



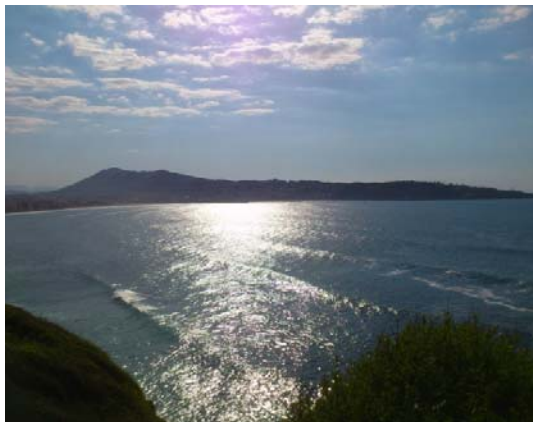
Christèle BASQUE

2 LOTISSEMENT IMISTOLA  
64240 BRISCOUS LES SALINES  
Téléphone : 06 81 99 92 23

[richard.christele@hotmail.fr](mailto:richard.christele@hotmail.fr)

**CABINET**  
*[Solutions futures]*  
**D'HYPNOTHERAPIE**

***Christèle BASQUE***  
***Praticien en hypnose***  
***thérapeutique vous reçoit***  
***sur RV***



## Qu'est-ce que l'hypnose

C'est un état modifié de la conscience qui va du simple « décrochage », à un état proche de la somnolence. La conscience est toujours présente, comme en veille, et l'imaginaire est stimulé grâce à des suggestions, directes ou indirectes.

L'hypnose n'est pas un traitement médical et ne peut en aucun cas le remplacer. Cependant il peut en être un excellent complément, sans aucune contre-indication.

## A qui s'adresse l'hypnose ?

L'hypnose s'adresse aux enfants, adolescents et adultes.

La pratique de cette discipline est encadrée par une formation rigoureuse.

Elle est cependant déconseillée aux personnes souffrant de pathologies psychiatriques avérées, d'épilepsie et sous l'influence d'alcool ou de stupéfiants.

## L'hypnose peut-elle être dangereuse ?

Rien ne peut être fait contre la volonté de la personne hypnotisée, qui est toujours parfaitement consciente pendant la séance. Les valeurs morales sont un barrage infranchissable. L'hypnothérapeute s'adapte également aux possibilités de chacun et respecte un code déontologique rigoureux.

## Quels sont les domaines d'application ?

- **Le sevrage du tabac** : Lors d'un entretien approfondi, les moteurs inconscients sont explorés, puis désactivés un à un grâce à l'hypnose.
- **Les phobies** : peur irrationnelle et insurmontable de situations, d'objets ou d'animaux (claustrophobie, franchissement des ponts, clowns, objets tranchants, oiseaux, insectes, ...).
- **Le Stress Post-Traumatique (SSPT)** : C'est une affection liée à un traumatisme ancien ou plus récent (catastrophes, agressions, accidents... vécu directement ou indirectement). L'hypnose permet une libération efficace et rapide de cette pathologie, souvent grave.
- **Deuils** : « faire son deuil » n'est pas une chose aussi simple. De nombreux facteurs émotionnels peuvent bloquer ce processus et l'hypnose s'avère particulièrement efficace pour transformer cette souffrance morale en « lien du souvenir », quelques soient les circonstances du drame.
- **Difficultés psychologique** : anxiété, mal-être, crise d'angoisses, manque de confiance en soi, blocages... l'hypnose aide à traverser les

difficultés de la vie (professionnelles, familiales, personnelles...).

- **Troubles psychosomatiques**: Ils sont souvent en lien avec un facteur psychologique, soit dans son apparition, soit dans son évolution. Une dépression, un choc psychologique, un état de stress ou d'angoisse peuvent avoir une incidence sur le corps et entrainer des colopathies, de l'hypertension, des troubles du sommeil et de l'appétit.
- **Douleurs chroniques et préparation à la chirurgie.**
- **Autres domaines d'applications** : Préparation aux examens, entretiens, amélioration de la concentration....

L'hypnose est un outil extraordinaire, aux multiples actions et aux résultats surprenants. Combiné à un travail de psychothérapie, les problématiques sont travaillées en profondeur et durablement.

Utilisés de plus en plus dans des domaines variés, aussi vastes que la chirurgie, le sport, et les métiers de la communication, l'hypnose est indéniablement un outil voué à se développer avec succès dans les années à venir.