Module 1 : Bienvenue dans le monde de l'hypnothérapie professionnelle
Module 2 : Les fondamentaux
Module 3 : Comment effectuer une excellente séance d'hypnose
Module 4 : Des scripts, des scripts et encore des scripts
Module 5 : Le client est sous hypnose. Et maintenant ?
▸ Module 6 : Films intérieurs
Chapitre 1 : Première partie (/tr/praticien-en-hypnose/films-interieurs/premiere-partie)
Chapitre 2 : Deuxième partie (/tr/praticien-en-hypnose/films-interieurs/deuxieme-partie)
Chapitre 3 : Testez vos connaissances (/tr/praticien-en-hypnose/films-interieurs/testez-vos-connaissances)
Chapitre 4 : Fichiers téléchargeables MP3 et PDF (/tr/praticien-en-hypnose/films-interieurs/fichiers-telechargeables-mp3-et-pdf)
Module 7 : Techniques thérapeutiques avancées
Module 8 : Hypnose conversationnelle
Module 9 : Schémas hypnotiques pour les étudiants
Module 10 : Autohypnose
Module 11 : Examen final

Chapitre 2 : Deuxième partie

Signal de réinduction

Quand vous pratiquez l'hypnose pour la première fois avec quelqu'un, il est bon d'établir ce qu'on appelle un « signal de réinduction ». Cela peut être un mot, un geste ou un autre événement marquant, qui déclenchera ou renverra immédiatement le client dans une transe profonde, ou même plus profonde qu'avant. Il y a deux bonnes raisons pour faire cela.

Tout d'abord, vous ne savez pas exactement de combien de sessions le client va avoir besoin. Vous parviendrez peut-être à résoudre la plupart des problèmes en une seule session, mais chaque personne est différente et vous avez peut-être été engagé par quelqu'un qui a besoin de plus qu'une seule visite. Puisque la personne a déjà vécu avec vous un profond niveau d'hypnose dans le passé, si vous voulez éviter de refaire tout le processus préliminaire et repasser par la longue version pour induire

la transe, vous pouvez simplement réactiver cet état et préparer votre client à recevoir des suggestions en quelques secondes.

Ensuite, un client peut revenir vous voir plus tard pour que vous l'aidiez avec d'autres difficultés. Cela peut se passer des semaines, des mois, et même des années plus tard. L'avantage est que dans la plupart des cas, le signal qui déclenche la réinduction, dure indéfiniment, du moins jusqu'à ce que l'hypnothérapeute le supprime.

S'il est possible de créer ce processus à tout moment durant une session, il est toutefois préférable de le faire au début (après les approfondissements), ou à la fin, juste avant que le client n'émerge de la transe.

Voici quelques-unes de façons de formuler une suggestion de réinduction :

À partir de maintenant, chaque fois que je claquerai des doigts et que je dirai le mot DORMEZ pour les besoins de l'hypnose, vous vous laisserez aller rapidement, calmement et profondément.

Chaque fois que vous êtes en hypnose, vous trouverez que c'est plus facile qu'auparavant et vous entrerez dans un niveau de transe plus profond que vous ne l'avez jamais vécu. En fait, chaque fois que vous serez assis dans ce siège, que vous fermerez les yeux et inspirerez trois fois ; vous entrerez rapidement et agréablement dans cet état de relaxation et d'hypnose, plus profondément qu'avant.

L'ancrage

« L'ancrage » est le processus qui permet de créer une association entre un état émotionnel désiré et un comportement spécifique que le client peut contrôler. Ce comportement agit ensuite comme un mécanisme déclencheur qui réactive instantanément les sensations désirées.

Cette technique sert les gens qui ont du mal à agir de façon utile dans certaines conditions, par exemple lorsqu'ils doivent parler devant une foule, ou qu'ils se « figent » devant une personne du sexe opposé.

La technique que nous allons explorer ici s'appelle « empilation d'ancres ». Ce processus combine plusieurs états puissants afin de créer une charge importante d'énergie positive. Dans cet exemple, nous voulons que le client ait plus de motivation. Nous allons combiner des états tels que la confiance, l'énergie, l'assurance, la joie et, bien sûr, la motivation. Toutefois, vous pouvez également utiliser cette technique pour amener quelqu'un à se libérer d'une frustration en faisant appel au calme, à la relaxation, au bien-être, etc.

