

PERTE DE POIDS

A l'arrivée de l'été, vous pourrez trouver dans les magasins ou sur internet toutes sortes de régimes afin de perdre vos kilos superflus. Le comportement alimentaire est une conduite assez perplexe et qui comporte de nombreux facteurs. Chaque cas est personnel et ne peut être travaillé en groupe pour des milliers de personnes.

En effet, il existe deux facteurs importants dans la prise de poids : un facteur individuel qui est d'ordre psychologique mais aussi un facteur collectif quant à la famille et à la culture. C'est essentiellement sur ce type de trouble que nous allons travailler avec l'hypnose pour la perte de poids. Car l'aliment représente pour chacun de nous bien plus qu'un nutriment. Et c'est sur l'individualité de chacun que je travaille. L'éducation alimentaire qu'on vous a donnée peut être retravaillée et améliorée.

Nous verrons ensemble trois choses personnelles à chacun : la relation à l'aliment, la relation à l'histoire personnelle et la relation au corps. Ainsi chaque séance est construite sur l'histoire de chaque personne. Le travail est personnalisé pour chaque sujet par rapport à votre façon de vivre l'alimentation, votre façon de vous nourrir et votre façon de vouloir perdre ce poids.

La stabilisation se fera en douceur suite à la perte de kilos. Ainsi, vous pourrez aussi régler les troubles alimentaires des personnes vivant avec vous en leur faisant partager votre travail éducatif sur la nourriture !

