



INSTITUT D'HYPNOSE THÉRAPEUTIQUE · 2027

Devenir hypnothérapeute

Le cursus menant au diplôme d'hypnothérapeute en hypnose
ericksonienne, à Vaumarcus

20 ans de formation, 2007 – 2027



Institut d'Hypnose
Thérapeutique
DENIS JACCARD

Denis Jaccard

Le Château 3, 2028 Vaumarcus, Suisse

+41 32 501 48 68 · ihthypnose.com

Ce que contient cette brochure

Elle présente le cursus qui mène au diplôme d'hypnothérapeute : ses trois étapes, le programme de chaque formation, les dates, les prix et les conditions d'inscription.

COMPRENDRE

L'Institut, vingt ans de formation	3
Qu'est-ce que l'hypnothérapie ?	4
À qui s'adresse le cursus	5

L'ENCADREMENT

Denis Jaccard	18
Vaumarcus, au-dessus du lac	19

S'INSCRIRE

Calendrier 2027	20
Prix et paiement	21
Questions fréquentes	22
Après le diplôme	23
Bulletin d'inscription	24
Conditions générales	25

LE CURSUS

Trois étapes, un diplôme	6
Étape 1 : les bases de l'hypnose ericksonienne	7
Étape 2 : praticien certifié	8
Étape 3 : les spécialisations	10
Phobie, Peur & Anxiété	11
Addiction & Habitude néfaste	12
Deuil, Perte & Transition de vie	13
Gestion de la douleur	14
Psychosomatique	15
Préparation mentale	16
Le diplôme d'hypnothérapeute	17

L'Institut, vingt ans de formation

J'ai fondé l'Institut en 2005 pour me consacrer exclusivement à l'hypnose ericksonienne thérapeutique. Un choix d'expertise au service d'une passion.

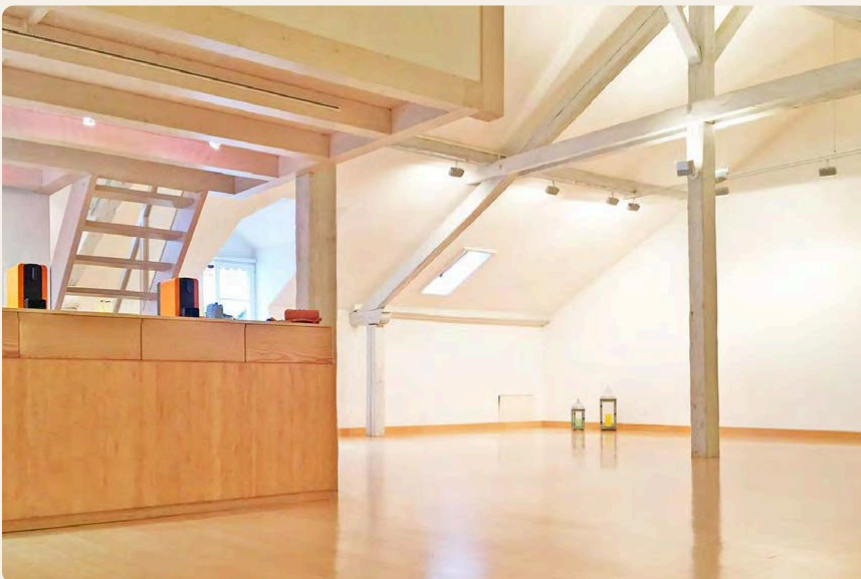
Je l'ai créé dans un double but : mieux faire connaître les possibilités et les bienfaits de l'hypnose ericksonienne thérapeutique, et développer un programme de formation complet, fondé sur les normes internationales les plus rigoureuses.

En 2007, j'ai animé la première formation d'hypnothérapeute. Vingt ans plus tard, le cursus évolue. Il ne se suit plus d'un seul bloc : il se construit par étapes, à votre rythme. Les bases vous font découvrir l'hypnose ericksonienne, le praticien vous donne un cadre complet pour recevoir des personnes en séance, et les spécialisations approfondissent les demandes que l'on rencontre le plus souvent en cabinet. Chaque étape a sa propre certification, et ensemble elles mènent au diplôme.

Ce qui ne change pas, c'est la manière de transmettre : une formation bâtie sur la pratique, des repères clairs, et le respect de la personne que l'on accompagne.

« Une formation ne transmet pas seulement des techniques. Elle forme à une présence, une écoute, une manière d'être avec l'autre. »

Denis Jaccard



La salle de formation, au château de Vaumarcus.

Qu'est-ce que l'hypnothérapie ?

Une forme particulière de thérapie individuelle. Elle repose sur l'usage de l'hypnose et de l'état hypnotique, un état de conscience modifié naturel.

Comme l'autohypnose, l'hypnothérapie utilise la capacité naturelle du cerveau à changer d'état de conscience. Les neurosciences l'ont établi : l'état hypnotique n'a rien de magique. C'est un état naturel du cerveau, comme le sont le sommeil et l'éveil. Dans cet état, il devient davantage capable de se réguler, de réagir autrement et d'apprendre. Et tout changement est un apprentissage : réagir autrement à une situation, c'est apprendre une nouvelle réponse.

