



Espace Du Possible **asbl**

**Secrétariat : 29, Le Torieu**

**B-7521 TOURNAI**

**Tél. : 0032/69/21.47.19**

**Fax : 0032/69/21.12.19**

**e-mail : [info@espace-du-possible.org](mailto:info@espace-du-possible.org)**

**site : [www.espace-du-possible.org](http://www.espace-du-possible.org)**

**« AUTO-HYPNOSE » 1 jour**

**Par le Docteur Yves DOUTRELUGNE, Médecin et Thérapeute**



Dans notre journée, à bien des moments « nous sommes ailleurs », de différentes façons. C'est ce que Milton Erickson appelait « la transe de la vie de tous les jours » ou hypnose naturelle. Durant ces moments là, notre inconscient est plus actif que notre conscient, notre cerveau travaille différemment, notre corps aussi.

Apprendre à :

- Faciliter cet état, le retrouver, l'augmenter.
- Découvrir mes propres caractéristiques dans « mon auto-hypnose à moi ».
- L'utiliser pour accroître ma qualité de vie, enrichir ma créativité, trouver des réponses à mes questions, des solutions à mes problèmes et câliner mon corps.

Pour pouvoir l'enseigner aux patients par travail en Auto et Hétéro-hypnose dans leurs spécificités et leurs indications.