



GROUPE

Initiation à l'Autohypnose

LES OBJECTIFS

- ▶ Définition de l'état de conscience modifiée
- ▶ Différentes techniques d'induction
- ▶ Différents exercices d'autohypnose
- ▶ Favoriser le sentiment de sécurité et de calme
- ▶ Favoriser l'utilisation des ressources
- ▶ Favoriser la résolution de problèmes
- ▶ Favoriser l'apprentissage

INFORMATIONS

Ce groupe permet de découvrir et d'exercer les éléments essentiels permettant de pratiquer l'autohypnose



Lieu

Établissement de Lausanne

Avenue des Mousquines 4 | CH - 1005
Lausanne



7 participants

Groupe fermé



1h45

6 séances



Les lundis

de 16:30 à 18:15



Âge minimum requis : **18 ans**



Groupe animé par :

Beatrice Cadalbert

Psychologue, Psychothérapeute FSP

Magali Yeatman

Psychologue Psychothérapeute FSP

Merci de penser à l'environnement, n'imprimez pas inutilement ce document.