



Ecole d'Hypnose et de Constellations
Familiales et Systémiques

Sessions 2026

Formation HypnoConstel™

L'art d'allier l'Hypnose, les Constellations et la Science

www.ecole-racines.com



Sommaire

Présentation

Fondements et inspirations

Modalités de Formation

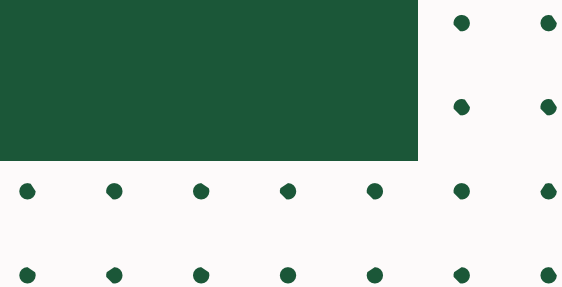
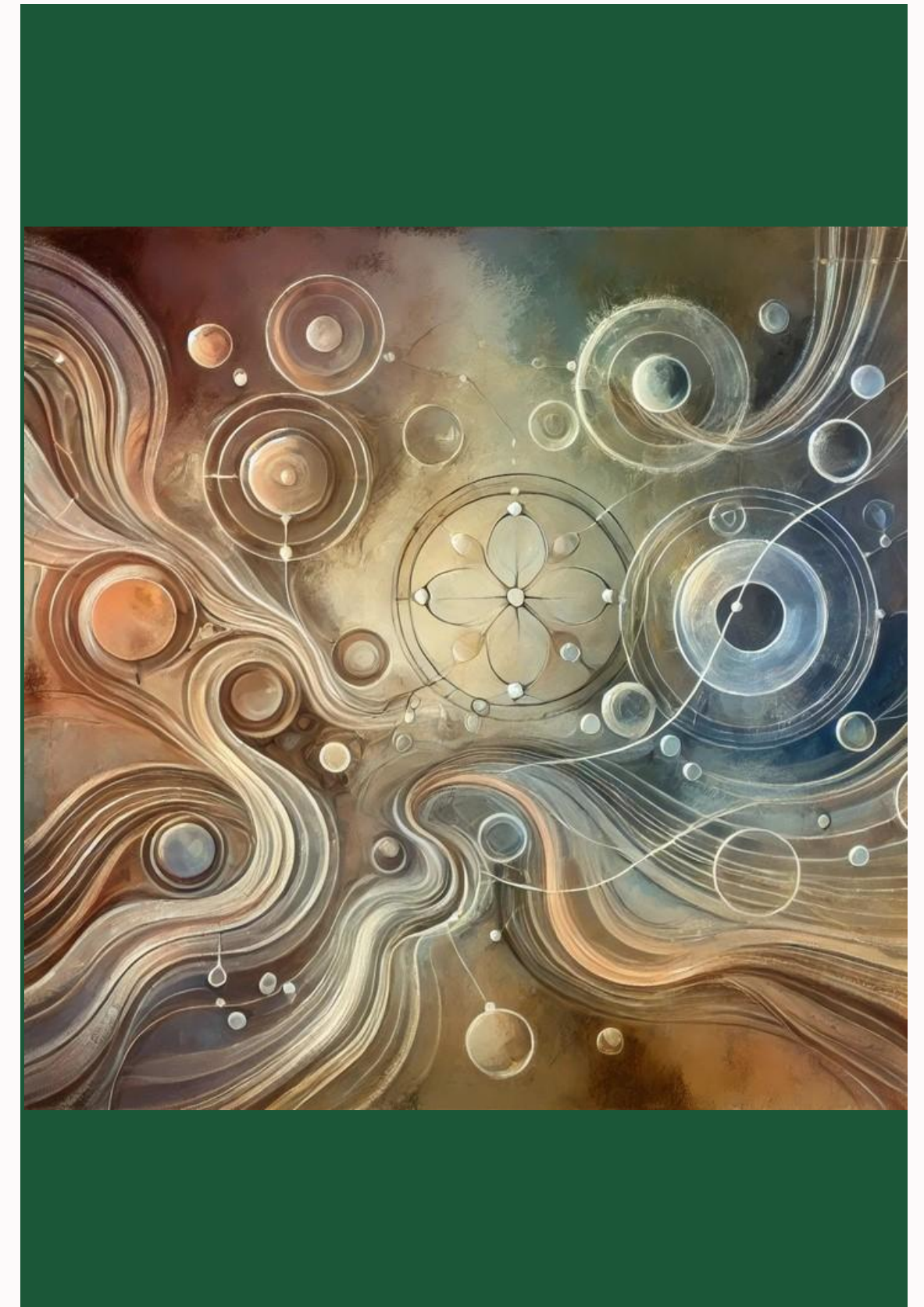
Formation HypnoConstel™

