

# Catalogue **OB1** formations

# 2024



Version 6 / janvier



## **La communication thérapeutique**

« Mieux communiquer pour mieux soigner » : 27 et 28 janvier 2024

## **Hypnoanalgésie**

« Prise en charge des douleurs » : 12 et 13 avril 2024

## **La modélisation hypnotique**

« Réveillez le génie qui dort en vous » : 31 mai et 1 juin 2024

## **Les inductions directes**

« Droit au but » : 17 et 18 mai 2024

## **Les nouveaux outils de prévention du burnout**

« Le bien être au travail » : 26 et 27 avril 2024

## **Réussir le sevrage tabagique**

« Les clés de la libération » : 16 et 17 mars 2024

## **Initiation à l'hypnose médicale**

« Tout savoir pour bien commencer » : du 19 au 25 février 2024

## **Perfectionnement en hypnose médicale**

« Devenez un expert » : du 8 au 13 avril 2024

## **Hypnodontologie**

« L'hypnose au cabinet dentaire » : 4 modules de 2 jours en 2024

# La communication thérapeutique

Dr Olivier Benarroche - OB1 FORMATIONS



## Mieux communiquer pour mieux soigner

**La communication thérapeutique est l'art d'être en relation avec le patient pour créer une alliance thérapeutique, afin d'optimiser les soins.**

Cette formation vous permettra :

- de comprendre les enjeux d'une bonne alliance thérapeutique et l'importance d'une communication calibrée,
- d'observer et d'adapter votre mode de communication,
- d'optimiser la communication verbale et non verbale, à travers des techniques d'hypnose conversationnelle,
- de mettre en pratique vos compétences à toutes les phases du processus de soin

**Durée** : 2 jours

**Public concerné** : soignants : médecins, dentistes, assistantes dentaires, infirmières, sage-femmes, psychothérapeutes, aides soignantes; personnel encadrant, secrétaires médicales

Aucun **pré-requis** n'est demandé pour suivre cette formation.

**Moyens et supports pédagogiques** : groupe restreint. Les apports théoriques sont détaillés au fur et à mesure à l'aide de diaporamas et de vidéos. Les démonstrations et les mises en situation permettent de voir la mise en action des techniques. Les exercices en trinôme (praticien, sujet, observateur) permettent une intégration pratique des notions cours. Les temps de questions/réponses collectifs permettent un profond apprentissage. Les évaluations permettent de consolider les acquis.

# La communication thérapeutique

Dr Olivier Benarroche - OB1 FORMATIONS



## Programme de la formation

### Comprendre les principes de la communication

- Les canaux de communication
- Langage digital - verbal
- Langage analogique - non verbal et para-verbal
- Les canaux sensoriels VAKOG
- L'empathie et les neurones miroirs

### Intégrer la communication hypnotique

- Neurosciences et conscience
- Empathie et neurones miroir
- Objectifs et techniques en communication hypnotique
- L'inter-relation
- La transe spontanée du patient (positive ou négative ?)
- L'hypnose formelle et informelle (ou conversationnelle)
- Le langage spécifique
- Le langage non spécifique
- Notions de suggestibilité
- Les suggestions directes et indirectes

### Pratiquer la communication thérapeutique

- La présence et l'écoute active
- La création du rapport et de l'alliance thérapeutique
- Changer de positions dans la relation
- La proxémie et le contact physique
- La calibration, la synchronisation et la congruence
- Effets placebo et nocebo
- Recadrer son langage
- Accompagner son patient vers son objectif

# La communication thérapeutique

Dr Olivier Benarroche - OB1 FORMATIONS



## Bulletin d'inscription

### Dates 2024

Formation en 2 journées de 9h à 18h  
le vendredi et samedi, à Antibes (06)  
(entourer la date choisie)

**27 et 28 janvier 2024**

### Tarifs

Inscription individuelle : 390 euros

(attestation de présence et facture délivrées en fin de stage)

Délai d'accès à la formation : 5 jours en individuel / 2 mois si  
financement

Je m'inscris à la formation « la communication thérapeutique » et verse pour réservation la somme de 30%. Je recevrai en retour une convention de formation. Je verserai le solde le jour du début de la formation.

Nom..... Prénom.....

Profession .....

Adresse.....

.....

Tel.....

Email.....

Signature :

Règlement à libeller à l'ordre de « OB1 FORMATIONS » et à retourner à :  
Dr Benarroche - 31, avenue Reibaud 06600 Antibes  
Tel : 07 56 82 29 02 / mail : [olivier@ob1formations.com](mailto:olivier@ob1formations.com)

# Hypnoanalgésie

Dr Olivier Benarroche - OB1 FORMATIONS



## Prise en charge des douleurs

Combattre la douleur et la peur des soins est devenu, au regard de nos connaissances, une **nécessité technique** et une **obligation déontologique**. Il est possible désormais de comprendre l'efficacité antalgique de l'hypnose grâce aux méthodes d'investigation neuro-fonctionnelles et aux expérimentations cliniques. L'hypnose peut être utilisée comme adjuvant thérapeutique dans la prise en charge globale de la douleur, en préventif et en curatif. Par son action à plusieurs niveaux, l'hypnose peut également éviter le passage à la chronicité d'une douleur aiguë ainsi que la survenue d'un syndrome post-traumatique. Cette démarche centrée sur le patient, l'intégrant totalement dans la démarche thérapeutique en faisant appel à ses propres ressources amène à une meilleure acceptation des soins, et favorise une reconnaissance mutuelle entre le praticien et le patient.