Et ce que j'aimerais que vous fassiez (Nom du client)*, c'est de vous rappeler d'un moment où vous vous sentiez vraiment plein de confiance en vous et que vous contrôliez ce qui se passait. Un moment spécifique où vous sentiez que rien ne pouvait vous arrêter. Un moment, où vous étiez totalement alerte, où vous saviez exactement quoi faire et quand le faire.*

Pas besoin que ce soit une occasion particulièrement extraordinaire, simplement un moment où vous saviez, avec certitude, que vous étiez capable, compétent et totalement en contrôle. Et j'aimerais que dans votre esprit, vous retourniez à cette expérience-là, comme si vous y étiez maintenant.

Vous y êtes ? Alors prenez un moment pour regarder autour de vous. Prenez conscience de tout ce que vous voyez. Écoutez bien les bruits autour de vous. Observez attentivement votre respiration et comment vous vous tenez. Maintenant, passez votre corps en revue et notez toutes les sensations. Pensez à comment on se sent lorsque l'on est en contrôle et qu'on a vraiment confiance en soi.

J'aimerais maintenant que vous intensifiez cet état. Pensez à comment vous respireriez si ces sensations

doublaient de puissance. Comment est-ce que votre posture changerait si ces sensations doublaient encore d'intensité ? Voyez comment ces différentes sensations circulent dans tout votre corps. Très bien.

Et tandis que vous maintenez ces sensations, j'aimerais que vous appuyiez ensemble le pouce et le médium de votre main gauche. Maintenez cette pression pendant que vous continuez à absorber cette expérience. Et lorsque vous sentez que cette sensation d'être en contrôle et d'avoir confiance en vous commence légèrement à disparaître, relâchez vos doigts. C'est bien.

Maintenant, vous allez ouvrir les yeux et regarder autour de vous. Prenez une bonne inspiration et fermez à nouveau les yeux. Et j'aimerais que dans votre esprit, vous retourniez à un moment où vous vous sentiez rempli d'énergie et de vie. Un moment spécifique où vous étiez vraiment remonté et plein de vitalité.

Cela pourrait être en faisant n'importe quoi : voir votre film préféré, pratiquer une activité de plein air, passer du temps avec vos amis, peu importe. Mais j'aimerais que vous pensiez à un moment spécifique où vous vous sentiez vraiment plein d'énergie et engagé, comme si vous étiez une batterie rechargée qui durerait des jours et des jours.

Et tandis que vous revenez à ce moment, prenez un instant pour y être vraiment. Regardez tout ce que vous pouvez voir autour de vous, soyez attentif à tout ce que vous pouvez entendre. Prenez un instant pour percevoir comment vous vous sentez. Absorbez tout ce qu'il y a, et ressentez vraiment cette sensation d'être énergique et engagé.

Nous allons maintenant rendre ces sensations encore plus fortes. Que diriez-vous si ces sensations étaient deux fois plus fortes ? Comment respireriez-vous si ces sensations doublaient encore de force ? Maintenant, laissez juste ces sensations se répandre partout à travers vous et vous pénétrer jusqu'au plus profond de votre être.

Et une fois que ces sensations sont aussi fortes que possible, appuyez de nouveau ensemble le pouce et le médium de votre main gauche. C'est bien. Gardez ces deux doigts ensemble. Vous ne les relâcherez que lorsque ces sensations d'être rempli d'énergie et de vitalité commencent à disparaître.

Très bien. Ouvrez les yeux, regardez autour de vous - installez-vous peut-être plus confortablement - et refermez à nouveau les yeux.

J'aimerais maintenant que vous pensiez à un moment où vous vous sentiez vraiment plein d'assurance. Un moment spécifique où vous vouliez tenir bon, où vous étiez totalement prêt à faire ou dire ce qu'il fallait. Retournez à ce moment-là et pénétrez dans votre corps. Notez ce que vous pouvez voir, ce que vous entendez et faites attention à comment vous vous sentez lorsque vous êtes totalement prêt à prendre position pour ce qui vous semble juste. Prenez quelques instants pour ressentir vraiment cette sensation d'être totalement sûr de vous.

