

## BIOGRAPHIE EMILIE GAUFNY

Experte en développement personnel et dépassement de soi, Emilie GAUFNY s'oriente depuis 10 ans dans les thérapies brèves orientées « solutions ». Elle a acquis les connaissances et les outils pour vous aider à vous transcender. Son expérience dans l'évènementiel lui a permis d'évoluer dans un secteur concurrentiel où les enjeux relationnels sont déterminants.

A travers ses expériences professionnelles, Emilie s'est orientée sur le développement de l'autre et des relations humaines. **En 2010** elle expérimente la technique de l'EMDR, « *Eye movement desensitization and reprocessing* » avec Michèle Taillandier, nouvelle approche de psychothérapie qui utilise la stimulation sensorielle des deux côtés du corps, soit par le mouvement des yeux soit par des stimuli auditifs ou cutanés. Cette technique permet d'induire une résolution rapide des symptômes liés à des événements du passé.



En parallèle, elle continue ses investigations sur les approches de Freud et des liens qui se jouent avec la théorie de l'attachement.

**En 2012**, elle choisit de se rapprocher des théories de Jung avec l'aide de Sandrine Collobert où elle découvre une autre approche sur les schémas comportementaux. Elle participe à de nombreux séminaires sur les thématiques de la confiance en soi, l'estime de soi et l'affirmation de soi.

**En 2013**, la rencontre avec Patricia Bernard Provost, sophrologue lui permet d'appréhender une autre facette de la psychologie humaine avec des outils concrets (gestes et respirations pour se libérer du stress, méthode ancrage, dé-ancrage, visualisation mentale). Elle expérimente la sophrologie et participe à des stages d'équi-sophrologie sur la gestion des émotions.

L'année suivante, après avoir rejoint la ville de La Rochelle, elle s'intéresse à la psycho-généalogie avec Véronique Bellec, l'astrothérapie avec Marie Gouguet, la méditation avec Elisabeth Perrin, les ateliers de bien-être de Lise Bourbeau et participe à des conférences sur le REIKI, la sophrologie, l'Hypnose, la PNL et des ateliers d'art mandala et QI GONG.

**Depuis 2015**, elle se consacre à l'accompagnement par le biais de la Nouvelle Hypnose, l'Hypnose Ericksonienne et la P.N.L, formations dispensées par Olivier Lockert à l'Institut Français d'Hypnose Ericksonienne à Paris. Elle se destine à toutes les techniques orientées "solution" avec une spécialité "Périnatalité et Enfance" et "Développement personnel" pour accompagner les personnes dans une difficulté de la vie (gestion du stress, émotions, traumatismes, phobies, deuils...). Une nouvelle formation d'hypnose pour enfants couplée avec une formation en éducation positive et bienveillante lui permet d'accueillir un nouveau public : les familles.

Emilie découvre plusieurs réseaux de la région : NLPNL Poitou Charentes, Trajectoire au Féminin, Entreprendre au Féminin, DINABUY et fonde l'association « Les Hypnos bienfaiteurs » avec 2 hypnothérapeutes de la région.

Pour prendre rendez-vous avec Emilie, ses coordonnées :

### **EMILIE GAUFNY**

Cabinet Corps en mouvement : 16 rue de Lauzières – 17137 NIEUL SUR MER

Tel : 06.19.78.61.95 – Email : [emilie.gaufny@gmail.com](mailto:emilie.gaufny@gmail.com) Site internet : [hypnoselarochelle.fr](http://hypnoselarochelle.fr)