



BASES HYPNOSE & COMMUNICATION

Préparation au cycle d'Hypnose Humaniste

Programme des 5 jours

Nota : les nombreux exercices pratiques ne sont pas mentionnés.

I - PREPARATION A L'ACTION

- 1)
 - Hypnoses : « classique », « éricksonienne », « nouvelle » et « humaniste »
 - Les indications de l'Hypnose Humaniste
 - La Calibration : *observer la pensée en action*
 - Le VAKO : *reconnaître les systèmes d'orientation sensorielle*
- 2)
 - Inconscient, conscient et Conscience : *définitions et caractéristiques*
 - B.A.BA relationnel : *Synchro, Reformulation, Questionnement, etc.*
 - Induction hypnotique simple : *structures de base en ouverture*

II – PREMIERS OUTILS

- 3)
 - Détermination d'Objectif : *savoir rendre les rêves réalisables !*
 - La poussée aux épaules : *une vérification corporelle*
 - Reconnaître les Etats Modifiés de Conscience : *les signes de transe*
 - Le langage hypnotique Humaniste : *ce qu'il faut faire, ce qu'il faut éviter*
 - Induction hypnotique simple : *la spirale ouverte*
- 4)
 - Auto-hypnose : *à visée d'entraînement personnel*
 - Inductions hypnotiques Humanistes : *l'Expansion Matérielle et Subtile*
 - Phénomènes hypnotiques : *catalepsie, lévitation du bras, lourdeur*
 - Apprendre à agir en Conscience, activer ses ressources profondes
- 5)
 - La Matrice, les O.I., le Soi Idéal : *présentation et caractéristiques*
 - Approfondissement de la transe et transe hypnotique profonde
 - Inductions hypnotiques Humanistes : *l'Élévation Matérielle et Subtile*
 - La Thérapie Symbolique Simple : *les bases de la pratique humaniste*

