

PRÉSENTATION DES INTERVENTIONS

SOIGNANTS & MÉDICO-SOCIAL

Prendre soin de ceux qui soignent



2
0
2
6

Maître Praticienne en PNL & Hypnose



Sommaire

- Qui suis-je
- Mes valeurs
- Charge émotionnelle
- Stress et prévention de l'épuisement
- Sommeil et horaires décalés
- Communication et relation de soin
- L'Hypnose au service du soin
- Formats d'intervention
- Contact

Qui suis-je



Maître praticienne en **Hypnose éricksonienne et en PNL**, formée à l'IFHE et membre du SNH, j'accompagne depuis plusieurs années des particuliers dans la gestion du stress, des émotions et des changements de vie.

Ancienne ambulancière, je connais de l'intérieur la réalité des métiers du soin : l'urgence, les horaires décalés, la charge émotionnelle et la fatigue qui s'accumule. Mes interventions sont pensées pour des professionnels qui ont **peu de temps et beaucoup à porter**.

Mon intervention la plus récente : une conférence sur la gestion des émotions, animée pour un CCAS dans le 94.

Ma philosophie

Une approche douce et non-directive : la personne **garde le contrôle**, mon rôle est de l'accompagner à **mobiliser ses propres ressources**. Chaque intervention s'appuie sur des mécanismes concrets (émotionnels, cognitifs, comportementaux) plutôt que sur des discours généraux.

Concrètement pour votre établissement : des équipes mieux outillées face à la charge émotionnelle, des outils de récupération utilisables pendant le service, et une contribution concrète à la prévention de l'épuisement.



Mes Valeurs



Écoute

Chaque intervention part des besoins réels des équipes, pas d'un programme standard plaqué de l'extérieur.



Concret

Des outils simples, applicables dès le lendemain, pas seulement de la sensibilisation théorique.



Sur-mesure

Formats adaptés à la taille de l'équipe, aux besoins de la structure, au temps disponible et au sujet à traiter en priorité.



Bienveillance

Un cadre sécurisant où chacun peut s'exprimer et expérimenter sans jugement.

Thématiques

CHARGE ÉMOTIONNELLE

Prendre soin sans s'épuiser

Accompagner la souffrance au quotidien laisse des traces, souvent sans qu'on s'en rende compte. Un atelier pour **trouver la juste distance** : rester humain sans tout absorber.

Faire face à la fin de vie et au deuil

Des temps pour **déposer ce qui a été vécu** et des outils issus de l'Hypnose éricksonienne pour ne pas rentrer chez soi avec le poids de la journée.

Garder son calme dans les situations tendues

Familles inquiètes, patients agités, urgences : des techniques pour **retrouver son calme rapidement**, même en plein service.



STRESS ET PRÉVENTION DE L'ÉPUISEMENT

Repérer les premiers signes d'épuisement

Une sensibilisation pour les équipes et l'encadrement afin d'**agir avant que la situation ne se dégrade**.

Se ressourcer entre deux soins

Des exercices de respiration et d'auto-Hypnose de quelques minutes pour **recupérer même dans un planning serré**.

SOMMEIL ET HORAIRES DÉCALÉS

Mieux dormir malgré les horaires décalés

Nuits, coupures, week-ends : un atelier pour comprendre l'impact des rythmes décalés et repartir avec des **repères concrets pour mieux récupérer**.

Retrouver de l'énergie

Des techniques d'Hypnose et de relaxation pour **lutter contre la fatigue accumulée**.



COMMUNICATION ET RELATION DE SOIN

Communiquer avec les patients et les familles

Des outils de PNL pour **créer rapidement un climat de confiance**, même dans des échanges courts ou difficiles.

Désamorcer l'agressivité

Des repères pour reconnaître les signes de montée en tension et **désamorcer les conflits** avant qu'ils n'éclatent.

Fluidifier les échanges en équipe

Mieux se comprendre entre collègues et services pour **faciliter les transmissions** et apaiser les tensions.

L'HYPNOSE AU SERVICE DU SOIN

Sensibilisation au langage positif

Certains mots augmentent l'anxiété des patients, d'autres l'apaisent. Une sensibilisation pour **apaiser l'anxiété des patients lors des soins** grâce à des formulations simples.

Ce format est une sensibilisation. Il ne forme pas à la pratique de l'Hypnose.

FORMATS D'INTERVENTION



Atelier découverte

1h à 1h30 | À partir de 350 €

- Sensibilisation à un thème précis
- Petits groupes (5 à 15 pers.)
- Idéal en 1re intervention



Intervention sur-mesure

Durée définie ensemble | sur devis

- Cycle d'ateliers ou session unique
- Thème choisi avec vous
- Créneaux adaptés aux plannings
- Session répétable pour les équipes de jour et de nuit



Conférence

1h à 2h | sur devis

- Format grand groupe
- Interactive, avec temps d'échange
- Sur un ou plusieurs thèmes



**Une question ?
Un projet ?**

POUR ME CONTACTER :

☎ 06 52 79 72 31

@ magalie.therapie.breve@gmail.com

🌐 <https://www.hypnotherapie-breve.fr/>

📍 9 rue Francis de Pressensé | 93210 La Plaine Saint-Denis