

Apprendre l'autohypnose pour un meilleur équilibre professionnel



Un cycle d'apprentissage pour découvrir comment utiliser des **outils simples d'autohypnose**, au service de la relation d'aide.

Dans l'objectif de trouver et de développer un **équilibre professionnel confortable**, en s'ajustant à l'autre et en utilisant efficacement ses **émotions**.

Ce cycle de 5 séances est destiné à des professionnels de la relation d'aide et se déroulera en petit groupe de 6 personnes maximum afin de favoriser les moments d'échange et d'apprentissage de l'autohypnose.

8 octobre 2020 : Découvrir l'autohypnose et écouter son corps

22 octobre 2020 : Se positionner dans la relation d'aide de manière sécurisée

5 novembre 2020 : Se (re)connecter à ses sensations et à ses émotions

19 novembre 2020 : Utiliser ses émotions au bénéfice de l'autre et de soi

3 décembre 2020 : Développer une relation thérapeutique ajustée

18h – 20h : accueil à 17h30

Sarah SCHUTZ

Psychologue, psychothérapeute formée à la systémique et hypnothérapeute.

Je travaille en tant que psychologue, sur le terrain, depuis 21 ans et comme psychothérapeute indépendante depuis plus de 16 ans. Dans ce cadre, j'effectue des supervisions depuis plusieurs années. Je me suis également formée à l'hypnose à l'institut Erickson de Liège ainsi qu'à Paris et continue à me former sans cesse à cet outil incroyable que je désire aujourd'hui partager avec vous.

Pascale MATERNE

Psychologue, psychothérapeute formée à la thérapie brève et hypnothérapeute.

Je suis Psychothérapeute indépendante depuis 2002. Entre 2006 et 2013 j'ai été formatrice et superviseur à l'Institut Gregory Bateson à Liège et à Paris pour ensuite devenir formatrice chez Virage jusqu'en 2017. Encore actuellement, j'organise des supervisions individuelles et d'équipes. Formée à l'hypnose au centre Erickson de Liège puis ensuite à Paris, je ne cesse de développer cet outil en continuant de me former.

Attestation de supervision formative

450 euros à verser sur le compte

BE62-6451-0381-2061