



HYPNOSE ET CONFIANCE EN SOI

Cette spécialisation en Hypnose vous permettra d'accompagner vos clients qui souhaitent se libérer d'un manque de confiance en soi et développer leur estime personnelle.

Les peurs et la dévalorisation ont pour conséquence de nombreuses problématiques (symptômes divers, limites, etc.) qui sont des motifs fréquents de consultation.

Cette formation pratique sur 6 jours vous donnera la capacité de proposer des accompagnements pour **installer des changements au niveau des croyances et des comportements.**

Des exercices pratiques supervisés tout au long de la formation permettront l'intégration des techniques.

Programme



STAGE HC1 : PEURS ET PHOBIES - 2 JOURS

- Gestion du stress
- Amélioration des potentiels de concentration et d'apprentissage (examens, créativité, etc.)
- La découverte de ses capacités et ses compétences
- La reconnaissance de sa valeur personnelle et de ses accomplissements
- Protocoles pour l'image et la perception de soi

STAGE HC2 : CONFIANCE ET ESTIME DE SOI 2 JOURS

- Travail sur les croyances et l'identité
- La dévalorisation et la victimisation
- Le travail sur la zone de confort
- Protocoles pour alléger des souvenirs douloureux

STAGE HC3 : DÉPRESSION, ANGOISSES ET TRAUMATISMES - 2 JOURS

- La dépression et les angoisses
- L'accompagnement des traumatismes physiques et psychologiques
- Harcèlement moral et burn-out, violences et abus
- Évaluation de fin de formation
- Synthèse générale



OBJECTIFS

COMPRENDRE les mécanismes et la genèse de la dévalorisation et du manque de confiance.

SAVOIR TRANSFORMER les messages internes limitants.

SAVOIR mettre en valeur les capacités et les compétences des clients.

SAVOIR accompagner la dépression et les traumatismes.

MAÎTRISER des techniques spécifiques d'hypnose adaptées à cet accompagnement.

PRÉ-REQUIS POUR CE PERFECTIONNEMENT

Avoir suivi la formation Les bases de l'Hypnose ou Certificat de formation en Hypnose

PUBLIC

Voir page 10

FORMATEUR

Jimmy Sapin

DATES - 2 sessions

Session janvier 2018

HC1 : 23-24 janvier 2018
HC2 : 26-27 février 2018
HC3 : 26-27 mars 2018

Session juillet 2018

HC1 : 2-3 juillet 2018
HC2 : 28-29 août 2018
HC3 : 24-25 septembre 2018

TARIFS

Tarif référentiel : 1375 euros
Tarif préférentiel : 1100 euros

Une **ATTESTATION DE FORMATION** vous sera délivrée à la fin du stage.