

Sommaire:

Notre cerveau

- Cerveau droit / cerveau gauche : un mythe
- Le limbique
- Le reptilien
- Le néo-cortex
- Le circuit de l'information

Le conscient

- Définitions / actions

L'inconscient

- Définitions / actions

L'état modifié de conscience (EMC)

- La différence entre un EOC et un EMC
- Obtenir un EMC
- Les rêves lucides

L'hypnose

- Une définition progressive
- Un vocabulaire spécifique :
 - La calibration
 - La synchronisation
 - Mirroring
 - Pacing
 - Leading
 - La focalisation
 - l'absorption
 - La ratification
 - La transe
- Les mécanismes
 - La voix
 - Le VAKOG



FORMATION: L'HYPNOSE

De l'hypnose à l'AutoHypnose