**Apprendre les techniques hypnotiques constitue un moyen efficace d'élargir nos propres connaissances et notre efficacité pour soulager nos patients. Mieux communiquer favorise l'installation d'une relation empathique et amène une plus grande satisfaction professionnelle et un épanouissement personnel.**

**Durée :** 2 jours

**Public concerné :** soignants : médecins, dentistes, assistantes dentaires, infirmières, sage-femmes, psychothérapeutes, aides soignantes; personnel encadrant, secrétaires médicales

Aucun **pré-requis** n'est demandé pour suivre cette formation.

**Moyens et supports pédagogiques :** diaporamas et vidéos. Démonstrations, mises en situation et exercices

# Hypnoanalgésie

Dr Olivier Benarroche - OB1 FORMATIONS



## Programme de la formation

### I. Les multiples dimensions de la douleur

### II. Activité corticale et différentes composantes de la douleur

### III. Principes généraux de prise en charge de la douleur

#### - pour la douleur aiguë

- directivité
- Focalisation de l'attention sur la douleur
- Saturation, distraction et dissociation
- Anticipation anxieuse et recadrage

#### - pour la douleur chronique

- Stratégies de « coping » (apprentissage et résilience)
- Apprentissage de la gestion des émotions (anxiété et stress)
- Relation au corps, au temps, à l'imaginaire
- Apprentissage de l'Auto-hypnose

### IV. Stratégies hypnotiques de prise en charge de la douleur

#### **Au niveau sensoriel :**

- sa dimension quantitative
- sa dimension qualitative

#### **Au niveau émotionnel :**

- sa dimension affective

#### **Au niveau cognitif :**

- sa dimension temporelle
- sa dimension symbolique ou analogique
- sa dimension significative

#### **Au niveau comportemental :**

- son expression
- ses conséquences sociales

# Hypnoalgésie

Dr Olivier Benarroche - OB1 FORMATIONS



## Bulletin d'inscription

### Dates 2024

Formation en 5 journées de 9h à 18h  
le vendredi et samedi, à Antibes (06)  
(entourer la date choisie)

**12 et 13 avril 2024**

### Tarifs

Inscription individuelle : 390 euros

(attestation de présence et règlement délivrées en fin de stage)

Délai d'accès à la formation : 5 jours en individuel / 2 mois si  
financement

Je m'inscris à la formation « Hypnoalgésie » et verse pour réservation la somme de 30%. Je recevrai en retour une convention de formation. Je verserai le solde le jour du début de la formation.

Nom..... Prénom.....

Profession .....

Adresse.....

.....

Tel.....

Email.....

Signature :

Règlement à libeller à l'ordre de « OB1 FORMATIONS » et à retourner à :  
Dr Benarroche - 31, avenue Reibaud 06600 Antibes  
Tel : 07 56 82 29 02 / mail : [olivier@ob1formations.com](mailto:olivier@ob1formations.com)

# La modélisation hypnotique

Dr Olivier Benarroche - OB1 FORMATIONS



## *Réveillez le génie qui dort en vous !*

Cette formation apporte une synthèse originale des évolutions récentes en neurosciences et en hypnothérapie et propose différentes perspectives pour intégrer une nouvelle façon d'apprendre, d'évoluer et d'être, à un profond niveau inconscient.

L'être humain est une machine à apprendre et possède un immense potentiel pour percevoir, comprendre et intégrer son environnement, s'y adapter et évoluer en permanence. Bon nombre de ces processus d'acquisition se développent de manière automatique dès la naissance, l'apprentissage se faisant par le mimétisme, par l'observation et l'intégration de modèles, grâce au système des neurones miroirs. La modélisation hypnotique permet de potentialiser ces processus d'apprentissage et de s'identifier intentionnellement à un modèle possédant les capacités, les compétences, les talents que l'on souhaite développer, afin d'en faire l'apprentissage inconscient et accéléré. Certaines techniques évoquent l'affabulation, le rêve, le jeu et l'enfance, toutes choses qui ne font décidément pas sérieux. Cependant, c'est par ces biais que certains des plus grands génies de l'humanité sont distingués et c'est par la maîtrise de ces processus que vous pourrez expérimenter votre vrai Moi, réaliser vos potentiels, votre interconnexion à toute chose et être libre, au sens le plus large du terme.

Le Dr Olivier Benarroche exerce en tant que chirurgien-dentiste et hypnopraticien. Il s'est passionné et spécialisé en hypnose médicale il y a une quinzaine d'années à la fois pour améliorer la prise en charge de ses patients et travailler à son propre développement personnel. Depuis dix ans, il est formateur dans divers instituts et intervient comme conférencier lors de congrès spécialisés.

# La modélisation hypnotique

Dr Olivier Benarroche - OB1 FORMATIONS



## Programme de la formation

### **Découvrez les origines de la modélisation hypnotique**

Ce principe existe depuis l'aube des temps. L'idée de se transformer en quelqu'un d'autre à travers un rituel fait partie de toutes les cultures depuis la préhistoire. Les traditions spirituelles du monde entier - depuis le chamanisme jusqu'au Mystères grecs, en passant par les transes Balinaises, ou le mysticisme Chrétien - toutes ont adaptées ce processus à leur environnement, leurs connaissances et leurs croyances.

