

**BIENTÔT DISPONIBLE À
LA VENTE DÉBUT 2026**

THÈMES ABORDÉS DANS MON LIVRE D'HYPNOTHÉRAPIE

© Michèle BAYLET-BRUNET

Hypnothérapeute Maître praticienne

TOME 2

BIEN-ÊTRE ET ÉPANOUISSEMENT

L'AUTRICE

INTRODUCTION

L'HYPNOTHÉRAPIE

Définition de l'hypnothérapie

Conscient et Inconscient

L'Inconscient

L'approche hypnothérapeutique

Accepter le changement

L'hypnothérapie : un travail d'équipe

Rôle de l'hypnothérapie

Anamnèse et séances d'hypnothérapie

Accompagnement ou autohypnose ?

Protocole de l'infini

Quelques idées de dénouement

✓ L'ENFANT INTÉRIEUR

➤ **SÉANCE COMPLÈTE** : « L'enfant intérieur, un parfait allié »

➤ **SÉANCE COMPLÈTE** : « Relaxation avec l'enfant intérieur »

✓ SOI PROFOND

➤ **SÉANCE COMPLÈTE** : « La découverte de soi »

➤ **SÉANCE COMPLÈTE** : « Se refaire une vie pour un nouveau départ »

➤ **SÉANCE COMPLÈTE** : « Réduire le stress – Limite Burn out »

✓ CROYANCE LIMITANTE

➤ **SÉANCE COMPLÈTE** : « Sortir d'un schéma limitant »

➤ **SÉANCE COMPLÈTE** : « Remplacement du négatif en positif »

✓ **SOI PROFOND**

- **SÉANCE COMPLÈTE** : « La découverte de soi »
- **SÉANCE COMPLÈTE** : « Se refaire une vie pour un nouveau départ »
- **SÉANCE COMPLÈTE** : « Réduire le stress – Limite Burn out »

✓ **CONFIANCE EN SOI**

- **SÉANCE COMPLÈTE** : « Potentiel et ressources »
- **SÉANCE COMPLÈTE** : « Dépendance affective »
- **SÉANCE COMPLÈTE** : « Parler devant un auditoire »

✓ **LÂCHER PRISE**

- **SÉANCE COMPLÈTE** : « Prendre du recul via l'Inconscient »
- **SÉANCE COMPLÈTE** : « Anxiété inutile et/ou peur de la mort »

✓ **GESTION DES PENSÉES**

- **SÉANCE COMPLÈTE** : « Gestion des pensées et du dialogue intérieur »

✓ **TRAUMATISMES**

- **SÉANCE COMPLÈTE** : « Oiseau du paradis et liberté »
- **SÉANCE COMPLÈTE** : « Nager comme un dauphin »
- **SÉANCE COMPLÈTE** : « Voler comme un aigle »

✓ **HARCÈLEMENT SCOLAIRE**

- **SÉANCE COMPLÈTE** : « Harcèlement scolaire »
- **SÉANCE COMPLÈTE** : « Confiance et chemin de vie »
- **SÉANCE COMPLÈTE** : « Enfant intérieur comme allié »

✓ **PERVERS NARCISSIQUE**

- **TEST** : « Êtes-vous victime d'un pervers narcissique ? »
- **SÉANCE COMPLÈTE** : « Sortir de l'emprise de pervers narcissique(s) »
- **SÉANCE COMPLÈTE** : « Pervers narcissique(s) au travail »

✓ **MÉMOIRES CELLULAIRES ET TRANSGÉNÉRATIONNELLES**

- **SÉANCE COMPLÈTE** : « Mémoires cellulaires et transgénérationnelles »

✓ **DEUIL**

- **SÉANCE COMPLÈTE** : « Deuil – Avant la cérémonie funéraire »
- **SÉANCE COMPLÈTE** : « Deuil – Très récent »
- **SÉANCE COMPLÈTE** : « Deuil – Moyennement récent »
- **SÉANCE COMPLÈTE** : « Deuil – Rencontre avec l'être cher »