

APPRENDRE ET PRATIQUER L'AUTO-HYPNOSE

Envie ou besoin de découvrir un univers merveilleux ?

Offrez-vous un voyage inédit vers un monde inexploré et laissez-vous conduire jusqu'aux portes de votre monde intérieur...

...jusqu'aux portes de vous-même...

J'ai conçu pour vous cet apprentissage de l'Auto-Hypnose, comme un véritable parcours initiatique, qui vous permettra d'entrer dans l'univers fascinant de L'HYPNOSE !

Parce qu'avant tout pratiquer l'Auto-Hypnose, c'est pratiquer l'Hypnose.

Vous apprendrez à travailler sur ce qui vous fait vraiment, ce que vous êtes.

Vous partirez à la découverte des rouages de votre inconscient qui déterminent, sans que vous le sachiez vraiment, votre quotidien.

Comprendre, apprendre et expérimenter par soi-même, seront les lignes directrices de cette journée, entièrement dédiée à vous apporter toutes les clefs nécessaires à aller encore plus loin, dans vos expériences de vie.

Pragmatique et ludique, ce programme d'une journée, **est ouvert à tous** sans condition préalable.

Que vous vouliez vous libérer :

- des blessures profondes
- des troubles récurrents
- des tracasseries quotidiennes

Cette journée est faite pour vous !!

Que vous vouliez développer :

- vos compétences
- vos potentiels
- vos ressources personnelles

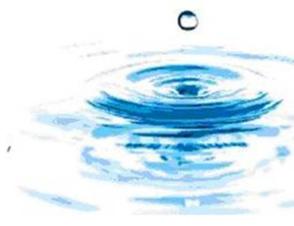
Cette journée est faite pour vous !!

Que vous cherchiez à améliorer :

- votre forme
- votre condition physique
- ou juste votre Bien-Etre

Cette journée est faite pour vous !!

Cette session intense en échanges, apprentissages et exercices, vous apportera la pratique et l'expérience nécessaires pour d'utiliser ces outils, autant que vous le voudrez dans de nombreux domaines de votre vie.



Le Bien Etre par l'Hypnose

Siège : 178 Rue Coquet 59310 Faumont - Tél : 06.51.57.00.24 - www.metaphores-nord.fr

APPRENDRE ET PRATIQUER L'AUTO-HYPNOSE

FICHE PRATIQUE

DUREE :

1 journée (8 heures)

LIEUX :

METAPHORES – 178 Rue Coquet 59310 FAUMONT

FORMATEUR :

Didier DEFOSSE, Hypnothérapeute

(Diplômé en Hypnose Classique, Ericksonienne, Nouvelle et Programmation Neuro Linguistique.

Formé à l'Hypnose Humaniste et à la Thérapie Symbolique Avancée).

OBJECTIF :

Apprendre à pratiquer l'Auto-Hypnose, grâce à des outils de communication empruntés à l'Hypnose et à la PNL (Programmation Neuro Linguistique).

PUBLIC CONCERNES :

Toutes personnes majeures sans prérequis.

PROGRAMME :

Voir la fiche de programme détaillé.

DEROULEMENT :

Horaires (à titre indicatif)

9h00 – 9h30 : **Début de Journée** : Accueil / Petit déjeuner de bienvenue

9h30 – 13h00 : **Apprentissages** et Exercices de la matinée

13h00 – 14h00 : **Repas** sous forme « Auberge Espagnole », chacun pourra ainsi faire partager ses goûts et origines culinaire, autour d'échanges conviviaux. Cuisine et couverts à disposition sur place, pour plats chaud et froid.

14h00 - 18h00 : **Apprentissages** et Exercices de L'après-Midi.

18h00 : **Fin de Journée**

18h00 – 19h00 : Un **moment d'échange** est réservé pour les personnes souhaitant approfondir ou éclaircir certains points.

Pauses :

Des **pauses régulières** d'environ **20 min.** sont prévues vers **11h00 et 16h00**, afin de pouvoir discuter autour d'un encas et quelques boissons chaudes et/ou fraîches.

MATERIEL PEDAGOGIQUE :

Un classeur avec le contenu pédagogique illustrant les différents enseignements sera remis à chaque participant. (Prévoir simplement de quoi écrire).

MONTANT DE LA JOURNEE :

119 Euros TTC par personne

MODE DE REGLEMENT :

Par chèque bancaire uniquement à l'ordre de M. Didier DEFOSSE. Le règlement en totalité est à envoyer avec le bulletin d'inscription (voir fiche d'inscription) à : METAPHORES, 178 Rue Coquet 59310 FAUMONT.

