

# Formation en hypnose médicale et thérapeutique SSMH shyps

## Cursus 2026

## Programme

Institut Romand d'Hypnose Suisse - IRHyS

Chemin des Lieugex 55b  
1860 Aigle

[www.irhys.ch](http://www.irhys.ch)

1. L'hypnose médicale et thérapeutique .....	2
2. La formation en hypnose médicale et thérapeutique en Suisse romande .....	2
3. Cursus de formation .....	3
4. Objectifs de la formation de l'IRHyS en hypnose médicale et thérapeutique .....	4
5. Modalités de participation .....	5
6. Programme du cursus 2025 .....	6

## **1.- L'hypnose médicale et thérapeutique**

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. Aujourd'hui, l'hypnose médicale est employée dans la plupart des domaines spécialisés comme instrument de la pratique médicale quotidienne et cela grâce à ses nombreuses indications possibles : douleurs chroniques et aiguës, troubles liés à la peur et à l'anxiété, troubles des perceptions et de la mémoire, troubles des rythmes biologiques, maladies fonctionnelles, parmi d'autres. Enfin, relevons que l'apprentissage de l'hypnose renforce indubitablement les possibilités et la prise de conscience de la communication entre médecin et patient et permet un réel développement des compétences relationnelles du médecin ou du thérapeute.

## **2.- La formation en hypnose médicale et thérapeutique en Suisse romande**

La formation en hypnose médicale et thérapeutique est assurée par la Société Médicale Suisse d'Hypnose – SMSH, la Société d'hypnose clinique suisse – shyps et l'Institut Romand d'Hypnose Suisse - IRHyS. Cette formation conduit à l'obtention :

- a. Pour les médecins, d'une *Attestation de formation complémentaire AFC SMSH en hypnose médicale*. Une fois validée, l'AFC SMSH reste soumise à recertification, tous les cinq ans, moyennant l'attestation d'au moins 40 heures de formation continue.
- b. Pour les médecins sans titre de spécialiste et les médecins-dentistes, d'un *Certificat SMSH en hypnose médicale*, qui reste soumis à recertification, tous les cinq ans, moyennant l'attestation d'au moins 40 heures de formation continue.
- c. Pour les psychologues-psychothérapeutes, du *Certificat d'hypnothérapeute shyps*. Les psychologues en formation pour l'obtention du titre de psychothérapeute reçoivent une attestation de formation de la shyps ; ils peuvent demander le Certificat shyps lors de l'obtention du titre.
- d. Pour les psychologues sans titre de psychothérapeute, du *Certificat d'hypnothérapeute IRHyS*.

### 3.- Cursus de formation

<b>Programme de formation</b>	
Société Médicale Suisse d'Hypnose - SMSH	Société d'Hypnose Clinique Suisse – shyps / IRHyS
<b>Professions</b>	
<b>Médecins somaticiens, médecins-psychiatres et médecins-dentistes</b>	<b>Psychologues-psychothérapeutes et psychologues en formation à la psychothérapie, psychologue sans titre de psychothérapeute</b>
<b>Niveau de formation</b>	
Diplôme universitaire de médecin Activité clinique	Diplôme universitaire de psychologue et titre de spécialiste en psychothérapie ou en formation à la psychothérapie. Activité clinique en psychothérapie
<b>1<sup>ère</sup> année : cours de base</b>	
<u>64 crédits (8 jours)</u> Sessions 1 à 4, obligatoires	<u>76 unités (8 jours)</u> Sessions 1 à 4, obligatoires
<b>2<sup>ème</sup> année : cours de spécialisation</b>	
<u>48 crédits (6 jours)</u> Sessions 5, 6 et 7 obligatoires	<u>57 unités (6 jours)</u> Sessions 5-7 obligatoires A choix : session 8
<b>2<sup>ème</sup> et 3<sup>ème</sup> années : cours de perfectionnement</b>	
<u>20 crédits</u>  La participation à la session 8 est validée à raison de 20 crédits. La participation à un séminaire annuel de la SMSH ou aux Journées romandes ou Colloque de l'IRHyS reste fortement recommandée.	<u>27 unités (4 jours)</u>  A choix : session 8, Journées romandes d'hypnose suisse, Colloque romand d'hypnose, Séminaire annuel de la SMSH, Séminaires de formation continue IRHyS ou d'autres instituts reconnus par la shyps
<b>Supervision</b>	
<u>25 crédits</u>  <u>Médecins</u> : 25 crédits en groupes jusqu'à 15 personnes ou en individuel avec un superviseur agréé SMSH ou shyps. La moitié des heures peuvent être faites avec un psychologue (en individuel ou en groupe), dans ce cas, les restantes doivent être faites avec un médecin. Validation des supervisions :  Les supervisions individuelles peuvent compter pour les supervisions en groupes pour toutes les professions.  La majorité des crédits de supervision doit être faite dans sa spécialité, les autres heures peuvent être faites avec un autre superviseur (ex : d'un total de 25 crédits, au moins 13 crédits doivent être faits dans sa spécialité).  (Cf. liste de superviseurs agréés pour médecins)  Les tarifs de référence sont : - supervision individuelle Fr. 200.- / 1h - supervision en groupe Fr. 240.- / 1h en groupe	<u>80 unités (de 45 minutes)</u>  30 unités avec un superviseur agréé shyps, en groupe (max 6 personnes) ou en individuel. Les autres 50 unités de supervision dans sa propre spécialité.  (Cf. liste de superviseurs agréés pour psychologues)  Les tarifs de référence sont : - supervision individuelle avec un psychologue Fr. 150.- / 1h - supervision individuelle avec un psychiatre Fr. 200.- / 1h - supervision en groupes Fr. 240.- / 1h pour tout le groupe  Pour les psychologues sans titre de psychothérapeute : seules 30 unités avec un superviseur agréé shyps, en groupe (max 6 personnes) ou en individuel, sont demandées.

