

A propos de l'hypnose Ericksonienne

La thérapie Ericksonienne est humaniste, elle accepte entièrement le patient sans le juger. Pour Milton Erickson, l'inconscient est profondément bon et puissant. Il se révèle une puissance bienveillante avec laquelle l'état hypnotique doit permettre de coopérer. L'inconscient est capable de mobiliser des ressources intérieures, des potentialités susceptibles de conduire aux changements désirés.

L'hypnose Ericksonienne a pour but d'amener conscient et inconscient à travailler ensemble pour déclencher les changements utiles à la résolution de la problématique.

L'état modifié de conscience

L'hypnose est un état de conscience modifiée naturelle, sans pour autant signifier une "perte de conscience", une "période d'absence" pendant laquelle une personne pourrait vous "manipuler, changer votre personnalité"...

Bien au contraire. Vous seul décidez de ce qui se passe et comment cela se passe. Vous et surtout votre inconscient.

A quoi cela sert-il ?

L'Hypnose permet de travailler sur des sujets très différents, sur un laps de temps très court.

Les sujets peuvent concerner autant la psychologie que les aspects physiologique. Cette approche est résolument orientée solution.

La liste des indications est longue, voici les principales problématiques rencontrées dans les consultations:

- Gestion du stress, manque de confiance en soi, phobie, anxiété, mal-être, cauchemars, crise de panique, traumatisme.
- Tabagisme, excès de poids, boulimie, anorexie, troubles cutanés, asthme, troubles gastro-intestinaux, pathologies psychosomatiques, énurésie, douleurs, troubles de la sexualité, dépression, migraines, insomnies.
- Réorientation professionnelle ou personnelle, entraînement à la concentration ou à la performance, prise de parole en public...

L'hypnose est un outil thérapeutique pour une meilleure compréhension de soi-même, un outil d'évolution et de développement personnel.

Comment cela se passe-t-il ?

Ce voyage intérieur permet de retrouver des ressources déjà existantes, de les révéler et de les mettre à disposition de façon immédiate, profonde, appropriée, dans le respect de la personne, sans lui imposer une voie qui ne serait pas en accord avec ce qu'il est.

On ne doit s'appuyer que sur un seul principe : le bien-être de l'autre.

Nous sommes dans le cadre d'une thérapie brève, très souvent une à deux séances suffisent par sujet. Pour des problématiques plus complexes, plusieurs séances peuvent être nécessaires

Pour :

- Les adultes
- Les adolescents
- Les enfants (présence des parents)

Véronique Loubaton

Je vous reçois au 46 rue Mathurin Regnier - 75015 paris

Téléphone: 06.63.60.78.44.

Métro Volontaire (ligne 12) ou pasteur (ligne 12 et 6)