

INTRODUCTION

Ce petit livre est le complément du guide « Auto-hypnose pour les débutants » (mêmes éditions). Il ne contient pas les explications ou le détail des protocoles, mais il donne pour chaque technique du guide de base un exemple de texte (script), afin de vous inspirer dans votre pratique, que ce soit en auto-hypnose ou si vous débutez dans l'accompagnement de personnes en Hypnothérapie.

Comme le titre du livre d'origine le précise bien, il s'agit ici de scripts adaptés à des personnes qui s'initient à l'Hypnose : les structures sont aménagées ou simplifiées. Si vous vous formez professionnellement en Hypnose, alors vous apprendrez en formation des protocoles plus complets, avec d'autres détails ou d'autres exigences qui les destinent à un usage « d'aide à la personne », de soutien psychologique ou de thérapie par la parole. Pourtant, si vous débutez, même en formation en Hypnothérapie, ces textes vous montreront comment faire vos inductions, formuler vos phrases, être créatif, même de façon simple, techniquement, et cela facilitera beaucoup vos premiers pas (et les suivants) !

Olivier Lockert