**L'hypnose, une relation d’aide à la personne**

**Yves Puis - Hypnotiseur proche d'Evry**

**Magnétiseur au départ, Yves Puis a toujours été à la recherche du fonctionnement cérébral animal et humain, ainsi que de son évolution … Aujourd’hui Praticien en Hypnose Intégrative et Ericksonienne en Essonne, nous l’avons rencontré afin d’en savoir plus sur son activité ! Après une carrière professionnelle atypique dans différents domaines d’activités du Public comme du privé, ainsi que du monde médical, Yves décide de se lancer un nouveau défi : mettre l’hypnose au service des autres ! Il s’est tout naturellement dirigé dans la relation d’aide à la personne par le biais de celle-ci pour laquelle il avait de réelles facultés physiques et mentales, de manière à pouvoir aider la personne dans sa relation avec elle-même.Yves se forme d’ailleurs en permanence à de nouvelles méthodes et effectue des recherches sur les rapports entre le fonctionnement cérébral et la physique quantique. Son cabinet est situé à Etampes, dans un grand complexe pluridisciplinaire tout neuf, composé de 9 praticiens médicaux et paramédicaux. Yves travaille seul mais en partenariat avec les professionnels médicaux de sa région, privés et hôpitaux qui lui apportent leur soutien depuis le début de son activité et lui envoient leurs patients.**



Yves Puis - Hypnotiseur proche d'Evry

**De votre point de vue de professionnel, est-ce que tout le monde peut pratiquer l'auto-hypnose ?**

*Presque tout le monde peut pratiquer l’auto-hypnose, à condition d’y être initié et d’un entraînement régulier. Yves est d’ailleurs formateur en Auto-hypnose (Self Hypnose) Flash. Quant à l’hypnose et devenir un bon praticien, l’hypnose qui n’est qu’un moyen, ne suffit pas à gérer une situation si on n’en connaît pas le fondement. De plus, il y a des risques de décompensation post-séance où le praticien doit être prêt à réagir rapidement. Cela s'acquiert en fonction de l’expérience et de la pratique. Prendre en compte sa propre expérience de vie en tant que praticien est un bon atout. Il faut pouvoir s’identifier à la personne pour bien la comprendre et vivre son problème comme le sien pour créer une cohérence et de l’empathie avec elle. Une vie riche en apprentissages est un plus pour le praticien qui n’est pas là pour donner des conseils mais comprendre la personne grâce à ses propres expériences.*

**Est-ce que l'hypnose fonctionne sur tout le monde ? Quels profils sont plus sensibles à l'hypnose ?**

*L’hypnose fonctionne en majeure partie sur tout le monde, à différents degrés de profondeur de transe mais quel que soit le niveau, le résultat est là. Les gens qui, consciemment, pensent tout savoir et ne savent rien sont plus réticents à cause de leur scepticisme et luttent volontairement par défi.*

**Quels sont les bienfaits de l'hypnose ?**

*L'hypnose apporte des bienfaits dans beaucoup de domaines comme par exemple : Addictions (tabac, alcool, drogue etc…) Perte de poids, Addiction au sucre Manque de confiance en soi, trouble érectile, frigidité Deuils, traumas Préparations mentales aux épreuves sportives et examens, coaching Énurésie, phobies, troubles compulsifs Douleurs, mal être Dyslexie, échecs scolaires, déscolarisation, désocialisation, dépendance affective Analgésie (désensibilisation locale, sans perte de conscience), complément à l’anesthésie (hypno sédation) Eczéma, psoriasis Troubles du sommeil, bruxisme, etc…*

**Combien de temps dure une séance d'hypnose ?**

*Pour un débutant non expérimenté la séance d'hypnose peut durer plus de 2h, ce qui est épuisant pour le client et le praticien. En moyenne, une séance dure 1h30 pour une personne moyennement expérimentée mais 1h est un bon compromis pour inclure une interview, une induction, la séance proprement dites et un débriefing. L’induction en Hypnose Flash dont Yves est praticien ne prend que quelques secondes, contrairement à l’Hypnose Ericksonienne dont il est également praticien, qui peut prendre environ 10 à 15 mn.*