



Hypnose Ericksonnienne

« Tout est sauvé si l'on demeure capable d'ouverture d'esprit... »



L'hypnose ericksonnienne est une pratique douce et bienveillante, de thérapie ou de développement personnel. Elle ne porte ses fruits que dans le respect plein et entier de la personne.



Pourquoi consulter un Praticien en Hypnose ?

1/ L'hypnose est un outil reconnu scientifiquement et ses champs d'applications sont très vastes. Depuis maintenant plusieurs années, elle améliore le quotidien dans différents secteurs de notre vie comme : L'organisation – L'efficacité - Les capacités relationnelles - La confiance en soi...

2/ Nous avons parfois besoin de parler des difficultés qui nous empêchent d'avancer dans notre quotidien. Être écouté, entendu et soutenu par un professionnel quelle que soit notre situation sociale.





Comment ça marche ?



L'état hypnotique permet d'entrer en contact avec votre inconscient et de parler son langage. Votre inconscient génère les solutions les plus adaptées à votre équilibre, votre développement et votre bien-être. Ce qui se passe en séance permet au patient d'utiliser sa propre réflexion, ses propres conceptions, ses propres émotions de la manière qui correspond le mieux à ses projets de vie.

L'hypnose Éricksonienne induit un état neurophysiologique qui permet une activité cérébrale particulière et active les lobes temporaux droit et gauche du cerveau. Ces régions s'activent pour permettre des perceptions améliorées, une meilleure ouverture d'esprit et une créativité développée.

L'hypnose s'impose en France comme une tendance émergente pour atteindre l'épanouissement personnel et professionnel.



L'hypnose est aussi un puissant outil de motivation et de développement de la créativité car en plus de parler directement au conscient, on s'adresse réellement à l'inconscient, appelé également intuition, for intérieur, sixième sens.

Le Praticien en hypnose ne fait que guider et encourager à l'action. Les résultats valables en hypnothérapie ne proviennent que des actions du client qui devient son propre thérapeute.



Thérapie complémentaire



L'hypnose est un outil thérapeutique, qui fait partie des thérapies brèves dites «alternatives» ou «complémentaires». Elle peut intervenir en complément de

l'approche médicale classique. De la même manière que vous prenez des compléments alimentaires pour compléter votre alimentation, vous pouvez suivre des séances d'hypnose pour compléter les approches médicales modernes/allopathiques pour des problématiques diverses et variées. Plus on met de chance de son côté et plus on a de chance de se sortir de nos problématiques.

L'Hypnose éricksonienne permet au patient d'utiliser les ressources de son esprit au service de sa guérison, de son amélioration, du soulagement de ses symptômes ou de la résolution de ses problèmes. La personne apprend à se détendre, à se relaxer, à retrouver un état d'esprit positif.

Beaucoup de maladies ont une racine psychosomatique, coupez cette racine et vous aurez plus d'énergie pour vous rétablir.

L'hypnothérapie permet de localiser et libérer les traumatismes et les émotions qui inconsciemment alimentent le problème à traiter. L'esprit et le corps ont le pouvoir de créer un état de santé parfait. La capacité de guérir existe en chacun de nous !



Les champs d'applications



Comme il s'agit d'une capacité naturelle de l'humain, tout le monde est susceptible d'être hypnotisé. L'hypnose est une aide efficace et réelle en fonction des objectifs des clients.

L'Hypnose au quotidien :

☑ **L'arrêt du tabac** : 80 % de taux de réussite. L'hypnose aide aussi à lutter contre les effets du sevrage.

☑ **L'excès de poids et la boulimie** : elle exerce un bon rôle de soutien psychologique dans les cures d'amaigrissement.

☑ **Lutte contre la douleur** : elle ne remplace pas l'anesthésie, mais peut la compléter et permettre de diminuer les doses de médicaments. Elle est aussi de plus en plus utilisée en chirurgie dentaire.

☑ **Certains troubles psychiques** : déprime, angoisses, stress, anxiété, phobies mais aussi impuissance, frigidité, problèmes de trac, de mémoire, etc.

