

*Dominique SMETS
Psychothérapeute*

Reçoit à « en-Vies » chaque vendredi de 17H30 à 21H30



Qui est Dominique SMETS ?

Parallèlement à un travail assidu de développement personnel, je me suis formée à l'analyse psycho-corporelle et à la psychothérapie de couple avec Claude et Danielle Allais en France.

Cette approche intègre divers outils comme la gestalt, le rebirth, la bioénergie, sur une base analytique rigoureuse.

Au cours de mon cheminement, j'ai aussi découvert l'EFT dont la puissance m'a surprise et que j'ai choisi d'intégrer à ma pratique depuis 2005.

Je me suis formée à l'Emotional Freedom Techniques (jusqu'au niveau 3, niveau maximum) avec Caroline Dubois. Elle-même s'est formée auprès de Gary Craig aux USA (inventeur de l'EFT et thérapeute EFT depuis 1991) et elle a introduit l'EFT en Belgique dès 2000.

Que propose-t-elle à « en-Vies » pour vous aider ?

L'EFT est une technique de guérison émotionnelle, capable aussi de soulager la part émotionnelle d'un grand nombre de symptômes physiques (douleurs physiques, maux de tête, etc.).



La personne qui consulte, effectue des rondes EFT, appelées tapotements ou encore «tapping». Elles les effectuent sur elle-même, assise, habillée, en séance individuelle ou en groupe, tout en se focalisant sur le «problème», le souvenir, l'émotion négative. En cas de souvenirs très douloureux, de traumatismes, différentes techniques permettent de diminuer la charge émotionnelle liée au souvenir tout en respectant le rythme de la personne qui ne veut pas replonger dans ces vécus pénibles. L'EFT est une aide précieuse pour lever des blocages émotionnels et de plus, peut être utilisée au quotidien entre les séances, ce qui permet à la personne qui consulte, une prise en charge autonome.

Prix de la séance de 60 minutes : 50 € (prise en charge partielle selon conditions expliquées à l'accueil)