Le grand public confond souvent l'hypnose de spectacle et l'hypnothérapie. Un point fondamental les sépare : la place accordée à la personne. Sur scène, l'hypnotiseur utilise la personne pour satisfaire son public. En hypnothérapie, toute l'attention est portée sur la personne, dans le cadre d'une relation respectueuse et éthique. L'état hypnotique est au service du changement qu'elle souhaite, dans le respect de ses besoins et de ses spécificités. Elle garde à tout moment le contrôle de ses gestes, de ses actes et de ses pensées.

DOMAINES D'UTILISATION

Stress et anxiété · peurs et phobies · habitudes néfastes (tabac, alcool, alimentation) · douleurs chroniques · troubles du sommeil · burn-out · confiance en soi · concentration et apprentissage · préparation à l'accouchement · préparation mentale

Pour les maladies, l'hypnose agit en complément de la médecine, qu'elle ne remplace pas.

À qui s'adresse le cursus

À toute personne profondément désireuse d'apporter une aide avec l'hypnose. Le cursus donne aussi au futur hypnothérapeute les moyens de s'aider lui-même.

Vous êtes déjà dans la relation d'aide

Psychothérapeute, psychologue, thérapeute ou coach : vous souhaitez ajouter l'hypnose ericksonienne et l'hypnothérapie à votre pratique.

Vous êtes de formation médicale ou paramédicale

Médecin, dentiste, sage-femme, infirmier·ère, physiothérapeute, orthophoniste : vous voulez maîtriser l'hypnose thérapeutique pour mieux aider vos patients.

Vous exercez un métier d'encadrement ou d'accompagnement

Enseignant·e, éducateur·rice, assistant·e social·e, manager, parent : vous voulez maîtriser la communication hypnotique pour mieux soutenir les processus de changement et d'apprentissage.

Vous êtes en transition de vie

Vous souhaitez vous réorienter vers une activité professionnelle qui a du sens, dans la relation d'aide et l'hypnothérapie.

Vous voulez vous développer personnellement

Vous avez la curiosité de découvrir l'hypnose ericksonienne par la pratique, pour vous-même.

PRÉREQUIS

Aucun pour commencer : le cursus s'ouvre par les bases de l'hypnose ericksonienne, deux jours accessibles à toutes et à tous.

[Les bases, page 7](#)

Trois étapes, un diplôme

Le cursus se suit à votre rythme, une étape après l'autre. Les bases vous font découvrir l'hypnose ericksonienne, le praticien vous donne un cadre complet pour recevoir des personnes en séance, et les spécialisations approfondissent les demandes les plus fréquentes.

Étape 1 · 15 h cumulées

Les bases de l'hypnose ericksonienne

2 jours, sans prérequis · 15 h en groupe · [page 7](#)

Étape 2 · 140 h cumulées

Praticien certifié en hypnothérapie ericksonienne

14 jours : 4 sessions de 3 jours et 2 jours de certification · 105 h en groupe, 20 h d'e-learning · [page 8](#)

Étape 3 · 200 h cumulées au minimum

Les spécialisations

DEUX AU MINIMUM, DONT AU MOINS UNE DE 6 JOURS

Phobie, Peur & Anxiété

6 jours · 55 h

Addiction & Habitude néfaste

6 jours · 55 h

Deuil, Perte & Transition de vie

6 jours · 55 h

LA SECONDE PEUT AUSSI ÊTRE DE 3 JOURS

Gestion de la douleur

3 jours · 29,5 h

Psychosomatique

3 jours · 22,5 h

Préparation mentale

3 jours · 22,5 h

Hypnothérapeute diplômé

Le titre de praticien certifié, deux spécialisations dont au moins une de 6 jours, et au minimum 200 heures de formation. Le diplôme permet la reconnaissance ASCA.

Les bases de l'hypnose ericksonienne

L'état hypnotique est là, tout près, comme derrière une porte. Pendant deux jours, je vous invite à pousser cette porte et à découvrir combien il est simple d'y entrer, pour explorer les ressources de votre esprit inconscient.

Le mot « hypnose » vous fait peut-être penser à un spectacle. En hypnothérapie ericksonienne, c'est l'inverse : je suis au service de la personne que j'accompagne. Rien ne lui est imposé. Une séance est une co-crédation : je fais de l'hypnose avec une personne, jamais sur elle.

Milton H. Erickson a développé une manière de communiquer plus permissive, plus indirecte. Plutôt que « votre corps se relâche », je dis : « Je suis curieux de découvrir comment votre corps peut changer d'état et se relâcher progressivement. » La personne ne cherche plus à se détendre, elle devient curieuse. Ce passage de la volonté à la curiosité fait toute la différence.

Pendant ces deux jours, vous apprenez à guider une personne vers l'état hypnotique et à y entrer par vous-même. Ils ne sont pas réservés aux futurs hypnothérapeutes : ils sont utiles à toute personne dont le métier passe par la communication, comme aux parents.