<b>Intervention</b>	--
<u>50 crédits</u> Groupes de 4-8 participants, organisés par les participants eux-mêmes La totalité des heures d'intervisions peuvent être validées par des supervisions (en groupe ou en individuel).	--
<b>Étude de la littérature</b>	
<u>70 crédits</u> Remplir formulaire et citer les ouvrages principaux	<u>20 unités</u> pas attestées
<b>Travail avec les patients</b>	
<u>57 crédits</u> Déclaration sur l'honneur	--
<b>Présentation de 3 cas documentés</b>	
Rapport de 10 pages qui doit être présenté à un superviseur reconnu SMSH (qui n'a pas supervisé ces cas préalablement)	--
<b>Evaluation de la formation</b>	
Le participant évalue la formation d'après un questionnaire qui lui est présenté par le superviseur du rapport des 3 cas	--
	<b>Thérapie personnelle</b> <u>80 unités (de 45 minutes)</u>  10 unités d'hypnothérapie personnelle avec un thérapeute reconnu shyps. Les autres 70 unités de thérapie personnelle dans sa propre spécialité. Pour les psychologues sans titre de psychothérapeute : seules 10 unités avec un thérapeute reconnu shyps sont demandées.  (Cf. liste de thérapeutes shyps et SMSH)
<b>Certification</b>	
Médecins avec titre de spécialiste : AFC SMSH en hypnose médicale	Psychologues-psychothérapeutes, membre shyps : Certificat d'hypnothérapeute shyps
Médecins sans titre FMH et médecins dentistes : Certificat SMSH	Psychologues non-psychothérapeutes : Attestation IRHyS
<b>Recertification</b>	
40 heures attestées chaque 5 ans Il est recommandé de suivre en priorité les Journées romandes d'hypnose, le colloque romand d'hypnose ou le Séminaire annuel SMSH. Les heures de supervision individuelles avec un superviseur SMSH peuvent être validées pour la participation au congrès (1crédit supervision = 1 crédit séminaire) Des heures d'intervisions peuvent être validées (max. 20 crédits).	--

#### **4.- Objectifs de la formation en hypnose médicale et thérapeutique**

La formation proposée se déroule sur 3 ans visant chacun des objectifs distincts :

- I. La 1<sup>ère</sup> année de formation se répartit sur 8 journées de cours pratiques et théoriques (sessions 1 à 4). Elle vise à permettre aux participants d'acquérir une bonne compréhension des phénomènes hypnotiques autant par l'expérimentation personnelle des différentes techniques

que par les éclaircissements apportés par les formateurs. Au cours de cette année, le participant acquiert progressivement les connaissances générales relatives à l'hypnose autant que le savoir-faire nécessaire à la pratique de l'hypnose avec ses patients : induction et conduite de la transe hypnotique, maniement des suggestions et orientation d'une expérience de sécurité (*safe place*), travail avec les résistances, principes éthiques et déontologiques, indications et limites, initiation des patients à l'auto-hypnose.

