et de la Thérapie Symbolique Avancée (TSA) : une hypnose associante (sans perte de conscience) **tout à fait originale et pratique.**

Cette formation est riche en **compréhension psychologique**, de la **vie**, des **symboles** et **archétypes**...

### « Changer en Conscience »

- Philosophie et idées de l'Hypnose Humaniste
- Les inductions hypnotiques de l'Hypnose Humaniste
- Préparation des inductions : augmenter le niveau vibratoire
- La Poussée aux Épaules : vérification corporelle
- Le Cercle de Conception : utiliser les idées Humanistes pour trouver sa voie
- La « Récapitulation Humaniste » : grand nettoyage personnel !
- La Thérapie Symbolique : principal outil d'intervention en Conscience
- Le Soi Idéal : philosophie et application thérapeutique
- Les Voyages en Conscience et leur application thérapeutique : les « Chemins de Lumière »

### « Au cœur de vous-même »

(Thérapie Symbolique Avancée : TSA)

- Les Archétypes : au cœur de la symbolique universelle
- Rencontre et soin du Féminin et Masculin
- Rencontre et soin de l'Enfant Intérieur
- Étude des blessures fondamentales
- Rencontre et soin du « Critique »
- Rencontre du « Sage »
- La Thérapie Symbolique Avancée (protocole éponyme)

L'hypnose Humaniste vous ouvre aux recherches les plus avancées dans le domaine de l'Hypnose nouvelle génération. Les protocoles thérapeutiques sont à la fois simples et profonds. Ils couvrent les domaines de la thérapie, mais aussi, fait unique en Hypnose, de la psychothérapie (structure psychologique).

- Le travail de deuil en Hypnose Humaniste
- Le travail avec les couples
- Protocole de soin du couple : exercices pratiques
- Le travail sur les rêves : interprétation du monde intérieur
- Le Rêve Eveillé Dirigé : métaphore ouverte et analyse symbolique...

### « Grandir en Conscience »

- Recadrage Symbolique Humaniste : travail sur les addictions et compulsions
- Se connecter à la motivation et à la créativité
- Philosophie Humaniste : Egrégores et Conscience
- Application thérapeutique : la ReConnexion entre Consciences
- Travail sur les croyances et les valeurs, réalignement personnel
- Effacer l'illusion : retrouver son identité profonde
- Ouvrir la Conscience : transe profonde humaniste
- Les régressions symboliques Humanistes : le « Tourbillon » et la « Marelle de Lumière »
- Révision des acquis de la formation et Journée de passage du diplôme

DIPLÔMES DE PRATICIEN EN HYPNOSE HUMANISTE & TSA  
sur démonstration des compétences théoriques et pratiques

## MAITRE-PRATICIEN

### Le quatrième niveau en Hypnose Thérapeutique (10 jours)

*Perfectionner - Généraliser*

*Efficacité - Élégance - Equilibre*

Ce dernier niveau de formation à l'Hypnose thérapeutique mène à l'obtention du Diplôme de « Maître-praticien » en Hypnose Ericksonienne ou Humaniste (selon la spécialisation choisie). Il est donc réservé aux personnes ayant déjà obtenu leur Diplôme de « Praticien » en Hypnose Ericksonienne ou Humaniste à l'IFHE.

Formation professionnalisante de haut niveau, elle est indispensable pour toute personne désirant faire de l'Hypnose son métier : en cabinet libéral, en institution, en milieu hospitalier...

L'accent sera mis sur la pratique (jeux de rôle), sur l'étude de vignettes cliniques (cas réels de thérapie : stress, anxiété, deuil, traumatisme, dépression...), sur l'apprentissage de techniques de pointe et sur la maîtrise de l'accompagnement thérapeutique : anamnèse, induction, gestion des personnalités difficiles, psychopathologie, structurer son suivi...

Le Maître-Praticien est une formation riche de 10 journées de cours qui vous permettra de devenir flexible et efficace dans vos prises en charge quelle que soit la personne et sa problématique.

