

# Indications de l'hypnose

Les champs d'application de l'hypnose sont multiples et cet « inventaire à la Prévert » est purement indicatif. Les objectifs sont fixés lors des entretiens préliminaires ainsi que les buts à atteindre, que ce soit en hypnothérapie ou en thérapie brève (thérapie orientée vers les solutions).

- Anxiété, Gestion du stress, Stress post-traumatique, Deuil, Phobies, Troubles du sommeil, Attaque de panique, État dépressif, Conflits familiaux, professionnels, entraînement à la concentration ou à la performance, prise de parole en public (timidité, perte de l'estime de soi, de la confiance en soi), Développement personnel
- Troubles de la scolarité ; Apprentissage de la lecture et l'écriture, Stress des examens
- Troubles du comportement alimentaire (obésité, boulimie, anorexie...)
- Addictions, Troubles obsessionnels compulsifs (TOC) ; sucer son pouce, onychophagie
- Troubles de la sexualité (impuissance, éjaculation précoce, vaginisme, frigidité, anorgasmie, dysménorrhée, stérilité)
- Troubles psychosomatiques gastro-intestinaux (constipation, diarrhées, douleurs spasmodiques, colite...) ; Troubles cutanés (eczéma, psoriasis, allergie, dermite séborrhéique...) ; Asthme ; Migraine, HTA ; Bégaiement
- Douleurs chroniques (douleurs cancéreuses, douleurs neuropathiques, fibromyalgie...) ; Analgésies ; Douleurs aiguës ; fin de vie

**L'hypnose est à déconseiller pour les personnes atteintes de troubles psychotiques : sujets psychotiques en phase aiguë, schizophrènes, paranoïaques, maniaco-dépressifs ; pour certaines personnes borderline ; arriérations mentales.**