

## LE DÉROULEMENT DES SÉANCES D'HYPNOSE



La première séance sous forme d'un entretien est d'abord nécessaire, sans aucun engagement pour la suite, pour nous permettre ensemble de bien cerner

vos objectifs ou le problème à résoudre, et estimer ce que vous pourrez améliorer. Lors de cet entretien, vous pourrez être totalement rassuré au sujet du déroulement des séances d'hypnose pratiquées, comprendre également comment l'hypnose fonctionne, savoir ce que je peux vous proposer par rapport à vos attentes, comprendre les résultats que vous pourrez attendre et poser aussi toutes les questions que vous souhaitez. A l'issue de cet entretien, qui dure en général 1H15, si vous êtes décidé, les rendez-vous des prochaines séances d'hypnose (environ 50 min) sont programmées, en fonction des disponibilités de chacun. Bien entendu, vous pouvez aussi réfléchir et donner votre réponse plus tard, quand vous le souhaitez.



**Sylvie ROSSI**  
Hypnothérapeute diplômée de l'institut IFPNL  
et l' institut Psynapse de Lyon .

Téléphone : 06 86 89 68 57

[www.hypnose-equilibre.com](http://www.hypnose-equilibre.com)

- ◇ Maître Praticien en hypnose Eriksonienne
- ◇ Praticien en PNL et thérapies brèves.
- ◇ Coordinatrice de l'association de développement personnel « les ateliers d'Apsara » [www.ateliers-apsara.com](http://www.ateliers-apsara.com) et directrice du centre « Les 2cèdres » [www.les2cedres.bio](http://www.les2cedres.bio)
- ◇ Formée aux méthodes de communication interculturelles et à la formulation/ atteinte des objectifs.



Les 2 Cèdres  
Hypnose et méthodes naturelles



**Sylvie ROSSI**  
*Hypnothérapeute*  
*Praticienne en thérapies brèves*

RETROUVEZ L'EQUILIBRE PAR  
L'HYPNOSE

INFORMATION  
SUR L'HYPNOSE:  
UNE MÉTHODE  
NATURELLE ET  
PERFORMANTE  
POUR TOUS

CONSULTATION SUR RDV EN CABINET

**LES 2 CÈDRES—12 AVENUE DU PROGRÈS  
69680 CHASSIEU**

TÉLÉPHONE : 06 86 89 68 57

[WWW.HYPNOSE-EQUILIBRE.COM](http://WWW.HYPNOSE-EQUILIBRE.COM)



## HYPNOSE POUR ACCOMPAGNER UN PROJET, DE PETITS OU GRANDS BESOINS DE CHANGEMENTS...



NOMBREUSES SONT LES QUESTIONS SUR L'HYPNOSE ... « A QUI CELA S'ADRESSE? ... COMMENT SE DÉROULENT LES SÉANCES? ... EST-CE QUE JE PERDS LE CONTRÔLE DES CHOSES AVANT, PENDANT,

APRÈS ? L'HYPNOSE... J'AI VU CELA EN SPECTACLE MAIS COMMENT CELA PEUT M'AIDER, M'ACCOMPAGNER POUR UN BESOIN DE PETITS OU DE GRANDS CHANGEMENTS?»

CETTE BROCHURE VOUS APPORTE QUELQUES PREMIÈRES RÉPONSES IMPORTANTES QUE VOUS SOYEZ DANS UNE DÉMARCHE THÉRAPEUTIQUES POUR «

**ALLER MIEUX** », OU QUE VOUS SOUHAITIEZ « **ÊTRE ACCOMPAGNÉ** » DANS UN PROJET PROFESSIONNEL OU PERSONNEL QUI VOUS



TIENT À CŒUR.

N'HÉSITEZ PAS À ME CONTACTER OU À VISITER LE SITE

[WWW.HYPNOSE-EQUILIBRE.COM](http://WWW.HYPNOSE-EQUILIBRE.COM) POUR DÉCOUVRIR CETTE MÉTHODE NATURELLE ET BIENFAISANTE.

### L'hypnose: Pour tous à partir de 6 ans

L'hypnose s'adresse à tout le monde (adulte, adolescent, enfant), dans la mesure où le désir de changement provient de la personne elle-même



ou que l'on arrive (cas de l'enfant) à lui montrer une voix qui le motive réellement. En effet, **l'hypnose a cela de très rassurant**

**qu'elle ne fonctionne que si la personne se sent en accord parfait avec ce qui lui a été proposé.**

### L'hypnose: Pour « aller mieux »

Vous l'avez sans doute déjà expérimenté, il ne suffit pas toujours d'avoir la « volonté » de faire les choses pour que cela marche et souvent même quand on connaît « l'origine » d'un comportement ou d'un traumatisme, cela ne



stoppe pas pour autant le symptôme... Fort de ce constat, **l'hypnose permet de travailler «directement» sur le**

**comportement ou l'émotion sans que vous ayez besoin d'en connaître l'origine exacte.** C'est donc un excellent outil pour gérer les émotions pénibles (manque de confiance en soi, crises d'angoisses, dépressions, phobies, souvenirs dé-

sagréables), les addictions (tabac, troubles et compulsions alimentaires,..), les douleurs diverses (migraines, mal de dos,...), les manifestations psychosomatiques (énurésie, bégaiement,...), les problèmes sexuels (manque de désir, frigidité, addiction,...)

### L'hypnose: Pour « accompagner un projet ou un changement »

Ce qui nourrit une vie, ce sont souvent les projets, les changements petits ou grands que nous essayons de mettre en place aussi bien dans nos vies professionnelles que person-

nelles. Or, après l'excitation ou le choc de la décision, nous sommes souvent emprunt de doutes, de stress, ou de peurs qui nous freinent ou nous stoppent net dans nos projets. **L'hypnose intervient alors comme un**

**soutien que vous utilisez à votre rythme**, que ce soit dans le domaine professionnel (prise de parole en public, préparer un entretien, un concours, une compétition), dans le domaine personnel (Accompagnement de la grossesse, Gestion du poids, Bien-être), que dans le domaine relationnel (Mieux gérer sa vie de couple, Faire le deuil d'une relation pour écrire une nouvelle page).