Vous saurez

- comment fonctionne la communication hypnotique
- entrer dans l'état hypnotique, et y guider une autre personne
- utiliser cet état pour stimuler les ressources de votre inconscient
- formuler vos premières suggestions hypnotiques

Le programme

1	Les fondements de l'hypnose ericksonienne	2 h
2	L'état hypnotique du point de vue neurologique et psychologique	2 h
3	Découverte des différentes formes d'induction hypnotique	4 h
4	Les différents domaines d'utilisation de l'hypnose ericksonienne	1 h
5	L'hypnose ericksonienne en autohypnose	3 h
6	Les différentes formes de suggestion hypnotique et la puissance des suggestions indirectes	3 h
Total		15 h

EN BREF

Durée

2 jours, 15 h en groupe

Prérequis

Aucun

Prix

CHF 290.- / € 290.-

Acompte

CHF 100.- / € 100.-

Sessions 2027

9 – 10 janvier

6 – 7 février

26 – 27 juin

11 – 12 décembre

Lieu

Vaumarcus

Praticien certifié en hypnothérapie ericksonienne

L'hypnothérapie ericksonienne est d'abord un art de la relation humaine. Dans cette formation, je vous transmets la quintessence de tout ce que j'ai appris en accompagnant des personnes depuis 2001.

Ce qui permet d'aider une personne, c'est d'abord de comprendre comment elle vit son problème. Prenez l'anxiété : en surface, elle semble identique d'une personne à l'autre. Pourtant, chacune la vit à sa manière. Le questionnement phénoménologique vous apprend à explorer ce vécu pour identifier le mécanisme intérieur qui donne naissance au problème, plutôt que de vous arrêter au symptôme.

Ce questionnement fait partie du modèle stratégique d'intervention que j'ai développé au fil de ma pratique. Il vous donne un cadre pour structurer chaque séance et la construire sur mesure. Vous approfondissez la communication hypnotique, le lieu ressource, la métaphore et les stimulations bilatérales. Et la solution ne vient pas de l'hypnothérapeute : elle naît des ressources de la personne. Votre rôle est de créer les conditions pour que ces ressources s'éveillent.

La formation est bâtie sur la pratique. Chaque journée alterne théorie, exercices, démonstrations en direct avec des volontaires du groupe et débriefings. Tout est enregistré, les démonstrations sont filmées. La formation se conclut par deux jours de pratique finale : vous réalisez une séance entière, supervisée, qui valide vos compétences et mène à la certification.

Vous saurez

- organiser chaque séance en étapes précises, grâce au modèle stratégique
- questionner la problématique pour comprendre comment la personne vit son problème
- construire, à partir de cette compréhension, une séance sur mesure
- formuler des suggestions directes, indirectes et métaphoriques
- choisir l'outil qui convient à ce dont la personne a besoin pour changer
- établir une relation de confiance et de sécurité, et co-crée la séance avec la personne

EN BREF

Durée

14 jours : 4 sessions de 3 jours et 2 jours de certification

Heures

**105 h en groupe
20 h d'e-learning**

Prérequis

Les bases de l'hypnose ericksonienne, ou une formation équivalente

Prix

CHF 2 975.- / € 2 975.-

Acompte

CHF 700.- / € 700.-

Sessions 2027

**Printemps : 12 mars –
4 juillet 2027**

**Automne : 3 septembre 2027 –
9 janvier 2028**

Lieu

Vaumarcus

Le programme du praticien

La formation pose d'abord les fondamentaux : communiquer de façon hypnotique et organiser une séance. Elle avance ensuite comme une spirale : à chaque tour, on revient sur ces fondamentaux pour les enrichir. Les modules en e-learning analysent de façon détaillée des séances réelles, pour entrer dans les subtilités de la communication hypnotique, du non-verbal et de la posture.

EN GROUPE

1	Les fondements théoriques et pratiques de l'hypnothérapie ericksonienne	4 h
2	L'état modifié de conscience du point de vue des neurosciences et de la psychologie	4 h
3	L'induction hypnotique et toutes ses déclinaisons	10 h
4	Le modèle stratégique d'intervention thérapeutique	8 h
5	Le questionnement phénoménologique	8 h
6	Les suggestions hypnotiques verbales et non verbales	12 h
7	Les stimulations bilatérales pour libérer les émotions bloquantes	8 h
8	Le lieu ressource	4 h
9	Les principes de la métaphore et l'art de créer une métaphore thérapeutique	6 h
10	L'hypnose générative pour éveiller les ressources de l'inconscient	12 h
11	La technique des mains en miroir d'Ernest L. Rossi	6 h
12	L'hypnose conversationnelle dans la communication quotidienne	8 h
13	La pratique finale d'intégration et la certification	15 h

EN E-LEARNING

14	Analyse approfondie d'une séance utilisant le lieu ressource	10 h
15	Analyse approfondie d'une séance utilisant l'hypnose générative	5 h
16	Le voyage du héros et ses étapes pour accompagner le changement	5 h
Total : 105 h en groupe, 20 h en e-learning		125 h

Les spécialisations

Après le praticien, vous pourrez avoir envie d'approfondir les thématiques que vos clients vous apportent : l'anxiété et les peurs, les habitudes néfastes, les deuils, la douleur. Les spécialisations vous le permettent. Avec le praticien, elles vous permettent d'obtenir le diplôme d'hypnothérapeute.

