

L'hypnose sajee est une hypnose douce et puissante qui permet de libérer des blocages émotionnels dans l'inconscient afin de se sentir plus apaisé.e et épanoui.e.



Comment se déroule une séance ?

Je vous raconte des histoires métaphoriques dans lequel des messages sont cachés et que votre inconscient va décrypter. Vous avez juste à écouter ma voix, ou choisir de ne pas l'entendre.

La relaxation profonde dans laquelle vous vous retrouvez est un état de conscience modifié. Un peu comme lorsque vous conduisez en mode automatique sur l'autoroute, et que vous ne vous êtes pas rendu compte d'une partie du trajet.

C'est un peu comme un voyage où on va aller chercher d'autres façons de fonctionner, de nuancer les choses.

En hypnose sajee, on va chercher l'origine émotionnelle d'une

problématique, on ne s'arrête pas seulement au symptôme de celle ci.

Pour quelles problématiques consulter ?

- Phobies
- Confiance en soi
- Estime de soi
- Perte de poids
- Arrêt du tabac
- Douleurs récurrentes/chroniques
- Désir de grossesse
- Anxiété / stress chronique
- Crises d'angoisse
- Insomnie
- Dépendances (alcool, écrans, sucre)
- TCA (anorexie, boulimie...)
- Peurs diverses
- Endométriose
- Maladie
- Deuil / séparation
- Réussir un examen
- Problèmes de peau
- Etc...

