

A propos de Marie de Lodz



L'hypnose est pour moi la voie essentielle de l'inconscient, permettant à chacun de développer son intuition et d'installer un dialogue continu avec son être profond.

L'hypnose thérapeutique peut être assimilée à une thérapie brève, qui se conduit sous la guidance d'un thérapeute confirmé.

L'auto-hypnose est une pratique personnelle d'évolution, accessible à tous, qui se ressent avec d'autant plus d'efficacité que l'on aura déjà fait l'expérience de la transe.

Psychothérapeute, Énergéticienne et Hypnothérapeute, je vous accompagne dans ce voyage au coeur de la transe, pour vous aider, vous apprendre à vous apaiser et modifier les comportements qui vous perturbent.



MARIE DE LODZ

Auto-Hypnose

TARIFS

1 MODULE : 25€

LIEU DU STAGE

11, rue des Moulins
83690 Salernes

CONTACT

06 78 36 24 03

delodz@orange.fr
www.mariedelodz.com

CALENDRIER HIVER 2016

Module I

Samedi 16 janvier 2016

Samedi 13 février 2016

14h/17h30

Module II

Samedi 23 janvier 2016

Samedi 20 février 2016

14h/17h30

Module III

Samedi 30 janvier 2016

Samedi 27 février 2016

14h/17h30

L'Auto-Hypnose, c'est facile et cela s'apprend !

Entrez dans l'univers de l'Auto-Hypnose !

**Expérimentez la présence régénératrice
de votre Inconscient !**

ATELIER ARTSANTÉ

PROGRAMME ET PÉDAGOGIE

Qui peut apprendre l'auto - hypnose ?

Tout le monde ! Vous allez acquérir progressivement les outils nécessaires issus de l'hypnose Éricksonnienne et humaniste, ainsi que de la PNL, pour votre plus grand profit.

Y a-t-il des pré-requis ?

Aucun ! Quelque soit votre niveau et vos éventuelles formations précédentes, nous abordons ensemble les éléments théoriques essentiels, avant de passer à une pratique individuelle.

Comment ça se passe ?

Durant ce stage, vous apprendrez à dialoguer avec votre Inconscient pour mieux :

FAIRE : atteindre un objectif, améliorer votre apprentissage, développer une compétence.

VIVRE : résoudre des conflits intérieurs, améliorer votre qualité de vie (sommeil, poids, douleurs)

ÊTRE : renforcer votre confiance en vous, gérer vos émotions et votre stress, affiner votre intuition.

La formation se déroule en trois modules espacés dans le temps, afin de favoriser les expérimentations personnelles.

Vous pouvez ainsi acquérir aisément la pratique et l'expérience nécessaires pour continuer d'utiliser ces outils, chez vous.

MODULE I

Comprendre

- Hypnose et Auto-Hypnose, définitions et postulats
- Techniques d'induction, les fondamentaux
- Exercices pratiques

MODULE II

Expérimenter

- Révision Module I
- Analyse des pratiques personnelles, questions réponses
- Dialoguer avec son Inconscient
- Clarifier ses objectifs

MODULE III

Développer

- Révision Module II
- Analyse des pratiques personnelles, questions réponses
- Gérer son stress
- Développer et valoriser ses compétences
- Transformer un lien inapproprié avec une personne
- Synthèse