Chaque spécialisation suit le même principe que le praticien : elle pose d'abord ses fondations, puis tourne autour d'elles comme une spirale pour les enrichir. La pratique y occupe la plus grande place.

Les spécialisations de six jours se prolongent par un travail personnel : des séances réalisées avec des personnes extérieures au groupe, reprises ensemble en supervision individuelle.

PRÉREQUIS

Le titre de praticien certifié en hypnothérapie ericksonienne, ou une formation jugée équivalente.

SPÉCIALISATION	JOURS	HEURES	PRIX
Phobie, Peur & Anxiété 45 h en groupe, 10 h de travail personnel	6	55 h	1 190.-
Addiction & Habitude néfaste 45 h en groupe, 5 h d'e-learning, 5 h de travail personnel	6	55 h	1 190.-
Deuil, Perte & Transition de vie 45 h en groupe, 10 h de travail personnel	6	55 h	1 190.-
Gestion de la douleur 22,5 h en groupe, 7 h d'e-learning	3	29,5 h	590.-
Psychosomatique 22,5 h en groupe	3	22,5 h	590.-
Préparation mentale 22,5 h en groupe	3	22,5 h	590.-

Prix en CHF ou en €, montants identiques. Acompte : 300.- pour une spécialisation de 6 jours, 150.- pour une spécialisation de 3 jours.

Phobie, Peur & Anxiété

Face à une peur, une phobie ou une anxiété, tout commence par le déclencheur. Je vous transmets un modèle pour le comprendre, le questionner et lui donner un sens différent, avec plus de confiance.

Depuis 2001, c'est la demande que je rencontre le plus souvent en séance. La personne qui vous consulte décrit d'abord les conséquences de sa peur : les sensations douloureuses, l'impossibilité d'agir, l'impuissance. Elle veut et elle ne peut pas. La tentation est grande de vouloir seulement soulager cette souffrance ; le déclencheur reste alors intact et rien ne change vraiment. Vous apprenez à appliquer le questionnement phénoménologique à la peur, à la phobie et à l'anxiété, pour identifier ce qui active la réaction automatique du cerveau, y compris lorsqu'elle est liée à un événement traumatique.

Une fois ce déclencheur identifié, vous découvrez le modèle du changement en deux étapes. La peur agit comme un verrou : elle fige les représentations. La première étape remet du mouvement pour libérer ce verrou, avec les stimulations bilatérales et l'EFT. La seconde utilise l'état hypnotique et les suggestions pour construire une représentation nouvelle. Après la formation, vous réalisez deux séances avec des personnes extérieures au groupe, que nous reprenons ensemble en supervision individuelle.

Vous saurez

- expliquer à la personne ce qui se passe dans son cerveau quand la peur s'active, pour qu'elle puisse se libérer de la culpabilité
- questionner la personne pour identifier le déclencheur de sa réaction
- adapter votre questionnement selon qu'il s'agit d'une peur, d'une phobie ou d'une anxiété
- remettre du mouvement dans ce que la peur fige, avec les stimulations bilatérales et l'EFT
- intégrer ces techniques et les suggestions hypnotiques en une séance cohérente et fluide

EN BREF

Durée

6 jours

Heures

45 h en groupe

10 h de travail personnel

Prérequis

Praticien certifié, ou formation équivalente

Prix

CHF 1 190.- / € 1 190.-

Acompte

CHF 300.- / € 300.-

Session 2027

24 septembre –

24 octobre 2027

Lieu

Vaumarcus

Addiction & Habitude néfaste

Une habitude néfaste ne se change pas en luttant contre soi. Vous apprenez à questionner ce qui la déclenche, là où se trouve le vrai défi, pour aider la personne à devenir sa meilleure alliée.

La personne qui vous consulte veut arrêter de fumer, de grignoter le soir, de jouer, de boire. Elle vous parle des conséquences de son habitude. Le piège, c'est de vouloir supprimer l'habitude. Si la personne n'arrive pas à s'en défaire seule, c'est que son habitude lui apporte une forme de bienfait : toute habitude néfaste est une solution à un autre niveau.

Avec le modèle de l'arc pulsionnel, vous apprenez à reconnaître les forces qui tendent l'arc jusqu'à la compulsion : une peur, un conflit intérieur, une croyance limitante, la culpabilité qui suit chaque rechute. C'est sur ces forces que porte l'accompagnement. Vous apprenez à faire collaborer les deux parts de la personne qui s'opposent, à soutenir sa motivation avec l'entretien motivationnel et à utiliser le film du futur. La formation aborde aussi les limites de l'accompagnement, quand une dépendance physique demande un suivi médical.

