

TABAC

PROCESSUS DE LIBÉRATION RAPIDE PAR L'HYPNOSE

Du conflit à la paix intérieur

FORMATION



6 h.

Je passe en courant le portail du jardin.

Fraîcheur du printemps.

Mon corps s'éveille,

J'ai plaisir à le sentir sortir de sa torpeur.

Des oiseaux s'envolent à la lisière du bois, petites taches sonores qui se mélangent au ciel.

Le torrent vocifère.

Trois chevreuils quittent la rive.

Un bassin tout proche,

C'est à mon tour d'écouter la demande du corps.

Dans un soupir, la satisfaction tend à devenir sonore.

Sur le pas d'une porte à demi ouverte, un jeune homme expulse un nuage bleu nuit.

- "Bonjour !"

Je fais écho à son sourire et je reprends ma course.

Dans ma tête : pollution.

Je l'accepte.

Quelque chose en moi garde cette fumée pour une simple analyse. Brouillard d'idée.

La nature s'éveille... des chevreuils, des humains répondent à des besoins primaires... je bois cette eau tout juste sortie de la Terre... il fume...

Comment la cigarette devient-elle un besoin fondamentale, parfois si impérieux qu'il vient supplanter certains besoins physiologiques ?

INTRODUCTION

*« La cigarette est... une joie, une félicité méconnue par les « curés savants » et les médecins sans cœur, qui réduisant la cigarette à un vice et le bonheur de fumer à une addiction, sacrifient le bien-être du fumeur au Bien qu'ils lui imposent. » Raphaël Enthoven -
Philosophe et Humoriste*

Qu'en est-il de ce "bonheur de fumer" quand pour une très grande majorité des fumeurs l'expérience à tout d'abord été désagréable, voire franchement écoeurante ?

Les nombreux produits toxiques enrobés dans ce petit bout de papier en combustion n'ont, a priori, rien d'attractif ou de plaisant.

Par la répétition le fumeur va s'habituer jusqu'à ne plus ressentir la nausée des premières fois. Et comme le cerveau apprend grâce aux émotions et par association, à force d'associer à la cigarette une foule de bon moments et par voie de conséquence une multitude d'émotions positives, la cigarette devient même un véritable plaisir. Finalement, certains plaisirs simples de l'être humain vivant appellerons inévitablement une cigarette et ne pourront plus être vécus sans.

Qu'en est-il du plaisir non négligeable d'avoir cessé de se mentir sur le plaisir ?

Une des missions du praticien en hypnose est de rendre aux personnes qui le consultent, l'incalculable plaisir de choisir librement leurs plaisirs !

L'ARRÊT DU TABAC

Un guet-apens cordiale

Ce type de séance nécessite (encore plus que tout autre) de **faire entrer la personne qui nous consulte dans un processus, un engrenage dans lequel elle sera délicatement piégée**. Elle avance pas à pas pendant un peu plus d'une heure et par étape le piège se referme. **C'est un piège duquel elle ressortira libre !**

Le premier défi pour le praticien est de faire entrer la personne dans ce processus, puis de la pousser de plus en plus loin tout en la préparant au changement. Changement de croyance, puis changement d'habitude, changement d'horizon et changement d'avenir. Elle devra, comme pour entrer en état hypnotique, accepter les choses graduellement, les unes après les autres. En l'entraînant le praticien doit s'assurer qu'elle suit, que cela reste suffisamment confortable, jusqu'au dépassement de la limite où elle ne pourra plus fuir... alors **sa seule issue est la liberté !**

L'ARRÊT DU TABAC

Une demande bien spécifique.

Dans la plupart des cas, **les personnes qui consultent pour un "arrêt du tabac" ne viennent pas faire une thérapie** (même courte), elles viennent pour arrêter de fumer!

Ainsi, même quand apparaît chez la personne qui vous consulte un profond mal être, ou tout autre "priorité thérapeutique": il faut traiter la demande de votre client, rien de plus !

- **Arrêter de fumer peut être un premier pas intéressant vers un mieux être plus général** et, pour le consultant, **une véritable prise de confiance en ses propres ressources** . Et votre consultant vous aura ouvert un espace où vous pourrez planter les graines de ses évolutions futures.

Celui qui est allé au fond... Connaît (aussi) les étapes intermédiaires.

C'est parce que mon expérience de l'addiction fut personnel et intime avant d'être professionnel, que j'ai pu tirer quelques lois fondamentales que le praticien doit comprendre :

1. ARRÊTER NE SUFFIT PAS
2. TOUT CE À QUOI ON RÉSISTE PERSISTE (Jung)
3. FAIRE CESSER CE QUI NOUS AFFAIBLIT
4. LES ARMES SONT UNE DÉMONSTRATION DE FAIBLESSE
5. LA CULPABILITÉ EST UNE PRISON VOLONTAIRE
6. ...

Ce qui marche sans le BLABLA

"Au commencement il y avait le Verbe et à la fin le bla-bla-bla."

