



L'UTILISATION DE L'HYPNOSE EST TRÈS EFFICACE ET PEUT CONSTITUER UNE EXPÉRIENCE FORTE DE DÉCOUVERTE DE SOI-MÊME, DES PROCESSUS CONSCIENTS ET INCONSCIENTS QUI NOUS POUSSENT À ASSOUIR NOS ADDICTIONS, AGIR DE MANIÈRE AUTOMATIQUE, OU ÉPROUVER CERTAINES ÉMOTIONS INCONTRÔLABLES QUI PARFOIS NOUS GÂCHENT LA VIE.

EN HYPNOSE ERICKSONIENNE LE THÉRAPEUTE VA ADAPTER ET PERSONNALISER CHACUNE DE SES INTERVENTIONS EN FONCTION DE VOUS, DE VOTRE PERSONNALITÉ ET DE CE QUI EST À L'ŒUVRE DANS L'EXPRESSION DE VOTRE PROBLÉMATIQUE, POUR VOUS FAIRE PROGRESSER DANS LES OBJECTIFS CONVENUS AVEC LE THÉRAPEUTE.

IL NE S'AGIT CÉPENDANT PAS D'UNE INTERVENTION MIRACULEUSE. L'HYPNOSE EST UN OUTIL TRÈS EFFICACE AU SERVICE DE LA THÉRAPIE, DU PATIENT ET DU THÉRAPEUTE, MAIS NE CONSTITUE PAS UNE FIN EN SOI.

ERICKSON DISAIT : « J'UTILISERAI L'HYPNOSE SI C'EST LA MEILLEURE CHOSE À FAIRE ! »

MILTON ERICKSON

Selon Milton Erickson l'état hypnotique est un état de conscience **naturel et banal**. Le thérapeute sert de guide et de partenaire au patient pour l'aider à accéder par lui-même à cet état qu'il connaît bien, lui permettre de l'approfondir et l'utiliser dans l'intention thérapeutique et les objectifs convenus entre eux.

Il est scientifiquement établi que l'hypnose correspond à un phénomène concret et réel, les phénomènes hypnotiques et leur efficacité ont été objectivés par les techniques d'imagerie moderne ainsi que par les neurosciences.

Il n'est pas nécessaire d'y croire pour que cela fonctionne.

Réf : 27a/plaquette/005 - Création et Conception : NHN/Benoît Dupuis - image pixabay

Conformément à la réglementation, vous pouvez accéder aux informations contenues dans votre dossier médical en faisant une demande écrite auprès de l'établissement.
(cf site internet www.nh-navarre.fr)

Pôle Eure Ouest



HYPNOSE THÉRAPEUTIQUE



VOUS SOUFFREZ D'ANGOISSES, D'ANXIÉTÉ, DE MANQUE DE CONFIANCE, DE COMPORTEMENTS QUI VOUS PERTURBENT DANS VOTRE VIE ET QUI SONT « PLUS FORTS QUE VOUS » ?

LISEZ CE DÉPLIANT...

Nouvel Hôpital de Navarre
62, route de conches - CS 32204 - 27022 Évreux cédex
www.nh-navarre.fr

HYPNOSE ERICKSONIENNE

AU CMP D'EVREUX DEUX PSYCHOLOGUES ET UN INFIRMIER SONT FORMÉS À L'UTILISATION DE L'HYPNOSE THÉRAPEUTIQUE ERICKSONIENNE; MAIS AUSSI À DIVERSES TECHNIQUES TELLES QUE L'EMDR, L'HTSMA, LES THÉRAPIES NARRATIVES, ETC...

CES TECHNIQUES SONT TRÈS EFFICACES, MAIS ELLES NÉCESSITENT QUE VOUS VOUS ENGAGIEZ !

REGINE PICAMOLE, *psychologue, psychothérapeute*

Psychologue clinicienne, psychothérapeute, formatrice. Mes « outils » principaux sont la thérapie orientée solutions, l'approche familiale et institutionnelle systémique, l'hypnose éricksonienne, l'HTSMA (Hypnose, Thérapies Stratégiques, Mouvements Alternatifs), la thérapie narrative et la relaxation psychothérapique. Habitée à travailler sur les traumatismes, l'anxiété, la dépression, le deuil, les troubles alimentaires, les problèmes au travail. Formée essentiellement à l'institut Mimethys de Nantes.



PIERRE LE BELLEGUIC, *infirmier hypnopraticien*

Formé à l'hypnose Thérapeutique au Centre Milton Erickson du nord de la France, je rencontre et j'accompagne des personnes pour des objectifs comme l'angoisse, les deuils bloqués, les traumatismes, la confiance en soi, la préparation aux examens, la gestion du stress, et toute autre forme de symptôme gênant accessible à cet outil. Les personnes que j'accompagne sont orientées par les autres professionnels du CMP: les infirmiers, les médecins et les psychologues.



LEILA ABDALLAH, *psychologue*

Psychologue clinicienne, psychothérapeute, je me suis formée à l'hypnose auprès de l'Institut Milton Erickson de Haute Normandie. J'utilise donc l'état hypnotique dans l'approche du contrôle de la douleur, la gestion de l'angoisse et du stress, les troubles psychosomatiques, les troubles du comportement alimentaire, la réduction des phobies, le deuil, le psychotraumatisme,



CONTACT TOUS LES JOURS OUVRABLES DE 8H30 À 17H :

Centre Médico-Psychologique pour Adultes

11, rue Buzot

27000 Evreux

Tél : 02 32 33 42 58



"Tout est changement, non pour ne plus être mais pour devenir ce qui n'est pas encore." Epictète

Selon le professionnel qui vous reçoit, l'utilisation de l'hypnose est sensiblement différente.

Si le psychologue l'utilise en psychothérapie, l'intervention infirmière, prescrite par un médecin, est plus orientée vers un symptôme gênant, ou un objectif précis sur lequel vous souhaitez travailler. Quantifié sur une échelle analogique, il est évalué en début et en fin de séquence de prise en soin.