Vous saurez

- questionner une habitude pour identifier ce qui déclenche la compulsion, plutôt que ses conséquences
- appliquer le modèle de l'arc pulsionnel
- intégrer l'entretien motivationnel à l'hypnose conversationnelle
- faire collaborer sous hypnose les deux parts qui s'opposent, pour dénouer la double contrainte
- mettre en œuvre le film du futur pour un changement durable

EN BREF

Durée

6 jours

Heures

45 h en groupe

5 h d'e-learning

5 h de travail personnel

Prérequis

Praticien certifié, ou formation équivalente

Prix

CHF 1 190.- / € 1 190.-

Acompte

CHF 300.- / € 300.-

Session

En 2028, dates sur ihthypnose.com

Lieu

Vaumarcus

Deuil, Perte & Transition de vie

Accompagner un deuil, c'est d'abord écouter avec humanité. C'est aussi comprendre ce qui fige le processus, pour aider la personne à retrouver l'élan de la vie et à progresser vers l'acceptation.

Perdre un être cher, un travail, un rôle ou un idéal : c'est le défi auquel chaque être humain est confronté un jour. En séance, je parle rarement de deuil. Je parle d'accepter l'inacceptable. Accepter, ce n'est ni oublier ni se résigner : c'est faire face à ce qui n'est plus, et pouvoir se souvenir et continuer.

Le deuil est un processus naturel et, le plus souvent, le temps suffit. Vous apprenez à reconnaître le moment où il se fige, et pour quelle bonne raison : une peur, une croyance limitante, une double contrainte. Vous découvrez comment le remettre en mouvement avec les stimulations bilatérales et l'expérience hypnotique. Le cœur de la formation, ce sont les métaphores et les rituels symboliques vécus en état hypnotique. Et vous apprenez à être touché sans être atteint par ce que vous entendez.

Vous saurez

- structurer votre questionnement à partir des étapes du processus de deuil
- identifier le mécanisme intérieur qui fige ce processus
- apaiser, avec les stimulations bilatérales, les émotions qui le bloquent
- guider des expériences hypnotiques qui relient le passé, le présent et le futur
- construire des métaphores et des rituels symboliques adaptés au deuil

EN BREF

Durée

6 jours

Heures

45 h en groupe

10 h de travail personnel

Prérequis

Praticien certifié, ou formation équivalente

Prix

CHF 1 190.- / € 1 190.-

Acompte

CHF 300.- / € 300.-

Session

En 2028, dates sur ihthypnose.com

Lieu

Vaumarcus

Gestion de la douleur

Vos mots peuvent offrir un moment de répit à une personne qui a mal. Vous découvrirez des outils accessibles et vous apprenez à les adapter à chaque besoin, en séance comme pendant un soin.

La gestion de la douleur a une particularité : la personne vérifie tout de suite s'il se passe quelque chose. Le retour est immédiat, et c'est un défi pour qui guide la séance. Voilà pourquoi la pratique occupe une grande place durant ces trois jours.

Je commence par le fonctionnement de la douleur : c'est le cerveau qui construit sa perception. Vous découvrez ensuite trois techniques qui agissent sur elle (la dissociation avec le lieu ressource, l'analogie et les sous-modalités), et vous apprenez à les suggérer en hypnose formelle, en hypnose conversationnelle pendant un soin et par la métaphore, particulièrement avec les enfants. Par respect pour la personne, on ne lui promet pas que la douleur disparaîtra de façon définitive. L'expérience hypnotique offre un moment d'exception. L'hypnose ne remplace pas le suivi médical.

Vous saurez

- expliquer comment le cerveau construit la perception de la douleur
- adapter votre communication à l'état émotionnel de la personne
- guider la dissociation, l'analogie et les sous-modalités pour suggérer l'analgésie
- utiliser ces techniques en hypnose formelle, de façon conversationnelle pendant un soin et par l'usage de la métaphore

EN BREF

Durée

3 jours

Heures

22,5 h en groupe

7 h d'e-learning

Prérequis

Praticien certifié, ou formation équivalente

Prix

CHF 590.- / € 590.-

Acompte

CHF 150.- / € 150.-

Session 2027

26 – 28 novembre 2027

Lieu

Vaumarcus

Psychosomatique

Un symptôme physique peut devenir le point de départ d'une rencontre avec soi. Vous apprenez à offrir un espace d'expression et d'accueil des émotions, où le sens se révèle à travers l'échange.

Certaines personnes qui souffrent d'un symptôme physique, chronique ou sévère, ont besoin de lui donner un sens. Ici, le symptôme n'est pas un ennemi à combattre. La démarche psychosomatique se propose, elle ne s'impose jamais : elle explore des liens possibles, sans aucune certitude. Avec le questionnement phénoménologique, je ne demande pas à la personne pourquoi elle vit les choses comme cela, mais comment elle fait l'expérience de la vie. Bien souvent, c'est elle qui fait le lien. Aucun lien n'est imposé, rien ne se force.

Vous découvrez comment l'esprit, les émotions et le corps sont reliés. Vous exercez la présence qui écoute, accueille et révèle. Puis vous apprenez le questionnement de l'organe en hypnose conversationnelle et des techniques qui apaisent le système nerveux. Les trois jours se terminent par une séance complète à partir de votre arbre de vie. La démarche psychosomatique ne remplace pas le diagnostic médical : celui-ci reste nécessaire.

