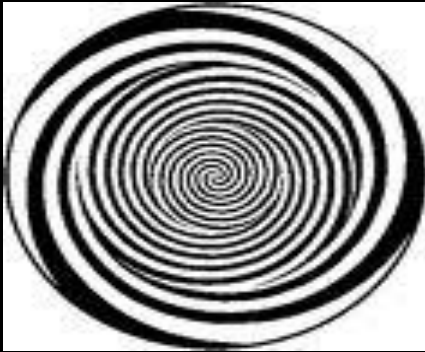
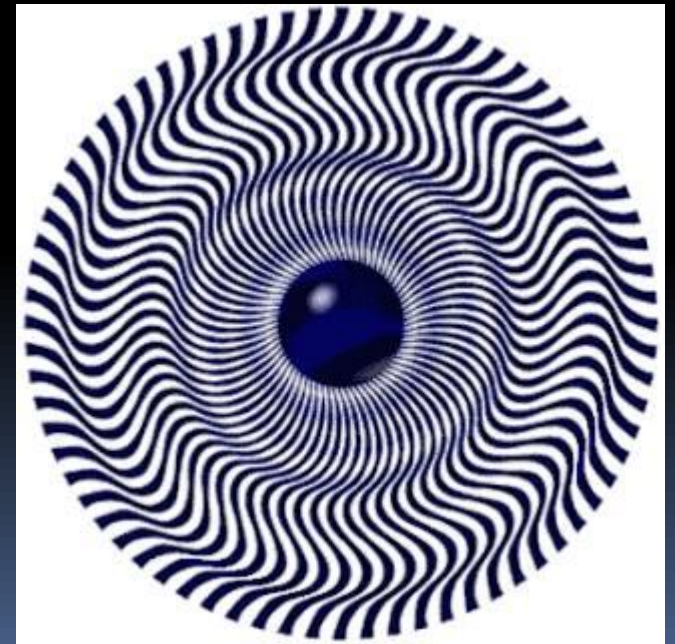




HYPNOSE AUTO HYPNOSE MICROSIESTE

Théorie
indications



.doclagarde
ESPRIT RETRAITE
2026



Ancienne thérapie à la mode

- Chamanisme
 - Charcot Freud
 - Milton Erickson
 - PNL Paolo Alto
 - EMDR
 - Thérapie du changement
- 



Bien différencier

- Le sommeil et l'hypnose
 - Les états de consciences modifiés (transe)
 - La mémorisation
 - Le temps circulaire (saison)
- 



Ce qu'il ne faut pas traiter

- Les psychoses
 - Les viols avant jugement ou enquête
 - Les patients qui veulent voir le passé ou l'avenir
 - Les douleurs gérables autrement (cancer)
 - Les patients avec une mauvaise construction avant 3 ans (alcoolique)
- 

Deuxieme seance hypnose

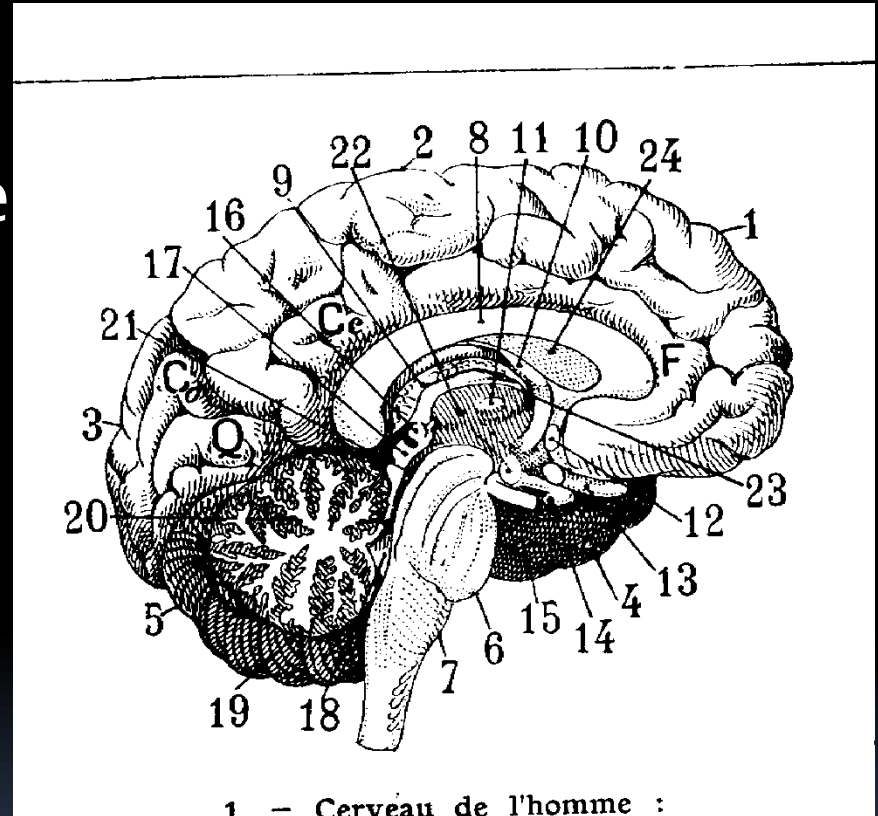
- Induction
- Travail sur la première crise (vêtements)
- Gestion de cette crise
- En utilisant les ressources ce qu'il faut faire
- Que dire à ce petit garçon qui souffre
- Pont sur l'avenir comment gerer la crise
- Qu'allez vous pourvoir faire sans migraine
- Si souffrance phrase d'oubli si non reveil
discussion debriefing recadrage temporel

La microsieste

- Induction par palais idéal
- Soit un lieu ,soit une action décoller de son corps et revenir
- Devenir un super héros
- Plongée en apnée
- Faire un cheminement pour sortir de l'état
- Puis sortir en se tapant le visage et démarrer en bougeant le corp

LES COMMANDES neurovegetatives

- Commande tonus musculaire catalepsie
- Commande hoquet
- Douleurs





Hypnose ericksonienne

- Une séance pour voir le problème
 - Une séance de débrouillage type travail d'excellence (but du but les avantages les inconvénients de la guérison)
 - Une séance d'hypnose légère
 - Une séance de une heure plus profonde
- 



Le déroulement

- Assis ou couché
 - Repère temporel
 - Un bon souvenir
 - Revivre ce bon souvenir
 - Enfoncer le patient dans ce bon souvenir
 - Surveiller l'état de catalepsie et signaling
- 

D

