

**TECHNIQUE « LÂCHER-PRISE »**

**ENTENTE entre le consultant et le client**

**Date :**

**Nom du client :**

**Adresse :**

**Téléphone (R) :**

**Objectifs des consultations**

Cet accompagnement s’inscrit dans le cadre d’une démarche en relation d’aide. Elle favorise l’apprentissage et le développement de votre autonomie en vous aidant à atteindre graduellement les objectifs que vous aurez fixés lors de notre première consultation. Ce cheminement a pour objectif premier de vous permettre d’améliorer votre qualité de vie et d’instaurer un bien-être personnel. Il est important que vous soyez conscient que ce n’est pas une psychothérapie qui permet de gérer les situations de crise ou de soigner les problèmes de santé mentale.

Cette structure de consultation s’adresse à vous si vous voulez expérimenter une **technique** unique et inusitée qui permet de libérer des tensions mentales, émotionnelles ou physiques.

Cette technique vous aidera à :

* être observateur et lâcher prise face à un stress ponctuel (physique, émotionnel ou mental);
* développer une attitude intérieure d’ouverture face à ce qui vous habite et apprendre à aller avec les choses au lieu de RÉSISTER;
* vous centrer et contacter votre « senti » au lieu de refouler, d’analyser ou d’être dirigé par vos émotions et vos peurs;
* développer le respect, l’acceptation et l’amour de soi.

**Durée :** 60 minutes.

Cette structure de consultation s’adresse à vous, si vous désirez améliorer votre qualité de vie en développant vos ressources personnelles. Il est essentiel que vous ayez la capacité et la volonté de faire une démarche structurée favorisant l’apprentissage de votre autonomie.

Je ne peux vous promettre de résultats précis puisque ceux-ci dépendent de votre motivation et de votre degré d’investissement. Cependant, si je réalise en cours de route que cette démarche ne vous apporte pas de mieux-être, je tenterai de vous orienter vers d’autres ressources mieux adaptées à votre besoin. Dans le même ordre d’idée, je vous demande de m’informer si vous constatez que cette démarche n’améliore pas votre qualité de vie.

Ce type d’accompagnement ne remplace pas une consultation médicale ou psychologique et n’a pas pour objectif d’établir un diagnostic médical ou psychologique.

**Nombre et coût des consultations**

Les consultations peuvent avoir lieu soit à mon cabinet, par téléphone ou par Skype.

Après la première consultation, nous nous entendrons sur le nombre et le rythme des consultations d’une heure, nécessaires à l’atteinte de votre objectif. Toutefois, cet engagement peut être annulé à tout moment selon la volonté de l’une ou l’autre des parties. Les consultations qui n’ont pas lieu ne sont pas dues si elles sont annulées deux jours à l’avance.

Je facture mes services selon le tarif horaire établi par l’école Écoute Ton Corps et les devises de votre pays, soit :

* pour une consultation de 60 minutes
* pour une consultation de 90 minutes
* pour une consultation de 120 minutes

Si la consultation a lieu par téléphone ou par Skype, le règlement de la consultation doit être fait avant la consultation, soit par PayPal ou virement bancaire. Si vous souhaitez payer par chèque, celui-ci doit être envoyé par la poste à l’avance afin que je le reçoive au plus tard à la date prévue pour notre consultation.

**Mes engagements**

* Il n’est pas opportun de donner des conseils par courriel. De ce fait, si vous avez besoin de soutien entre les consultations, il est préférable de prendre un rendez-vous avec moi.
* Je n’établis aucun diagnostic, ne rédige aucune prescription et ne donne aucune directive de choix de vie.
* Je respecte le code de déontologie de l’école Écoute Ton Corps.

**Vos engagements**

Par cette entente, vous vous engagez à :

* être ponctuel. Si vous êtes en retard, la consultation se terminera tout de même à l’heure prévue.
* respecter vos rendez-vous. Toute consultation qui n’est pas annulée au minimum deux jours à l’avance est due.
* assumer la responsabilité des actions choisies et de leurs réalisations, car je ne peux ni les choisir, ni les réaliser à votre place. Si, après deux ou trois séances, vous n’observez pas d’amélioration significative dans votre qualité de vie, il serait préférable que nos consultations cessent.
* faire appel au médecin ou au psychologue de votre choix si des symptômes physiques ou psychologiques dépassant le cadre de cet accompagnement apparaissaient.
* ne pas cesser vos traitements médicaux qui ont pu vous être prescrits jusque-là, sans l’avis de votre médecin. Si vous les cessez, vous en assumerez l’entière responsabilité, car en tant que consultant, je ne peux pas suggérer la cessation de traitements.
* lire le code de déontologie de l’école Écoute ton corps sur le site Internet d’Écoute Ton Corps au [www.ecoutetoncorps.com](http://www.ecoutetoncorps.com) sous l’onglet ‘Consultations’.

**Le Consultant :** Mention « lu et approuvé » Lu et approuvé, le

Nom :

**Le Client :** Mention « lu et approuvé » Lu et approuvé, le

Nom :

En cas de litige, il est possible de communiquer avec un dirigeant de l’école Écoute Ton Corps en écrivant à [consultant@ecoutetoncorps.com](mailto:consultant@ecoutetoncorps.com)