Si vous choisissez la spécialisation « Hypnose Ericksonienne » : en plus de nombreux protocoles inédits d'hypnose et de la maîtrise de vos inductions hypnotiques, vous plongerez dans le monde de la thérapie brève avec la découverte de nouvelles approches et l'approfondissement des prescriptions de tâche qui vous permettront de débloquer les situations de thérapie les plus difficiles. L'accent sera également mis sur la créativité avec la capacité à s'adapter et à créer de nouveaux protocoles sur-mesure, en fonction de la situation.

Si vous choisissez la spécialisation « Hypnose Humaniste » : vous irez plus loin dans l'anamnèse (psychothérapie), vous découvrirez la version dynamique de la TSS (protocole phare de l'hypnose associante), une technique inédite de métaphore thérapeutique pour les cas les plus compliqués (SMAC), un approfondissement de vos connaissances en symboles et archétypes (TSA), de nouveaux protocoles pour transcender votre pratique, une maîtrise de l'approche participative où le patient devient acteur de sa thérapie...

### DÉCOUVREZ

Comment structurer toute une prise en charge thérapeutique de A à Z  
Des techniques avancées en Hypnose Ericksonienne ou Humaniste  
Une Philosophie de Vie et une Sagesse active

### MAITRISEZ

L'Hypnose et son approche thérapeutique  
Savoir quoi faire quelle que soit la problématique : accompagner, soigner, rediriger...  
Devenir Hypnothérapeute

### PERFECTIONNEZ

Votre anamnèse : structurer sa séance, alliance thérapeutique, choix de la technique...  
Vos inductions hypnotiques : accompagner en hypnose n'importe quel type de personne  
Vos techniques et stratégies thérapeutiques : être efficace, quelle que soit la situation

# MAITRE-PRATICIEN EN HYPNOSE ERICKSONIENNE

Optimiser ses acquis, enrichir ses connaissances et découvrir de nouvelles techniques (10 jours)

## « Au cœur de la séance »

- Psychopathologie : apprendre à reconnaître et rediriger si besoin
- La séance d'hypnose de A à Z
- Améliorer ses inductions hypnotiques
- Travail des inductions hypnotiques « classiques » et accompagnement
- La transe hypnotique partielle : juste la tête, juste le corps !
- Psychopathologie : la personnalité paranoïaque, schizoïde, schizotypique
- Etudes de cas : le stress, l'anxiété (théorie et jeux de rôle)
- Les positions de Perception : une autre vision du monde...
- Le Carré Magique : technique ludique de Détermination d'Objectif
- Psychopathologie : la personnalité antisociale, limite, histrionique, narcissique
- Etudes de cas : la dépression, les addictions (théorie et jeux de rôle)
- DHE & HH, Sliding Anchors, Ancrages spatiaux : applications pratiques
- La Désactivation d'ancre auditive : sans les mains !
- Psychopathologie : la personnalité obsessionnelle-compulsive, évitante, dépendante
- Mécanismes de défense : savoir contourner les obstacles
- Etudes de cas : les enfants, la famille, les couples (théorie et jeux de rôle)
- Langage symbolique : le Modèle-Milton et les Submodalités métaphoriques
- Improviser un conte thérapeutique isomorphique
- Journée de travail personnel d'Alignement
- Cartographie (personnelle) de l'Inconscient
- Travail sur vos « cordes sensibles »

