

HYPNOSE – LA FORMATION

Comment reconnaître une "bonne" formation à l'hypnose ?

Voici 5 critères qui font la différence et qui sont des marqueurs du sérieux que les enseignants reconnaissent à l'hypnose et à sa pratique.

1. Les étudiants: uniquement des professionnels du soin diplômés !

L'hypnose est une pratique thérapeutique et puissante qui ne devrait pas être pratiquée par tout un chacun mais uniquement par des professionnels du soin diplômés (professionnels de santé), tout comme n'importe quelle technique de soins. Ce n'est pas juste une technique de développement personnel ou de relaxation.

Un institut de qualité se distingue donc par sa volonté de ne former que des professionnels du soin. Il en va de la protection des patients.

Méfiez-vous donc de ceux qui ouvrent l'hypnose à "n'importe qui" ou à tous ceux désirant se former, tout, comme vous auriez été méfiant envers un institut qui formerait à la chirurgie ou à la prescription de médicament tous ceux qui le souhaiteraient... Commercialement c'est bien plus rentable, mais ce n'est pas très éthique.

2. Les enseignants: des professionnels du soin expérimentés !

Par symétrie, il semble évident que les dirigeants et enseignants de l'institut soient des professionnels du soin diplômés. Ils doivent également être expérimentés dans la pratique de l'hypnose et dans l'enseignement.

Méfiez-vous donc des titres un peu atypiques "maître praticien de..." / "formé par..." / "seul habilité à..." / ou qui ont simplement le titre d'hypnothérapeute (qui n'est pas protégé et qu'hélas, n'importe qui peut "s'attribuer" ...). C'est ainsi qu'on verrait d'authentiques professionnels du soin expérimentés se faire "superviser" par des personnes n'ayant aucun titre de soignant reconnu !

3. Les conditions de la pratique: dans le cadre de notre profession !

De même les étudiants doivent être encouragés à pratiquer l'hypnose dans le cadre du décret de compétences, du règlement ou de la déontologie de leur profession soignante. La formation d'hypnose à elle seule ne fait pas une qualification professionnelle de soignant, hypnothérapeute n'est pas un métier, c'est une corde que l'on ajoute à son arc (ou à son violon), dans le cadre du métier que l'on exerce.

Méfiez-vous donc de ceux qui prétendent apprendre un métier à leurs élèves, leur apprendre à devenir des professionnels de la thérapie...voire (ça se voit !) leur apprennent à faire un business plan et à s'installer en tant que thérapeute...

4. La pratique: un souci éthique !

Le soulagement du patient doit être notre seul souci. Un institut sérieux ne peut aucunement soutenir ou promouvoir d'une quelconque façon que ce soit toute forme d'hypnose qui aurait pour objet le divertissement ou le spectacle.

Méfiez-vous donc de ceux qui ne se démarquent pas de cette pratique de spectacle, qui considèrent qu'une technique de soins peut être un divertissement amusant. C'est prendre des risques avec les patients, c'est aussi le signe du peu de considération que l'on accorde à l'hypnose et le signe d'un manque de connaissances dans le domaine.

5. Le format: quelques critères de qualité.

Une formation en hypnose doit contenir un certain nombre d'heures. Il paraît impensable d'apprendre les bases de l'hypnose en moins de 10 journées, et une formation complète incluant les notions de thérapie devrait comporter 2 à 300 heures au total.

La formation doit comporter beaucoup de pratique et d'exercices, l'hypnose est plus qu'un savoir, c'est avant-tout un savoir-faire, impossible à apprendre en théorie.

De ce fait il ne paraît pas raisonnable d'apprendre l'hypnose par internet ou uniquement par un livre. Il faut être guidé et entraîné par un thérapeute expérimenté. Les groupes de formation doivent être de taille raisonnable pour permettre la supervision des exercices par le ou les formateurs.

Méfiez-vous donc de ceux qui vous promettent une formation complète et rapide à la fois, de ceux qui cherchent absolument à vous vendre leur livre ou leurs leçons en e-learning. La supervision par des pairs ou des personnes ayant les compétences requises est également indispensable.

Ces critères éthiques sont ceux que nous nous imposons au Collège d'Hypnose & Thérapies Intégratives de Paris (CHTIP). Nous savons qu'ils sont assez superposables à ceux de la CFHTB ou de certains autres instituts comme par exemple l'IFH. Pour le reste à vous de vous faire votre idée...