

Programme de formation en techniques hypnotiques relationnelles

Document de référence pour les participant.e.s

Cursus 2026

1. L'hypnose relationnelle et ses techniques	2
2. Les buts de la formation en techniques hypnotiques relationnelles	2
3. La formation en techniques hypnotiques relationnelles	3
4. Exigences du Certificat de formation en techniques hypnotiques relationnelles	3
5. Objectifs de la formation en techniques hypnotiques relationnelles	4
6. Ressources à disposition des participant.e.s	4
7. Programme du cursus 2026	5
8. Modalités participatives et financières	5

Institut Romand d'Hypnose Suisse
Chemin des Lieugex 55b
1860 Aigle

www.irhys.ch
info@irhys.ch

1.- L'hypnose relationnelle et ses techniques

Pratique de soin simple et efficace basée sur la relation humaine, l'hypnose intègre la transe qui est une expérience humaine vieille comme le monde et répandue dans toutes les cultures. L'expérience de transe est à la base de centaines de techniques thérapeutiques et son histoire recèle une somme d'informations inestimable pour le recensement des techniques de soins. L'hypnose, qui correspond en fait à l'étude et à la pratique de la transe dans notre culture moderne, est une technique qui a contribué à des avancées essentielles de notre médecine en permettant la découverte de la possibilité de soigner sans douleur (anesthésie) ou celle de soulager les souffrances morales, relationnelles et existentielles par la relation (psychothérapie). Elle constitue de nos jours encore un champ intéressant de recherches scientifiques expérimentales et cliniques. Ses applications médicales ont pris place dans l'arsenal thérapeutique contemporain grâce aux synergies qui sont apparues entre elle et d'autres disciplines (neurosciences, algologie, psychiatrie, psychothérapie, psychologie et psycho-sociologie, linguistique, théories de l'apprentissage et de la communication, etc.).

À condition de l'avoir étudiée sérieusement et d'en connaître strictement les limites et les contre-indications, l'hypnose demeure un instrument de travail non seulement fort utile et à l'efficacité avérée, mais également une pratique inventive en plein essor, stimulante et structurante. L'apprentissage de l'hypnose renforce indubitablement les possibilités et la prise de conscience de la communication entre praticien et patient et permet un réel développement des compétences relationnelles du praticien. Longtemps réservées au corps médical et aux psychothérapeutes, les techniques de l'hypnose peuvent aujourd'hui, grâce à la longue expérience acquise en la matière, être utilisées et développées dans toutes les professions du soin. C'est la raison pour laquelle l'IRHyS propose, en étroite collaboration avec des praticiens chevronnés, une formation spécialement destinée à ces professions.

2.- Les buts de la formation en techniques hypnotiques relationnelles

L'hypnose est un outil relationnel au service des professions du domaine de la santé et du social. L'hypnose comprise dans ce sens ne peut en aucun cas être considérée comme une profession ou comme un modèle conceptuel de soin. Par conséquent, son usage et sa pratique ne peuvent s'exercer et prendre appui que dans le prolongement des compétences relationnelles spécifiques à la profession du praticien ou de la praticienne. Le but des techniques hypnotiques relationnelles vise à prolonger les compétences professionnelles préalablement acquises dans le cadre professionnel dans lequel le praticien ou de la praticienne est légitimé à exercer. Lorsque l'activité professionnelle du praticien ou de la praticienne est placée sous la responsabilité et l'encadrement d'un.e professionnel.le responsable, alors son usage doit être explicitement

cautionné par ce/cette dernier/ère. C'est dans ce cadre que sont définis l'obtention et le maintien de la validité du *Certificat de formation en techniques hypnotiques relationnelles* délivré par l'IRHyS. Ce certificat permet à son détenteur/trice de bénéficier de la caution de l'IRHyS pour l'application des techniques hypnotiques relationnelles dans le cadre pratique et déontologique de sa profession tout ayant accès à une supervision spécifique, conformément au code éthique de l'Association Internationale d'Hypnose (ISH).

3.- La formation en techniques hypnotiques relationnelles

Cette formation s'adresse aux professionnels suivants : infirmiers/ères, sages-femmes/hommes, physiothérapeutes ergothérapeutes, logopédistes, diététiciens/nes, assistant.e.s en soins et santé communautaire, hygiénistes dentaires, assistant.e.s dentaires, assistant.e.s médicales, ambulanciers/ères, assistant.e.s socio-éducatif/ves, enseignant.e.s du secondaire ES, animateurs-trices socio-culturels ES, maître socio-professionnels, éducateurs-trices de la petite enfance, accompagnant.e.s spirituel.le.s et autres professions du soin à la personne à la demande.

Le programme de formation comprend :

- Deux sessions de deux jours chacune,
- Deux sessions d'un jour chacune,
- Une journée de supervision.

Ces sessions et la journée de supervision (56 périodes* de formation) conduisent à l'obtention d'un Certificat de Formation en Techniques Hypnotiques Relationnelles (CFTHR-IRHyS) délivré par l'IRHyS.

* Une période : 45 minutes.

Les cours auront lieu à Lausanne.