### **Apprenez facilement grâce à un protocole synthétique**

La modélisation hypnotique est une technique qui permet d'absorber de manière globale et inconsciente un ensemble de talents et de compétences à partir d'un modèle inspirant, selon un processus en 3 phases : Préparation / Modélisation / Application, déclinées en 10 étapes précises.

### **Comprenez avec l'apport des neurosciences**

L'acquisition de nouvelles compétences se fait grâce à l'établissement de connexions entre neurones, par un processus d'association, à la base de la neuroplasticité. La mémoire, les processus attentionnels, l'imagination et l'empathie sont les facteurs neurologiques qui concourent à cet apprentissage puissant et naturel par mimétisme.

### **Appliquez des outils simples et efficaces pour vous transformer**

Vous apprendrez à maîtriser les différentes positions perceptuelles de dissociation. Et grâce à des exercices originaux et pratiques *d'alignement*, de *Morphing sensoriel*, de *Fusion des valeurs*, de *Marelle hypnotique*, de *Modélisation régressive, progressive ou symbolique*, vous ferez l'acquisition d'un riche savoir-faire pour votre transformation et celle de vos proches ou de vos patients.

Durée : 2 jours

Public concerné : soignants : médecins, dentistes, psychologues, infirmières, sage-femmes, psychothérapeutes, aides soignantes

Pré-requis : une formation initiale en hypnose médicale

Moyens et supports pédagogiques : groupe restreint. Les apports théoriques sont détaillés au fur et à mesure à l'aide de diaporamas et de vidéos. Les démonstrations et les mises en situation permettent de voir la mise en action des techniques. Les exercices en trinôme (praticien, sujet, observateur) permettent une intégration pratique des notions de cours. Les temps de questions/réponses collectifs permettent de clarifier et d'approfondir. Les évaluations permettent de consolider les acquis.

Contact : [olivier@ob1formations.com](mailto:olivier@ob1formations.com) / 07 56 82 29 02 / Site : [ob1formations.com](http://ob1formations.com)

# La modélisation hypnotique

Dr Olivier Benarroche - OB1 FORMATIONS



## Bulletin d'inscription

### Dates 2024

Formation en 2 journées de 9h à 18h  
le vendredi et samedi, à Antibes (06)  
(entourer la date choisie)

**31 mai et 1 juin 2024**

### Tarifs

Inscription individuelle : 390 euros

(attestation de présence et facture délivrées en fin de stage)

Délai d'accès à la formation : 5 jours en individuel / 2 mois si  
financement

Je m'inscris à la formation « la modélisation hypnotique » et verse pour réservation la somme de 30%. Je recevrai en retour une convention de formation. Je verserai le solde le jour du début de la formation.

Nom..... Prénom.....

Profession .....

Adresse.....

.....

Tel.....

Email.....

Signature :

Règlement à libeller à l'ordre de « OB1 FORMATIONS » et à retourner à :  
Dr Benarroche - 31, avenue Reibaud 06600 Antibes  
Tel : 07 56 82 29 02 / mail : [olivier@ob1formations.com](mailto:olivier@ob1formations.com)

# Les inductions directes

Dr Olivier Benarroche - OB1 FORMATIONS



## *Droit au but*

L'utilisation de l'hypnose médicale est très différente en fonction de son contexte d'application. Pour les soignants somaticiens, l'objectif principal est d'accompagner un acte de soin. Que vous soyez chirurgien-dentiste, urgentiste, anesthésiste, infirmier(e), aide-soignant(e), kinésithérapeute, ostéopathe ou sage-femme, il est important d'avoir à votre disposition des moyens pour accompagner vos interventions d'une manière plus rapide et efficace. Vous avez moins de temps pour installer progressivement une relaxation, ou pour développer des métaphores poétiques. Au chevet de patients qui doivent subir un traitement quelquefois difficile à supporter, même si nous nous fixons comme seul but d'améliorer leur prise en charge, le résultat est souvent évalué sur un mode binaire : le confort, l'anxiolyse ou l'analgésie sont autant de buts, atteints ou non. L'accent a été mis ici sur l'aspect temporel de l'outil hypnotique, car c'est souvent ce qui nous fait défaut. Appliquée de cette manière, l'hypnose n'est pas particulièrement gourmande en temps, elle permet même, tout en augmentant le confort pour le patient et l'opérateur, d'en gagner.

Cette formation est l'aboutissement de recherches et d'applications concrètes dans un environnement clinique, en particulier dans l'accompagnement de soins. J'ai à coeur de vous offrir une description la plus complète et la plus claire possible des différentes techniques qui vous permettront de réaliser des inductions hypnotiques plus rapidement, tout en étant capables de vous concentrer davantage sur la qualité de vos soins et de la relation thérapeutique.

Le Dr Olivier Benarroche exerce en tant que chirurgien-dentiste et hypnopraticien. Il s'est passionné et spécialisé en hypnose médicale il y a une quinzaine d'années à la fois pour améliorer la prise en charge de ses patients et travailler à son propre développement personnel. Depuis dix ans, il est formateur dans divers instituts et intervient comme conférencier lors de congrès spécialisés.