J'aimerais maintenant que vous rendiez cet état encore plus puissant. Pensez à comment vous respireriez si cette sensation devenait deux fois plus forte. Très bien. Pensez à comment vous tiendriez votre corps de façon à doubler encore cette sensation. Pensez à l'expression que vous auriez sur votre visage si cette sensation était encore plus forte. C'est bien. Imprégniez-vous encore de cette expérience.

Et quand cette sensation d'être rempli d'assurance devient vraiment intense, vraiment forte, appuyez de nouveau ensemble le pouce et le médium de votre main gauche. Tenez-les ainsi jusqu'à que la sensation commence à disparaitre. Très bien.

Ouvrez les yeux maintenant, regardez autour de vous, respirez profondément, puis refermez de nouveau les yeux. Et j'aimerais que vous vous rappeliez un moment où vous vous sentiez vraiment motivé pour faire quelque chose. Un moment spécifique où vous étiez totalement passionné et enthousiaste à propos de quelque chose. Cela peut être n'importe quoi : jouer à un jeu, acheter une voiture, n'importe quel moment ou évènement où votre esprit était décidé à tout faire pour atteindre un but.

Retournez à ce moment, dans vos souvenirs, et soyez-y vraiment. Revivez ce moment pleinement et voyez tout ce qui vous entoure, entendez les différents bruits, notez les différentes odeurs, entrez vraiment dans cette expérience. Sentez-vous complètement motivé, enthousiaste, passionné et excité.

Et pendant que vous faites cela, j'aimerais que vous rendiez ces sensations encore plus fortes. Allez-y, doublez cette sensation, en changeant votre respiration, votre posture, les expressions de votre visage. C'est bien. Sentez cette énergie qui se répand dans votre corps et dans votre esprit. Remarquez comment ces sensations de déplacent à l'intérieur de votre corps. Accélérez-les pour qu'elles deviennent encore plus fortes et puissantes. De plus en plus vite, de plus en plus fort, c'est bien.

Et alors que ces sensations deviennent vraiment, vraiment fortes, allez-y, appuyez ensemble le pouce et le médium de votre main gauche, et relâchez-les seulement quand ces sensations commencent à disparaître. Très bien. Maintenant, ouvrez les yeux, regardez autour de vous, puis refermez à nouveau les yeux. Appuyez de nouveau vos deux doigts l'un contre l'autre. Que se passe-t-il ?

Wow. C'est juste vraiment, vraiment agréable (souriant et riant un peu).

Exactement. Vous comprenez ce qu'il s'est passé ? Nous avons créé une association entre appuyer ces deux doigts l'un contre l'autre, et ressentir un état où vous avez vraiment confiance en vous, êtes motivé et en contrôle. En fait, nous construisons un nouveau schéma dans votre cerveau, qui vous aidera à être le meilleur de vous-même dans différentes situations. Chaque fois que cette sensation peut vous être utile, il vous suffira d'appuyer ces doigts ensemble et, naturellement, ce même état agréable, puissant, viendra de nouveau se répandre dans votre corps et votre esprit.

Et chaque fois que vous referez ce geste, ces sensations deviendront plus fortes et reviendront plus vite qu'auparavant. C'est tout simplement parce que, comme vous le savez, les gens s'améliorent en s'entraînant et votre esprit trouvera ça de plus en plus facile de parvenir à ce merveilleux état.

Émerger

À la fin de la séance, vous devez ramener votre client à une conscience normale et quotidienne. Faites-le avec soin. Évidemment, vous pouvez faire sortir quelqu'un d'une transe très rapidement, sans aucune directive sur la façon de revenir, mais ce n'est pas très agréable pour lui. C'est comme se réveiller violemment d'un sommeil profond et reposant.

Il est préférable de suivre un processus progressif qui permet à votre client de se réorienter naturellement. Donnez-lui quelques instants pour se réajuster. Laissez-le sortir doucement de son état de relaxation pour que son corps reprenne une tension musculaire normale.

Vous pouvez suggérer que son sens de l'ouïe et ses perceptions redeviennent normales. Ajoutez ensuite des suggestions pour la respiration, les mouvements, peut-être même un changement de posture. Cela permet au corps de retrouver son rythme normal.

