



MODULE

TABAC

Durée : 2 jours

Modalité : en présentiel

Formateur : Sandrine Daniel, maître en hypnose

Lieu : Lançon-Provence – Grans – Salon de Provence

Tarif : 500 €

Prérequis : Avoir fait le module 1

Objectifs du module :

- Acquérir une compréhension approfondie des mécanismes d'addiction, avec un focus sur la cigarette, afin de mieux accompagner les patients en hypnose.
- Savoir mener une anamnèse efficace pour identifier les motivations et les blocages des patients dans leur processus de sevrage.
- Maîtriser les outils et techniques hypnotiques adaptés pour déconstruire les croyances limitantes et les habitudes liées à la consommation de cigarette.
- Développer une approche personnalisée en fonction des rituels et des besoins spécifiques des patients, tout en leur fournissant des techniques de gestion des envies et du stress

Programme de Formation

I. Rappel

- A. Rappel théorique sur les addictions

II. Amanèse

- A. Stress et angoisses actuelles
- B. La première fois (Est-ce la clope ou la liberté, la complicité, l'interdiction qu'il a aimé ?)
- C. Conclure les éléments dans le strict hypnotique
- D. Autres défis de vie à surmonter

III. Motivations

- A. Quoi mettre dans son hypnose (protocole établie et à améliorer en fonction du patient)

IV. Toutes les croyances limitantes sur sa cigarette

- A. Les critiquer
- B. En rire
- C. Toutes les caser une par une

V. Les rituels

- A. Analyser tous les rituels de la journée
- B. Engagement du patient à traverser autre chose pour la 2^e séance

VI. Expliquer les envies le tsunami

- A. Expliquer respiration + cours
- B. Expliquer ce qui se passe physiquement
- C. Risque de reprise : fête / coup de déprime

Protocoles du module :

- Protocole de mise en place du processus
- Protocole tabac