Gestion du poids

Non-certifiante | Formation continue

Réf. : 25186948F — Mise à jour : 18 novembre 2025

Organisme responsable : **PSYNAPSE**

Présentation de la formation

Objectifs

Dans ce module "Hypnose et perte de poids" nous allons chercher à comprendre ce que fait une personne quand elle s'alimente, que ressent elle avant pendant et après s'être alimenté.
Voici un programme de gestion du poids exceptionnel, pleinement dirigé vers le subconscient pour une perte de poids automatique et sans effort. La formation Anneau Gastrique hypnotique permet de créer et de contrôler les habitudes alimentaires.
Par conséquent les sessions sont conçues de façon spécifique pour répondre à ce qu'un client nous apporte consciemment et inconsciemment lors des séances.
Les techniques que vous apprenez combattent le grignotage et la sur alimentation.
Par cette nouvelle approche l'estime de soi du client et la confiance en soi sont renforcées.

Programme

Quelques thèmes abordés :
La relation à l’alimentation.
La relation à l’histoire personnelle.
La relation au corps. Dissociation conscient inconscient.
Compulsion alimentaire.
Les quatre principes de base pour perdre du poids.
Que se cache-t-il derrière le poids ?
Poids et sécurité.
Poids et positionnement.
Lévitation pour se remplir.
Confiance et énergie nouvelle.
Cadre d’application du programme d’anneau gastrique hypnotique.
Scripts de préparation à la perte de poids.
Scripts pour 1ère, 2ème, 3ème et 4ème séance.
Scripts pour séance finale.
Éliminer les fringales, le grignotage, la boulimie avec des outils hypnotiques.
Éliminer les pensées négatives.
Accentuer les états positifs.
Comment se fixer des objectifs de poids raisonnables.
Les facteurs de stress.
Conseils sur le droit de manger.
Créer un «lieu sûr et secret» pour la relaxation, la méditation et la réhabilitation.
Améliorer l’estime de soi.
Déterminer l’intention positive de la prise de poids avec la thérapie des parties.
La désensibilisation des émotions négatives du passé.

A la fin de la formation et après une évaluation continue des pratiques réussie.

Certifications préparées et métiers visés

Niveau d'entrée	Niveau de sortie
Sans niveau spécifique	**Sans niveau spécifique**

Métiers associés

K1103 — Développement personnel et bien-être de la personne

K1104 — Psychologie

Dates et lieux de formation

N° session	Modalité	Lieu	Du	Au
2119488S	Présentiel	Rennes	01/01/2026	31/12/2026

Source : GREF Bretagne #25186948F