

La PNL, c'est quoi?

C'est un ensemble de techniques de communication.

Le praticien PNL est un professionnel. Pendant les séances qu'il partage avec vous, il observe, écoute, parle, établit un dialogue vrai. Parfois occasionnellement, il pose sa main sur votre bras ou vous guide le regard.

Vous avez défini votre objectif. Le praticien va chercher à vous le faire préciser, le détailler puis il vous aide à trouver les ressources pour que vous puissiez l'atteindre.

Vous êtes acteur. Le praticien PNL vous accompagne.

Cette technique est connue partout et aide dans le monde entier tant de personnes.

Recherche sur Google

Quelques mots sur la PNL d'Hélène Mathieu

Quelques mots sur la PNL de Patrick Courtois

Bibliographie

-« Derrière la magie » Alain Cayrol et Josianne de Saint Paul InterEditions

-« Comprendre la PNL » Catherine Cudicio Eyrolles

-« Croyance et Santé » Robert Dilts La Méridienne

-« Les Secrets de la Communication » Richard Bandler et John Grinder Les Editions de l'Homme

-« Etre au cœur de la PNL » Isabelle David Quebecor

-« un cerveau pour Changer » Richard Bandler

<http://bien-etre.bioetbienetre.fr>

L'hypnose éricksonienne, c'est quoi?

C'est une technique simple, par laquelle le praticien ne soumet pas l'autre à sa volonté, mais l'accompagne dans la découverte et l'activation de ses ressources et solutions propres afin de lui permettre d'atteindre son objectif.

Mise au point par le docteur [Milton Erickson](#), médecin et guérisseur américain (1902-1980) au cours des années 50, cette technique utilise des métaphores, des récits symboliques, dont l'inconscient s'empare pour choisir lui-même la solution qui lui correspond.

La séance dure 1h15 ou plus

copier le lien pour votre recherche sur Google

- <http://www.cfhtb.org/hypnose/therapie/>

-

<http://www.xtrema.fr/Formation-hypnose-Milton-H-Erickson-Medecin-et-Guerisseur-Americain.html>

bibliographie

- Le Dr Milton H.Erickson "médecin et guérisseur américain"

édition Le Germe auteurs : Betty Alice Erickson et Bradford Keeney

google.com/+annegaganlorient-hypnosericsonienne