

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 1H30, 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.**



Hypnose Equilibre

Sylvie ROSSI—Hypnothérapeute
diplômée de l'institut Psynapse de Lyon.

Téléphone : 06 86 89 68 57
Messagerie : sylvie-aurore.rossi@hotmail.fr

- ◇ Maître Praticien en hypnose Eriksonnienne
- ◇ Praticien en thérapies brèves.
- ◇ Responsable de l'association les ateliers d'Apsara. www.ateliers-apsara.com
- ◇ Formée aux méthodes de communication interculturelles et à la formulation/atteinte des objectifs.



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

TÉLÉPHONE : 06 86 89 68 57

SUR MEYZIEU, CHASSIEU ET VILLEURBANNE

WWW.HYPNOSE-EQUILIBRE.COM

L'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

CHOSSES AVANT, PENDANT, APRÈS ? L'HYPNOSE... J'AI VU CELA EN SPECTACLE MAIS COMMENT CELA PEUT M'AIDER, M'ACCOMPAGNER POUR UN BESOIN DE PETIT OU DE GRAND CHANGEMENTS?»

CETTE BROCHURE VOUS APPORTE QUELQUES PREMIÈRES RÉPONSES IMPORTANTES QUE VOUS SOYEZ DANS UNE DÉMARCHÉ 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 POUR DÉCOUVRIR CETTE MÉTHODE NATURELLE ET BIENFAISANTE.



L'hypnose: Pour tous à partir de 7 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 est 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 désagréables), 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 personnelles. 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).