PRÉSENTATION

Formée à l'IFHE (Institut Français d'Hypnose Ericksonienne, à Paris), je pratique l'Hypnose Ericksonienne ainsi que l'Hypnose Humaniste depuis 2005 en cabinet libéral. Je me suis formée à l'IFHE (Institut Français d'Hypnose Ericksonienne, à Paris).

J'exerce également l'E.F.T. (techniques de libération émotionnelle), complémentaire à l'hypnothérapie, après une formation suivie auprès de Jean Michel Gurret, le fondateur de la méthode Mentalslim

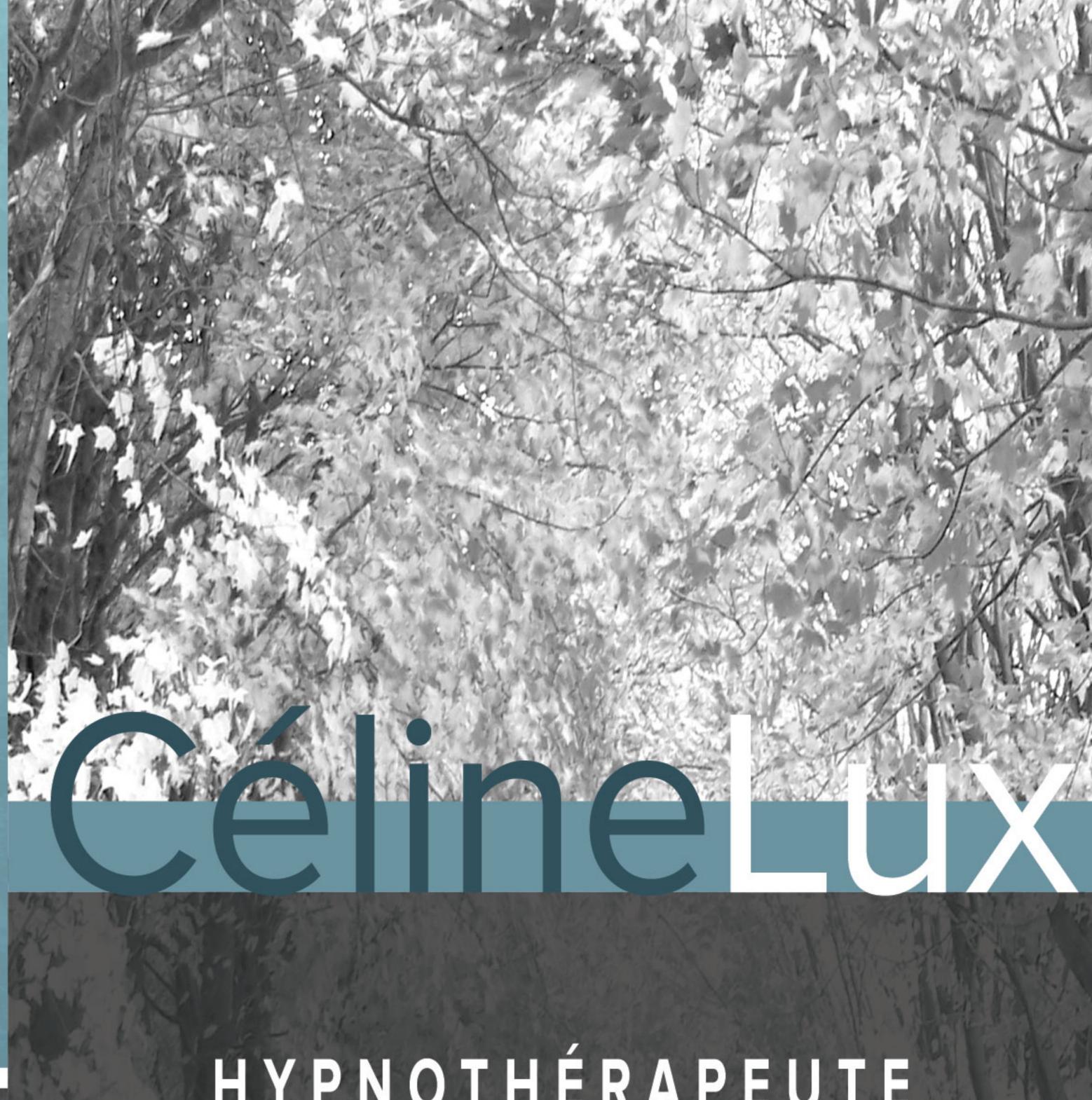


P.N.L. (Programmation Neuro-Linguistique)

HYPNOSE HUMANISTE

E.F.T. (Emotional Freedom Techniques)

COACHING





L'hypnothérapie, un guide sur la voie du mieux-être et du changement



L'HYPNOTHÉRAPIE...?