## « Dépasser ses limites »

- La Thérapie Provocatrice : synthèse et applications pratiques
- L'approche « orientée solution » : Brief Familial Therapy Center (Milwaukee)
- Les prescriptions en Thérapie brève : Mental Research Institute (Palo Alto)
- Mise en pratique : développer son esprit stratégique !
- La Carte du Monde et le Coping
- Techniques de Désensibilisation : en version hypnotique
- La Modélisation PNL de l'Excellence : adopter les meilleures stratégies
- Submodalités & Croyances : passer du doute à la conviction
- La Transformation Hypnotique Globale : explorer d'autres identités !
- Etudes de cas : soutien psychologique durant les maladies lourdes
- Etudes de cas : psychopathologie du travail (théorie et jeux de rôle)
- Le Swish : donner une direction à sa vie...
- La seconde séance : quoi faire, si ça marche, si ça ne marche pas ?
- Etudes de cas : les deuils, les traumatismes (théorie et jeux de rôle)
- Le Destructeur de Décision : technique radicale de changement
- Que faire en cas de rechute ?
- Savoir conclure la thérapie : et encourager l'autonomie de la personne.
- L'Hypnose Conversationnelle : inductions et conduite de séance
- Intégration des acquis de Maître-Praticien

# MAITRE-PRATICIEN EN HYPNOSE HUMANISTE

Se professionnaliser, mieux se connaître et découvrir de nouvelles techniques

## « Au cœur de la séance »

- Passer l'anamnèse au niveau supérieur
- Les cas « flous » : cadrer, préciser, explorer et savoir quoi faire
- Psychopathologie : apprendre à reconnaître et rediriger si besoin
- Psychopathologie : la personnalité paranoïaque, schizoïde, schizotypique
- Etudes de cas : le stress, l'anxiété (théorie et jeux de rôle)
- La Thérapie Symbolique Simple : version complète, dynamique
- Psychopathologie : la personnalité antisociale, limite, histrionique, narcissique
- Etudes de cas : la dépression, les addictions (théorie et jeux de rôle)
- Rappel sur les métaphores ouvertes...  
Structures Métaphoriques Activatrices : entrez dans la matrice !
- Psychopatho : la personnalité obsessionnelle-compulsive, évitante, dépendante
- Etudes de cas : les enfants, la famille, les couples (théorie et jeux de rôle)
- Les voyages en Conscience : encore plus loin...  
Journée de travail personnel d'Alignement
- Cartographie (personnelle) de l'Inconscient
- Travail sur vos « cordes sensibles »

## « Devenir son propre mentor »

- Approfondir le cours de TSA
- Travailler son accompagnement en TSA : que faire quand ça bloque ?
- Symbologie : avancer dans sa connaissance des symboles
- Approche stratégique en HH : utiliser les croyances, en TSS, Smac, etc.
- Savoir démultiplier la force de changement grâce aux émotions
- Le Core Process : aller au cœur de soi-même et en ramener force et lumière
- La seconde séance : quoi faire, si ça marche, si ça ne marche pas ?
- Etudes de cas : les deuils, les traumatismes (théorie et jeux de rôle)
- Le Destructeur de Décision HH : épurer et illuminer son chemin de vie
- Etudes de cas : soutien psychologique durant les maladies lourdes
- Études de cas : psychopathologie du travail (théorie et jeux de rôle)
- Le Cercle des Rêves : et transformer le monde autour...
- Que faire en cas de rechute ?
- Savoir conclure la thérapie : et encourager l'autonomie de la personne
- L'Éclosion : technique humaniste pour conclure une thérapie
- Intégration des acquis de Maître-Praticien





# LES MODULES DE PROFESSIONNALISATION

Ces mini-formations pratiques sont un véritable lien entre votre cursus professionnel en Hypnose Ericksonienne ou en Hypnose Humaniste et les demandes spécifiques de vos futurs clients de coaching ou vos patients en thérapie.

Les modules de professionnalisation sont souvent organisés en petits groupes (entre 12 et 25 personnes). Ils répondent particulièrement aux questions essentielles que l'on se pose au moment d'utiliser l'hypnose dans le métier de coach ou de thérapeute.



## Module Hypnose pour le Stress, Anxiété et Dépression

Réservé aux Praticiens 2 HH ou HE  
(3 jours)

Vous apprendrez à gérer de manière efficace les situations de stress chronique, les problématiques d'anxiété, les attaques de panique, les peurs les plus courantes, les phobies, les épisodes de tristesse, de dépression, de mélancolie profonde, etc.



