

L'Hypnothérapie permet de venir à bout en douceur de nombreux troubles, physiques comme émotionnels, et de favoriser certains sevrages tel que l'arrêt du tabac... Pour vous accompagner, je propose des séances d'Hypnose à Paris 15. Vous pouvez me contacter pour vous assurer que l'Hypnothérapie saura répondre à votre besoin, et pour prendre rendez-vous.

Les séances d'**Hypnose thérapeutique** peuvent résoudre efficacement et rapidement vos différents problèmes et blocages.

Mon expérience, m'a permis de développer une approche personnalisée de l'**Hypnose médicale**.

L'objectif est de vous apporter la solution la plus originale pour que vous puissiez progresser dès la 1<sup>ère</sup> séance.

### **Les consultations en Hypnose Ericksonienne concernent :**

- l'arrêt du tabac,
- la perte de poids,
- les blocages,
- les traumatismes,
- le manque de confiance en soi,
- les problèmes de communication...

## **Arrêtez le Tabac grâce à l'Hypnose !**

Pourquoi tout ce que vous avez déjà essayé a échoué ?  
Vous avez jusqu'à présent travaillé en surface, au niveau conscient avec de la volonté et de la détermination.

**Le problème est que la cigarette, fait partie intégrante de votre vie, de votre identité.**

**Vous l'avez peut-être même assimilée comme un symbole de liberté.**

## **Arrêt du tabac ...**

### **Après 8 heures :**

- la quantité de nicotine et de monoxyde de carbone dans le sang diminue de moitié.
- l'oxygénation des cellules redevient normal.

### **Après 24 heures :**

- le monoxyde de carbone est complètement éliminé.
- les poumons commencent à rejeter les résidus de fumée.

### **Après 48 heures :**

- la nicotine est complètement éliminée de l'organisme
- l'odorat et le goût s'améliorent.

### **Après 72 heures :**

- la respiration s'améliore
- le teint s'illumine
- l'énergie augmente.

...

## L'Hypnose, une aide efficace pour arrêter de fumer

Pour changer ces croyances, il faut agir sur votre inconscient. Mon rôle d'**hypnothérapeute** est de vous permettre de voir les choses différemment. C'est en prenant le problème à la racine que l'Hypnose peut vous aider à résoudre ce conflit intérieur entre la partie consciente qui désire arrêter, et la partie inconsciente qui continue à reproduire ce comportement. Mon accompagnement thérapeutique  vise l'arrêt définitif du tabagisme et son maintien dans la durée.

## L'Hypnose agit à plusieurs niveaux

L'aspect psychologique

Le manque

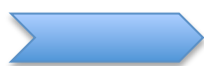
La gestuelle

La prise de poids

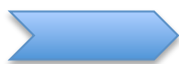
## Perdez du poids sans régime, Grâce à l'Hypnose



**V**ous n'aimez pas l'image que vous renvoyez ?



**V**ous ne rentrez plus dans vos vêtements ?



**V**ous souhaitez retrouver votre ligne après une grossesse ou perdre les kilos pris à la ménopause ?



**V**ous êtes inquiet pour votre santé ?  
Alors vous souhaitez vraiment perdre du poids et les séances peuvent vous aider à y arriver !

# Programmes d'amaigrissement personnalisés

Les **programmes d'amaigrissement** que je propose se déroulent principalement sous hypnose. Chaque programme est personnalisé en fonction des objectifs de chacun.

Lors de la première séance d'**hypnothérapie**, nous identifions ensemble la source de votre trouble du comportement alimentaire, puis je vous propose des outils et des exercices qui vous permettent de modifier votre comportement.

## Pose d'un anneau gastrique Hypnotique

C'est un des programmes sous hypnose qui s'adresse aux personnes ayant plus de 20 kg à perdre. Pour maigrir durablement, sans régime ni opération chirurgicale (programme recommandé pour un IMC > 30) :

- Détermination d'objectifs et du nombre de kilos que vous souhaitez perdre,
- Construction de votre plan d'actions,
- Pose sous hypnose de l'anneau gastrique **virtuel**,
- Renforcement des objectifs,
- Réajustement de l'anneau gastrique hypnotique.

## Les autres indications de l'Hypnose

Les séances d'hypnothérapie sont destinées à vous accompagner dans la prise en charge de nombreux troubles :

- . Dépendances et compulsions : tabagisme, alcoolisme, onychophagie, succion du pouce.
- . Troubles alimentaires : excès de poids, boulimie, anorexie.

- Troubles relationnels : problèmes familiaux, de couple, de confiance en soi.
- Traumatismes : accident, abus sexuel, harcèlement.
- Séparation : deuil, divorce...
- Troubles de l'humeur : stress, dépression, anxiété.
- Phobies : claustrophobie, agoraphobie, peur de l'avion, des araignées...
- Troubles du sommeil : insomnies, cauchemars.
- Enurésie : troubles urinaires
- Dermatoses, verrues ; psoriasis
- Troubles sexuels : impuissance, éjaculation précoce, frigidité, Anorgasmie
- Anxiété
- Dépression
- Troubles de l'élocution : bégaiement.
- Douleurs
- Troubles du comportement : TOC trouble obsessionnel compulsif.
- Paralyse, aphonie, tic.
- Tension Artérielle
- Maladies de peau : eczéma, urticaire, psoriasis, verrues...
- Suivi de prise en charge de patient en Oncologie (cancer)
- Entraînement à la concentration : performance dans l'apprentissage, stress des examens...
- accompagnement pour les examens : baccalauréat, médecine (Paces et 5<sup>ème</sup> et 6<sup>ème</sup> année, pour les examens de Spécialités), Master, préparation aux grandes écoles de commerce et d'ingénieurs
- Gestion de la performance : sport de haut niveau, compétition...