

Pré-requis pour les consultations à distance

1. Quels sont les avantages des séances en visio :

- Vous êtes chez vous, dans un environnement où vous vous sentez bien, et installé(e) totalement à votre convenance.
- Vous n'avez pas les inconvénients du déplacement.
- Vous pouvez utiliser un casque, et entendre la voix avec une qualité radio, comme un véritable enregistrement d'hypnose.
- Pour les personnes inquiètes, je vous propose un renforcement d'ancrage en début de consultation si vous le souhaitez. Merci de me le préciser en début de consultation.

2. De quoi ai-je besoin pour bénéficier d'une séance par Zoom ?

- Télécharger le logiciel Zoom de préférence (même si vous pouvez aussi utiliser votre navigateur, dans ce cas, la connexion risque d'être de moins bonne qualité)
- Avoir une bonne connexion ADSL ou fibre
- Avoir des haut-parleurs de bonne qualité, un casque et un micro ou bien des oreillettes.
Cela vous permet de vous couper de l'environnement extérieur et vous offre une meilleure expérience.
Un micro plus proche de votre bouche me permet de mieux vous entendre que le micro de votre ordinateur.
- Disposer d'un environnement tranquille dans une pièce isolée : pas d'animaux de compagnie, d'intrusions intempestives ou de sonneries de téléphones.
- Préparer l'installation vidéo : votre installation doit me permettre de vous voir de face ou presque et des genoux à la tête avec une image stable.
- Je vous invite à être à l'heure en prenant en considération ces informations pour que nous puissions profiter pleinement de ce temps de consultation.

3. Que faire si la connexion est interrompue ?

Pas d'inquiétude, l'accompagnement est totalement adapté à cette forme particulière qu'est la visioconférence, des suggestions appropriées sont délivrées afin de permettre que vous viviez une expérience hypnotique totalement confortable et agréable, même au cas où la technique nous ferait faux-bond.

Je vous invite à me communiquer votre numéro de téléphone où vous êtes joignable à tout moment au cours de la séance en début de consultation.

4. Est-ce que ça permet une relation humaine assez vivante pour l'hypnose ?

Bien sûr, ce n'est pas aussi chaleureux que d'être dans la même pièce mais ce n'est pas toujours possible, et sincèrement, d'après mon expérience, les résultats sont exactement les mêmes.

Vous faites une expérience d'auto hypnose, de plongée en vous guidée par les instructions du moniteur de plongée, mais l'essentiel c'est bel et bien l'expérience que vous faites et ce que vous en retirez.

La technique a fait assez de progrès pour permettre de mener des séances parfaitement fluides et efficaces.

Je garde un œil sur vos réactions physique et émotionnelles, et de votre côté, vous continuez de m'écouter attentivement, tout du moins, à un niveau inconscient. Et c'est ce qu'il nous faut.

5. Conditions d'engagement réciproque

En prenant rendez-vous pour une séance individuelle, vous reconnaissez avoir pris connaissance de la charte disponible dans son intégralité sur mon site internet dans la rubrique consultations

J'attire particulièrement votre attention sur les points suivants :

- Il s'agit d'une démarche de relation d'aide, de bien-être ou de travail sur la performance personnelle, hors cadre psychothérapeutique ou médical. Si vous souhaitez pratiquer l'hypnothérapie dans ces cadres, vous pouvez contacter un centre hospitalier ou un psychologue.
- Il vous incombe de faire tous les examens médicaux nécessaires pour vous assurer que votre problématique ne relève pas ou plus du soin médical. Le cas échéant, obtenez par écrit un avis favorable de votre médecin pour ajouter l'hypnose non-médicale comme complément à votre traitement.

N'interrompez pas votre traitement médical et votre psychothérapie sans l'avis du professionnel de santé prescripteur.