

Le Cybersexe

C'est bien connu, une dépendance est une façon de compenser: on remplace une chose manquante par une autre afin de retrouver un certain équilibre. Cette carence, ou cette chose qui manque, peut-être l'amour, l'attention, l'affection, ou la confiance en soi.

Une étude réalisée en 1999 (Cooper, Putnam, Planchon & Boies) auprès de 9 000 personnes ayant visité des sites sexuellement explicites a permis de classer les utilisateurs en trois grandes catégories : les utilisateurs pour qui il s'agit d'un divertissement, les **utilisateurs à risque** et les **utilisateurs compulsifs**. Les utilisateurs compulsifs passent au moins 11 heures par semaine sur des sites à caractère sexuel, développent une tolérance et un désir sans cesse grandissant envers ce type d'activité, minimisent ou nient les conséquences négatives de leur comportement, négligent leurs occupations normales et sont incapables de contrôler leur impulsion à s'engager dans de tels comportements. Les nombreuses heures consacrées au cybersexe ne permettent plus d'établir des relations saines avec le partenaire et interdisent les contacts sociaux, le partenaire peut se sentir trompé et les enfants négligés ou ignorés.

Symptômes du Cybersexe

Les principaux symptômes qui accompagnent ces périodes de manque sont des sensations d'une *extrême émotivité négatives, ou vide, peurs, la timidité, se sentir nulle, d'être inadéquate, incompétente, avec une boule dans la gorge et ou des larmes aux yeux..*

Épuisant aussi de toujours douter de soi, d'hésiter devant la moindre décision à prendre, de tout remettre en question, de chercher sans cesse l'approbation des autres, de se sentir constamment insatisfaite, vulnérable, coupable, et avec des idées négatives.

La personne sent qu'elle ne peut s'en passer du cybersexe. Elle consomme le cybersexe non par plaisir, mais parce qu'elle croit avoir besoin d'en prendre pour se sentir bien dans sa peau et pour mieux composer avec le stress, la peur, la peine, l'angoisse ou les situations difficiles.

© Tous droits réservés

Certaines personnes risquent de perdre leur emploi ou même de faire face à la justice.

Il faut savoir que le subconscient est très complexe et fonctionne 24 heures sur 24. Il enregistre tout, sans rien trier ni sélectionner. Il n'a pas d'émotion.

Tout est gardé, depuis votre plus jeune âge, bon comme mauvais, même si vous voulez oublier quelque chose de déplaisant, il le gardera dans un coin, et vous croirez l'avoir oublié, mais non le subconscient sera influencé par tous les événements positifs et négatifs de votre vie. Qui *influencera* votre environnement familial, de travail, social et de toute votre vie.

Ce qui peut provoquer durant votre vie, des peurs, des angoisses, de la culpabilité, du sentiment de non-amour, de rejet, d'infériorité, d'un manque de confiance en soi, etc... qui perturbent le comportement humain..(le cybersexe)

La solution aux Cybersexe

La solution en Hypnose est d'identifier la cause du cybersexe, la source des symptômes ou du dépendance pour les éliminer. Souvent les causes sont retrouvées dans l'enfance de l'individu. La méthode la plus rapide et précise est par l'hypnose. Les différentes techniques; de visualisation, de relaxation, de respiration et détente, d'hypnotisme, le subliminal, et de suggestions post-hypnotiques. Il n'y a rien d'artificiel ou de surnaturel. Chacun possède une capacité naturelle de réponse à l'hypnose. Malgré son nom issu du Grec «Hypno» (qui signifie sommeil) et contrairement à ce que pense la majorité, l'état hypnotique n'a rien à voir avec le sommeil ordinaire, il s'agit plutôt d'un outil à qui permet à l'individu d'atteindre l'état ALPHA à différents niveaux de profondeur. En état ALPHA l'inconscient de l'individu est plus réceptif ou actif ce qui facilite à éliminer les troubles émotifs du passé. En fait, ce qui se produit c'est que la personne demeure toujours consciente de ce qui se passe, même au cours de la séance la plus profonde. L'hypnose est un outil extrêmement puissant pour régler diverses pathologies et symptômes de dépendance au cybersexe.