Enfin, terminez l'hypnose par un claquement net de doigts ou de mains. Cela marque une séparation

décisive entre la transe et l'état de réalité normal, et signale au client qu'il est revenu. Souhaitez-lui alors la bienvenue et demandez-lui comment il se sent.

Voici quelques exemples de ce que vous pouvez dire :

Dans un instant, je vais vous ramener à un état complet d'éveil. Je vais compter de 1 à 5. À chaque nombre, vous allez ressentir de plus en plus d'énergie se répandre dans votre corps. À 5, vous ouvrirez les yeux et vous reviendrez à votre état normal de conscience, vous sentant rafraîchi, détendu et alerte. Je vais démarrer maintenant...

1 -Vous vous sentez moins détendu ; une certaine tension musculaire regagne vos bras et vos jambes.
2 - L'énergie se répand dans votre corps, rajeunissant, revitalisant, ré-énergisant chaque muscle, chaque cellule et chaque fibre.
3 - Vous inspirez maintenant à fond. Vous sentez l'oxygène gonfler vos poumons et se répandre dans le reste de votre corps.
4 - Vous vous étirez bien, vous commencez à bouger un peu.
5 – Vos yeux sont ouverts. Bien éveillé. Vous vous sentez rafraîchi, détendu, alerte, merveilleusement bien. Re-bonjour. Comment vous allez-vous ?

Voici maintenant une autre façon de tirer votre client d'un état hypnotique et de le ramener à la pleine conscience, facilement et confortablement :

Je vais compter de 1 à 5. Chaque nombre vous ramènera un peu plus vers votre état normal de conscience. À 5, et seulement à 5, vous ouvrirez les yeux et reviendrez totalement dans cette pièce, vous sentant merveilleusement bien. Je vais commencer à compter maintenant…

1 -Vous revenez doucement.
2- Vous vous réorientez dans cette pièce. Vous voyez maintenant différents objets que vous aviez arrêté de remarquer.

3 - Tous les bruits reviennent à leur vraie perspective.
4 - Inspirez profondément, étirez-vous bien ….
5 - Vous êtes revenu, 1-2-3-4-5, totalement revenu, vous sentant merveilleusement bien.
Re-bonjour. Comment allez-vous ?

Vous pouvez aussi laisser quelqu'un revenir à son propre rythme, tout en notant verbalement différents changements dans sa physiologie. Par exemple :

Prenez tout le temps nécessaire dans les deux prochaines minutes, pour revenir complètement dans la pièce et ouvrir les yeux. Vous vous sentez détendu, revigoré et alerte. Et ce changement est gravé de façon permanente dans les structures les plus profondes de votre esprit.

…C'est ça. Votre respiration commence à changer.
… Vous commencez à bouger, l'énergie revient dans vos bras et vos jambes.
… Vos paupières bougent, s'entrouvrent, s'ouvrent complètement -
- MAINTENANT (claquez des doigts). *Totalement réveillé, vous sentant rafraîchi, détendu, plein d'énergie, merveilleusement bien.*

Exercice : « Ramener » votre client

Dans cet exercice vous apprendrez comment faire « émerger » ou sortir votre client de ??l'hypnose, d'une manière qui est naturelle et propice à votre style. À côté des séries de chiffres ci-dessous, écrivez deux façons différentes de verbaliser le processus de sortie d'hypnose. Rappelez-vous de faire revenir le client facilement et confortablement. Vous pouvez lui suggérer de prendre conscience des différents sons, des changements dans sa tension musculaire et son rythme respiratoire, de l'énergie qui circule dans le corps, etc.

1.
2.
3.
4.
5.

1.
2.
3.
4.
5.

Préparer une session

Nous avons vu la structure de base d'une session d'hypnothérapie. Il faut toutefois apporter deux distinctions. Rappelez-vous que, lorsque vous serez avec des clients, vous allez avoir affaire à deux catégories de personnes : celles qui ont un esprit analytique et celles qui ont un esprit non analytique. Et vous devrez concevoir pour chacun une session légèrement différente.