# Les inductions directes

Dr Olivier Benarroche - OB1 FORMATIONS

## Programme de la formation

### I. Les différents types d'INDUCTIONS

Les inductions progressives  
Les inductions rapides  
Les inductions instantanées  
Clinique et éthique

### II. La COMMUNICATION HYPNOTIQUE

#### DIRECTE

La position haute et le leading  
Le langage verbal  
Le langage paraverbal  
Le langage non verbal

### III. LA DYNAMIQUE des INDUCTIONS

#### 1. Le Rapport

La Présence et le Modeling  
L'Entretien préalable et le précadrage  
Séquences d'acceptation verbales et non verbales  
Les Tests de consentement

#### 2. L'Absorption

L'Absorption rapide : les boucles hypnotiques  
L'Absorption instantanée : les séquences automatiques

#### 3. La Dissociation

La Dissociation rapide - par spirale idéodynamique  
La Dissociation instantanée - par interruption de séquence  
Interruption de séquence cognitive  
Interruption de séquence motrice  
Interruption de séquence comportementale

#### 4. L'Activation de l'Inconscient

Guidage par suggestion directe  
Approfondissement immédiat et tests de profondeur de transe

#### 5. La Phase de Travail hypnotique

#### 6. La Réassociation

### IV. LES INDUCTIONS RAPIDES

Tests de suggestibilité  
Modèles d'inductions rapides

### V. LES INDUCTIONS INSTANTANÉES

Modèles d'inductions instantanées  
Les Nano-inductions

Durée : 2 jours

Public concerné : soignants : médecins, dentistes, psychologues, infirmières, sage-femmes, psychothérapeutes, aides soignantes

Pré-requis : une formation initiale en hypnose médicale

Moyens et supports pédagogiques : groupe restreint. Les apports théoriques sont détaillés au fur et à mesure à l'aide de diaporamas et de vidéos. Les démonstrations et les mises en situation permettent de voir la mise en action des techniques. Les exercices en trinôme (praticien, sujet, observateur) permettent une intégration pratique des notions de cours. Les temps de questions/réponses collectifs permettent de clarifier et d'approfondir. Les évaluations permettent de consolider les acquis.

Contact : [olivier@ob1formations.com](mailto:olivier@ob1formations.com) / 07 56 82 29 02 / Site : [ob1formations.com](http://ob1formations.com)

# Les inductions rapides et instantanées

Dr Olivier Benarroche - OB1 FORMATIONS



## Bulletin d'inscription

### Dates 2024

Formation en 2 journées de 9h à 18h  
le vendredi et samedi, à Antibes (06)  
(entourer la date choisie)

**17 et 18 mai 2024**

### Tarifs

Inscription individuelle : 390 euros

(attestation de présence et facture délivrées en fin de stage)

Délai d'accès à la formation : 5 jours en individuel / 2 mois si  
financement

Je m'inscris à la formation « les inductions rapides et instantanées » et verse pour réservation la somme de 30%. Je recevrai en retour une convention de formation. Je verserai le solde le jour du début de la formation.

Nom..... Prénom.....

Profession .....

Adresse.....

.....

Tel.....

Email.....

Signature :

Règlement à libeller à l'ordre de « OB1 FORMATIONS » et à retourner à :  
Dr Benarroche - 31, avenue Reibaud 06600 Antibes  
Tel : 07 56 82 29 02 / mail : [olivier@ob1formations.com](mailto:olivier@ob1formations.com)

# Les nouveaux outils de prévention du burnout

Dr Olivier Benarroche - OB1 FORMATIONS



## Le bien-être au travail ?

Le stress chronique est un facteur contribuant aux maladies cardio-vasculaires, aux troubles anxio-dépressifs, au diabète, à l'obésité et à toute une série de manifestations psychosomatiques. Non écouté, l'inconscient crie de plus en plus fort !

De nombreux patients se plaignent de travailler trop dur, de faire face à d'importantes responsabilités et de se sentir débordés. Ils se sentent fatigués de façon chronique, ont besoin de sommeil mais souffrent d'insomnie. Ils se sentent de plus en plus détachés de leur travail, de leur famille, et de leurs loisirs. Une sorte de cynisme s'insinue dans leur façon de penser et d'agir. Ils se sentent inefficaces, désintéressés, déshumanisés. Leur confiance en eux et leur auto-estime ont chuté. Ils sentent qu'ils risquent de s'effondrer et cherchent une solution vitale. Ce sont tous des signes de stress chronique et de burnout. L'épuisement professionnel, c'est se sentir vidé, physiquement, mentalement et émotionnellement.

Le stress, le burnout et les crises ne sont pas des problèmes. Ils sont un appel à l'action. Un appel à retrouver le bon chemin dans la vie, à se réapproprier les bons investissements émotionnels, psychiques et relationnels.

Avec les neurosciences, nous savons que le cerveau a la capacité de se reconfigurer par neuroplasticité. En orientant intentionnellement l'attention, il est possible de réduire le stress dans le corps et l'esprit.

