

A.D.C. L'Atelier des Changements  
Hypnose à Saintes  
Sylviane Moiroux  
06 29 59 55 11

### **L'hypnose pour réussir un examen, un entretien**

Que ce soit pour passer un examen, un concours, un entretien professionnel, le permis de conduire, etc. on est souvent dans un état d'appréhension parce que l'enjeu peut être important. Le stress, le doute, la pression, bref, autant de facteurs qui peuvent nous faire perdre nos moyens.

Il est parfois nécessaire de penser à une « préparation » pour mettre toutes les chances de notre côté.

Avec le recours à **l'hypnose**, vous pouvez renforcer votre confiance en vous, mieux gérer vos émotions et ainsi rester calme plutôt que de risquer de céder à la panique.

**L'hypnose** permet aussi de mobiliser toutes les ressources de votre cerveau comme la mémoire et la concentration. L'ensemble de ces éléments sont actifs pour favoriser la réussite de votre démarche.