Dates de la Formation

L'école Racines

Témoignages d'élèves

Contact





Une nouvelle voie pour l'hypnose

L'HypnoConstel™ est née d'une conviction : **L'humain ne se résume pas à son histoire ni à ses symptômes.** Chaque être évolue au croisement de plusieurs niveaux de conscience : personnel, familial, collectif — et transgénérationnel.

Entre ces dimensions circule une trame d'information subtile, ce que le biologiste **Rupert Sheldrake** nomme **le champ morphogénétique**. Ce champ relie les individus d'un même système (famille, groupe, lignée) et influence la manière dont les émotions, les comportements et les mémoires se reproduisent ou se transforment.

Les héritages inconscients — blessures, secrets, loyautés ou élans d'amour interrompus — y demeurent parfois inscrits, attendant d'être reconnus pour se libérer.

L'HypnoConstel™ explore, en séance individuel, cet espace d'interconnexion entre l'inconscient, le champ et les dynamiques systémiques et transgénérationnelles. C'est une approche qui unit la **précision technique de l'hypnose**, la **profondeur des constellations systémiques** et la **rigueur d'un accompagnement conscient et structuré**.

Une hypnose du lien, de la cohérence et du sens — au service de la vie dans toutes ses dimensions.

✨ *Ce que l'on ramène à la conscience se libère du besoin de se répéter.*



Une discipline intégrative et pionnière

L'HypnoConstel™ ne remplace pas les formes d'hypnose existantes — elle les prolonge et les unifie. Elle s'inscrit dans la continuité des grands courants de l'hypnose (classique, ericksonienne, humaniste, PNL) tout en y intégrant une compréhension systémique, morphogénétique et transgénérationnelle.

Exploration élargie

Là où l'hypnose traditionnelle explore les représentations internes du sujet, l'HypnoConstel™ intègre également les dynamiques du système auquel il appartient — personnelles, familiales, transgénérationnelles ou collectives.

Approche globale

Le travail ne se limite plus au symptôme : il s'étend aux mémoires relationnelles et transgénérationnelles qui influencent les choix, les émotions et les comportements.

Guide actif

Le praticien devient un guide actif et conscient : il structure le cadre, oriente le processus hypnotique, aide le client à lire les informations émergentes du champ et soutient leur transformation avec méthode, sensibilité et présence.

Le thérapeute, en séance individuelle, agit en cohérence avec le mouvement du champ, dans une posture à la fois ancrée, ouverte et consciente des **multiples niveaux d'appartenance de la personne**.



Fondements et inspirations



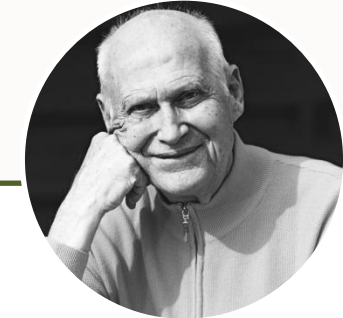
Rupert Sheldrake — Les champs morphogénétiques

Rupert Sheldrake a montré que la nature est organisée par **des champs d'information qui relient les formes vivantes entre elles**. Ces champs conservent la mémoire des expériences passées et influencent l'organisation du présent. **L'HypnoConstel™** traduit ce concept en pratique thérapeutique : l'hypnose permet d'entrer en contact avec ces champs d'information et d'y rétablir un ordre plus cohérent, qu'il s'agisse d'un déséquilibre personnel, relationnel ou transgénérationnel.



