

Online
Webinaire

THALAC : LA MARQUE DE CONFIANCE DES ESTHÉTICIENNES

MERCREDI 19 JUIN À 11H00 - GRATUIT & SUR INSCRIPTION UNIQUEMENT

THALAC
Instituts & Spas



les nouvelles
esthétiques

JE M'ABONNE



Bonjour
JEAN CHRISTOPHE

ABONNEZ-VOUS À NOS MAGAZINES POUR FAIRE PARTIE DE L'ÉLITE DE L'ESTHÉTIQUE & DU SPA !

🏠 - ARTICLES - MÉTIER - FORMATION -

FORMEZ-VOUS AU MIEUX-ÊTRE DE VOS CLIENTES POUR GARANTIR LEUR BIEN-ÊTRE !

Formez-vous au mieux-être de vos clientes pour garantir leur bien-être !

FORMATION | MAI 2024 | LAETITIA ROMEO PONCET



in de ralentir ou de se réorienter vers des approches plus holistiques s'impose presque naturellement. Sophro-esthétique, hypno-ue, acupression, voici trois formations pour harmoniser votre pratique du bien-être, la dépasser ou élargir vos horizons onnels.

LA SOPHRO-ESTHÉTIQUE : LE SOIN CABINE DU CONSCIENT

Qu'est-ce que la sophrologie ?

La sophrologie est une pratique psychocorporelle basée sur des techniques de respiration, de visualisation ou d'évocations positives (odeur, souvenir, paysage). À la différence de l'hypnose, elle s'adresse au conscient et non à l'inconscient. Elle permet à la cliente de mieux se comprendre, de mieux ressentir ou de se préparer à des événements futurs.

Sophrologie ou sophro-esthétique

La relaxation dynamique : expertise et fidélisation

«Je suis venue à la sophrologie, car j'ai toujours eu une vision holistique de mon métier, qui pour moi ne se limitait pas à la quête esthétique. Je cherchais à approfondir mon approche du soin [...] et des clés dans la gestion des émotions» explique Amandine Périn, sophrorelaxologue.

Depuis 5 ans, Amandine Périn a installé son cabinet de sophrologie au sein de son centre de bien-être. Séparément de ses prestations cabines, elle traite différentes problématiques (préparation à un examen, accouchement, anxiété, accompagnement PMA, insomnie, burn-out, etc.). Cette approche, très recherchée renforce son expertise et fidélise sa clientèle.

«Ma clientèle cabine me confie souvent avoir été attirée et mise en confiance par ma double casquette de sophro-esthéticienne.»

En effet, selon ses constats, les résultats sont immédiats. Mais il faut compter entre 5 et 10 séances pour instaurer un mieux-être durable. Aussi, pour rendre proactive et autonome la cliente dans sa démarche, la sophrologue envoie, par mail, un récapitulatif des techniques abordées et un audio personnalisé après chaque séance. C'est un moyen supplémentaire de fidéliser et créer un lien engageant avec sa cliente. Concrètement, cette discipline représente environ 15 % de son chiffre d'affaires.

La sophro-esthétique : un duo efficace

Parfois, la sophronisation, seule, est trop abstraite. N'en déplaise aux puristes, Amandine a donc créé une passerelle entre l'esthétique et la sophrologie : un soin signature, le sophro-massage. En effet, le toucher matérialise la guidance, ce qui rend la cliente plus réceptive. Le protocole se déroule comme suit :

- Reconnexion de la cliente à ses cinq sens via des outils comme les cymbales tibétaines, les huiles essentielles, etc.
- La voix d'Amandine rythme les manœuvres d'acupression et de pétrissages à sec. Elle module son ton, son volume, de façon à installer la cliente entre la veille et le sommeil.
- Le cerveau produit alors des ondes alpha, voire thêta, régénérantes pour le corps et l'esprit.

L'outil sophrologique est totalement cohérent et complémentaire aux protocoles de soins cabines. Il garantit une expérience bien-être de pleine conscience. Il est particulièrement recommandé pour la cliente trop stressée, les femmes enceintes ou toutes personnes présentant des difficultés à lâcher prise.