☑ **Troubles du sommeil** : Insomnies , cauchemars



☑ **Les troubles digestifs** : ulcères, colites ou diarrhées dus au stress.

☑ **Les problèmes psychosomatiques** : Migraines et céphalées

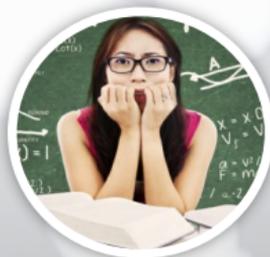
☑ **Les problèmes de la peau** : acnée, eczéma, urticaire, verrues, zona,

☑ **Troubles de la voix et du chant.**

☑ **Les intolérances**

☑ **Préparation aux examens**, aux compétitions (stress, concentration, mémoire...),

☑ **Manque de confiance en soi**, estime de soi, tics, bégaiement...





Hypnose en Entreprise

« Les espèces qui survivent ne sont pas les espèces les plus fortes, ni les plus intelligentes, mais celles qui s'adaptent le mieux aux changements. »

Charles Darwin



L'hypnose en entreprise une méthode efficace qui a fait ses preuves et est un excellent moyen destiné à toute personne d'accroître son potentiel, cultiver sa créativité, s'enrichir personnellement et professionnellement.

Mieux communiquer / Optimiser son potentiel / S'améliorer
Découvrez le pouvoir qui sommeille en vous



Les champs d'application en entreprise :

- ☑ **Développer** l'intelligence émotionnelle
- ☑ **Fixer et atteindre** des objectifs précis
- ☑ **Améliorer** sa capacité d'écoute, son intuition
- ☑ **Optimiser** sa productivité, mieux gérer son stress
- ☑ **Savoir gérer** les conflits relationnels
- ☑ **Communiquer** pour stimuler ses équipes, réveiller le meilleur chez les autres,
- ☑ **Apprendre** à se remettre en question
- ☑ **Prévenir le « burnout »** et le surmenage

L'hypnose peut vous aider à intégrer instantanément ou progressivement les changements réels et profonds que vous êtes prêt à vivre.



Le mental, tout est là



Que faut-il pour qu'une entreprise soit plus performante? Des hommes et des femmes dont les qualités et la motivation font l'excellence des produits.

Toutes les études démontrent que l'état psychologique, positif ou déprimé, conditionne nos succès et nos échecs. La force du mental est capitale !

Dans le business, le succès est affaire de motivation et de volonté.

Des pressions positives et négatives peuvent se créer au sein de toutes entreprises. Analyser les situations, les besoins, permettre à chacun d'identifier les facteurs de pression et les réactions qu'ils engendrent...

Présenter les différences de perception individuelle face à une situation et montrer comment libérer ses émotions, en s'attachant toujours à voir le côté positif des événements et en évitant de se laisser submerger par des doutes éventuels. Patrons ou salariés, soyez novateurs !



Prevenir le Burnout



Quelques causes :

- Mutations des conditions de travail
- Augmentation du stress chronique
- Sensation d'épuisement
- Charge de travail élevée
- Déséquilibre entre les efforts fournis et la reconnaissance obtenue
- Lourdes responsabilités au travail (salariés et employeurs).

Les symptômes :

L'épuisement se produit insidieusement et engendre ces conséquences :

Symptômes psychologiques :

- Démotivation constante par rapport au travail
- Irritabilité marquée, colères spontanées
- Attitude cynique et sentiment de frustration
- Sentiment d'être incompetent
- Envie de s'isoler



- Sentiment d'échec
- Baisse de confiance en soi
- Anxiété, inquiétude et insécurité
- Difficulté à se concentrer
- Pertes de mémoire
- Difficulté d'exercer un bon jugement
- Indécision, confusion
- Pensées suicidaires, dans les cas les plus graves

Symptômes physiques :

- Fatigue persistante
- Douleurs (selon les fragilités individuelles) : maux de dos, douleurs musculaires, migraines, etc.
- Problèmes digestifs, ulcères d'estomac
- Sommeil perturbé
- Problèmes cutanés
- Perte ou gain de poids
- Infections plus fréquentes (rhume, grippe, otite, sinusite, etc.)
- Problèmes cardiaques, hypertension, rupture d'anévrismes AVC, ulcères, cancer etc...

