



LITTÉRATURE

REVEILLE-TOI, TU NE DORS PAS ! COMMENT L'HYPNOSE PEUT-ELLE NOUS AIDER ,

Livre broché

Auteur(s) : BARBOT

Collection : Au delà des app

Date de parution : 08/11/2011

Éditeur(s) : Saint Martin

Langue(s) : Français

EAN : 9782916766225

Distributeur : ASSOCIATION AVENTURE LITTERAIRE

Nombre de pages :112

Prix : 16.00 €

Exercice de music-hall pour les uns, manipulation des esprits pour les autres, l'hypnose ne semble pas jouir d'une réputation flatteuse. Tournée en dérision ou mise au pilori, elle souffre d'une approche rapide, qui brouille sa réalité.

Au-delà des passions partisans et des avis hâtifs, Noële Barbot démystifie l'hypnose. Elle nous livre un essai qui apporte des réponses précises à la question : qu'est-ce que l'hypnose ?

Cet ouvrage propose de mieux faire connaissance avec cette technique. L'auteur démontre que menée avec sérieux par une personne compétente, l'hypnose est une ressource pour soulager le mal-être. Le patient qui s'y prête n'est pas passif. Il apprend à puiser en lui-même les ressources pour gérer ses émotions.

En revenant sur ses principes, et en présentant les différentes étapes de la relation entre le praticien et le sujet, Noële Barbot met en avant les ressources insoupçonnées de cette démarche.