Quelles formations ?

Les formations sont nombreuses plus ou moins longues. Les organismes délivrant un titre RNCP sont sûrs et vous accordent une crédibilité certaine. L'institut de formation à la sophrologie dispense un cursus diplômant niveau Bac + 2. Il propose un programme sur 24 jours, avec 304 heures de cours aux prix de 3 590 euros. Vous avez aussi accès à des formations sur-mesure, adaptées à vos obligations professionnelles et personnelles. Les cours peuvent être dispensés en présentiel ou distanciel et sur différents rythmes, 6 mois, 1 an et 2 ans.

“

L'hypnose est le soin cabine de l'inconscient

”

Ces formations sont sanctionnées par une mise en situation professionnelle obligatoire et un examen final devant un jury.

L'HYPNO-ESTHÉTIQUE : LE SOIN CABINE DE L'INCONSCIENT

L'hypnose Ericksonienne modifie subtilement l'état de conscience de votre cliente, afin d'interagir avec son inconscient et le reprogrammer. Actuellement, il n'existe pas de diplôme obligatoire pour devenir hypnotiseur. Les anesthésistes et sages-femmes se forment de plus en plus à cette branche de la médecine non-conventionnelle pour soulager, voire annihiler la douleur de leur patient sans anesthésiant. Mais cette discipline n'est pas l'apanage du personnel médical et a toute sa place dans les instituts de beauté. Même si peu d'instituts osent l'intégrer à leur prestation, elle constitue un atout majeur pour vous démarquer de la concurrence et gagner en expertise.

L'hypnose est le soin cabine de l'inconscient. Ce protocole débloque les schémas de pensées négatives de votre cliente pour révéler et préserver sa beauté extérieure.

Le soin cabine hypnotique

La santé de la peau dépend, entre autre, de la bonne gestion des émotions. En effet, les tissus cutanés sont constitués de nerfs directement reliés au cerveau. Ils sont donc très sensibles au pic de cortisol libéré lors de pensées anxiogènes ou du stress chronique. On note alors différentes problématiques cutanées : acné, rougeur, dermatite de contact, psoriasis, érythème, perte d'éclat. Les émotions, les états de colère répétés ou d'angoisse crispent les traits, favorisant l'apparition des rides du lion, de l'amertume, etc.

Hypnose + soin cabine

Imaginez une cliente avec une peau terne et des poches sous les yeux. Elle vous explique qu'elle souffre d'insomnie, liée à une angoisse. Sans sommeil réparateur, la peau ne peut pas se régénérer. Les yeux se creusent, les fluides cutanés stagnent. L'hypnose est l'occasion de proposer une ou plusieurs séances en amont du soin visage pour déprogrammer la pensée négative qui empêche le sommeil réparateur. Ce protocole traite la cause inconsciente et interne, tandis que le soin cabine élimine les symptômes visuels et la sensation d'inconfort.

Un exemple concret : l'hypno-amincissement et l'anneau gastrique virtuel

Mélanie Fenucci, dirigeante du centre Naturel Beauté by Mélanie au Luxembourg, est une passionnée du bien-être et de la beauté. Profondément investie dans son métier, elle propose à chacune de ses clientes, la meilleure approche holistique. Or, malgré ses 20 années d'expérience en esthétique et en naturopathie, ses protocoles minceur se heurtaient souvent à un blocage au niveau de la courbe de poids de ses clientes. Elle s'est alors tournée vers l'hypnose pour traiter la cause profonde de cet échec. Après huit mois de formation, elle décide d'ajouter un module unique en son genre : la pause d'un anneau gastrique virtuel.

Le protocole révolutionnaire se déroule en 4 séances :

- La première session d'hypnose travaille sur la motivation et l'objectif. La praticienne s'adresse à l'inconscient, pour projeter la cliente dans son nouveau corps avec ses kilos en moins et le but atteint.
- La seconde déprogramme les mauvais comportements alimentaires, les émotions négatives.
- La troisième se concentre sur la réduction de la taille de l'estomac. Elle simule le rétrécissement de l'organe. La cliente diminue naturellement les quantités alimentaires.