Quand vous avez affaire à une personne non-analytique, suivez simplement le format traditionnel, dont voici la structure :

- Discours pré-hypnotique ou « Pré-Talk »
- Tests de suggestibilité
- Induction
- Approfondissements
- « Convincers » ou phénomènes pour convaincre / Tests de profondeur
- Méthode thérapeutique : suggestion directe, symbolisme, imagerie mentale, etc.
- Signal de réinduction
- Émerger

Si vous avez affaire à un client analytique, changez légèrement le processus. Comme ceci :

- Discours pré-hypnotique
- Tests de suggestibilité
- Induction analytique
- Approfondissements
- « Convincers » / Tests de profondeur
- Véhicule analytique
- « Convincers » / Tests de profondeur
- Méthode thérapeutique
- Signal de réinduction

- Émerger

Vous avez remarqué qu'après le véhicule analytique, vous testez à nouveau. Vous vous assurez ainsi que le client est là où vous avez besoin qu'il soit pour la séance. Vous approfondissez aussi la transe et parvenez à faire lâcher prise aux clients analytiques. En fait, après le premier « convincer » (ou phénomène pour convaincre) votre client peut penser que le processus ne marche pas ou ne marchera pas pour lui. Il peut avoir certains doutes. Une fois que vous retournez à un phénomène hypnotique avec succès, son esprit pensera : « C'est fantastique, ça marche ! » À ce stade, vous avez créé une certaine anticipation positive envers ce qui arrivera par la suite.

Cette idée de « test de profondeur » amène un autre point important. Supposez que vous avez affaire à un client qui, d'après vous, est non-analytique. Toutefois, lorsque vient le temps d'effectuer un « convincer », il ne réagit pas totalement à vos suggestions. Dans ce cas, vous pouvez changer de stratégie et utiliser un véhicule analytique pour approfondir, puis faire un simple test de profondeur.

Voici, ci-dessous deux exemples qui démontrent exactement comment ébaucher les sessions que vous créez pour différents clients.

Esquisse d'une session non-analytique

Discours pré-hypnotique
Tests de suggestibilité : Chute en arrière, Balle de bowling/ballon, bras, Catalepsie du bras.
Induction : Fatigue des yeux.
- Regard concentré sur un point, juste au-dessus du niveau de l'œil.
- Suggestions de fatigue, de lourdeur, dans les yeux et les paupières.
- Alors que les yeux se ferment, suggestion de vagues de relaxation qui se répandent dans le corps et l'esprit.

Approfondissements : Relaxation progressive, Escalier.
« Convincers » / Tests de profondeur : Lévitation de la main, Main aimantée vers le visage.
Méthode thérapeutique : Imagerie mentale dynamique, Suggestion directe
Signal de réinduction : Chaque fois que je claque des doigts et que je dis « Dormez », vous retournerez rapidement, confortablement et calmement à cette même profondeur de transe, et même plus profondément.
Émerger : Compter de 1 à 5

Esquisse d'une session analytique

Discours pré-hypnotique
Tests de suggestibilité : Mains aimantées, Pendule de Chevreul, Balle de bowling/ballon.
Induction de surcharge :
- Attirez l'attention du client sur ce qu'il voit, entend, ressent, sur sa respiration et ses sensations internes. Demandez-lui d'être conscient de l'ensemble en même temps.
- Suggestions que les yeux veulent se fermer.
- Alors que les yeux se ferment, suggestions de relâchement et de relaxation.

Approfondissements : Escalier, Fractionnement.
« Convincers » / Tests de profondeur : Bâton marqué de chiffres de 1 à 36.

Véhicule analytique : Nuages qui s'assemblent pour former des chiffres.
« Convincers » / Tests de profondeur : Bras lourd.
Méthode thérapeutique : Hypnose conversationnelle - Modèle d'apprentissage précoce.
Signal de réinduction : Lorsque vous êtes avec moi, pour les besoins de l'hypnose et que vous choisissez d'être en hypnose, fermez simplement les yeux, inspirez 3 fois profondément et vous retournerez instantanément à cet état profond de relaxation et d'hypnose, seulement cette fois, plus profondément que la fois précédente.
Émerger : Laissez le client revenir à lui de façon naturelle et se réorienter dans la pièce, avec des suggestions pour un retour agréable à l'état de pleine conscience éveillée.