David Bohm — L'ordre implicite

Le physicien David Bohm décrivait un univers où **tout est relié à travers un "ordre implicite"** sous-jacent à la réalité visible. Dans la démarche de **L'HypnoConstel™**, cette vision se concrétise dans la lecture du champ : les symboles, images et sensations deviennent les expressions visibles de cet ordre caché, révélant parfois des mémoires collectives ou héritées.



Bert Hellinger — Les constellations systémiques

Bert Hellinger a révélé **différentes lois qui régissent les systèmes humains**. **L'HypnoConstel™** intègre ces principes : sous hypnose, le client explore les mouvements de son système intérieur — les parts, les liens, les loyautés — pour permettre à l'ordre naturel de se rétablir, tant dans sa vie actuelle que dans les résonances issues de son histoire familiale.



Fondements et inspirations



Carl Gustav Jung — L'inconscient collectif et les archétypes

Le psychiatre suisse Carl Gustav Jung a révélé l'existence d'un **inconscient collectif** partagé par tous les êtres humains, structuré par des **archétypes** — formes symboliques universelles qui orientent nos pensées, nos émotions et nos comportements. Dans l'HypnoConstel™, cette vision éclaire le travail avec les **symboles et images émergentes** sous hypnose, véritables **portes vers les mémoires collectives et transgénérationnelles**.

En mobilisant ces archétypes, le praticien aide à **réconcilier les héritages invisibles** et à restaurer la continuité du vivant à travers les générations



Anne Ancelin Schützenberger — Le transgénérationnel

Psychothérapeute et pionnière de la psychogénéalogie, **Anne Ancelin Schützenberger** a montré comment les **traumatismes, secrets et loyautés invisibles** peuvent se transmettre d'une génération à l'autre.

Dans l'HypnoConstel™, cette perspective permet de **mettre en lumière les héritages inconscients** qui influencent les choix, les émotions et les relations. Sous hypnose, le praticien aide à **libérer ces mémoires répétitives** et à rétablir la circulation du vivant dans la lignée, en honorant ce qui a été exclu ou oublié.

L'Hypnose dans toutes ses formes

De l'**hypnose classique** à la **nouvelle hypnose**, en passant par la **PNL**, l'HypnoConstel™ s'appuie sur plus d'un siècle de recherche sur la conscience. Elle rassemble leurs apports dans une approche cohérente, moderne et pragmatique, qui redonne à l'hypnose toute sa dimension systémique, symbolique et humaine.

.



Modalités de Formation

Format : Présentiel et e-learning.

Durée : 12 jours de formations en présentiel et e-learning.

Démarrage : Mars 2026 (Lausanne)

Travaux :

Lecture, études de cas, travaux écrits et auto-évaluations. Les participants bénéficient également **d'un accès à une plateforme d'e-learning**, permettant de réviser les notions clés, suivre des activités interactives et approfondir les contenus entre les modules.

Coût : 2 400 CHF (formation, supervision, corrections et restitution des travaux inclus)

Acompte : 500 CHF pour valider l'inscription

Paiement échelonné : possible en 6 mensualités (**le règlement total devra être effectué avant la fin de la formation**)

Certification :

Certificat de praticien en **HypnoConstel™** délivré par l'École Racines à l'issue de la formation.

La formatrice se réserve le droit de ne pas délivrer le certificat si le niveau théorique, éthique ou pratique n'est pas atteint.



Formation HypnoConstel™

L'art d'allier l'Hypnose, les Constellations et la Science

01

Compétences développées

À l'issue de la formation, les praticiens seront capables de :

2

- **Identifier les dynamiques systémiques inconscientes** à l'origine des problématiques individuelles ou relationnelles.
 - **Utiliser l'hypnose comme levier d'exploration et de régulation du champ**, en dialoguant avec les dimensions visibles et invisibles du système.
 - **Travailler avec les symboles, les archétypes et les ressentis**, véritables langages de l'inconscient collectif et du champ morphique.
 - **Faciliter la réorganisation naturelle du champ** par la mise en conscience, la présence et la résonance.
 - **Adopter une posture ancrée, lucide et intuitive**, au service du vivant et de l'équilibre systémique.
-  Une formation conçue pour faire émerger une **maîtrise intégrée** : savoir-faire, savoir-être et savoir-devenir.