- La dernière session simule les conditions d'une hospitalisation pour la pose d'un anneau gastrique (la cliente intègre l'ensemble des étapes de son intervention chirurgicale).

Selon l'hypnothérapeute, les résultats sont efficaces, rapides, durables, sans frustration et similaire à une intervention, car le cerveau ne fait pas de différence entre le réel et l'imaginaire. Mais la praticienne prévient : il faut une longue préparation pour garantir la réussite du programme.

«Vous devez vous entretenir longuement avec votre cliente, comprendre son objectif, son état émotionnel, prendre en charge tous les aspects des blocages/difficultés de la perte de poids. La cliente doit être mise en confiance et être proactive dans sa démarche d'amincissement.» Concrètement, Mélanie rapporte des «pertes de deux à trois kilos par mois et un amincissement jusqu'à quatre tailles de pantalon».

Pourquoi intégrer l'hypnose ?

Pour Mélanie Fenucci, les soins en institut sont indissociables de la prise en charge des émotions et des blocages de la cliente. Réaliser le meilleur massage relaxant ou utiliser le meilleur produit anti-rides ne suffiront pas si la cliente est mal dans sa peau. L'effet sera amoindri et momentané. Allier l'hypnose à vos soins permet une transformation intérieure, durable, holistique, non-invasive et naturelle.

“

Vous gagnez en expertise et en réputation auprès de vos clients

”

Formation : de l'implication personnelle au retour sur investissement

En France, le centre de formation AHTMA de thérapie brève vous propose de devenir en six jours intensifs, technicienne en hypnose Ericksonienne. L'équipe pédagogique offre dix cours gratuits, en ligne et une journée en présentiel, avant de vous lancer. Ensuite, elle se déroule sur 42 heures, réparties sur trois modules : entretien avec votre cliente, installation de l'état hypnotique, création de suggestion hypnotique puissante.

Cette formation certifiée Qualiopi vous permettra d'acquérir les fondamentaux de l'hypnose. Au prix de 990 euros, divers systèmes de financement existent comme France Travail (ancien Pôle Emploi).

Pour Mélanie, cette évolution fut une implication importante en temps, mais le retour sur investissement est notable. En effet, l'hypnose représente 20 % de son chiffre d'affaires. Cette montée en compétences lui a aussi permis d'être reconnue pour son expertise dans le domaine de la minceur.

L'ACUPRESSION OU DIGITOPRESSION

En France, l'acupuncture est réservée aux médecins, aux sages-femmes, aux dentistes et aux vétérinaires dans le cadre de leur spécialité. Officiellement, ces pratiques ne sont pas réglementées, mais la jurisprudence les considère comme un exercice illégal de la médecine. Ainsi, en tant qu'esthéticienne, il ne vous est pas autorisé de pratiquer cette discipline. En revanche, une alternative efficace s'offre à vous pour proposer cette prestation à votre cliente : l'acupression.

Qu'est-ce que c'est ?

L'acupression est un type d'acupuncture, reconnue pour son efficacité par la communauté scientifique et très recherchée par la population. Au lieu d'insérer de fines aiguilles, vous faites des pressions sur des points spécifiques des méridiens, à l'aide de vos doigts, de vos paumes, de vos coudes, ou d'outils comme des pierres ou des bandes élastiques. Ainsi, vous soulagez divers maux (stress, douleurs chroniques, amélioration du bien-être corporel et mental).

Acupression du visage

Ses bienfaits anti-âge dynamisent la pratique et les résultats du massage/soin visage.

L'acupression :

- décontracte les traits du visage, responsable par exemple de la ride du lion,
- stimule la lymphe pour drainer plus facilement l'accumulation des déchets et éclaircir le teint,
- relance le tonus musculaire pour repulper,

- dynamise l'afflux sanguin de la zone pour la production des protéines de la peau,
- rééquilibre les flux énergétiques du crâne, de la face et du cou, dans le but d'améliorer l'élasticité et la tonicité de la peau, mais aussi d'illuminer le teint.

Comment s'y former ?

