

AUTUN Conférence : soigner les maux par les mots

Notez cet article :
le 08/10/2015 à 05:00 Vu 715 fois



Aurélien Fajardie, hypnothérapeute et sophro-relaxologue présentera une conférence sur l'hypnose ericksonienne. Phot DR

Infirmier de formation Aurélien Fajardie a orienté sa carrière vers l'hypnothérapie et la sophro-relaxologie. Vendredi, il présentera au public cette technique de soin.

PARTAGER

[Envoyer à un ami](#)

dans le cadre des ateliers de l'association Inspiration mieux être, Aurélien Fajardie donnera une conférence vendredi.

Quel est le thème abordé durant la conférence ?

Principalement l'hypnose ericksonienne, technique qui permet à un sujet, en état d'hypnose, de puiser dans ses ressources inconscientes et d'améliorer des problématiques diverses. Je livrerai des éléments au public, tels qu'une définition de l'état d'hypnose, les différents types d'utilisation de cette technique, les particularités de l'hypnose ericksonienne.

L'hypnose peut-elle réellement soigner ?

Soigner, est un mot réservé aux médecins. L'hypnothérapeute apporte, en thérapie complémentaire, des solutions à des problèmes comme les dépendances (arrêt du tabac), la confiance ou l'estime de soi ou les troubles du comportement alimentaire. L'hypnose ericksonienne peut également être utilisée comme moyen de relaxation ou de préparation avant une échéance importante (examen, entretien professionnel).

Cette méthode de soins est-elle reconnue par le corps médical ?

En partie, oui. L'hypnose dite "thérapeutique" est aujourd'hui utilisée à l'hôpital par des anesthésistes ou des infirmiers dans des chirurgies simples. Elle est même utilisée par certains urgentistes dans des services d'urgence. Mais elle reste une thérapie secondaire, ne pouvant se substituer à un traitement médical.

Vendredi 9 octobre à 20 heures à l'espace EVA à Saint-Pantaléon. Contact au 06.45.83.74.51