## Module Hypnose et Traumatismes

Réservé aux Praticiens 2 HH ou HE  
(3 jours)

Les différents traumatismes et leurs mécanismes seront abordés : harcèlement, viols, agressions, deuils, accidents, scènes de violence familiales, attentats, scènes de guerre, etc. Ainsi que les différents protocoles d'hypnose associés.

Certains modules sont ouverts à tous : ils peuvent être suivis pendant ou après la formation pour la compléter, mais également pour vous aider pendant la formation, dans différents domaines.

Les modules portant la mention « ouverts à tous » sont également accessibles aux élèves des autres écoles de formation (hors IFHE).

Ainsi que l'ensemble des cas spécifiques que l'on peut retrouver en cabinet ou en institution : l'épuisement professionnel (burn-out), les dépressions post-partum, les troubles dépressifs chez les personnes âgées, la dépression dans le handicap, etc.

La formation ouvre également sur la prise en charge du potentiel suicidaire qui accompagne parfois les troubles anxieux et dépressifs.

Vous comprendrez pourquoi on ne peut pas travailler tous les traumatismes de la même manière. C'est grâce à cette compréhension du traumatisme de la personne dans sa singularité, et en appliquant à chaque fois un protocole hypnotique adapté, que vous arriverez rapidement à un bon résultat avec la personne.



## Module Hypnose et Addictions

Réservé aux Praticiens 2 HH ou HE  
(3 jours)

Les demandes concernant les addictions sont importantes en thérapie. Quelles sont les techniques les plus efficaces pour un arrêt rapide du tabac ? Comment accompagner une personne qui s'alcoolise et se met en danger ?



## Module Hypnose et Poids

Réservé aux Praticiens 2 HE (3 jours) ou  
HH (4 jours)

Ce module vous donnera les clés d'un accompagnement efficace pour toutes les sortes de problématiques liées au poids : prise de poids classique, obésité, boulimie, hyperphagie, anorexie...



## Module Hypnose pour les Enfants et les Adolescents

Réservé aux Praticiens 2 HH ou HE  
(5 jours)

Ce module couvre les domaines les plus répandus qui font souci aux enfants et aux adolescents.



## Module "Auto-hypnose et Transgénérationnel"

Ouvert à tous (2 jours)

Vous explorerez votre arbre généalogique, en auto-hypnose. Vous vous laisserez guider par votre Inconscient, pour aller à la rencontre de vos blessures familiales, transmises parfois depuis des générations. En les reconnaissant, vous aurez une meilleure compréhension de vous-même.

Comment réguler une consommation excessive de prise de substance (cannabis, héroïne, ecstasy...) ? Comment accompagner un patient souffrant d'addictions comportementales (jeux d'argent, addiction à la pornographie, achat compulsif...) ?

Riche en théorie et en pratique, la formation sera rythmée par de nombreuses vignettes cliniques et jeux de rôle.

Vous apprendrez les techniques d'hypnose les plus pertinentes dans la gestion des troubles du comportement alimentaire et vous bénéficierez de nombreux temps de pratique (vignettes cliniques, jeux de rôle...) pour consolider vos apprentissages.

La quatrième journée s'inscrira dans la continuité de la Thérapie Symbolique Avancée (TSA, Hypnose Humaniste) avec un travail et une étude sur l'archétype de la Mère Intérieure.

Les cas spécifiques sont également traités, par exemple les enfants adoptés ou les enfants avec autisme, tout comme ce qui provient des troubles transgénérationnels.

**Nota : le module « Auto-hypnose et transgénérationnel » est très complémentaire à cette spécialisation.**

Des exercices vous seront proposés pour guérir ces blessures anciennes, afin de lever les blocages de votre vie et ressentir un réel soulagement.

Ce module dispensé en week-end d'Auto-hypnose est de niveau professionnel et très complémentaire à la formation TSA (HH) et au module « Hypnose pour les enfants et les adolescents ».