**Grâce à des outils complémentaires** (techniques respiratoires, micro-nutrition, auto-hypnose, méditation), **vous allez aider vos patients à reprendre le contrôle. Vous leur apprendrez à maîtriser leur lien psycho-corporel, leur permettrez de mieux se connaître, de se détendre efficacement, d'activer leurs ressources internes pour atteindre un nouvel équilibre.**

# Les nouveaux outils de prévention du burnout

Dr Olivier Benarroche - OB1 FORMATIONS



## Programme de la formation

### Comprendre le stress

Stress positif et stress négatif  
Le Syndrome Général d'Adaptation  
Le Burnout

### Identifier ses ressources

Neuroplasticité et changement  
La confiance et l'estime de soi  
Le réflexe de régénération ultradien  
La rééquilibration  
micro-nutritionnelle  
*Test MBI de Maslach*  
*Test de Rosenberg*

### Agir avec l'auto-hypnose

Indications / Définitions / Principes  
Imagination et auto-suggestion  
Poser le cadre et les précautions  
Formuler l'intention et l'objectif  
Structurer la séance d'auto-hypnose en 6 étapes

### Les protocoles de régénération

### Les protocoles de visualisation

### Les protocoles de communication

(avec l'inconscient)

Exercices et pistes de travail

### Bonus

Le stress des soignants  
Burnout et hypersensibilité  
La pression de la crise sanitaire

**Durée** : 2 jours

**Public concerné** : soignants : médecins, dentistes, assistantes dentaires, infirmières, sage-femmes, psychothérapeutes, aides soignantes; personnel encadrant, secrétaires médicales, managers, chef d'équipe

Aucun **pré-requis** n'est demandé pour suivre cette formation.

**Moyens et supports pédagogiques** : groupe restreint. Les apports théoriques sont détaillés au fur et à mesure à l'aide de diaporamas et de vidéos. Les démonstrations et les mises en situation permettent de voir la mise en action des techniques. Les exercices en trinôme (praticien, sujet, observateur) permettent une intégration pratique des notions cours. Les temps de questions/réponses collectifs permettent un profond apprentissage. Les évaluations permettent de consolider les acquis.

# Les nouveaux outils de prévention du burnout

Dr Olivier Benarroche - OB1 FORMATIONS



## Bulletin d'inscription

### Dates 2024

Formation en 2 journées de 9h à 18h  
le vendredi et samedi, à Antibes (06)  
(entourer la date choisie)

**26 et 27 avril 2024**

### Tarifs

Inscription : 390 euros

(attestation de présence et facture délivrées en fin de stage)

Délai d'accès à la formation : 5 jours en individuel / 2 mois si  
financement

Je m'inscris à la formation « les nouveaux outils de prévention du burnout » et verse pour réservation la somme de 30%.  
Je recevrai en retour une convention de formation. Je verserai le solde le jour du début de la formation.

Nom..... Prénom.....

Profession .....

Adresse.....

.....

Tel.....

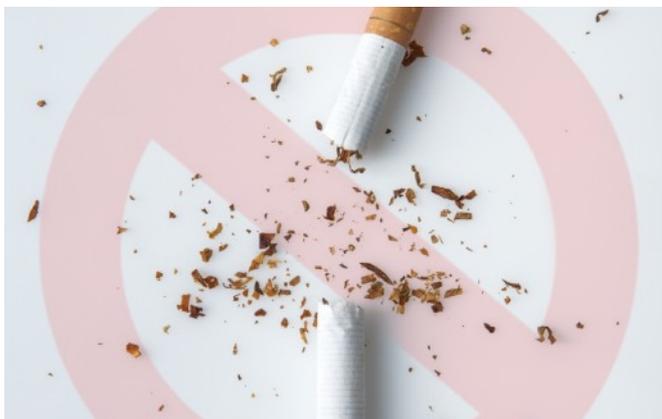
Email.....

Signature :

Règlement à libeller à l'ordre de « OB1 FORMATIONS » et à retourner à :  
Dr Benarroche - 31, avenue Reibaud 06600 Antibes  
Tel : 07 56 82 29 02 / mail : [olivier@ob1formations.com](mailto:olivier@ob1formations.com)

# Réussir le sevrage tabagique

Dr Olivier Benarroche - OB1 FORMATIONS



## Les clés de la libération

De nombreux patients souhaitent arrêter de fumer et perçoivent l'arrêt du tabac comme une épreuve insurmontable. L'hypnose est souvent leur dernier recours et ils y placent tous leurs espoirs. Ils éprouvent une immense gratitude envers votre accompagnement vers leur réussite.

Grâce à un **protocole hypnotique de sevrage tabagique** structuré en 4 étapes, vous trouverez toutes les clés pour accompagner chaque patient selon sa problématique propre. Dans chaque partie, vous pourrez utiliser différents modules, en fonction des informations recueillies et du contexte spécifique.

Il s'agit d'accompagner votre patient dans un processus de **déconditionnement**, en lui délivrant différents types de suggestions visant :

- à clarifier et à intensifier la prise de conscience des **motivations** personnelles pour l'arrêt du tabac,
- à **recadrer** les fausses  **croyances** et les  **règles inconscientes** inadaptées (bénéfices secondaires, habitudes), qui entretiennent la **dépendance**,
- à éliminer les liens entre le tabac et la récompense, et à établir de **nouvelles associations inconscientes**,
- le **renforcement positif** et la **confiance en soi**, pour le soutien de la décision d'arrêter,
- l'instauration d'un **nouveau comportement**, sain, antagoniste de l'addiction pathologique,
- à faciliter les **effets secondaires** (physiologiques et psychologiques) de l'arrêt du tabac,
- à apprendre à faire face aux **émotions** et au **syndrome de manque** (irritabilité, prise de poids, insomnies, peurs...), notamment grâce à la pratique de **l'auto-hypnose**,
- à encourager une reprise ou une augmentation de **l'hygiène de vie**,
- à soutenir la **décision** de rester non-fumeur sur le long terme.