Exercice : Créer votre propre session

Vous avez maintenant un bon modèle de travail pour concevoir une session complète d'hypnothérapie. Bien sûr, vous pouvez toujours mélanger et combiner toutes les techniques étudiées jusqu'à maintenant et dans les prochains chapitres. Puisque vous possédez les bases fondamentales pour construire une session efficace du début à la fin, il est temps de concevoir la vôtre.

En utilisant les plans ci-dessous, esquissez deux sessions complètes, une pour un client analytique et l'autre pour une personnalité plutôt non-analytique.

Esquisse d'une session non-analytique
Tests de suggestibilité :
Induction :
Approfondissements :
« Convincers » / Tests de profondeur :
Méthode thérapeutique :
Signal de réinduction :
Émerger :

Esquisse d'une session analytique
Tests de suggestibilité :
Induction :
Approfondissements :
« Convincers » / Tests de profondeur :
Véhicule analytique :
« Convincers » / Tests de profondeur :
Méthode thérapeutique :
Signal de réinduction :
Émerger :

Etablir des sessions multiples

Maintenant, nous arrivons à sujet très important : comment mener de multiples sessions ou créer des sessions de suivi pour le client. La plupart des gens atteignent des résultats positifs considérables en une seule session. Toutefois, il y a des cas où il est préférable d'utiliser un processus hypnotique par étapes.

Disons, par exemple, que votre client a été élevé dans une famille avec des principes rigides, qui l'empêchaient de rêvasser, de fantasmer ou de pratiquer des jeux pour développer son imagination. De surcroît, le client a choisi une carrière qui ne laisse aucune place à l'innovation ou à la spéculation, un travail qui se concentre uniquement sur les faits.

Tout d'abord, vous pourriez devoir apprendre à ce client comment réaliser différentes sortes de phénomènes hypnotiques. Pour cette personne, il peut s'avérer difficile d'appliquer nombre des techniques décrites dans ce programme, simplement parce qu'elle est totalement dissociée des facultés créatrices de son esprit. Vous devez donc, avec le temps, l'aider à se reconnecter à ses capacités perdues et inutilisées.

Supposons que vous avez créé une série de sessions pour ce genre de client. Vous avez décidé d'utiliser la « croisée des chemins », une technique où vous allez l'amener sur une route imaginaire qui se divise en différentes directions. Un chemin l'emmène vers ce qui se passera s'il décide de changer. L'autre lui montre ce qui se passera s'il continue le même comportement. Et vous terminez par un processus de recadrage qui lui apprend à changer sa perspective dans les situations de tous les jours.

Pour que cette technique réussisse, le client a besoin d'effectuer certaines choses. Premièrement, il doit pouvoir imaginer de façon vivante, différents scénarios qui n'existent pas encore. Il doit ensuite être mentalement capable de se mettre dans le corps de celui qu'il pourrait devenir. Et enfin, il doit pouvoir abandonner certains de ses schémas et ses interprétations habituelles afin de voir les choses sous un jour nouveau.

Donc, lors de sa première visite, vous pouvez établir deux objectifs :

1. Avoir un discours pré-hypnotique long et détaillé, et réussir vraiment à dissiper ses idées reçues. Dites-lui que l'hypnose est tout à fait naturelle, qu'elle marche très bien avec des gens très intelligents.

2. Présentez-lui une expérience rapide, facile et agréable d'hypnose de façon à ce qu'il sache que cela n'a rien d'effrayant.

Lors de la première session d'hypnose, vous pouvez utiliser la technique de fractionnement. Cette technique permet à votre client d'entrer et de sortir de transe plusieurs fois, très rapidement. Cela lui permet aussi d'y entrer plus vite, plus facilement et plus profondément à chaque fois.

La seconde session peut avoir pour but de réapprendre à votre client à imaginer, à retrouver ses capacités créatrices. N'oubliez pas que les gens s'améliorent grâce à la pratique. Vous pouvez donc commencer par demander à votre client de faire des exercices simples, comme imaginer mordre dans un citron ou décrire l'intérieur de son domicile.

