

## **Comment ces séances se déroulent-elles ?**

- Nous commençons par une anamnèse (synthèse de votre histoire) vous concernant et un échange conversationnel. (1 ère séance prévoyez 1h30).
- Ensemble, nous faisons le clair sur votre ou vos objectifs.
- Selon votre besoin, nous définissons un nombre de séances, qui pourra être modifiable selon votre avancée.

**Votre thérapie peut commencer si tel est votre souhait.**

**Nous nous occupons de votre partie consciente (raisonnement, anticipation, contrôle ) puis de la partie inconsciente (siège des programmes et des croyances profondes) ainsi que de votre subconscient (qui lui prend toujours le même chemin entre le conscient et l'inconscient (en bref, les habitudes).**

Nous venons également rassurer vos différents cerveaux sur les divers changements que vous souhaitez mettre en place, notamment le reptilien, qui lui réagit par instinct de protection et de survie dès lors que des modifications surviennent.

-----

### **Je propose deux types de consultations :**

- **L'une conjugue les deux parties, elle est d'une durée de 1h30 :**

"Anamnèse ou échange + séance d'Hypnose".

Idéale si vous souhaitez commencer à traiter le problème immédiatement.

**Je recommande celle-ci.**

#### **La 1ère partie :**

Echange et détermination de vos objectifs.

**D'une durée de 30 à 45 mn.**

- Nous faisons une mise au point sur vos prises de conscience.
- Ou bien, nous actons des avancées de façon factuelle, si nous avons déjà commencé un travail.
- Nous déterminons l'objectif de la séance d'hypnose ensemble.

## 2ème partie :

La séance de "reprogrammation" en hypnose.

**D'une durée de 45 mn à 1h.**

-----

- **L'autre est d'une durée d'1h et est composée :**

- Soit de : "l'anamnèse ou de l'échange" .

**- Ou bien : un échange de 15 mn + "Séance d'hypnose" de 45 mn.**

Choisissez cette séance, dans le cas d'un premier contact ou bien d'une suite de travail, si vous pensez que l'échange verbal sera court.

-----

Lors de la phase de travail en hypnose, vous êtes assis(e)  
et confortablement installé(e).

Et vous n'avez rien d'autre à faire que de laisser faire les choses se faire, tout en écoutant le son de ma voix et les propositions que vous êtes libre de suivre ou non et de créer à votre façon votre voyage imaginaire.

**Durant ces séances, vous êtes en sécurité, détendu(e), dans un état modifié de conscience, comme lorsque vous conduisez ou bien que vous lisez un livre, ou encore que vous regardez un film ou bien que quelqu'un vous raconte une situation qu'il a vécu.**

Vous pouvez choisir d'être très légèrement détendu(e), moyennement détendu(e) ou encore en transe profonde, l'effet sera le même.

Et cela peut changer d'une séance à l'autre.

**Et surtout, il n'y a qu'une bonne façon de faire pour vous,  
la vôtre !**

-----

Voilà de quelle façon, j'accède à votre inconscient tout en préservant vos valeurs, respectueusement et en accord avec votre objectif.

**Votre cerveau ne faisant aucune différence entre la réalité et l'imaginaire  
lors de ces séances, alors tout devient possible !**