Formation HypnoConstel™

Une pédagogie vivante, rigoureuse et incarnée

01

Chaque module alterne :

2

- **Apports théoriques solides** : hypnose, systémique, physique de la conscience, psychologie transpersonnelle et champ morphogénétique.
- **Pratiques guidées, démonstrations commentées et expérimentations du champ.**
- **Mises en situation réelles, supervisions actives et feedbacks individualisés.**
- **Intégration personnelle** : travail sur soi, ancrage corporel, alignement et conscience du champ.

La progression pédagogique suit un fil cohérent : de la compréhension du champ à sa maîtrise intuitive. Chaque étape allie **structure, expérience directe et transformation intérieure.**

L'enseignement ne se contente pas de transmettre un savoir : il accompagne une **métamorphose du regard et de la présence thérapeutique.**



Formation HypnoConstel™

Pour qui?

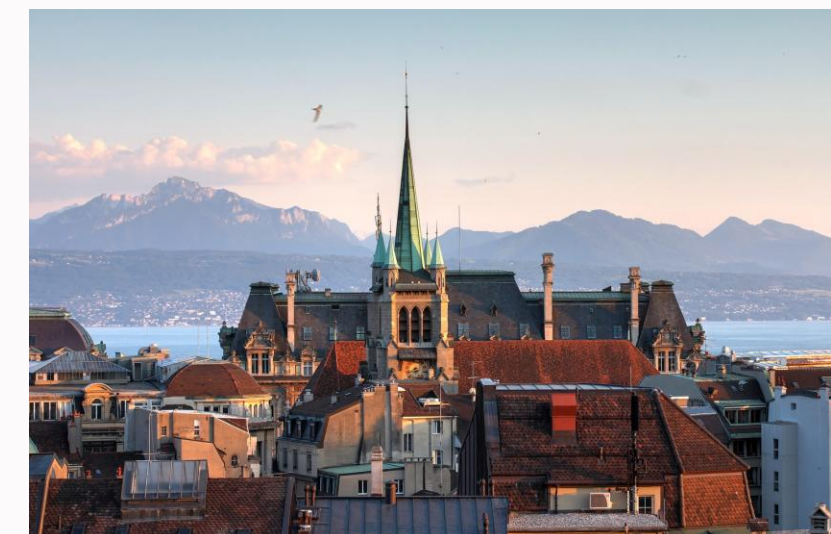
01

Cette nouvelle formation est réservée aux personnes déjà **formées aux constellations familiales et systémiques au sein de l'École Racines**. Les praticiens formés dans d'autres institutions seront invités à passer un test afin d'évaluer leur niveau de connaissances et d'assurer une base commune.

Avant l'inscription, il est **fortement recommandé de vivre une séance d'HypnoConstel™**, afin de découvrir cette approche de l'intérieur et d'en ressentir la portée transformatrice.



Dates de la Formation



Formation Lausanne

Mars 2026

- 19/03/2026
- 20/03/2026

Avril 2026

- 23/04/2026
- 24/04/2026

Mai 2026

- 21/05/2026
- 22/05/2026

Juin 2026

- 18/06/2026
- 19/06/2026

Juillet 2026

- 02/07/2026
- 03/07/2026

Septembre 2026

- 10/09/2026
- 11/09/2026

LA FORMATRICE SE RESERVE LE DROIT DE MODIFIER LES DATES SI NECESSAIRE POUR LE BON DÉROULEMENT DE LA FORMATION ET POUR RÉPONDRE AUX CONTRAINTES DE L' ENSEMBLE DES PARTICIPANTS.



