

**SMSH**Société Médicale  
Suisse d'Hypnose**IRHyS**Institut Romand  
d'Hypnose Suisse**SHypS**Société d'Hypnose  
Clinique Suisse

## Hypnose et gestion des émotions

*Séminaire de spécialisation et de formation continue en hypnose médicale et thérapeutique  
Formation continue en techniques hypnotiques*

### **Objectifs et descriptions :**

L'hypnose consiste à capter l'attention de la personne, pour ensuite influencer la partie du cerveau qui a le plus à dire en matière de prise de décision : l'inconscient. Et la meilleure chose que l'on peut y générer, c'est une réponse émotionnelle, car une fois acquis l'intérêt pour ce que l'on a à proposer (partie consciente) et la confiance en notre personne et en nos paroles (partie inconsciente) nous pouvons guider la personne, pas à pas, vers de nouvelles émotions et de nouveaux territoires, avec un minimum de résistance. Pour mener à bien ce processus d'influence, l'attitude ou l'émotion de base du thérapeute est essentielle, car les émotions, pour le bien et pour le pire, sont contagieuses, particulièrement dans la relation hypnotique.

Lorsque le patient se trouve plongé dans certaines émotions limitantes ou paralysantes (peur, tristesse, colère, honte, insécurité et doute...), il se trouve englué dans une vision limitée de son problème, de laquelle il peine à se dégager, car il n'arrive pas à accéder librement à sa pensée logique et rationnelle et à sa pleine créativité. Le travail du thérapeute consiste alors à guider la personne dans des états émotionnels, ou attitudes, celles plus utiles à affronter ses problèmes: acceptation, créativité, courage, détermination, patience, sérénité... Il le fait en la guidant dans un enchaînement d'émotions, en utilisant des truismes et explications qui portent au "yes set", l'empathie, la surprise, la curiosité, des souvenirs, des métaphores..., en ancrant les émotions-cibles pour en faciliter la solidité et l'accès futur, et en les utilisant pour faciliter la gestion des problèmes.

Les techniques de gestion des émotions que propose le formateur, inspirées de la programmation neurolinguistique, sont un ensemble de processus simples que l'on peut apprendre et appliquer sur soi, jusqu'à ce qu'elles deviennent habitudes. Elle nécessite pour cela répétition et mise en pratique dans la vie personnelle. C'est une discipline qui consiste à planifier et à corriger des situations à vivre ou vécues, ou seulement imaginées. La formation a pour but de donner les outils nécessaires pour apprendre ces processus durant la formation et pour continuer à les améliorer et à les automatiser après la formation. Des exercices pratiques seront aussi proposés, sous forme de séances d'hypnose individuelles en petits groupes de trois, dans le but de tester concrètement l'application de ces techniques dans la pratique hypnotique.

### **Formateur :**

**Monsieur Nicolas Bonvin**, psychologue spécialisé dans le traitement des addictions, master practioner Programmation neurolinguistique, superviseur irhis e smsh. Exerce auprès du Service psycho-social de Locarno, auprès de l'ambulatorio de tabaccologie de l'hôpital de Locarno, et auprès de l'Epatocentro de Lugano et du Gruppo Azzardo Ticino.

### **Validation :**

Ce cours est validé par la Société Médicale Suisse d'Hypnose - SMSH, la Société d'Hypnose Clinique Suisse – SHypS et l'Institut Romand d'Hypnose Suisse – IRHyS.

### **Participants :**

Ce cours est destiné aux médecins, psychologues et psychothérapeutes au bénéfice d'une formation de base en hypnose médicale ou thérapeutique (Cycle I de la formation romande SMSH-SHypS), et aux professionnels paramédicaux au bénéfice d'une formation en techniques hypnotiques (cycle I de la formation en techniques hypnotiques IRHyS ou CAS en art et techniques hypnotiques HES) ou toute autre formation analogue reconnue par l'IRHyS.

**Tarif :** Adhérents IRHyS – SMSH - SHypS : CHF 315.-

Autres : CHF 390.-

**Date, horaires et lieu :** 13 mai 2017

9h00 – 17h00

Lausanne

**Renseignements :** Fondation IRHyS, 024 471 17 62 ou 079 383 48 91 - [info@irhys.ch](mailto:info@irhys.ch)

### **Inscription :**

Prière de remplir et de signer le bulletin d'inscription ci-dessous et de le faire parvenir par fax ou à l'adresse suivante :

IRHyS - Institut Romand d'Hypnose Suisse  
Rue de la Charmette 24  
1868 Collombey

Tél. : +41 (0)24 471.17.62  
Fax : +41 (0)24 471.56.46

Bulletin d'inscription au séminaire

***Hypnose et gestion des émotions***

**Monsieur Nicolas Bonvin**

13 mai 2017

9h00 – 17h00

Lausanne

Nom : ..... Prénom : .....

Adresse : .....

NPA : ..... Lieu : .....

Tél. : ..... E-mail : .....

Profession : ..... Fonction : .....

Formation initiale en hypnose : organisation, lieu et date : .....

.....

**Adhérent**

IRHyS

SMSH

SHyPS

**Tarifs :**

Adhérents IRHyS - SMSH - SHyPS :  CHF 315.-

Autres :  CHF 390.-

**Conditions :**

L'inscription à un enseignement doit parvenir au secrétariat de l'IRHyS avant le délai indiqué sur l'annonce y relative. Le montant de la finance de participation est dû une fois l'inscription notifiée par l'organisateur. Lors du retrait d'une inscription avant la notification de sa confirmation, les frais administratifs consécutifs au traitement du dossier seront facturés. L'accès à la session d'enseignement n'est autorisé qu'aux personnes s'étant acquittées de la totalité de leur finance de participation au plus tard 5 jours avant la session de formation. En cas d'absence en raison d'un motif majeur (maladie, difficultés familiales ou existentielles) et sur demande dûment motivée, le participant peut discuter avec l'IRHyS des possibilités de compensation (inscription à une autre activité, ristourne partielle). Il appartient à l'IRHyS et à lui seul d'apprécier la nature ou le montant de cette compensation. Par son Conseil de fondation, l'IRHyS se réserve le droit d'exclure un participant à une manifestation ou un enseignement organisé par ses soins. En cas d'exclusion et après déduction des frais administratifs, seuls les montants correspondant aux activités qui ne pourront être suivies seront remboursés. L'IRHyS s'engage à rembourser intégralement les finances de participation à des enseignements annulés.

Ces conditions sont applicables sitôt le présent formulaire daté et signé. Par sa signature, la personne soussignée déclare avoir pris connaissance et accepté les conditions définies ci-dessus.

Je m'inscris au séminaire « *Hypnose et gestion des émotions* », avec Nicolas Bonvin.

J'ai pris connaissance des conditions d'inscription ci-dessus et les accepte.

Lieu et date : .....

Signature : .....

**Bulletin à retourner par fax ou à l'adresse suivante :**

**Institut Romand d'Hypnose Suisse**  
Rue de la Charmette 24  
1868 Collombey  
[www.irhys.ch](http://www.irhys.ch)

Téléphone : +41 (0)24 471.17.62  
Mobile : +41-(0)79 383.48.91  
Fax : +41 (0)24 471.56.46  
Email : [info@irhys.ch](mailto:info@irhys.ch)