

PROGRAMME ARRÊT DU TABAC

HYPNOSE CLINIQUE & COHÉRENCE CARDIAQUE

Programme conçu en 5 séances par Christophe Perrot

1

1ÈRE SÉANCE

Bilan personnalisé
Élaboration du calendrier des séances
Mise à jour des objectifs et motivations
Initiation Cohérence Cardiaque Thérapeutique
Ordalie thérapeutique

2

2ÈME SÉANCE

Bilan des changements survenus depuis la séance précédente
Séance de Cohérence Cardiaque Thérapeutique
Séance d'hypnothérapie clinique préparatoire au sevrage
Ordalie thérapeutique

3

3ÈME SÉANCE

Bilan des changements survenus depuis la séance précédente
Séance de Cohérence Cardiaque Thérapeutique
Séance de Neuro-thérapies, mouvements oculaires (EMDR)
Séance d'hypnothérapie clinique préparatoire au sevrage
Ordalie thérapeutique

4

4ÈME SÉANCE

Bilan des changements survenus depuis la séance précédente
Séance d'hypnothérapie clinique de sevrage tabagique
Ordalie thérapeutique

5

5ÈME SÉANCE

Evaluation des résultats
Renforcements et soutiens complémentaires

+

SÉANCES SUPPLÉMENTAIRES

Au besoin des séances supplémentaires de renforcement peuvent vous être proposées par votre thérapeute.