L'École Racines

L'École Racines : Votre Référence en Hypnose et Constellations Familiales en Suisse

Fondée à Lausanne, **L'École Racines** est la **première institution en Suisse** à proposer une formation complète et spécialisée en Hypnose et en **Constellations Familiales et Systémiques**. Nous sommes fiers d'avoir créé un espace unique où les étudiants peuvent se former aux techniques d'hypnose, d'auto-hypnose et de constellations. Forts de notre expertise et de notre approche novatrice, nous avons étendu notre programme de formation au-delà des frontières suisses, notamment à **Paris**, où nous offrons désormais des sessions pour répondre à une demande internationale croissante. Cette expansion témoigne de la qualité et du succès de notre pédagogie, qui accompagne les praticiens dans leur développement personnel et professionnel.

Pourquoi choisir L'École Racines ?

- **Une école spécialisée** : Première en Suisse Romande à offrir des formations complètes en constellations familiales, hypnose et auto-hypnose.
- **Une pédagogie équilibrée** : Chaque formation allie théorie et pratique, permettant une compréhension globale et une application concrète de ces techniques.
- **Des formations certifiantes** : Adaptées aux débutants comme aux professionnels, elles vous préparent à obtenir des certifications reconnues.



A propos de la fondatrice



01

Afaf Hanbali : Fondatrice de l'Ecole Racines et responsable de la formation

02

Tous les programmes de l'École Racines ont été conçus par sa fondatrice, **Afaf Hanbali, auteure, thérapeute et formatrice** en hypnose et constellations familiales et systémiques, forte de **près de 15 ans d'expérience entre Paris et la Suisse**.

Formée à l'hypnose par **Olivier Lockert** (IFHE), elle maîtrise la **PNL**, l'**hypnose classique**, l'**hypnose ericksonienne**, la **nouvelle hypnose** et l'**hypnose humaniste**.

Elle a complété ce parcours par des spécialisations en **hypnose transgénérationnelle** et en **hypnose pour enfants**, afin d'intégrer les différentes dimensions du psychisme et de la transmission inconsciente.

Parallèlement, Afaf a été **formée et supervisée en constellations familiales** par plusieurs disciples directs de **Bert Hellinger** — parmi lesquels **Michel Diviné, Bernard Munsch, Wolfgang Deusser** et **Joël Wesser** —, ce qui lui confère une approche à la fois **complète, rigoureuse et respectueuse des fondements originels**.

De cette double expertise est née **l'HypnoConstel™**, une forme d'hypnose inédite qui unit les principes des constellations systémiques aux techniques d'hypnose, pour une approche **profonde, intégrative et transformative**.

Forte de plus de **6 000 accompagnements réalisés**, Afaf Hanbali a affiné au fil du temps une méthode vivante, cohérente et fidèle à une vision : **réconcilier la conscience et le champ pour permettre à la vie de circuler pleinement**.



Témoignages d'élèves

“

« Un grand merci à Afaf pour la qualité de sa formation sa pertinence et sa puissance relationnelle. Un doux mélange de ressenti de douceur et une grandeur d'âme Une personnalité authentique et confrontante qui nous rapproche vers plus de nous même. Nous devenons - grâce à son soutien - qui nous sommes, reprenons notre place et sortons des schémas répétitifs. Merci »

Brigitte V.

“

« J'ai eu la chance d'être formée par Afaf pour être animatrice de constellations familiales.... Que du bonheur, cette formation 🙏 j'en suis ressortie transformée, à tous niveaux ! Merci Afaf, une personne à l'écoute, empathique, bienveillante, juste et généreuse ✨ je ne pouvais rêver mieux comme formatrice 😍👍 Milles mercis Afaf ❤️ »

Sandra P.

“

« J'ai pu me former aux constellations familiales chez Afaf, je le referai encore 1000 fois, car au delà d'être une thérapeute excellente et expérimentée, elle est aussi une très belle personne, avec des qualités humaines remarquables. Quoi dire, merci Afaf. »

Simona C.



Ecole d'Hypnose et de
Constellations Familiales et
Systémiques

CONTACT

Afaf Hanbali

Auteure, thérapeute et formatrice

- +41 76 558 58 03
- +33 7 61 86 82 25
- contact@ecole-racines.com
- ahanbali.ch@gmail.com
- www.ecole-racines.com
- www.hypnoseetconstellationlausanne.com