L'hypnothérapie fait partie des "thérapies brèves". Il s'agit de l'utilisation de l'hypnose dans le cadre thérapeutique. Tout le travail survient au niveau **subconscient** où tous les traumatismes sont conservés.

L'hypnothérapie permet à une personne de comprendre son schéma de vie individuel et commencer un processus de résolution de ses problèmes.

Hypnothérapeute

12 rue de la Mine 57860 Montois-La-Montagne



Tél.: 06.12.62.37.59

Email: contact@hypnose-moselle.fr Consultations uniquement sur RDV

www.hypnose-moselle.fr



Mode de Déroulement

La personne est placée dans une "transe" légère en utilisant des techniques d'hypnose simples. Un etat d'hypnose léger peut être comparé à celui d'être dans la lune : à la fois ici, et ailleurs...

L'esprit conscient s'éloigne et devient moins actif, permettant ainsi d'approcher plus facilement l'esprit inconscient. Pourtant, il n'y a jamais un temps où la personne suivant cette thérapie ne reste maître d'elle-même.

Une fois dans cet état, nous pouvons facilement nous souvenir des incidents significatifs qui ont initié nos problèmes. L'hypnothérapeute peut alors commencer à "implanter" dans l'esprit inconscient des convictions nouvelles et positives visant à éradiquer les difficultés personnelles.



Une Thérapie Adaptée & Unique...

1ère Séance Séance

La première séance consiste en un dialogue où vous m'exposerez ce pourquoi vous êtes venu.

Une fois les besoins identifiés, je pourrai vous proposer la démarche d'accompagnement la mieux adaptée, pour qu'ensemble, nous puissions atteindre des objectifs fixés.

Séance Type

Lors des séances suivantes, nous reviendrons sur ce qui va mieux, ce qui reste à consolider ou à travailler.

Nous passerons ensuite au travail avec l'hypnose où vous vous laisserez guider progressivement par le son de ma voix et profiterez pleinement de la session.

Cette séance dure en moyenne 45 minutes.

Rythme/Suivi

La fréquence des séances n'est pas imposée. Elle dépend de vos besoins et sera à définir. Mon expérience indique qu'il faut environ 4 à 5 séances pour obtenir les résultats escomptés.

Une fois la thérapie terminée, il vous sera possible de revenir à tout moment en séances d'"appoint" ou lorsque vous sentez un risque de replonger dans le problème.

Accompagnement Thérapeutique

Applicable dans une large gamme de domaines, de l'enfant à l'adulte, l'accompagnement thérapeutique par l'hypnose est un recours prouvé dans la résolution de difficultés individuelles qu'elles soient :

- Survenues à la suite d'évènement(s) précis
- Ou récurrentes et durables depuis longtemps

Par l'hypnose, vous pourrez naturellement et efficacement (re)créer l'équilibre et une pleine forme dans votre corps et votre esprit.

Vous pouvez éliminer des peurs, réduire la tension, l'anxiété ou encore la douleur, remplacer des conduites indésirables par des conduites souhaitées, quitter le tabagisme, maigrir et tellement plus...

Domaines de Prises en Charge

- Santé (Tabagisme, Problèmes de Poids, Dépendances, Maladies Psychosomatiques,...)
- Comportement (Stress & Anxiété, Dépression Confiance en Soi, Addictions,...)
- Peurs & Phobies (Agoraphobie, Vertige, Phobie Sociale, Claustrophobie,...)
- Carrière (Problèmes de Communication, Affirmation de Soi, Motivation, Évolution,...)
- Couple & Sexualité (Divorce, Chagrin, Manque de Communication, Impuissance,...)



...Pour se Libérer des Contraintes

L'hypnothérapie est une voie rapide et directe à la source de n'importe quelle difficulté. Elle va vous permettre de vous libérer des soucis qui s'imposent à vous et de résoudre ces contrariétés sur lesquelles vous n'aviez pas prise jusqu'alors, malgré vos nombreux efforts et volontés...

