

Formation à l'autohypnose

La formation à l'auto-hypnose est donnée par Anna Baloutskaya (Hypnothérapeute), elle consiste à apprendre à se mettre soi-même en état de concentration hypnotique. Vous apprenez à entrer en relation avec votre propre guide (votre conseiller ou moi intérieur) c'est-à-dire votre inconscient.

Ayant la capacité de rentrer dans cet état par vous-même, vous pouvez demander à votre inconscient d'effectuer diverses transformations en vous : retrouver le calme, le sommeil, résoudre une question, apprendre à gérer la douleur, les angoisses, le stress et les phobies etc.

Par conséquent, vous serez capable de prendre le contrôle sur votre vie, vos émotions, vos comportements, vos perceptions de problèmes et situations diverses.

L'hypnothérapie peut également être utile pour la préparation à l'accouchement.

Elle pratique l'apprentissage de l'auto-hypnose en individuel et en groupe.

L'atelier en groupe (6 personnes maximum)

se déroule en deux séances (3 à 3,5 heures chacune).

À l'aide de cet atelier, complété par un petit manuel et 2 enregistrements

de séances d'hypnose-même (effectuées lors de l'atelier),

vous parviendrez à poursuivre l'entraînement en harmonisant votre développement personnel de façon autonome.

Prix : 50 euros par séance

Réduction de 10% pour les membres AFSFC

Inscription et renseignement : Anna Baloutskaya
0497/ 68 71 88 - info@solutionhypnose.be