# Réussir le sevrage tabagique

Dr Olivier Benarroche - OB1 FORMATIONS



## Programme de la formation

**Les dangers du tabac**

**Les 3 dépendances**

**Des interactions complexes**

**L'addiction et le circuit de la récompense**

**Similitudes entre l'addiction et l'hypnose**

**Le cercle vicieux de la dépendance**

**Les objectifs de l'arrêt du tabac**

**Protocole hypnotique du sevrage tabagique en 4 phases**

### **I. PREPARATION**

- a. Anamnèse et évaluation initiale
- b. Entretien préalable

### **II. INDUCTION**

- a. Par Focalisation ou Induction rapide
- b. Approfondissement
- c. Dissociation et activation des ressources

### **III. SUGGESTION**

- Par suggestion directe
- Par métaphore
- Par progression
- Par régression
- Par prescription de tâche
- Par recadrage en 6 étapes
- La gestion du manque
- La technique du deuil
- Par suggestion post-hypnotique
- La prise de décision
- Le moment d'intégration

### **IV. REASSOCIATION**

- Réorientation en tant que non-fumeur
- Ratification de la transe
- Suggestion d'amnésie
- Propagation
- Transcendance
  
- Gestion des « échecs »

Durée : 2 jours

Public concerné : soignants : médecins, dentistes, psychologues, infirmières, sage-femmes, psychothérapeutes, aides soignantes

Pré-requis : une formation initiale en hypnose médicale

Moyens et supports pédagogiques : groupe restreint. Les apports théoriques sont détaillés au fur et à mesure à l'aide de diaporamas et de vidéos. Les démonstrations et les mises en situation permettent de voir la mise en action des techniques. Les exercices en trinôme (praticien, sujet, observateur) permettent une intégration pratique des notions de cours. Les temps de questions/réponses collectifs permettent de clarifier et d'approfondir. Les évaluations permettent de consolider les acquis.

Contact : [olivier@ob1formations.com](mailto:olivier@ob1formations.com) / 07 56 82 29 02 / Site : [ob1formations.com](http://ob1formations.com)

# Réussir le sevrage tabagique

Dr Olivier Benarroche - OB1 FORMATIONS



## Bulletin d'inscription

### Dates 2024

Formation en 2 journées de 9h à 18h  
le vendredi et samedi, à Antibes (06)  
(entourer la date choisie)

**16 et 17 mars 2024**

### Tarifs

Inscription individuelle : 390 euros

(attestation de présence et facture délivrées en fin de stage)

Délai d'accès à la formation : 5 jours en individuel / 2 mois si  
financement

Je m'inscris à la formation « Réussir le sevrage tabagique » et verse pour réservation la somme de 30%. Je recevrai en retour une convention de formation. Je verserai le solde le jour du début de la formation.

Nom..... Prénom.....

Profession .....

Adresse.....

.....

Tel.....

Email.....

Signature :

Règlement à libeller à l'ordre de « OB1 FORMATIONS » et à retourner à :  
Dr Benarroche - 31, avenue Reibaud 06600 Antibes  
Tel : 07 56 82 29 02 / mail : [olivier@ob1formations.com](mailto:olivier@ob1formations.com)

# Initiation à l'hypnose médicale

Dr Olivier Benarroche - OB1 FORMATIONS



## Tout savoir pour bien commencer

**L'objectif de ce module est de vous permettre de découvrir l'hypnose médicale et d'apprendre les techniques permettant de l'utiliser en pratique courante, en tant que mode de communication et outil thérapeutique complémentaire.**

Grâce à l'acquisition de nouveaux outils issus de l'hypnose médicale, vous serez capable de :

- connaître les définitions de l'hypnose, ses caractéristiques et ses domaines d'application,
- envisager l'hypnose dans sa dimension éthique et complémentaire aux métiers de la santé,
- comprendre les outils de la communication hypnotique directe et indirecte,
- établir des bases solides de l'alliance thérapeutique,
- utiliser les concepts de suggestion et de suggestibilité,
- pratiquer les tests cliniques de suggestibilité pour évaluer la réceptivité à l'hypnose,
- appliquer les différentes techniques d'induction en hypnose clinique,
- maîtriser les grandes étapes d'une séance d'hypnose,
- augmenter votre capacité d'ajustement face aux situations difficiles imposées par la relation de soin,
- vous enrichir des échanges et supervisions avec les stagiaires et le formateur,
- élaborer un projet clinique.