« L'homme se tait, mais le corps parle. »



Les solutions

Comment prévenir l'épuisement :

Par l'hypnose Éricksonienne qui est un état neurophysiologique particulier qui génère une activité cérébrale particulière et active les lobes temporaux droit et gauche du cerveau. Ces régions s'activent pour permettre des perceptions améliorées, une meilleure ouverture d'esprit et une créativité développées.

L'hypnose modifie le fonctionnement cérébral afin d'ouvrir de nouvelles pistes. Le praticien en Hypnose guide le client vers cette possibilité.



L'état hypnotique est scientifiquement prouvé :

Les résultats obtenus en utilisant l'imagerie cérébrale accréditent et objectivent l'hypnose. Si l'on ne comprend toujours pas comment elle agit, on observe bel et bien des différences dans l'activité cérébrale indiquant un état modifié de conscience lorsque le sujet est hypnotisé. C'est cet état modifié qui offre de nombreuses possibilités et applications dans des domaines divers. L'hypnose est un excellent moyen destiné à toute personne d'accroître son potentiel, cultiver sa créativité, s'enrichir personnellement et professionnellement.



Comment se déroule une séance ?

La première séance peut durer jusqu'à 3 heures.

La première partie de la séance est consacrée à la clarification de votre objectif (durée 1h à 2h).

La seconde partie de la séance appelée « transe » consiste à entrer en contact de manière plus profonde avec votre inconscient, vos ressources, vos apprentissages.

La transe est souvent décrite comme un moment d'hyper vigilance et de très grande absence en même temps. C'est un moment magique où vous êtes libre. Le praticien utilise (...)

Le praticien utilise des métaphore pour que votre inconscient choisisse lui-même les solutions à ses problèmes...

Tarif d'une séance

Séance individuelle,
à Papeete ou Punaauia ou Taravao

▶ 10 000 F

Séance d'hypnose en entreprise, nous consulter



Préparation de la séance



Pour préparer votre séance, je vous propose de vous poser ces quelques questions avant notre rencontre :

- 01 : Quel est l'objectif que vous voulez atteindre ?
- 02 : Qu'est-ce que l'atteinte de votre objectif vous apportera ?
- 03 : Comment saurez-vous que votre objectif est atteint ?
- 04 : Qu'est-ce qui vous empêche, aujourd'hui, d'atteindre l'objectif ?
- 05 : De quoi avez-vous besoin pour atteindre votre objectif ?
- 06 : Est-ce qu'il y a des inconvénients à atteindre l'objectif ?
- 07 : Quel est le pire scénario en cas d'échec dans l'atteinte de l'objectif ?
- 08 : Est-ce qu'il y a des solutions non-évidentes pour atteindre l'objectif ?
- 09 : Qui pourrait vous aider à atteindre votre objectif ?
- 10 : Quand vous aurez atteint l'objectif, qu'est-ce qui sera différent dans votre vie ?
- 11 : Pourquoi est-ce important pour vous d'atteindre cet objectif ?
- 12 : Que comptez-vous faire en premier pour atteindre votre objectif ?

En résumé, les six questions clés à se poser avant sa séance :

- Que voulez-vous ?
- Est-ce que cela dépend de vous ?
- Comment saurez-vous que vous avez atteint votre objectif ?
- Que verrez-vous, qu'entendrez-vous, que ressentirez-vous après votre séance ?
- Qu'est-ce que cela va vous apporter de plus ?
- A-t-il des inconvénients à votre amélioration ?
- Y-a-t'il des obstacles à la réussite de votre objectif ?



Hypnose Ericksonnienne

Avec Fabrice Maignan

**Praticien en Hypnose Ericksonnienne
Maître Praticien PNL
Coach certifié**



Tél : 87 705 529

fabrice@tahiti-hypnose.com

www.tahiti-hypnose.com

**Mieux communiquer / Optimiser son potentiel / S'améliorer
Découvrez le pouvoir qui sommeille en vous**