Vous saurez

- comprendre comment la psychologie, la neurologie et l'immunologie sont reliées
- écouter l'émotion qui s'exprime à travers un symptôme physique
- guider le questionnement de l'organe, en hypnose conversationnelle
- reconnaître les deux grands défis émotionnels qui influencent l'équilibre du corps : se sentir en sécurité face à l'imprévisible, et accepter l'inacceptable
- pratiquer des techniques de stimulation du nerf vague qui apaisent le système nerveux

EN BREF

Durée

3 jours

Heures

22,5 h en groupe

Prérequis

Praticien certifié, ou formation équivalente

Prix

CHF 590.- / € 590.-

Acompte

CHF 150.- / € 150.-

Session

En 2028, dates sur ihthypnose.com

Lieu

Vaumarcus

Préparation mentale

Viser l'excellence avec énergie, explorer avec curiosité ce qui peut la fragiliser : vous apprenez à accompagner une personne dans la totalité de son défi, ses ressources comme ses pièges.

Une sportive s'entraîne, un musicien travaille son instrument, un acteur répète son rôle. Ils font tout ce qu'il faut et, le jour venu, quelque chose se fige. Quand cela ne dépend plus de la capacité ou de la compétence, la préparation mentale prend tout son sens. Avec le questionnement phénoménologique, vous apprenez à explorer comment la personne se représente la réussite autant que l'échec, et ce qui peut mettre en péril sa performance : une peur, une croyance limitante, une quête de perfection absolue. Aucun besoin de connaître son sport ou son art pour l'aider à se préparer mentalement.

Au cœur de la formation, il y a le principe de complémentarité : on vise l'excellence et on se prépare à la possibilité de l'échec. Vous découvrirez l'état d'excellence, où l'esprit est concentré et le corps souple, et l'état de flow, l'absorption dans l'instant présent. Vous apprenez à utiliser le trac comme une ressource, à guider une visualisation qui engage tous les sens et à développer la souplesse mentale qui permet de jouer avec l'imprévu. Il n'y a ni script ni mode d'emploi : chaque séance se construit sur mesure, avec le modèle stratégique d'intervention. Quand une difficulté plus profonde se révèle, une anxiété envahissante ou un épuisement, un suivi médical est recommandé, et d'autres spécialisations prennent le relais.

Vous saurez

- reconnaître ce qui fige la personne : une peur, une croyance limitante, une quête de perfection absolue
- identifier son profil de motivation et ajuster vos suggestions en conséquence
- l'aider à trouver sa « zone », là où le trac soutient la performance
- guider l'état d'excellence afin qu'il soit retrouvé au moment de la performance, et favoriser l'état de flow
- entraîner la souplesse mentale de la personne face à l'imprévu
- construire une séance sur mesure, de la problématique à la stratégie d'intervention

EN BREF

Durée

3 jours

Heures

22,5 h en groupe

Prérequis

Praticien certifié, ou formation équivalente

Prix

CHF 590.- / € 590.-

Acompte

CHF 150.- / € 150.-

Session

En 2028, dates sur inhypnose.com

Lieu

Vaumarcus

Le diplôme d'hypnothérapeute

Il reconnaît un parcours complet : un cadre de pratique solide et l'approfondissement des demandes les plus fréquentes en séance.

Le titre de praticien certifié

Il valide votre capacité à conduire une séance entière, du questionnement à l'expérience hypnotique.

Deux spécialisations, dont au moins une de six jours

La peur, les habitudes néfastes et le deuil sont les trois demandes que l'on rencontre le plus souvent en séance. Deux spécialisations de six jours vous préparent à la plus grande part de ce que vous entendrez en cabinet ; la seconde peut aussi être de trois jours.

Au minimum 200 heures de formation

C'est le gage d'une formation approfondie. Comptent les bases, le praticien et les spécialisations. Les modules en e-learning et le travail personnel sont compris. C'est aussi le minimum exigé par l'ASCA.

RECONNAISSANCES

Le titre d'hypnothérapeute diplômé correspond à un niveau de **maître-praticien**.

Le diplôme permet la reconnaissance par l'**ASCA**, Fondation suisse pour les médecines complémentaires.

Le cursus est reconnu comme formation continue par la **FSP**, Fédération Suisse des Psychologues.

En France, le diplôme permet de déposer son dossier de candidature auprès du **Syndicat National des Hypnothérapeutes**.

Un parcours type

ÉTAPE	HEURES	PRIX
Les bases de l'hypnose ericksonienne	15 h	290.-
Praticien certifié	125 h	2 975.-
Phobie, Peur & Anxiété	55 h	1 190.-
Addiction & Habitude néfaste	55 h	1 190.-
Total	250 h	5 645.-

Avec une seconde spécialisation de trois jours, par exemple la gestion de la douleur : 224,5 h et 5 045.- ; prix en CHF ou en €, montants identiques. Les formations postgrades ne comptent pas dans les 200 heures.

Denis Jaccard

Je conduis et j'anime l'intégralité du cursus. Pendant les journées de pratique, je suis secondé par des assistant·e·s qui accompagnent et supervisent les exercices.