## Module Hypnose Humaniste et Analyse Symbolique

Réservé aux Praticiens 2 HH  
(1-2 jours)

Ces journées spéciales viennent en complément de la TSA apprise en cours. Le but est d'avancer dans votre connaissance et votre compréhension pratique du monde des symboles.

Vous vous immergerez dans l'étude d'un thème lié à la mythologie, aux traditions, aux archétypes, etc.



## Module Hypnose Classique Récréative

Ouvert à tous (3 jours)

En consultation, ces compétences vous permettront de répondre au besoin des personnes en attente d'une hypnose « comme à la télé » : celles qui attendent l'arrivée de divers phénomènes pour être « convaincues que ça va marcher ».

A l'extérieur (repas, soirée, etc.), vous serez apte à proposer des démonstrations de quelques minutes (ou plus !) à une ou plusieurs personnes volontaires.

Enfin, ce module vous permettra de renforcer votre assertivité et votre confiance à produire des phénomènes hypnotiques .

Voici un module qui vous aidera à faire découvrir l'état d'hypnose à de nombreuses personnes, de manière saine et ludique, pour leur ouvrir les portes d'un monde intérieur qu'elles ne faisaient que soupçonner.



# WEEK-END AUTO-HYPNOSE

## DÉCOUVRIR L'HYPNOSE PAR LA PRATIQUE

- Ouverts à tous, quel que soit votre niveau, même débutant.
- Pour la découverte de l'outil fabuleux qu'est l'Hypnose, sur des thèmes importants.
- Pour expérimenter l'hypnose avant de vous engager dans une formation plus longue.
- Ou juste pour le plaisir !

*Les week-ends d'Auto-Hypnose sont aussi recommandés en complément d'un suivi en hypnothérapie (travail sur soi) ou en coaching. Vous y gagnerez des heures d'expériences en hypnose et le travail que vous ferez avec votre hypnothérapeute sera plus fluide et plus rapide.*

*En 1 seul week-end, vous expérimenterez plus de 12 heures d'hypnose, en théorie mais surtout en pratique !*

**Nous vous proposons quatre week-ends à thème, au choix, que vous pouvez suivre ensemble ou séparément et dans n'importe quel ordre :**

### **Auto-Hypnose & Qualité de Vie :**

Pour faire le point sur votre vie, découvrir les clés de votre plaisir de vivre et aussi les points à régler pour libérer votre potentiel.

Objectif : Vivre mieux au quotidien et avancer sur votre développement personnel.

Vous apprendrez à résoudre d'éventuels conflits intérieurs, à vous mettre en pleine cohérence, à penser de manière adéquate, à poser vos objectifs et à les intégrer à votre avenir... Tout cela avec les outils de l'Auto-Hypnose !

### **Du Stress à la joie de vivre**

Ce week-end vous initiera d'abord à certaines des techniques les plus efficaces de gestion du stress, éprouvées tant au niveau quotidien qu'en entreprise et même auprès de sportifs de haut-niveau.

L'Auto-Hypnose est un des outils les plus connus et les plus efficaces pour réguler le stress et retirer ses

facteurs déclenchants, quand ils nous sont personnels. Ensuite, vous apprendrez à vous porter au-delà, vers un plaisir et une joie de vivre au quotidien.

## Auto-Hypnose & Confiance en Soi :

Ce week-end vous conduit au pays de votre Inconscient, afin de vous permettre de vous réaliser pleinement : exprimer sans gêne, tranquillement, ce que vous êtes.

## Auto-hypnose Humaniste :

Ce week-end vous permettra de découvrir l'Auto-Hypnose telle qu'on la pratique en Hypnose Humaniste ou en TSA. Vous vivrez l'expérience des inductions hypnotiques associées, dites « en ouverture de conscience », sans perte de contrôle ni besoin de lâcher-prise.