- II. La 2<sup>ème</sup> année se répartit sur 6 journées (sessions 5 - 7). Cette période permet au participant de consolider ses acquis et de se perfectionner en fonction des besoins propres à sa pratique clinique quotidienne. Les cours de formations laissent dès lors une place de plus en plus considérable au travail de supervision. Durant les six premiers jours de cette année (sessions 5 - 7), des thèmes plus complexes, tels que le maniement des métaphores, des procédés mnésiques et des stratégies thérapeutiques, seront abordés. Les deux autres jours (session 8) sont consacrés au développement des aspects cliniques et psychothérapeutiques de l'hypnose ou dans un domaine particulier (intervention rapide pour les soins dentaires, aux urgences, en anesthésie, en radiologie) ou en pédiatrie, séminaires donnés à part.
- III. La 3<sup>ème</sup> année correspond au perfectionnement et permet de compléter le nombre d'heures de pratique clinique, de supervisions et de lectures personnelles nécessaires à l'obtention des attestations ou certificats. Elle est également l'occasion de participer à des séminaires tels que Journées romandes d'hypnose IRHyS, le Colloque romand d'hypnose IRHyS, le Séminaire annuel de la SMSH ou des séminaires à thèmes selon notre programme de formation continue.

## **5.- Modalités de participation**

### **Participants**

La participation aux sessions 1 à 7 organisées par l'IRHyS est réservée aux médecins, médecins-dentistes, psychologues psychothérapeutes, psychologues en formation à la psychothérapie et psychologues sans titre de psychothérapeute, ayant une pratique clinique régulière.

### **Validation**

Pour les médecins détenteur d'un titre de spécialiste, cette formation débouche sur l'obtention d'une Attestation de Formation Complémentaire (AFC) en hypnose médicale délivrée par la SMSH, validée par l'institut suisse pour la formation médicale (ISFM).

Pour les médecins dentistes et les médecins non-détenteurs d'un titre de spécialiste, cette formation débouche sur l'obtention du Certificat en hypnose médicale délivré par la SMSH.

Pour les psychologues-psychothérapeutes, cette formation débouche sur l'obtention du Certificat d'hypnothérapeute shyps. Pour les psychologues en formation à la psychothérapie ou psychologues non psychothérapeutes, cette formation débouche sur l'obtention d'une Attestation de formation shyps.

Pour les psychologues sans titre de psychothérapeute, cette formation débouche sur l'obtention d'une Attestation de formation IRHyS.

### **Finances de participation**

La finance de participation initiale correspond aux sessions 1 à 7. L'inscription à la session 8 ou aux séminaires à thèmes se fait séparément, ainsi que l'inscription à la 3<sup>ème</sup> année, selon le choix du participant.

Les tarifs de référence des supervisions sont CHF 200 /h individuel et CHF 240 /h groupe (jusqu'à 5 personnes).

Le tarif de référence pour l'hypnothérapie personnelle (psychologues uniquement) est de CHF 150 - 200 /h.

La cotisation d'adhésion à l'IRHyS est offerte durant la première année de formation. Dès la 2<sup>ème</sup> année, les personnes qui le souhaitent peuvent devenir membre.

<b>Sessions obligatoires</b>	<b>Prix</b>	<b>Autres sessions</b>	<b>Prix</b>
Sessions 1 à 7	CHF 4'410.-	Sessions 8	CHF 630.-
		Séminaires à thèmes	CHF 630.-

La finance d'inscription est en principe payée en une fois. Des paiements fractionnés sont cependant possibles sur demande. 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).

Depuis le 1.1.2024, la session 7 est obligatoire pour tous. La finance d'inscription a donc été adaptée et comprend dorénavant également la session 7, qui était payée auparavant séparément.

## **6.- Programme du cursus 2026**

### **Conception du programme**

La conception de ce cours de base se fonde sur les exigences édictées par la SMSH et la shyps « Programme de formation complémentaire SMSH » et des « Dispositions de formation pour la certification shyps ». Il est conçu en respect du code éthique édicté par la Société Internationale d'Hypnose - ISH.

