

— Serge Demangeau —
Psychopraticien, Sophrologue
Sonothérapeute



« *Toute prise de conscience est un acte créateur.* »
C.G. Jung

SONOTHERAPIE



Les Bols Chantants Tibétains

réharmonisent notre corps tout entier grâce à leurs puissantes vibrations sonores.

Cela se traduit par un massage des cellules de tout votre corps générant un sentiment d'apaisement dépassant largement le simple état de relaxation.

Les bienfaits

- Aide à réguler l'énergie et les émotions négatives,
- Prépare à la relaxation profonde,
- Améliore le sommeil,
- Stimule la circulation sanguine,
- Stimule les glandes endocrines et régule le fonctionnement hormonal,
- Réduit le stress.

SOPHROLOGIE

La Sophrologie offre un panel de techniques à visée préventive et thérapeutique. Elles vous permettent de retrouver un meilleur équilibre physique et psychologique.

La simplicité et la puissance de ces techniques font qu'elles sont devenues des méthodes de première importance dans la gestion du stress, des troubles psychosomatiques ainsi que dans l'accompagnement simple d'une démarche de bien-être et de développement personnel et professionnel.

Les domaines d'application :

- Troubles du sommeil
- Estime et confiance de soi
- Stress
- Préparation aux examens



RELATION D'AIDE



Dans cette démarche de soutien et d'accompagnement, le thérapeute, grâce à son écoute, apporte sa spontanéité créatrice au désir profond d'autonomisation de son client.

Elle vous permet alors :

- De repérer les émotions fortes qui vous perturbent,
- De voir votre part de responsabilité, sans culpabilité mais avec lucidité,
- D'améliorer vos relations en sortant du triangle : persécuteur, sauveur ou victime,
- De développer une plus grande connaissance de soi.

APPROCHE THERAPEUTIQUE

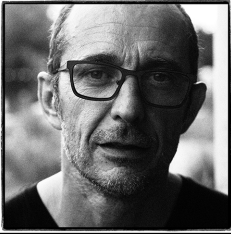
Mon **approche thérapeutique**, aussi bien en Relation d'Aide qu'en Sophrologie, repose sur la **confiance fondamentale** et place la notion de la **relation** au cœur du processus transformateur.

Le thérapeute n'est pas un homme de science, au sens où il étudierait un objet de science, c'est une personne, **en relation avec une autre**, prenant en compte son **identité propre** et accompagnant celle-ci dans **son expérience d'être**.

Pour aller à la rencontre de cette autre individualité, le thérapeute crée un **climat de complicité** à l'aide de diverses attitudes : **empathie, congruence, acceptation positive inconditionnelle**.

C'est au sein de ce cadre bienveillant que se développe une relation propice à la **recherche du mieux-être**.





Serge Demangean

Je suis né le 5 août 1968 à Nantes. J'ai passé toute mon enfance dans le vignoble Nantais.

J'ai toujours été passionné par l'être humain et par le fonctionnement de sa psyché. Comprenant que la personnalité humaine est un ensemble complexe mais indissociable (physique, émotionnel et mental), je me suis formé à la **Relation d'aide** puis à la **Sophrologie**, ces deux disciplines étant, pour moi, très complémentaires. Durant mon parcours, je me suis également formé à diverses techniques psychothérapeutiques telles que l'EFT (*Emotional Freedom Technique*), aux techniques de LCE (*Libération des Chocs Émotionnels*) ainsi qu'à l'AT (*Analyse Transactionnelle*).

Je me suis également formé à la **Sonothérapie** à la **Sound Planetarium Academy** de Katmandou au Népal

Aujourd'hui, fort de mes expériences, de mes acquis et de qui je suis, je propose un accompagnement holistique qui prend en compte l'ensemble de la personne dans sa globalité.

Sur rendez vous
07 69 00 31 59

serge@ecoute-psycho-sophro.fr

www.ecoute-psycho-sophro.fr

Rendez-vous en ligne

La Maison du Soin
39, Rue Aristide Briand
44400 Rezé

www.maison-du-soin.com

échange

confiance

ouverture

unité

thérapie

empathie