Guidé de main de maître, vous partirez à la découverte des rouages inconscients mis en place dès votre plus jeune âge qui déterminent votre quotidien, sans que vous le sachiez. Vous travaillerez intuitivement afin que vos rêves conscients deviennent réalité.

Vous vous entraînerez avec des protocoles simples qui vous permettront d'accéder à des ressources qui dépassent les limites de votre Inconscient, que ce soit au niveau physique ou émotionnel.

Vous découvrirez également une induction associée nommée « intériorisation consciente » qui vous permettra d'accéder à vos archétypes (Féminin, Masculin ou Enfant Intérieur).

## DES SESSIONS INTENSES D'APPRENTISSAGE

Chaque première matinée reprend les notions élémentaires de l'Auto-Hypnose. L'entraînement se fait d'abord en groupe, puis en solo, jusqu'à ce que chacun ait expérimenté un véritable état d'hypnose. Sur ces bases, les outils spécifiques au thème abordé sont enseignés et expérimentés.

Ces week-ends sont intenses d'apprentissages et d'expériences, ils vous apporteront la pratique et l'expérience nécessaires pour continuer d'utiliser ces outils, chez vous, autant que vous le voudrez.

Ils ont été conçus selon les programmes d'entraînement à l'auto-hypnose d'Olivier Lockert, de Patricia d'Angeli et d'Alexandre Lockert, enseignants principaux de l'IFHE. Beaucoup d'élèves IFHE ont commencé par ces week-ends pour découvrir l'hypnose, avant de s'inscrire pour la formation professionnelle.

De petits livres reprenant les thèmes et certains exercices du week-end sont parfois proposés en complément des cours. Votre formateur saura vous renseigner.



Retrouvez l'ensemble de la bibliographie IFHE sur :

[www.ifhe-editions.com](http://www.ifhe-editions.com)



Tout professionnel de la Relation d'Aide ou de la Thérapie peut avoir besoin, à ses débuts comme à tout moment de sa carrière, de réviser ses techniques ou de se mettre à jour, d'une supervision sur sa pratique... ou même d'une aide personnelle thérapeutique.

### Vos questions :

- Comment, concrètement, utiliser ma formation en l'intégrant à mon métier actuel ?
- Comment m'engager dans le nouveau métier d'Hypnothérapeute ?
- En suis-je capable ? Comment faire concrètement ?
- Et si j'ai des doutes ou des questions, à qui puis-je m'adresser ?
- Puis-je avoir accès à des révisions de certaines parties de la formation que j'aimerais mieux comprendre ou approfondir ?
- Dans le cadre du métier d'hypnothérapeute, puis-je avoir le soutien d'un collègue plus expérimenté ?
- Existe-t-il un espace (sur internet) où je pourrais retrouver d'autres « anciens élèves » de ma promotion, ou des élèves d'autres promotions pour pouvoir discuter, échanger, m'informer... ?

**Une équipe de superviseurs professionnels est à votre disposition pour répondre à vos questions dans de nombreuses villes de France, sur l'île de la Réunion et dans d'autres pays.**

### Gratuitement sur Facebook

Grâce à un groupe Facebook strictement réservé aux personnes diplômées par l'IFHE\* (niveau minimum « Praticien », HE et/ou HH), les superviseurs vous accompagneront et vous conseilleront au quotidien sur vos premières séances (et les suivantes si besoin).

Vous pourrez également y retrouver vos anciens compagnons de formations et partager avec eux vos expériences professionnelles.

*\*Sous réserve du respect des règles de bienséance communautaires.*



## Le Perfectionnement IFHE

Afin de réviser, pour garder en mémoire les points importants de votre formation ou pour vous tenir à jour, car la pratique évolue sans cesse, l'IFHE vous permet de revenir faire des journées de formation (à la carte). Accès gratuit par Zoom, voir conditions auprès du secrétariat.



## Journées de révisions spécifiques et approfondissement sur les inductions hypnotiques

Accessibles à partir du niveau Praticien 1 ou 2 (HH et/ou HE, selon les modules), ces journées sont destinées aux personnes qui souhaitent approfondir leur niveau dans l'art des inductions.