Stanislaw Jerzy Lec

Ma volonté est de **transmettre ce qui est utile et ce qui fonctionne.**

Cela peut sembler évident, et pourtant, plus d'une formation s'entiche d'un bla bla théorique de remplissage. Cela n'est que poids inutile dans l'esprit du praticien qui, au cours de cette intervention, a besoin d'être agile, rapide et efficace. Je le rappelle, **une personne entrera fumeuse/fumeur dans votre cabinet et, en une heure de temps, ressortira libre.**

Au Programme de la formation

- Hypnose dans l'addiction, ses spécificités
- (Brève) Histoire du tabac et de son industrialisation, lobbying et criminalité.
- Contexte socioculturel
- Déconnecter le contrôle (Tout ce à quoi je résiste persiste)
- Impasse de la volonté (ou pourquoi la volonté ne sert à rien)
- Stratégie de fragilisations des croyances limitante
- Projection de vérification
- Projection associée dissociée / Faire naître l'étincelle.
- Stratégie de visualisation avancé / pousser à voir toujours plus loin
- Futurisation négative
- Savoir raconter des histoires captivante (La mort du petit soldat)
- Ecrire un scripte (arrêt du tabac) à votre façon
- Négocier avec l'inconscient
- Stratégie de désengagement du conscient
- Théorie des parties
- Le fractionnement dans le processus de changement
- Technique d'approfondir de l'hypnose (La dernière partie de la séance doit impérativement se dérouler en état profond)
- Techniques d'induction rapides

Supplément pour un travail en “profondeur” sur 2 ou 3 séances.

- Modifier l'histoire intérieur
- Changer l'empreinte émotionnel
- Le deuil / Et couper les relations toxique
- Retrouver l'accès à ses ressources réelles

A qui s'adresse cette formation

1. Le module sur 3 jours s'adresse à **tous praticiens déjà formés au base de l'hypnose** et par conséquent capable de créer un état hypnotique.
2. Le module sur 6 jours s'adresse à **tout professionnel de l'accompagnement qui veut savoir accompagner une personne dans un processus rapide de libération du tabac par l'hypnose**. Cette formation est répartie sur deux fois 3 jours. **Les 3 premier jours sont nécessaire à acquérir les bases de l'hypnose** et un mois plus tard (le temps d'appliquer ce qui aura été appris et d'acquérir de l'aisance dans la création d'état d'hypnose) vous suivrez les **3 jours de formation spécifique TABAC / addictions**.

Où à lieu la formation.

La formation peut se tenir à Meylan ou Grenoble.

Horaires.

De 9h à 12h30 et de 13h30 à 17h

Tarif

Module TABAC 3 jours / 21 heures : 420 euros -

Modules Les Bases de l'Hypnotisme 3 jours / plus une demi-journée de pratique supplémentaire après assimilation des techniques - 28 heures :

560 euros

Grégory Rogier - Le formateur

Dans mon parcours personnel...

Les activités artistiques, que je pratiquai bien avant de connaître consciemment l'hypnose, m'ont très tôt permis de me rendre compte de **l'importance de la transe et des possibilités qu'elle offre**.

« La transe amplifie certains potentiels en permettant au cerveau de lever l'inhibition de circuits neuronaux subconscients. » - Francis Taulelle, Directeur de recherche au CNRS...

Dans mon parcours d'hypnothérapeute...

Je me suis tout d'abord très largement formé aux différents courants de l'**hypnose Ericksonienne** : Technicien, Praticien et Maître praticien en hypnose Ericksonienne chez **Althéa formation**.

Hypnose conversationnelle à l'**ARCHE** - **Hypnose Rapide** et SWAN à l'**AFNH** - **Hypnose périnatal** avec **Lise Bartoli** (psychologue clinicienne)

Puis je me suis consacré (entre autres) à l'étude de l'**École de Palo Alto** et à son approche de la thérapie interactionnelle, systémique ou stratégique.

Très vite, je me rends compte qu'en hypnotisant j'ai des ressentis dont aucune formation ne parle. Que je résumerai par : j'ai un ressenti physique de l'hypnose. Je m'interroge également sur ce phénomène de transe spontanés qui peut survenir chez les sujets alors que nous n'en sommes qu'au présentation.

“Je cherche l'or du temps” André Breton

Alors, c'est avec la douce naïveté d'un explorateur, d'un chercheur d'or (ou de “miracle”) que je me tourne vers les thérapies “énergétique”. D'où une formation avec **Pierre Yonas (médiu(m) et magnétiseur)** et une formation avec **Thierry Balboo (magnétiseur et radiesthésiste)** et en continuant à vouloir saisir ce qui m'échappe (et qui m'échappe toujours cependant), je me suis formé auprès de **Carine et Christophe Allain** ou encore **Serge Boutboul**.

Puis pour faire évoluer mes compétences d'hypnotiseur...

J'ai suivi les excellentes formations de **Raymi Phénix** au **Phénix Institut**.

Hypnose classique, puis Inductions instantanées et hyper-instantanées.

Puis une formation en **PNL** avec **Le Paul Pyronnet Institut**.

A quoi s'ajoute mon travail de recherche avec **GEM** (Grenoble Ecole de Management).

A ce résumé, comme à ces formations que j'ai omises, s'ajoutent **9 années**

d'accompagnement, d'expériences, de recherches et de passion.