4.- Exigences pour l'obtention du Certificat de formation en techniques hypnotiques relationnelles - IRHyS

	Exigences
Professions	Infirmiers/-ères, physiothérapeutes, ergothérapeutes, sage-femmes/hommes, logopédistes, hygiénistes dentaires, ambulanciers/-ières, assistant.e.s en soins et santé communautaire, assistant.e.s dentaires, assistant.e.s médicales, assistant.e.s socio-éducatifs/-ves, assistant.e.s sociaux, enseignant.e.s du secondaire, animateurs/-trices socio-culturels HE, maîtres socio-professionnels, éducateurs/-rices de la petite enfance, accompagnant.e.s spirituel.le.s et autres professions du soin à la personne à la demande.
Sessions 1 et 2	32 périodes (4 jours de formation)

Sessions 3 et 4	16 périodes (2 jours de formation)
Session 5 -Supervision	8 périodes (1 jour de formation)
Total	56 périodes (sur une année)
Certification	Certificat de formation en techniques hypnotiques relationnelles - IRHyS

5.- Objectifs de la formation IRHyS en techniques hypnotiques relationnelles

La formation proposée vise à permettre aux participant.e.s d'acquérir une bonne compréhension des phénomènes hypnotiques autant par l'expérimentation personnelle de différentes techniques que par les éclaircissements apportés par les formateurs. Au cours des deux premières sessions, le/la participant.e acquiert progressivement les connaissances générales relatives à l'hypnose autant que le savoir-faire nécessaire à la pratique des techniques hypnotiques relationnelles : la transe hypnotique, les techniques d'induction et le VAKOG, l'auto-hypnose, l'hypnose relationnelle, les métaphores, l'hypnose conversationnelle.

Les deux sessions suivantes permettent de traiter des thèmes spécifiques, telles que la douleur et la peur, ainsi que d'analyser des situations professionnelles.

La dernière journée de formation est consacrée à la présentation de situations en supervision.

6.- Ressources à disposition des participants

Une fois admis dans ce cursus, le/la participant.e dispose de plusieurs outils de travail et d'évaluation dont il pourra se servir durant sa formation.

Les participant.e.s peuvent en tout temps prendre contact, par l'intermédiaire de l'IRHyS, avec les enseignant.e.s du cursus de formation IRHyS pour des questions en relation avec l'intégration des techniques hypnotiques relationnelles dans leur pratique. Cette possibilité répond aux exigences du code éthique de la Société Internationale d'Hypnose. Il est de la responsabilité de la personne en formation ou formée aux techniques hypnotiques relationnelles de se placer sous le contrôle et la supervision des praticiens chevronnés de l'IRHyS.

Une bibliographie de référence est proposée à chaque participant.

7.- Programme du cursus 2026

Sessions	Enseignant.e.s	Objectifs de la session
Session 1 (2 jours) Lausanne 9h – 17h	Formateurs/trices agréé.e.s IRHyS	• Place de l'hypnose dans les soins contemporains • Apport de M. Erickson et F. Roustang • Code éthique • Définition de l'hypnose • La transe hypnotique • Induction • VAKOG • L'auto-hypnose • Expérimentation et exercices • Bibliographie
Session 2 (2 jours) Lausanne 9h – 17h	Formateurs/trices agréé.e.s IRHyS	• Indices physiologiques de la transe • Safe-place • Hypnose relationnelle (apprendre à être avec le /la patient.e) • Langage hypnotique (rhétorique corps-sujet, petite grammaire) • Métaphores • Hypnose conversationnelle • Ancrage • Recadrage • L'hypnose dans le cadre de sa profession • Indications et contre-indications • Présentation de situations par les formateurs/trices
Session 3 (1 jour) Lausanne 9h – 17h	Formateurs/trices agréé.e.s IRHyS	• Douleur chronique et aiguë : apprendre à les décrire et s'en éloigner • Exercices pratiques
Session 4 (1 jour) Lausanne 9h – 17h	Formateurs/trices agréé.e.s IRHyS	• Peur et anxiété : apprendre à les décrire et s'en éloigner • Exercices pratiques
Supervision Lausanne 9h – 17h	Formateurs/trices agréé.e.s IRHyS	• Présentation de situations professionnelles par les participant.e.s

8.- Modalités participatives et financières

La participation à la formation en techniques hypnotiques relationnelles de l'IRHyS est réservée exclusivement aux professions mentionnées dans ce document ou à la demande auprès de la direction. Cette formation est validée par l'IRHyS.

Les frais d'inscription correspondent à CHF 1'800, payable en une fois ou en mensualités durant une année. Une fois l'inscription confirmée, l'entier de la finance d'inscription est dû à l'IRHyS (pas de remise en cas de désistement après confirmation).

Le dossier doit inclure une brève lettre de motivation, un CV, une copie du diplôme principal et le bulletin d'inscription.

Gestion administrative

Les frais de gestion administrative des dossiers des adhérent.e.s à l'IRHyS sont compris dans leur finance annuelle d'adhésion. Pour les personnes qui ne sont pas adhérentes à l'IRHyS, toute demande de prestation administrative qui ne figure pas dans les prestations ordinaires des activités IRHyS sont facturées au tarif de CHF 50.- pour une prestation nécessitant moins d'une heure de traitement. Chaque heure de traitement supplémentaire est facturée à raison de CHF 50.-/heure.

Les frais d'étude des dossiers de candidature sont inclus dans les finances de la formation. En cas de désistement après l'acceptation du candidat, un montant de CHF 100.- sera facturé.

Locations de salle, logistique et hôtellerie

Les frais de location de salle, de logistique et d'hôtellerie (pauses) sont à la charge de l'IRHyS.

Préparé par la Direction IRHyS 2022, mis à jour 2025-05-01.