

HYPNOSE REGRESSIVE

L'hypnose régressive pour « vies antérieures »

L'hypnose régressive ou de régression permet de se libérer des souvenirs et des expériences du passé. Entraînée dans un état hypnotique profond grâce à un procédé de visualisation guidé par l'hypnothérapeute, la personne a accès à des informations qu'elle avait oubliées ou mises de côté.

La thérapie de régression est une thérapie basée sur l'hypnose, utilisée pour déterminer l'impact de votre subconscient sur votre quotidien. Elle peut procurer la satisfaction de se souvenir, correctement ou non, d'événements passés qui influencent votre façon de penser ou de vous comporter.

Régression dans l'Enfance

Une autre forme courante de thérapie de régression consiste à explorer les expériences de l'enfance d'un individu. Les thérapeutes encouragent les patients à se souvenir d'événements et de traumatismes précoces qui pourraient avoir contribué à leurs problèmes actuels.

Qu'est-ce qu'un comportement régressif ?

La régression est un mécanisme de défense psychologique par lequel un individu fait face à des relations ou à des situations stressantes ou anxiogènes en revenant à un stade de développement antérieur.