Car pour réussir une séance d'hypnose, la clé indispensable est la réussite de l'induction !

- Inductions Hypnose Ericksonienne, 2 jours
- Inductions Hypnose Humaniste, 2 jours

Ces journées sont essentiellement pratiques et conçues pour permettre d'améliorer facilement et efficacement la pratique professionnelle de l'hypnothérapie.



# SITES INTERNET IFHE À CONSULTER

En plus du portail d'accueil de l'IFHE : [www.ifhe.net](http://www.ifhe.net)  
et du site principal : [www.hypnose-ericksonienne.com](http://www.hypnose-ericksonienne.com)

Vous trouverez ci-après quelques sites Internet en lien avec l'IFHE,  
direct ou indirect (liens amicaux).



[www.hypnose-humaniste.com](http://www.hypnose-humaniste.com)  
Le site officiel de l'Hypnose  
Humaniste, avec  
annuaire d'hypnothérapeutes  
spécialisés



[www.evene.fr/celebre/biographie/  
olivier-lockert-4824.php?citations](http://www.evene.fr/celebre/biographie/olivier-lockert-4824.php?citations)  
Quelques citations d'Olivier Lockert  
(disponibles en plusieurs langues)



[www.livres-hypnose-pnl.com](http://www.livres-hypnose-pnl.com)  
La librairie en ligne de l'IFHE :  
sélections de livres, ebooks, DVD  
et MP3



[www.citation-du-jour.fr/citations-  
olivier-lockert-528.html](http://www.citation-du-jour.fr/citations-olivier-lockert-528.html)  
Encore quelques citations d'Olivier  
Lockert



[www.ifhe-editions.com](http://www.ifhe-editions.com)  
Le site des éditions de l'IFHE,  
avec notamment les livres  
d'Olivier Lockert et Patricia  
d'Angeli



[www.siteacitations.com](http://www.siteacitations.com)  
Le Site à Citations : la base de  
données des citations choisies  
d'Olivier Lockert, pour vos  
métaphores ou votre  
développement personnel



[www.olivier-lockert.com](http://www.olivier-lockert.com)  
Le blog officiel d'Olivier Lockert  
(articles, news, fait intéressants,  
etc.)



[www.facebook.com/olivier.lockert](https://www.facebook.com/olivier.lockert)  
La page Facebook d'Olivier Lockert,  
pour être en lien au quotidien



[www.patricia-dangeli.com](http://www.patricia-dangeli.com)  
Le site officiel de Patricia d'Angeli  
(présentation générale)



[www.facebook.com/patricia.dangeli  
.lockert](https://www.facebook.com/patricia.dangeli.lockert)  
La page Facebook de Patricia  
d'Angeli,  
pour être en lien au quotidien



[www.hypnose-gratuit.com](http://www.hypnose-gratuit.com)  
Des séances d'Hypnose réalisés par  
Olivier Lockert et Patricia d'Angeli,  
en téléchargement gratuit  
(disponibles en plusieurs langues)



[https://www.youtube.com/c/Olivier  
Lockert-1](https://www.youtube.com/c/OlivierLockert-1)  
La chaîne Youtube d'Olivier Lockert  
"Hypnos"





# LA LIBRAIRIE IFHE

Commander par internet des livres spécialisés sur l'hypnose,  
c'est possible sur :

**[www.librairie-ifhe.com](http://www.librairie-ifhe.com)**

Nous avons sélectionné pour vous  
les meilleurs livres sur l'Hypnose et les approches complémentaires, pour la santé, la  
qualité de vie et le développement personnel.

**Contact Librairie IFHE**  
(renseignements, suivis de commandes) :

**01 41 86 00 00**







**IFHE**

5, rue Benjamin Raspail, 92240 Malakoff



01 55 18 00 00



contact@ifhe.net



www.ifhe.net