# Initiation à l'hypnose médicale

Dr Olivier Benarroche - OB1 FORMATIONS



## Programme de la formation

### **I. Les fondamentaux**

Définitions, caractéristiques et historique

Cadre éthique et indications

Neurosciences et clinique

Sémiologie de l'état hypnotique

### **II. La rhétorique hypnotique**

Aspects relationnels

La communication verbale et non verbale

La communication thérapeutique

La communication hypnotique

### **III. La suggestibilité et l'hypnotisabilité**

Les corrélats de l'hypnotisabilité

Les différents types de suggestibilité

Les échelles de suggestibilité

Les tests de suggestibilité

### **IV. Les techniques de suggestion**

Le langage hypnotique spécifique

Le langage hypnotique non spécifique

Les suggestions hypnotiques

Les métaphores thérapeutiques

### **V. L'induction en hypnose**

Paradigmes et principes ericksoniens

Les différents types d'induction

### **VI. Microdynamique de la transe**

Le déroulement d'une séance d'hypnose

La construction du Rapport

Méthodes de fixation de l'attention

La Confusion et la Dissociation

L'approfondissement

La phase de travail

La réassociation

### **VII. Applications pratiques**

Mises en situation

Supervisions

Exemples cliniques

**Durée** : 5 jours

**Public concerné** : soignants : médecins, dentistes, assistantes dentaires, infirmières, sage-femmes, psychothérapeutes, aides soignantes; personnel encadrant, secrétaires médicales, managers, chef d'équipe

Aucun **pré-requis** n'est demandé pour suivre cette formation.

**Moyens et supports pédagogiques** : groupe restreint. Les apports théoriques sont détaillés au fur et à mesure à l'aide de diaporamas et de vidéos. Les démonstrations et les mises en situation permettent de voir la mise en action des techniques. Les exercices en trinôme (praticien, sujet, observateur) permettent une intégration pratique des notions cours. Les temps de questions/réponses collectifs permettent un profond apprentissage. Les évaluations permettent de consolider les acquis.

Contact : [olivier@ob1formations.com](mailto:olivier@ob1formations.com) / 07 56 82 29 02

# Initiation à l'hypnose médicale

Dr Olivier Benarroche - OB1 FORMATIONS



## Bulletin d'inscription

### Dates 2024

### Tarifs

Formation en 5 journées de 9h à 18h  
à Antibes (06)

1690 euros

**du 19 au 25 février 2024**

(attestation de présence et facture délivrées en fin de stage)

Délai d'accès à la formation : 5 jours en individuel / 2 mois si  
financement

Je m'inscris à la formation « Initiation à l'hypnose médicale » et verse pour réservation la somme de 30%. Je recevrai en retour une convention de formation. Je verserai le solde le jour du début de la formation.

Nom..... Prénom.....

Profession .....

Adresse.....

.....

Tel.....

Email.....

Signature :

Règlement à libeller à l'ordre de « OB1 FORMATIONS » et à retourner à :  
Dr Benarroche - 31, avenue Reibaud 06600 Antibes  
Tel : 07 56 82 29 02 / mail : [olivier@ob1formations.com](mailto:olivier@ob1formations.com)

# Perfectionnement en hypnose médicale

Dr Olivier Benarroche - OB1 FORMATIONS



## Devenez un expert

**L'objectif de ce module est de vous permettre d'approfondir vos connaissances en hypnose médicale et d'apprendre des techniques avancées, permettant de prendre en charge les nombreuses indications cliniques en hypnothérapie.**

Grâce à l'acquisition de nouveaux outils issus de l'hypnose médicale, vous serez capable de :

- connaître les définitions de l'hypnose, ses caractéristiques et ses domaines d'application,
- envisager l'hypnose dans sa dimension éthique et complémentaire aux métiers de la santé,
- comprendre les outils de la communication hypnotique directe et indirecte,
- établir des bases solides de l'alliance thérapeutique,
- utiliser les concepts de suggestion et de suggestibilité,
- pratiquer les tests cliniques de suggestibilité pour évaluer la réceptivité à l'hypnose,
- appliquer les différentes techniques d'induction en hypnose clinique,
- maîtriser les grandes étapes d'une séance d'hypnose,
- augmenter votre capacité d'ajustement face aux situations difficiles imposées par la relation de soin,
- vous enrichir des échanges et supervisions avec les stagiaires et le formateur,
- élaborer un projet clinique.

# Perfectionnement en hypnose médicale

Dr Olivier Benarroche - OB1 FORMATIONS



## Programme de la formation

### I. Retour sur les concepts fondamentaux de l'hypnose médicale

### II. Les processus thérapeutiques en thérapie brève

### III. Les stratégies hypnotiques

L'éducation thérapeutique

La gestion du stress et des émotions

Le renforcement du Moi

Techniques de réassociation

- Hypnose Suggestive
- Hypnose Psychodynamique
- Hypnose Régressive et Cathartique
- Hypnose Spirituelle
- Hypnose de polarités

### IV. La boîte à outils hypnotiques

- Les suggestions post-hypnotiques
- Les ancrages
- Le signaling idéomoteur
- Le recadrage
- La progression et régression en âge
- L'amnésie
- Les métaphores thérapeutiques
- Les prescriptions de tâches
- L'autohypnose
- La thérapie des états du Moi
- La modélisation hypnotique
- Les mouvements alternés

### V. Les applications cliniques

- Stress, anxiété et burnout
- Peur et phobie
- Syndrome post-traumatique
- Addictions et sevrage
- Insomnie
- Douleurs aiguës et chroniques

### VI. Supervision

**Durée** : 5 jours

**Public concerné** : soignants : médecins, dentistes, assistantes dentaires, infirmières, sage-femmes, psychothérapeutes, aides soignantes; personnel encadrant, secrétaires médicales, managers, chef d'équipe

Aucun **pré-requis** n'est demandé pour suivre cette formation.