Ce programme vise un rapport équilibré entre la théorie (1/3), les exercices, interventions, discussions (1/3) et l'expérience de la transe (1/3).

Le contenu du programme présenté ci-dessous est indicatif.

### **Lieu et déroulement de la formation**

Les cours des deux premières années sont proposés à Lausanne et à Genève. En cas d'inscriptions insuffisantes à Genève, l'IRHyS, par son Conseil de fondation, se réserve le droit d'annuler ce groupe et de proposer aux participants de suivre la formation à Lausanne. Si les dates ne conviennent pas aux participants, ceux-ci peuvent retirer leur inscription. Les participants s'inscrivent soit à Lausanne soit à Genève.

### **Absence et modalités de rattrapage**

La présence à toutes les sessions est importante et seulement une marge d'absence de 10% est acceptée, ce qui correspond à une journée de formation. Un 20% d'absence supplémentaire est toléré uniquement s'il est remplacé par la participation à des séminaires organisés dans des instituts reconnus par l'ISH.

Les heures d'absence ne sont pas garanties par le rattrapage des mêmes sessions l'année suivante et il est exigé de participer au 70% des cours de la formation donnée par l'IRHyS.

**IMPORTANT** : la participation à la session 1 de la formation est obligatoire avant la session 2. S'il n'est pas possible d'assister à la session 1 de l'autre volée, le participant devra obligatoirement suivre une séance individuelle de rattrapage d'env. 2h avec un des formateurs. Cette séance individuelle est à la charge du participant.

### **Encadrement des participants dans leur pratique clinique**

Les participants peuvent en tout temps prendre contact, par l'intermédiaire de l'IRHyS, avec les enseignants du cursus de formation SMSH shyps pour des questions en relation avec l'intégration de l'hypnose dans leur pratique clinique (difficultés, indications particulières, cas difficiles, etc.). Cette possibilité est fortement encouragée afin d'éviter des gestes imprudents ou inexpérimentés sans avis expert.

### **Présentation vidéo d'une situation clinique**

Chaque participant doit présenter une vidéo d'une prise en charge par l'hypnose soit lors de la session 3, soit lors de la session 4. Les consignes pour la préparation de cette vidéo sont présentées durant la session 2. La liste avec les dates pour la présentation est élaborée par l'IRHyS.

### **Supervisions**

Afin d'effectuer le nombre d'heures requis, les participants peuvent s'adresser aux superviseurs agréés SMSH et/ou shyps par l'intermédiaire de l'IRHyS. La liste des superviseurs IRHyS-SMSH-shyps est distribuée au début de la formation et est également publiée sur le site internet de l'IRHyS (cf. rubrique supervisions médecins et dentistes, supervisions psychologues). Des groupes pour les

personnes débutant la formation sont organisés par l'IRHyS lors du cycle I afin de permettre de commencer rapidement la pratique clinique avec les patients.

### **Intervisions (médecins uniquement)**

Afin d'effectuer le nombre d'heures requis, les médecins peuvent intégrer ou constituer des groupes d'intervention, de 4 à 8 personnes, organisés par les participants eux-mêmes. Ils veilleront cependant à signaler explicitement l'existence de ce groupe à l'IRHyS afin que celui-ci puisse le recenser pour la validation de ses activités (cf. modèle du document sur le site internet de l'IRHyS, rubrique groupes d'intervisions).

