



## **En terminer avec la boulimie**

Programme de 4 CD  
Auteur : J. Boutillier  
Éditeur : Psycho-D Éditions  
Prix : 50,00 euros

Ce programme de 4 CD regroupe de nombreuses ressources de sophrologie, relaxation, hypnose ericksonienne et programmation neurolinguistique consacrées au traitement de la boulimie et de l'hyperphagie.

De nombreux aspects de la problématique sont traités :

- Gestion du stress et de l'anxiété
- Gestion émotionnelle
- Travail et développement de la confiance en soi
- Traitement des stress et traumatismes
- Traitement de l'angoisse de séparation
- Traitement de la dépendance
- Remise en cause des schémas de pensées propres au trouble alimentaire
- Traitement de la boulimie proprement dite

Une approche complète, naturelle et efficace par un spécialiste pour se libérer de la boulimie.

***Notre avis : programme d'auto-traitement devenu un best-seller, par un spécialiste des thérapies brèves des troubles alimentaires .***