

Fiche pédagogique 2027

Praticien en hypnose spécialisé en psychonutrition

Formation de 49 heures pour acquérir les bases de l'hypnose et mobiliser des outils adaptés à l'accompagnement des conduites alimentaires.

Dates et lieu

Séminaire	Dates et modalités	Durée
Découverte	21, 22 et 23 juin 2027 Visio-formation synchrone	3 jours • 21 h
Perfectionnement	7, 8, 9 et 10 septembre 2027 Présentiel à Lyon	4 jours • 28 h

Horaires de chaque journée : 9 h–12 h et 13 h 30–17 h 30, soit 7 heures. Durée totale : 49 heures sur 7 jours, hors pause déjeuner.

L'adresse précise du lieu à Lyon sera communiquée au plus tard deux mois avant le second séminaire, soit le 7 juillet 2027. Le lien de visioconférence et les consignes de connexion seront transmis avant le premier séminaire.

Public et prérequis

Diététiciens, médecins, psychologues et professionnels de l'accompagnement concernés par les conduites alimentaires. Aucun prérequis de formation en hypnose. Les outils sont à utiliser dans les limites des compétences et du cadre d'exercice de chaque participant.

Inscription et délais d'accès

Préinscription sur SENDOA Formation, puis confirmation de l'inscription après les formalités administratives. Les inscriptions sont possibles jusqu'au 20 juin 2027, sous réserve de places disponibles et du respect des délais contractuels applicables. L'accès se fait aux dates de la session ci-dessus.

<https://sendoa-formation.fr>

Tarifs et financement

Plein tarif : 940 €. Tarif réduit : 850 € pour les étudiants, demandeurs d'emploi, ADL et abonnés Mon Suivi Diet, selon les conditions du tarif réduit.

Financement individuel ou par l'employeur ; une demande auprès d'un financeur professionnel peut être étudiée selon le statut du participant et les critères du financeur. Aucune prise en charge n'est garantie. Cette formation n'est pas éligible au CPF.

Contact

Florian Saffer — Informations pédagogiques et accessibilité
dietetiquecomportementale@gmail.com • 06 81 74 75 96

Présentation et objectifs pédagogiques

La formation articule découverte des bases de l'hypnose, entraînement pratique et applications à la psychonutrition. Elle vise à accompagner le changement des conduites alimentaires en tenant compte de la relation thérapeutique, de la motivation et du vécu émotionnel.

À l'issue de la formation, le participant sera capable de :

- Décrire les principes de l'hypnose, les étapes d'une séance et les limites de son utilisation dans son cadre professionnel.
- Construire une relation de travail et formuler des suggestions adaptées à la situation et à la personne accompagnée.
- Mettre en œuvre une induction et une technique d'approfondissement lors d'une mise en situation.
- Utiliser le langage hypnotique, le recadrage et les métaphores dans une intervention structurée.
- Choisir et adapter un outil d'hypnose ou d'auto-hypnose à une situation liée aux conduites alimentaires, à la motivation ou aux émotions.
- Analyser sa pratique à partir d'un cas et identifier les ajustements nécessaires.

Formateurs et méthodes pédagogiques

Florian Saffer, diététicien formé à l'hypnose et aux thérapies cognitives et comportementales ; Benjamin Neyrial, hypnothérapeute et coach.

Présentations théoriques, démonstrations commentées, jeux de rôle, exercices collaboratifs, entraînements et études de cas débriefées par les formateurs. Les situations cliniques apportées par les participants sont anonymisées.

Positionnement et évaluation des acquis

Au début : recueil des attentes et autoévaluation des compétences pour identifier les besoins et ajuster les activités.

Pendant la formation : QCM, textes à compléter et évaluation formative des mises en situation. Les retours portent sur la relation, la formulation des suggestions, la conduite de l'induction et l'adaptation de l'outil à la situation étudiée.

En fin de formation : bilan des mises en situation et autoévaluation finale, en lien avec les objectifs. La progression est examinée à partir des productions et observations des formateurs, en complément du ressenti du participant.

Trois mois après : nouvelle autoévaluation pour apprécier le maintien des acquis et leur mobilisation dans la pratique professionnelle. La satisfaction est recueillie en fin de formation par un questionnaire anonyme.

Suivi et reconnaissance de la formation

Le suivi de la participation repose sur l'émargement des séquences de formation. Une attestation de participation est remise à l'issue du parcours ; le bilan des acquis est établi à partir des évaluations réalisées.

