Spécialité en Arrêt du et addictions

Non-certifiante | Formation continue

Réf. : 25186949F — Mise à jour : 18 novembre 2025

Organisme responsable : **PSYNAPSE**

Présentation de la formation

Objectifs

Les bienfaits de l'hypnose pour l'arrêt du tabac et des addictions ont fait leurs preuves. Venez apprendre les techniques pour accompagner vos clients

L'utilisation de l'hypnose permet de détendre le client, de questionner son inconscient et de le guider vers une modification de ses comportements nocifs pour engendrer des changements positifs de manière sécure et sans brutalité.

L'hypnothérapeute accompagne le sujet dépendant de façon naturelle en le plongeant dans une transe hypnotique et en lui permettant d'accéder à ses propres ressources internes.

Programme

L’arrêt du tabac

Une dépendance à trois visages.

Motivation et valeur.

Questionnaire.

Ancrage de relaxation.

L’inconscient protecteur et choix.

L’atmosphère des fumeurs.

Projection dans le futur.

Solliciter l’inconscient.

Les ressources.

Nettoyage des toxines.

Désactivation du geste.

La métaphore de l’arbre. Les addictions

Qu’est-ce qu’une conduite addictive ?

Types de dépendances.

La personnalité addictive.

Les comportements associés.

Dépendance à la télévision.

Dépendance à la pornographie.

Dépendance aux jeux vidéo.

Dépendance au sport.

Dépendance aux drogues.

Dépendance à l’alcool.

La relation d’aide.

Certifications préparées et métiers visés

Niveau d'entrée

Sans niveau spécifique

Niveau de sortie

Sans niveau spécifique

Métiers associés

K1103 — Développement personnel et bien-être de la personne

K1104 — Psychologie

Dates et lieux de formation

N° session	Modalité	Lieu	Du	Au
2119489S	Présentiel	Rennes	01/01/2026	31/12/2026

Source : GREF Bretagne #25186949F