Paiement échelonné possible en 2 fois sans frais (nous contacter au 06.51.57.00.24 pour les modalités)

INSCRIPTION :

Voir Fiche d'Inscription

Métaphores

Le Bien Etre par l'Hypnose

Siège : 178 Rue Coquet 59310 Faumont - Tél : 06.51.57.00.24 - www.metaphores-nord.fr

APPRENDRE ET PRATIQUER L'AUTO-HYPNOSE

PROGRAMME

Qu'est-ce que l'Hypnose

- Définitions
- Concepts de bases
- Conscient et Inconscient

Les différents Types d'Hypnose

- Hypnose Classique
- Hypnose Ericksonienne
- Hypnose Humaniste

Historique de L'Hypnose

Mieux se connaître

- La Synchronisation
- Les Modèles de Perception
 - o VAKOG
 - o Métaprogrammes

Premiers outils en Hypnose

- La Visualisation
- Association/Dissociation
- Les niveaux Logiques
- Les Submodalités

Déterminer un Objectif

Premières Techniques

- L'Etat Modifié de Conscience
 - o La technique
 - o Les inductions
- Les Phénomènes Hypnotique
- L'approfondissement de la transe
- L'Expérience d'Auto - Hypnose

Quelques Techniques Avancées

- La Récapitulation
- La transformation Hypnotique Intérieure

Ces enseignements sont ponctués de nombreuses démonstrations et exercices pratiques, réalisés en groupe, binôme ou de manières individuelles.

APPRENDRE ET PRATIQUER L'AUTO-HYPNOSE

BULLETIN D'INSCRIPTION

(A retourner par courrier à METAPHORES avec votre règlement)

NOM (en majuscule) :

Prénom :

Adresse :

Code Postal :

Ville :

Tél :

Email :

Je souhaite participer à la formation :

- ✓ Intitulé :
- ✓ Date de début :

Je souhaite régler ma formation par chèque

- En 1 chèque au comptant
 - En 2 chèques
- A l'ordre de M. Didier Defosse.

Ci-joint mon règlement, soitEuros

Merci d'envoyer votre bulletin d'inscription accompagné de votre règlement à
METAPHORES, 178 Rue Coquet 59310 Faumont.

Conditions Générales

Toute inscription à la **Formation Auto-Hypnose** de METAPHORES implique la connaissance et l'acceptation entière des présentes Conditions Générales qui ont valeur de Contrat entre le **stagiaire** et METAPHORES.

Le stagiaire reconnaît que la **Formation Auto-Hypnose** n'est en rien une thérapie, ni individuelle, ni de groupe. **Le stagiaire** a conscience que cette formation n'a aucun rapport avec un traitement médical ou une aide psychologique et ne s'y substitue en aucun cas. Si **le stagiaire** soupçonne ou sait qu'il souffre d'un quelconque problème d'ordre physique ou psychologique, ce dernier s'engage à suivre un traitement approprié jusqu'à amélioration complète avant d'entamer cette formation. **Le stagiaire** reconnaît que la **Formation Auto-Hypnose** n'a pas valeur de « diplôme » ou de « licence » en Psychothérapie ou Hypnothérapie. **Le stagiaire** a conscience de se former uniquement à une pratique: l'Auto-Hypnose. Il appartient au **stagiaire** de suivre une formation adaptée s'il souhaite utiliser l'Hypnose comme professionnel. **Le stagiaire** reconnaît à METAPHORES le choix plein et entier de la manière dont sera délivrée la **Formation Auto-Hypnose** et le droit d'inviter un ou des invités pour animer l'une quelconque des sections du programme. **Le stagiaire** reconnaît aussi qu'aucun enregistrement personnel (audio ou vidéo) ne sera autorisé durant cette formation. **Le stagiaire** autorise METAPHORES à utiliser d'éventuels enregistrements vidéo ou photos des formations où il est susceptible de figurer (droit à l'image).

Le stagiaire reconnaît qu'il pourra être renvoyé de tout ou partie de cette formation, sans aucun droit au remboursement, pour fausse déclaration lors de l'inscription, s'il venait à manquer à ses engagements d'assiduité en formation, à manquer de respect envers le ou les animateurs et/ou des autres stagiaires, ainsi que pour toutes raisons pédagogiques, dont le ou les animateurs sont seuls juges. **Le stagiaire** reconnaît que, pour des raisons de sécurité, d'éthique et pour le confort du groupe, METAPHORES se réserve le droit de refuser sans justification toute demande d'inscription à ses formations.

Ne seront retenues que les inscriptions accompagnées de leur règlement complet à l'ordre de M.Didier Defosse

Dans le cas d'un désistement annoncé avant le début ou pendant la durée de la formation, aucun remboursement ne sera possible et les sommes versées seront intégralement reportables sur une autre formation de METAPHORES dans un délai de 24 mois à compter de la date de début présumée de la dite formation.

Pour des raisons pédagogiques ou si le nombre de participants à une formation est insuffisant, ou en cas de problèmes techniques, METAPHORES se réserve le droit de reporter ou d'annuler la formation.

Dès lors, les sommes versées seront intégralement reportables sur une autre formation de METAPHORES dans un délai de 24 mois à compter de la date de début présumée de la dite formation.

Une facture ou attestation de formation peut être délivrée sur demande

Nous ne signons pas de convention avec les organismes d'Etat.

Dès réception du présent document d'inscription renseigné, daté et signé par le **stagiaire**, et accompagné du règlement complet, METAPHORES confirmera au **stagiaire** sa participation à la **Formation Auto-Hypnose** par e-mail uniquement.

Nom, prénom date et signature, précédés de la mention « Lu et approuvé » :