La formation de technicien en acupression et shiatsu, certifiée au RNCP, permet d'acquérir les compétences nécessaires pour pratiquer cette discipline. C'est une formation hybride (300 heures de présentiel et 100 heures en distanciel). Ces trois années de programme intensif mettent en pratique les principes de la médecine traditionnelle chinoise, l'approche énergétique de l'acupression, de comprendre la pathologie des méridiens et les protocoles de soin en fonction du diagnostic.

Le coût de cette formation se situe autour des 2 090 euros et peut être financé par différents moyens.

DE L'INSTITUT DE BEAUTÉ AU CABINET : NOUVEAUX PUBLICS ET NOUVELLES EXPERTISES

Selon la Chambre Syndicale de la Sophrologie, plus de 3 millions de personnes ont recherché un sophrologue en 2018. Aussi, selon le sondage Odexa, 54 % des Français sont favorables aux médecines alternatives. Ces disciplines sont des leviers importants pour augmenter le chiffre d'affaires de votre entreprise, ce sont des compétences supplémentaires pour faire la différence et attirer les clientes chez vous.

Ces formations (quand elles sont reconnues par l'État) vous donnent officiellement le droit de soulager des problèmes tels que les migraines, l'insomnie, les maux digestifs, les troubles menstruels, le burn-out, mais aussi d'accompagner les femmes enceintes ou en post-partum. Certaines de vos prestations deviennent éligibles au remboursement par certaines mutuelles.

“

54 % des Français sont favorables aux médecines alternatives

”

Vous gagnez en expertise et en réputation auprès de vos clientes. Elles ne viennent plus uniquement pour une prestation bien-être, mais pour retrouver un mieux-être. Aussi, ces disciplines sont largement utilisées par le corps médical. Ce sont des passerelles vers les milieux socio-sanitaires comme les hôpitaux, les cabinets de sages-femmes, les centres d'oncologie, les EHPAD, les maisons de retraite, les centres sportifs et de rééducation.

DU CORDONNIER MAL CHAUSSÉ À L'ESTHÉTICIENNE BIEN DANS SA PEAU

Contrairement au cordonnier, l'esthéticienne ne peut négliger son bien-être et la connexion avec sa cliente, sans compromettre la qualité de sa prestation. Par chance, toutes ces disciplines reposent sur des techniques de développement personnel, de gestion du stress, de communication. Elles vous accompagnent vers votre propre mieux-être au travail. Elles motivent les troupes, dans les périodes de stress et de fatigue. C'est donc un investissement pour votre santé et celle de vos équipes.

PARTAGEZ SUR :



PAR : LAETITIA ROMEO PONCET

MAI 2024

J'ACHÈTE CE MAGAZINE



Abonnez-vous au magazine
ET FAITES PARTIE DE L'ÉLITE DE
L'ESTHÉTIQUE ET DU SPA !

JE M'ABONNE →



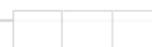
ACCÉDEZ À 3 ARTICLES ABONNÉS
EN VOUS INSCRIVANT GRATUITEMENT
SUR NOTRE SITE !

JE M'INSCRIS →

LES + LUS

Formation

- 1 [DURÉE DU CYCLE DE RENOUVELLEMENT DES MÉLANOCYTES](#)
- 2 [POURQUOI LA VITAMINE C EST-ELLE UN INGRÉDIENT BEAUTÉ ESSENTIEL ?](#)
- 3 [LES MALADIES INFLAMMATOIRES DE LA PEAU - PARTIE 1](#)
- 4 [LES MALADIES INFLAMMATOIRES DE LA PEAU - PARTIE 2 : LES CONSEILS](#)
- 5 [ZOOM SUR LES RIDES ZONE PAR ZONE](#)



Inscrivez-vous à la Newsletter pour découvrir des articles inédits et profiter de nos offres exclusives

les nouvelles *esthétiques*

Le Magazine des professionnels de la beauté

SUIVEZ-NOUS



SPA DE BEAUTÉ

CONGRÈS - EVÈNEMENTS

ANNONCE BEAUTÉ

CONTACT

ANNONCER | S'ABONNER