

# **HYPNOSE & SEXOLOGIE**

## **PROGRAMME DE FORMATION**

### **JOUR 1**

« Ma relation à la sexualité »  
Pistes d'introspection et de D.O

- Questionner ses propres croyances autour de la sexualité : projections, idéaux, tabous, limites.
- Définir son identité sexuelle. Féminité, virilité etc.
- Excitation, désir, plaisir, amour... Nuances des définitions.
- Exercices psycho-corporels et pratiques sur : le regard de l'autre, les projections, le ressenti, la parole.
- Premières pistes à explorer en détermination d'objectifs.

### **JOUR 2**

« Ma relation à l'autre »

- Pratique : Parole et sensorialité.
- La séduction : sa complexité et ses codes.
- Pratique : « Intention , présence et ressenti ».
- Théorie : Le couple. Modèles et fonctionnements.
- Exposition des problématiques récurrentes et pistes stratégiques d'accompagnement.
  - désinvestissement de la sexualité.
  - difficultés à «s'accorder » (désir et plaisir).
  - conséquences de la parentalité.
  - infidélité / blessures.
  - désir d'enfant non assouvi.
- Pratiques : Comment l'hypnose peut permettre de « Renouer avec l'élan du désir » , « Se mettre à la place de l'autre ». « Faire le deuil et renouveler »

### **JOUR 3**

Accompagner les problématiques récurrentes  
chez les femmes

- Théorie : les spécificités de la sexualité féminine.
- Exposition des problématiques les plus fréquentes et clés d'accompagnement avec

l'hypnose.

- désinvestissement de la sexualité, perte de désir.
- vaginisme.
- douleurs à la pénétration (dyspareunie).
- Études de cas .
- Pratique sur une des 3 problématiques.

#### **JOUR 4**

Accompagner les problématiques récurrentes  
chez les hommes

- Théories : Les spécificités de la sexualité masculine.
- Exposition des problématiques les plus fréquentes et clés d'accompagnement avec l'hypnose.
  - difficultés érectiles.
  - éjaculation précoce.
  - difficultés à gérer les pulsions, la frustration.
- Études de cas .
- Pratique sur une des 3 problématiques.

#### **JOUR 5**

Quand le sexe enferme  
Paraphilies, addictions

- Les paraphilies : aborder sans juger, clés de compréhension.
- Addiction sexuelle et hypersexualité : définitions, processus. Comment l'hypnose peut être une méthode d'accompagnement. (substitut provisoire, travail de l'estime de soi, changement de comportement) Créer de prescriptions de tâches.
- Mises en situations avec décryptages.
- Pratique à deux d'une séance complète.

#### **JOUR 6**

Quand le sexe est une violence  
Relations toxiques et abus

- Les relations toxiques . Exposition des processus.
- Les abus sexuels. Les étapes d'accompagnement.
- Le rapport à la culpabilité.
- Le consentement : identifier et ancrer
- Point sur la posture du praticien.
- Synthèse et pratique. Atelier jeux de rôles et décryptages.