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 de formation professionnelle

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. Appliquer des habiletés 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 experts de la santé mentale.

La formatrice
Dre Liliana Cané, 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
<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

Évaluation :
Afin de valider l’atteinte des objectifs pédagogiques, une évaluation finale, sous forme de questions vrai/faux, est proposée. Elle doit être complétée pour obtenir l’attestation de réussite.
En complément, une auto-évaluation facultative est proposée au début et à la fin du parcours, afin de vous permettre de mesurer votre progression sur les compétences visées.
Ces démarches ne sont pas notées et visent avant tout à soutenir votre réflexion professionnelle.

Délais d'accès : Une fois l'inscription confirmée, vous (ou l'apprenant) pouvez commencer la formation à tout moment, de manière autonome et à votre propre rythme. Vous pouvez accéder à la formation tant qu'Asadis détient les droits légaux de la diffuser (typiquement 10 ans).

Des questions ? N'hésitez pas à nous contacter à *contact@asadis.net*