**Moyens et supports pédagogiques** : groupe restreint. Les apports théoriques sont détaillés au fur et à mesure à l'aide de diaporamas et de vidéos. Les démonstrations et les mises en situation permettent de voir la mise en action des techniques. Les exercices en trinôme (praticien, sujet, observateur) permettent une intégration pratique des notions cours. Les temps de questions/réponses collectifs permettent un profond apprentissage. Les évaluations permettent de consolider les acquis.

# Perfectionnement en hypnose médicale

Dr Olivier Benarroche - OB1 FORMATIONS



## Bulletin d'inscription

### Dates 2024

### Tarifs

Formation en 5 journées de 9h à 18h  
à Antibes (06)

1690 euros

**du 8 au 13 avril 2024**

(attestation de présence et facture délivrées en fin de stage)

Délai d'accès à la formation : 5 jours en individuel / 2 mois si  
financement

Je m'inscris à la formation « Initiation à l'hypnose médicale » et verse pour réservation la somme de 30%. Je recevrai en retour une convention de formation. Je verserai le solde le jour du début de la formation.

Nom..... Prénom.....

Profession .....

Adresse.....

.....

Tel.....

Email.....

Signature :

Règlement à libeller à l'ordre de « OB1 FORMATIONS » et à retourner à :  
Dr Benarroche - 31, avenue Reibaud 06600 Antibes  
Tel : 07 56 82 29 02 / mail : [olivier@ob1formations.com](mailto:olivier@ob1formations.com)

# Hypnodontologie

Dr Olivier Benarroche - OB1 FORMATIONS



## *L'hypnose au cabinet dentaire*

### Objectifs de la formation

- Acquérir les notions de base sur l'hypnose
- Prendre connaissance des indications de l'hypnodontologie
- Apprendre à identifier l'état de transe hypnotique
- Se familiariser avec les techniques d'induction et de suggestion
- Acquérir les fondements cliniques de l'hypnose médicale et la structure d'une séance d'hypnothérapie
- Comprendre les mécanismes de la communication au cabinet
- Utiliser les outils spécifiques à la clinique dentaire
- Faire l'expérience de l'état hypnotique grâce à des exercices dirigés
- Apprendre à se mettre en auto-hypnose

Le Dr Olivier Benarroche exerce en tant que chirurgien-dentiste et hypnopraticien. Il s'est passionné et spécialisé en hypnose médicale il y a une quinzaine d'années à la fois pour améliorer la prise en charge de ses patients et travailler à son propre développement personnel. Depuis dix ans, il est formateur dans divers instituts et intervient comme conférencier lors de congrès spécialisés.

# Hypnodontologie

Dr Olivier Benarroche - OB1 FORMATIONS



## Programme de la formation

### ❖ MODULE 1

**Introduction aux bases fondamentales de l'hypnose médicale**

Définitions, historique, et Indications

L'hypnose Ericksonienne

La communication hypnodontique.

### ❖ MODULE 2

**Acquisition du savoir-faire hypnotique**

Dynamique de l'induction hypnotique

Le langage hypnotique spécifique et non spécifique

Les suggestions directes et indirectes

Ancrages et suggestions post-hypnotiques.

### ❖ MODULE 3

**Applications de l'hypnose en clinique dentaire**

Les suggestions thérapeutiques

Prise en charge de l'anxiété, de la peur et de la phobie

Prise en charge de la douleur aiguë et chronique

Prise en charge des parafonctions et des habitudes nocives.

### ❖ MODULE 4

**Perfectionnement et supervision**

Hypnose et pédodontie

Auto-hypnose du praticien et prévention du burnout

Présentation du plan de traitement

Ethique professionnelle et déontologie.

Durée : 4 modules de 2 jours (soit 8 jours en tout)

Public concerné : chirurgiens-dentistes, stomatologues, assistant(e)s dentaires

Pré-requis : formation initiale

Moyens et supports pédagogiques : groupe restreint. Les apports théoriques sont détaillés au fur et à mesure à l'aide de diaporamas et de vidéos. Les démonstrations et les mises en situation permettent de voir la mise en action des techniques. Les exercices en trinôme (praticien, sujet, observateur) permettent une intégration pratique des notions de cours. Les temps de questions/réponses collectifs permettent de clarifier et d'approfondir. Les évaluations permettent de consolider les acquis.

Contact : [olivier@ob1formations.com](mailto:olivier@ob1formations.com) / 07 56 82 29 02 / Site : [ob1formations.com](http://ob1formations.com)

# Hypnodontologie

Dr Olivier Benarroche - OB1 FORMATIONS



## Bulletin d'inscription

### Dates 2024

Formation en 4x2 journées de 9h à 17h30  
le vendredi et samedi

4 modules de 2 jours en 2024

### Tarifs

Inscription individuelle : 2268 euros TTC

(attestation de présence et facture délivrées en fin de stage)

Délai d'accès à la formation : 5 jours en individuel / 2 mois si  
financement

Je m'inscris à la formation « la modélisation hypnotique » et verse pour réservation la somme de 30% en euros. Je recevrai en retour une convention de formation. Je verserai le solde le jour du début de la formation.

Nom..... Prénom.....

Profession .....

Adresse.....

.....

Tel.....

Email.....

Signature :

Règlement à libeller à l'ordre de « OB1 FORMATIONS » et à retourner à :

Dr Benarroche - 31, avenue Reibaud 06600 Antibes

Tel : 07 56 82 29 02 / mail : [olivier@ob1formations.com](mailto:olivier@ob1formations.com)