

# HYPNOSE pour ENFANTS et ADOLESCENTS 1

Pour ces « histoires », il y a un exercice d'hypnose guidée en groupe ou par deux puis une présentation d'exemples avec dessins d'enfants.

**Introduction** : Particularités de l'hypnose avec les enfants et adolescents, déroulement et induction.

## 1. Les Animaux : mettre au jour ses difficultés et conflits intérieurs

En partant dans un paysage magnifique et paisible, l'enfant (adolescent ou adulte) rencontre des animaux avec lesquels il va interagir. Il découvre ainsi différentes parties de lui-même.

- Exercice de groupe en état hypnotique
- Présentation d'exemples et de cas avec dessins d'enfants.

## 2. La permission

Après une détermination d'objectif, il apprend à se donner la capacité / permission de réussir. Il reçoit « le pouvoir de changer » de manière symbolique, pour ensuite le mettre en action dans sa vie.

- Présentation d'exemples et de cas avec dessins d'enfants.
- Exercice par deux.



## 3. Le monstre au sous-sol

Rencontrer ses peurs et les dépasser en toute sécurité.

L'enfant, accompagné de deux personnages sécurisants, part à la découverte d'une partie de soi qui, jusque là, lui faisait peur : le monstre. Il le rencontre, lui parle, l'écoute puis le transforme en allié.

**Valérie Mounier**, maître praticienne certifiée et formatrice en PNL, thérapie familiale systémique et hypnose Ericksonienne.

Auteure de : « *Aider l'enfant avec la PNL* » (Ed. Alas, 2014).

« *La PNL pour les adolescents et leurs parents* » (Ed. Alas, 2016).

« *PNL et Thérapie familiale* » (Ed. Alas, 2020).

Site : [www.lapnlpourlesenfants.com](http://www.lapnlpourlesenfants.com)

Chaîne YouTube : Valérie Mounier PNL

Email : [valerie-mounier@hotmail.fr](mailto:valerie-mounier@hotmail.fr) Tél : 06 12 93 46 13

**Tarif** : 120 euros TTC

**Règlement à l'inscription**, par chèque, virement bancaire ou sur le site : [www.lapnlpourlesenfants.com](http://www.lapnlpourlesenfants.com) , à la rubrique : « Stages et supervisions ».

---