### **1<sup>ère</sup> année : acquisition des compétences de base**

<b>Sessions Dates</b>	<b>Contenu théorique de la session</b>	<b>Exercices pendant la session</b>
<b>Session 1 :</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Approche historique de l'hypnose</li> <li>● Contribution de Milton Erickson</li> <li>● Définition actuelle de l'hypnose</li> <li>● Place de l'hypnose dans les soins contemporains.</li> <li>● Indications et contre-indications</li> <li>● Explication théorique : a) des inductions et b) sortie de transe</li> <li>● Profondeur de transe</li> <li>● Observation clinique de la transe</li> <li>● Autohypnose</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Démonstration par les formateurs et/ou vidéos</li> <li>● Exercer les inductions comprenant :</li> <li>● Observations des minimal cues</li> <li>● Exercice de fixation d'un point pour induire la transe</li> <li>● Exercice avec les 5 4 3 2 1</li> <li>● Sortie de transe</li> <li>● Exercice d'autohypnose</li> </ul>
<b>Session 2 :</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Anamnèse spécifique pour l'approche hypnotique</li> <li>● Construction de la safe place</li> <li>● Les différentes inductions : lévitation, catalepsie, eye roll</li> <li>● Fixation d'un point</li> <li>● Renforcement d'une ressource interne</li> <li>● Suggestions indirectes</li> <li>● Code éthique international</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Démonstration ou et vidéos par les formateurs</li> <li>● Exercices d'induction +safe place+ renforcement d'une ressource interne.</li> <li>● Suggestions post hypnotiques simples concernant la compétence des étudiants à faire l'hypnose</li> <li>● Test de suggestibilité (pour illustrer la théorie des suggestions)</li> </ul>
<b>Session 3 :</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Repérer les indices anamnestiques pour faire l'anamnèse pour l'hypnose</li> <li>● Renforcement du moi</li> <li>● Vakog</li> <li>● Signalling</li> <li>● Approfondissement</li> <li>● Suggestions post hypnotiques</li> <li>● et différents types de personnalités</li> <li>● Phénomènes hypnotiques et leurs utilisations</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Démonstration ou et Présentation de vidéo(s) par les formateurs</li> <li>● Exercer la théorie vue pendant la session en sous groupe</li> <li>● Visionner les vidéos préparées pour cette session en sous groupe</li> </ul>
<b>Session 4 :</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Abréactions</li> <li>● Stratégie en cas de défenses</li> <li>● Modulation Pacing Leading</li> <li>● Recadrage</li> <li>● Autohypnose</li> <li>● Association et Dissociation</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Démonstration et ou présentation de vidéos par les formateurs</li> <li>● De la théorie du cours</li> <li>● Exercice d'association et dissociation lors d'une transe</li> <li>● Visionner les vidéos en sous groupe</li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Exercice en sous-groupes incluant le maximum de théorie traitée</li> <li>• Dans les sessions 1 2 3 4</li> <li>• Révision générale des connaissances</li> </ul>
--	--	---

**2<sup>ème</sup> année : perfectionnement des compétences acquises**

Sessions Dates	Objectifs de la session	Contenus de la session
Session 5 :	Développer l'art de la narration et de la métaphore thérapeutiques et s'exercer à l'appliquer	Mobilisant son inventivité poétique et sa créativité Apprenant à construire une histoire thérapeutique Impliquant le corps et ses 5 sens dans la métaphore
Session 6 :	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Développer et perfectionner le maniement des phénomènes hypnotiques</li> <li>• Approfondir les possibilités de l'usage de l'hypnose avec la douleur</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Distorsions spatio-temporelles</li> <li>• Phénomènes mnésiques</li> <li>• Dissociation et catalepsie</li> <li>• Catharsis et expression des affects</li> <li>• Rhétorique du corps-sujet</li> <li>• Systèmes perceptifs</li> <li>• Suggestions directes et indirectes</li> </ul>
Session 7 :	Techniques approfondies d'hypnose pour le traitement de l'anxiété aiguë, phobies spécifiques, troubles anxieux, trauma et approche du PTSD, dans différents modèles thérapeutiques, corporel, auto-hypnose, plaisir, désensibilisation et dissociation/association. Abords théoriques des concepts psychosomatiques du 21 <sup>ème</sup> siècle	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Techniques avancées</li> <li>• Idéodynamique</li> <li>• Outils hypnotiques pour les troubles fonctionnels</li> <li>• Faire face au sentiment d'impuissance</li> <li>• Soigner les états de stress post-traumatique</li> <li>• Présentations de cas</li> </ul>
Session 8 :	Application de l'hypnose dans le champ de la psychothérapie : <ul style="list-style-type: none"> <li>• Approfondir les différents aspects de l'hypnose dans la relation thérapeutique</li> <li>• Régression en âge</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Le travail centré sur la solution</li> <li>• Confusion et paradoxes</li> <li>• Régression en âge positive et négative</li> <li>• Présentations de cas</li> </ul>

Les séminaires à thèmes (anesthésie, pédiatrie) seront développés lors de leur publication sur la page de formation continue de l'IRHyS.

.....

IRHyS  
Institut Romand d'Hypnose Suisse  
Chemin des Lieugex 55b  
1860 Aigle  
www.irhys.ch

Téléphone : +41 (0) 24 471 17 62  
Fax : +41 (0) 24 471 56 46  
Email : info@irhys.ch