La deuxième partie de cette session pourrait consister à obtenir du client qu'il développe son pouvoir d'imagination. Vous pouvez lui demander s'il a un passe-temps favori, puis lui faire imaginer qu'il pratique ce passe-temps dans un endroit où il n'est encore jamais allé. Vous pouvez aussi utiliser le langage pour obtenir des détails sensoriels riches, de façon à ce que, dans son esprit, il puisse vraiment vivre ce scénario. Ensuite, vous pouvez lui demander quelque chose d'un peu plus difficile, en lui faisant imaginer où il se trouverait maintenant s'il avait choisi une carrière différente ou un autre style de vie.

Votre client a maintenant appris à s'imaginer dans des scénarios différents.

Lors de la troisième session, votre client pourrait adopter les perspectives d'autres personnes. Il pourrait commencer par voir les choses à travers des yeux d'un ami ou quelqu'un qu'il connaît très bien. Faites-lui ensuite vivre différentes situations en imaginant comment d'autres personnes pourraient voir le même événement.

À ce stade, vous avez effectivement appris à votre client à accéder à toutes les habiletés dont il a besoin pour réussir une séance d'hypnose. La quatrième session servira donc à mettre en place la véritable stratégie thérapeutique, celle que vous aviez décidé d'adopter dès le début.

La nécessité de recourir à ce genre de processus, est quelque chose que vous découvrirez en recueillant des informations de qualité, en faisant des tests de suggestibilité, ou en demandant au client de dire ce qu'il ressent lorsqu'il trouve difficile de suivre une suggestion.

Vous pouvez être totalement honnête avec les gens sur la possibilité d'avoir besoin de plus d'une session. Il est important de poser quelques bonnes questions au téléphone et de dire au client que dans certains cas, il est parfois nécessaire de résoudre d'abord certaines choses avant de commencer le vrai travail.

Une autre raison pour laquelle votre client aurait besoin de plusieurs sessions est due à la nature complexe de certains problèmes. Par exemple, supposons que votre client démontre une sorte comportement dysfonctionnel qui semble provenir d'un événement traumatisant de son enfance. Il se peut qu'il ne puisse pas penser à cet événement passé, sans être totalement envahi par des émotions négatives. De plus, le client peut avoir développé une série de mécanismes de défense, de raisonnements et de « masques » psychologiques, afin de se protéger de blessures à venir.

Vous devez donc dans un premier temps réduire l'élément émotionnel, au moins pour que le client puisse voir ce qui se passe vraiment. Vous pourriez passer toute une session seulement à faire cela. Vous pouvez ici utiliser plusieurs techniques couvertes dans notre cours pour soulager la douleur psychologique et émotionnelle grâce à l'hypnose.

Vous devez ensuite dissiper beaucoup d'idées fausses qui ont empêché le client de changer sa façon d'aborder le monde, de gérer sa vie et ses interactions avec les autres. Vous devrez passer une session à faire de multiples recadrages pour ouvrir son esprit à de nouvelles possibilités et perspectives. Une fois que le client est à l'aise avec le fait d'abandonner certaines émotions réprimées et d'anciennes idées fausses, vous pouvez conduire une autre session pour faire le véritable travail.

Donc, tous les problèmes ne peuvent être toujours corrigés en une seule visite. Et votre travail consiste à prendre soin de vos clients, vous assurer qu'ils ont tous les outils nécessaires pour réussir. C'est votre objectif : veiller à ce que tous ceux qui viennent vous voir obtiennent un résultat qui va les satisfaire.

Lorsque vous conduisez de multiples sessions, vous enseignez aussi à vos clients à être à l'aise, à réagir et à accepter vos suggestions. Comme vous le savez, la coopération et la réactivité sont deux très importantes qualités que le client doit démontrer pour obtenir d'excellents résultats.

Chapitre précédent : Première partie (/tr/praticien-en-hypnose/films-interieurs/premiere-partie)
Chapitre suivant : Testez vos connaissances (/tr/praticien-en-hypnose/films-interieurs/testez-vos-connaissances)

Alex Ross

http://formationspnlcoaching.com/

http://formationspnlhypnose.com/

Si vous avez des questions, vous pouvez les poser sur le forum ou envoyer un mail à sav@formationspnlcoaching.com.

Un site créé avec PrestoMarket (https://prestomarket.com/formation/?lctx=fft&ptn=Jg6unhl). Créez vous aussi vos formations sur prestomarket.com (https://prestomarket.com/formation/?lctx=fft&ptn=Jg6unhl)