Depuis 2001, j'accompagne des personnes en séance d'hypnothérapie et de coaching. Après un master en PNL et une formation en coaching, je me suis formé à l'hypnose ericksonienne et à l'hypnothérapie auprès de Stephen Gilligan, Bill O'Hanlon et Ernest L. Rossi, trois anciens élèves de Milton H. Erickson. J'ai fondé l'Institut d'Hypnose Thérapeutique en 2005 et je forme à l'hypnose ericksonienne thérapeutique depuis 2007.

Ce qui me passionne : les multiples facettes de la communication, la puissance de la créativité et les liens entre le corps et l'esprit. J'enseigne avec enthousiasme, en cherchant toujours la clarté, la cohérence et le respect de chacun.



Denis Jaccard, fondateur de l'Institut d'Hypnose Thérapeutique



Une journée de formation : démonstration au tableau.

Vaumarcus, au-dessus du lac

Toutes les formations ont lieu au château de Vaumarcus, dans la région neuchâteloise, au-dessus du lac de Neuchâtel.



Le château de Vaumarcus, où se déroulent toutes les formations.

Le lieu offre des possibilités d'hébergement à des tarifs raisonnables; je vous en transmets la liste sur simple demande. Le repas de midi est pris en commun.

Chaque groupe compte au maximum 28 participants : assez pour la diversité des exercices, assez peu pour que chacun soit accompagné individuellement.

UNE JOURNÉE

Début	9 h 00
Pause de midi	1 h 30
Fin	18 h 00

ADRESSE

Institut d'Hypnose Thérapeutique
Le Château 3
2028 Vaumarcus, Suisse
+41 32 501 48 68
info@ihthypnose.com

Calendrier 2027

Toutes les formations ont lieu à Vaumarcus. Les bases et le praticien reviennent plusieurs fois dans l'année : vous pouvez commencer quand cela vous convient.

Les bases de l'hypnose ericksonienne

9 – 10 janvier 2027

6 – 7 février 2027

26 – 27 juin 2027

11 – 12 décembre 2027

Praticien certifié en hypnothérapie ericksonienne

Printemps : 12 mars – 4 juillet 2027

Automne : 3 septembre 2027 –
9 janvier 2028

Phobie, Peur & Anxiété

24 septembre – 24 octobre 2027

Gestion de la douleur

26 – 28 novembre 2027

Les autres spécialisations ont lieu en 2028 : leurs dates seront publiées sur ihthypnose.com.

HORAIRES

9 h 00 – 18 h 00. Les informations pratiques et le plan d'accès vous sont envoyés avec la confirmation d'inscription.

Prix et paiement

Chaque formation se paie séparément, au moment où vous vous y inscrivez.
Les prix sont identiques en francs suisses et en euros.

FORMATION	PRIX	ACOMPTE
Les bases de l'hypnose ericksonienne	290.-	100.-
Praticien certifié	2 975.-	700.-
Spécialisation de 6 jours	1 190.-	300.-
Spécialisation de 3 jours	590.-	150.-

Montants en CHF ou en €.

En un seul versement

Vous réglez l'intégralité du prix de la formation dans les 30 jours suivant la confirmation d'inscription.

Acompte, puis solde

Vous versez l'acompte dans les 30 jours suivant la confirmation d'inscription. Pour les formations qui se déroulent en plus de deux blocs de dates, comme le praticien, le solde peut être échelonné à votre convenance ; il doit être entièrement réglé avant la dernière journée. Pour les autres, le solde est réglé avant le premier jour de la formation.

Hors de Suisse, le paiement s'effectue par virement bancaire ; les chèques ne sont pas acceptés.

CE QUE LE PRIX COMPREND

L'animation de la formation, les heures d'e-learning et de travail personnel accompagné lorsqu'il y en a, le support de cours imprimé, l'enregistrement des journées et des démonstrations et la certification.

Le déplacement et l'hébergement ne sont pas compris. Le repas de midi est pris en commun.

Prêt à vous inscrire ?

Remplissez le bulletin d'inscription et renvoyez-le par courrier ou par e-mail.

[Aller au bulletin, page 24](#)

[Une question ? Réservez un échange de 30 minutes, gratuit](#)

Questions fréquentes

Dois-je avoir suivi les bases avant le praticien ?

Oui. Les bases posent les fondements que le praticien approfondit dès le premier jour. Si vous avez déjà suivi une formation en hypnose ailleurs, contactez-moi : nous regarderons ensemble si elle peut être jugée équivalente.

Puis-je m'arrêter après le praticien ?

Oui. Chaque étape a sa propre certification. Le titre de praticien certifié vous donne les bases pour recevoir des personnes en séance. Les spécialisations, puis le diplôme, viennent quand vous le souhaitez.

Dans quel ordre suivre les spécialisations ?

Dans l'ordre que vous voulez, selon les demandes que vous rencontrez. Chacune s'appuie sur le praticien, pas sur une autre spécialisation.

Combien de temps faut-il pour obtenir le diplôme ?

Cela dépend de votre rythme. En commençant par les bases au début de 2027, puis le praticien au printemps, vous pouvez suivre une première spécialisation dès l'automne 2027. Le diplôme est alors à votre portée en moins d'un an.

Que se passe-t-il si je manque une journée ?

