Formation : les apports de l'hypnose et de la pleine conscience à la psychothérapie

Adresse:
https://asadis.net/fr/formation/les-apports-de-lhypnose-et-de-la-pleine-conscience-la-psychotherapie/

Durée: 2h30

Nature : Action d'acquisition, d'entretien ou de perfectionnement des connaissances.

Lieu : formation en ligne

Tarif individuel: $96.00

Présentation:
L'hypnose et la pleine conscience sont deux outils thérapeutiques qui peuvent augmenter l'efficacité et diminuer la durée d'une psychothérapie. L'hypnose inspirée de l'approche de Milton H. Erickson permet d'utiliser les ressources imaginaires pour favoriser la régulation émotionnelle face à des situations difficiles. La pleine conscience, quant à elle, permet au client de développer une attitude d'acceptation et d'équilibre vis-à-vis de la réalité, ce qui génère une sensation de maitrise des situations extérieures et de paix intérieure.

Ces deux stratégies complémentaires stimulent l'attention portée au corps et ses sensations, ce qui constitue la porte d'entrée à un nouveau rapport corps-esprit qui permet de surmonter plus facilement les situations stressantes. Une telle approche est pertinente avec une grande variété de clients et de problématiques.

Dans cette formation, Dre. Cané présente comment l'hypnose et la pleine conscience permettent d'accéder à des ressources intérieures à l'aide d'états altérés de conscience. Ces états de transe favorisent le vécu de situations émotionnelles réparatrices à l'aide de techniques telles que le recadrage, l'exposition, la projection dans le futur et le soutien à la régulation. Les participants apprendront à identifier les ressources des clients, à orienter leurs processus attentionnels, à moduler leurs affects et à réaliser des suggestions thérapeutiques directes et indirectes afin d'augmenter leur motivation à changer. À l'aide d'un jeu de rôle, Dre. Cané présente aussi comment elle aurait aidé une cliente fictive à se connecter à ses ressources créatives pour transformer son narratif personnel.

Objectifs pédagogiques:

1. Comprendre le phénomène hypnotique, la pleine conscience et leur apport au processus de changement en psychothérapie.
2. Comprendre les habilités relationnelles d'écoute et de communication persuasive qui permettent au client de glisser dans un état hypnotique.
3. Accompagner des transes de pleine conscience et soutenir l'attention du client pour lui permettre de contenir sa réponse émotionnelle et de vivre des expériences réparatrices.

Supports et moyens pédagogiques:

Un cours théorique illustré par des exemples cliniques. Ce cours est composé de vidéos de 5 à 15 minutes chacune. Le power-point de la formation à télécharger.

Public: Cette formation s'adresse à tous les professionnels du médico-social.

La formatrice, **Dre Liliana Cané**

Dre Liliana Cané est psychologue clinicienne, directrice et formatrice à l'Institut Milton H. Erickson de Montréal. Elle a plus de quarante ans d'expérience comme psychothérapeute, hypnothérapeute, professeure et superviseure clinique. Forte de son approche transculturelle de la communication thérapeutique, elle a enseigné et animé des ateliers dans diverses universités ainsi que dans des organismes et instituts de psychothérapie en Amérique du Nord, en Amérique Latine, ainsi qu'en Europe. Au Québec, elle a œuvré dans divers centres hospitaliers, dirigé des programmes cliniques spécialisés, entre autres en psychiatrie. Elle a aussi siégé au conseil d'administration de l'Ordre des psychologues du Québec pendant 10 ans. Elle dirige maintenant son propre cabinet privé. Sa pratique clinique et son enseignement s'appuient sur de hauts standards de soins, reflétant ainsi son engagement envers la profession et la clientèle.

Plan de la formation

Powerpoint de la formation

<u>Expérience hypnotique et pleine conscience</u>

Présentation

L'expérience hypnotique

Définitions

Phénomène relationnel

La pleine conscience

<u>Construction de la réalité et communication</u>

L'apport de Milton H. Erickson à l'accompagnement thérapeutique

Le rôle de l'imaginaire et des métaphores dans la construction de la réalité

Stratégies ericksoniennes de la communication

Stratégies thérapeutique

Changer la narrative personnelle du client

<u>Vignette clinique</u>

Introduction à la vignette clinique
Le rôle et la perception du corps dans la construction de la réalité
Des émotions positives
Stratégies thérapeutiques ericksoniennes
Démonstration d'un accompagnement hypnotique et de pleine conscience
Retour sur la préparation à l'hypnose
Retour sur l'hypnose
Retour sur la thérapie
Bibliographie