Action de formation professionnelle continue non certifiante. L'intitulé « Praticien en hypnose spécialisé en psychonutrition » désigne le parcours de formation ; il ne constitue ni un diplôme d'État ni une certification professionnelle enregistrée au RNCP ou au Répertoire spécifique. Il ne confère pas de nouvelle habilitation à exercer une profession de santé.

Programme du séminaire de découverte

Visio-formation • 21, 22 et 23 juin 2027 • 21 heures

Jour 1 lundi 21 juin 2027

Matin • 9 h–12 h

- Approche théorique de l'hypnose et du fonctionnement cérébral.
- Étapes d'une séance d'hypnose.

Après-midi • 13 h 30–17 h 30

- Hypnose, relation thérapeutique et alliance thérapeutique.
- Suggestions hypnotiques et entraînements pratiques.

Jour 2 mardi 22 juin 2027

Matin • 9 h–12 h

- Langage hypnotique.
- Modèle perceptuel VAKOG : visuel, auditif, kinesthésique, olfactif et gustatif.

Après-midi • 13 h 30–17 h 30

- Recadrage.
- Principales inductions hypnotiques et techniques d'approfondissement.

Jour 3 mercredi 23 juin 2027

Matin • 9 h–12 h

- Reprise des inductions hypnotiques et du modèle perceptuel VAKOG.
- Entraînements et retours des formateurs.

Après-midi • 13 h 30–17 h 30

- Métaphores en hypnose.
- Initiation à l'auto-hypnose.

Moyens techniques et assistance

Pour la visioconférence : ordinateur équipé d'une caméra, d'un microphone et d'une sortie audio, connexion Internet permettant les échanges en direct, et espace calme pour les exercices. Les consignes et le lien de connexion sont transmis avant la session. Pour le présentiel : salle adaptée au travail en groupe, aux démonstrations et aux mises en situation.

En cas de difficulté technique ou pédagogique, contacter Florian Saffer au 06 81 74 75 96 ou à dietetiquecomportementale@gmail.com. Les besoins sont examinés afin de proposer une réponse adaptée.

Accessibilité et prise en charge du handicap

Référent handicap : Florian Saffer, joignable aux coordonnées ci-dessus. Les besoins particuliers peuvent être signalés dès la préinscription ou lors de l'évaluation initiale. Un échange permet d'examiner les adaptations utiles : supports, rythme, organisation des exercices ou conditions de participation à distance et en présentiel.

L'accessibilité aux personnes à mobilité réduite fait partie des critères de sélection du lieu à Lyon. Selon la situation, le référent étudie les possibilités de compensation et mobilise les interlocuteurs spécialisés utiles, ou propose une orientation. Contacter le référent le plus tôt possible pour préparer l'accueil.

Programme du séminaire de perfectionnement

Présentiel à Lyon • 7, 8, 9 et 10 septembre 2027 • 28 heures

Jour 4 mardi 7 septembre 2027

Matin • 9 h–12 h

- Retour sur les pratiques.
- Anamnèse et stratégies de questionnement.

Après-midi • 13 h 30–17 h 30

- Hypnose, auto-hypnose et régulation de la prise alimentaire : protocoles.
- Place de l'hypnose dans l'accompagnement des troubles des conduites alimentaires, dans les limites du cadre professionnel.
- Reprise du langage hypnotique.

Jour 5 mercredi 8 septembre 2027

Matin • 9 h–12 h

- Motivation au changement : protocoles hypnotiques.
- Études de cas cliniques et reprise des inductions.

Après-midi • 13 h 30–17 h 30

- Présentation préalable de la séance ou « pre-talk ».
- Qualités relationnelles et humaines du praticien.

Jour 6 jeudi 9 septembre 2027

Matin • 9 h–12 h

- Hypnose et émotions : protocoles adaptés à l'alimentation émotionnelle.

Après-midi • 13 h 30–17 h 30

- Synthèse des apprentissages.
- Échanges sur les protocoles et sur des situations cliniques pertinentes.

Jour 7 vendredi 10 septembre 2027

Matin • 9 h–12 h

- Hypnose et parts de soi.
- Hypnose, critique intérieure et compassion.

Après-midi • 13 h 30–17 h 30

- Synthèse et intégration des apprentissages.
- Échanges sur les protocoles et les situations cliniques.
- Bilan des acquis et questionnaire de satisfaction.

Difficultés et réclamations

Toute difficulté de participation, demande d'assistance ou réclamation peut être adressée à Florian Saffer : dietetiquecomportementale@gmail.com • 06 81 74 75 96. Signaler également toute situation de violence, de harcèlement ou de discrimination rencontrée pendant la formation.