

PROGRAMME DE FORMATION

L'HYPNO-MASSAGE

OBJECTIFS

- Maîtriser le protocole complet de l'hypno-massage
- S'Initier à une méthode innovante qui combine les techniques de massage traditionnelles avec des éléments d'hypnose pour créer une expérience de bien-être encore plus profonde
- Comprendre comment ces deux disciplines peuvent se compléter harmonieusement pour améliorer la relaxation et le lâcher-prise de vos clients.

PUBLIC CONCERNE ET PRÉREQUIS

- Chef d'entreprise (niveau minimum CAP esthétique-cosmétique)
- Salariée en esthétique (niveau minimum CAP esthétique-cosmétique)

PROGRAMME

JOUR 1

Introduction et Bases de l'Hypnose et du Massage

- Accueil des stagiaires et présentation du formateur
- Présentation de l'hypno-massage : L'hypno-massage est une approche innovante qui combine les techniques de massage et d'hypnose pour favoriser un état de relaxation profonde.
- Objectifs spécifiques :
 - Comprendre le lien entre l'hypnose et les techniques de massage.
 - Apprendre à utiliser l'hypnose pour renforcer les effets apaisants du massage.
 - Créer un cadre propice à une relaxation profonde chez le client
- Les bases de l'hypnose :
 - Définition de l'hypnose.
 - Mythes et réalités.
- Techniques d'induction simple :
 - Apprentissage des techniques d'induction : Introduction à des méthodes d'induction légères de transe adaptées au massage.
 - Pratique en groupe.
- Les bases du massage en hypno-massage.
 - Rappel des techniques de massage favorisant la détente : Présentation des mouvements de massage qui facilitent une relaxation profonde
- Création d'un environnement propice à l'hypnose :
 - Importance de l'environnement.
 - Exercice pratique ; Les participantes s'exercent à créer un environnement relaxant et à synchroniser leur voix avec leurs gestes.
- Premiers exercices pratiques : Hypnose + Massage :
 - Mise en application des connaissances.

JOUR 2

Intégration et Pratique de l'Hypno-Massage

- Retour sur la première journée :
 - Questions/réponses et débriefing
- La voix comme outil :
 - Techniques de modulation de la voix
 - Phrases et suggestions hypnotiques : Introduction à l'utilisation de phrases simples mais puissantes comme des suggestions hypnotiques pour renforcer la détente
- Technique d'ancrage hypnotique par le toucher.
 - Introduction à l'ancrage
 - Pratique d'ancrage : Les participantes s'entraîneront à effectuer des mouvements clés de massage associés à des suggestions d'ancrage pour créer un état durable de bien-être
- Démonstration d'une séance complète d'hypno-massage :
 - Séance guidée : Le formateur réalise une démonstration d'une séance complète.
 - Discussion.
- Atelier pratique : Séances en binômes :
 - Séances supervisées : Travail en binômes pour la réalisation d'une séance complète de 30 minutes, avec supervision directe du formateur.
 - Exercices de visualisation guidée : Incorporation de visualisations guidées pendant le massage.
- Gérer les résistances et les émotions
 - Comment réagir face à une résistance :
- Conclusion et récapitulatif
 - Révision des points clés.
 - Conseils pour l'avenir :
- Bilan de formation

MÉTHODE ET MOYENS PEDAGOGIQUES

- Travail théorique sur manuel remis au stagiaire
- Apprentissage de la technique entre apprenants.
- Matériel fourni pour la formation : tout le matériel nécessaire à la pratique de cette formation est fourni par le Comptoir Beauté Formation, sauf si vous avez reçu une liste de matériel dans votre dossier d'inscription indiquant ce que vous devez amener

MODALITÉS DE SUIVI ET APPRÉCIATION DES RÉSULTATS

- Fiche de présence élargée
- Vérification des atteintes des objectifs à l'issue de la formation (test théorique et / ou pratique)
- Certificat de formation remis aux stagiaires après contrôle des connaissances

DELAIS D'ACCES

- L'organisme de formation Le Comptoir Beauté s'engage à répondre sous 48h à toute demande d'information relative à la demande d'inscription du client et se tient à votre disposition du lundi au vendredi de 9 h à 18 h au 05 56 72 30 60 ou en prenant un rdv téléphonique avec notre service "Renseignements et Inscriptions".

- Nous nous engageons à vous faire accéder à la formation, au plus tard un mois après votre demande (sauf période de fermeture de l'organisme de formation et sous réserve de places disponibles)
- Les inscriptions aux formations doivent intervenir au plus tard 24h avant la date de début de la session (hors week-end, jours fériés et fermeture annuelle)

DURÉE DE LA FORMATION

2 Jours : 16 heures

Horaire : 9h00 - 12h30/ 13h30 – 18h00

TARIF DE LA FORMATION

560 € nets par stagiaire