

# **POURQUOI L'HYPNOSE THÉRAPEUTIQUE ?**

## **Vous libérer des addictions**

Vous souffrez d'une dépendance à une substance (tabac, drogue, alcool sucre...) ou à une activité (cyberdépendance...).

## **Vous libérer des compulsions**

Vous vous sentez obligé d'accomplir des actes répétitifs en réponse à une obsession ou selon des règles préétablies (problèmes alimentaires ou rituels de lavage, de vérification, de collection, d'ordre, grignotage, ...).

## **Vous libérer des allergies**

Vous êtes allergique à certains aliments, poils d'animaux, acariens, pollen, piqûre d'insectes ou autres substances...

## **Préparation à l'accouchement sans douleurs**

Vous souhaitez accoucher naturellement, sans péridurale...

## **Vous libérer du Stress**

Vous vous sentez sous pression, vous subissez un état de stress chronique.

## **Retrouver le sommeil**

Trop court, trop léger ou en pointillés et de manière générale, sommeil jugé insuffisant et peu réparateur.

## **Vous libérer des dépendances relationnelles**

Vous souffrez de sentiments récurrents d'abandon, de frustration, d'insécurité ou d'infériorité, difficulté à grandir, dépendance parentale, séparations douloureuses, incapacité à rompre avec une relation toxique.

## **Autres problèmes comportementaux ou relationnels**

Vous souffrez de comportements en groupe ou interrelationnels (timidité, effacement, colère, agressivité, ...) générateurs de mal être.

## **Résoudre les conflits intérieurs**

Vous souffrez d'un mal-être lié à un conflit intérieur générant colère, culpabilité ou insatisfaction, ou qui paralyse votre capacité à faire des choix difficiles, d'ordre affectif ou professionnel.

## **Vous libérer des traumatismes et blessures de l'enfance**

Vous voyez toujours apparaître les mêmes émotions douloureuses dans certaines situations particulières.

### **Vous libérer des douleurs chroniques & des phénomènes de somatisation**

Vous souffrez de douleurs chroniques ou permanentes (migraines, transit intestinal sensible, vieillissement prématuré des cellules, douleurs articulaires...etc)

### **Vous libérer des phobies**

Vous êtes sujet à l'agoraphobie, claustrophobie, arachnophobie...etc.

### **Accélérer les périodes de deuil**

Vous n'arrivez pas à dépasser la souffrance liée au décès d'un proche, à une rupture affective, ou à un changement professionnel.