La certification demande d'avoir suivi au moins 90 % de la formation en présentiel. Les journées manquées peuvent être rattrapées lors d'une autre session de la même formation.

Pourquoi le prix est-il le même en francs et en euros ?

C'est pour vous garantir une constance : le prix de la formation ne dépend pas du taux de change.

Le diplôme correspond-il à un niveau de maître-praticien ?

Oui, le titre d'hypnothérapeute diplômé correspond à un niveau de maître-praticien. Un maître-praticien a développé une grande maîtrise des outils et des techniques de l'hypnose ericksonienne. Mais la seule maîtrise technique ne suffit pas pour aider efficacement et éthiquement une personne. Le cursus va au-delà : il approfondit le savoir-être, l'empathie et la qualité de présence, et la capacité à construire chaque séance sur mesure.

Les formations postgrades

Une fois diplômé, vous pouvez poursuivre votre formation continue avec les postgrades. Ils approfondissent un outil ou une manière d'être. Ils ne comptent pas dans les 200 heures du diplôme.

FORMATION	DURÉE	PRIX	ACOMPTE
Hypnose conversationnelle	3 jours, 22,5 h	590.-	150.-
Questionnement phénoménologique	3 jours, 22,5 h	590.-	150.-
Métaphore et créativité	3 jours, 22,5 h	590.-	150.-
Savoir-être dans la relation d'aide	3 jours, 22,5 h	590.-	150.-
Inductions rapides	3 jours, 22,5 h	590.-	150.-
Ennéagramme dans la relation d'aide	3 jours, 22,5 h	590.-	150.-
Supervision, en présentiel ou à distance	4 h	190.-	

Montants en CHF ou en €. Le programme et les dates de chaque postgrade sont présentés sur ihthypnose.com.

Bulletin d'inscription

☐ Madame ☐ Monsieur ☐ Autre

NOM

PRÉNOM

ADRESSE

CODE POSTAL

VILLE

PAYS

TÉLÉPHONE PORTABLE

TÉLÉPHONE PRIVÉ

E-MAIL

PROFESSION

JE M'INSCRIS À

☐ **Les bases de l'hypnose ericksonienne**

☐ 9 – 10 janvier ☐ 6 – 7 février ☐ 26 – 27 juin ☐ 11 – 12 décembre 2027

☐ **Praticien certifié en hypnothérapie ericksonienne**

☐ printemps : 12 mars – 4 juillet 2027 ☐ automne : 3 septembre 2027 – 9 janvier 2028

☐ **Phobie, Peur & Anxiété** 24 septembre – 24 octobre 2027

☐ **Gestion de la douleur** 26 – 28 novembre 2027

PRÉREQUIS

- ☐ J'ai suivi la formation requise à l'IHT
- ☐ Je souhaite faire reconnaître une formation équivalente :

OPTION DE PAIEMENT

- ☐ En un seul versement
- ☐ Acompte dans les 30 jours suivant la confirmation, puis solde selon les conditions de la [page 21](#)

Je certifie avoir lu, compris et accepté les conditions générales d'inscription ([page 25](#)).

DATE

SIGNATURE

Conditions générales d'inscription

Engagement	L'inscription, sous forme électronique ou papier, est considérée comme un engagement ferme et définitif. Chaque inscription est confirmée par écrit.
Acompte	L'acompte doit être versé dans un délai de 30 jours suivant la réception de la confirmation. Passé ce délai, l'IHT se réserve le droit d'attribuer la place à une autre personne.
Paiement depuis l'étranger	Hors de Suisse, le paiement s'effectue obligatoirement par virement bancaire; les chèques ne sont pas acceptés. Seules les personnes ayant une adresse de facturation dans la zone euro peuvent être facturées en euros.
Nombre de participants	Chaque groupe est limité à 28 participants. Les inscriptions sont prises en compte par ordre d'arrivée.
Ce que le prix comprend	L'animation de la formation, les heures d'e-learning et de travail personnel accompagné lorsqu'il y en a, le support de cours imprimé, l'enregistrement des journées et des démonstrations et la certification. Les frais d'hébergement et de déplacement ne sont pas compris. Le repas de midi est pris en commun.
Annulation	Plus de 90 jours avant le premier jour de formation, 10 % de l'acompte restent dus pour frais administratifs. Dans les 90 jours précédant le premier jour, la totalité de l'acompte reste due; si la place libérée peut être immédiatement réattribuée, seuls 10 % de l'acompte restent dus. Toute annulation se fait par courrier recommandé.
Formation commencée	Toute formation commencée est due intégralement, sauf cas exceptionnel justifié par un certificat médical. En cas d'incapacité temporaire, la formation peut être terminée lors d'une session ultérieure.
Certification	La certification demande d'avoir suivi au moins 90 % de la formation en présentiel. Les journées manquées peuvent être rattrapées lors d'une autre session de la même formation.

INSTITUT D'HYPNOSE THÉRAPEUTIQUE

Une question avant de vous engager ?
Écrivez-moi, ou réservez un échange
de 30 minutes.

Denis Jaccard
Le Château 3, 2028 Vaumarcus
+41 32 501 48 68
info@ihthypnose.com
ihthypnose.com/reserver.html