Accompagnement & séance privée

Ce qu'on peut travailler ensemble



Cette liste regroupe une partie des domaines qu'il est possible de cibler durant un accompagnement ou une séance privée.
Elle n'est pas exhaustive, elle est là pour t'inspirer. Tu es libre de venir avec ce qui compte pour toi, où que tu en sois dans ta vie et peu importe ce que tu traverses.

Émotions 01

- Émotions refoulées & enfouies
- Deuils & séparations
- Stress & anxiété
- Peurs & phobies

Mental 02

- Charge mentale & surmenage
- Inquiétudes & ruminations
- Agitation & confusion
- Discernement, choix & libre arbitre

Identité 03

- Confiance, estime de soi & amour de soi
- Croyances limitantes & schémas de pensée
- Les 5 blessures de l'âme (rejet, abandon...)
- Relation à l'argent & à l'abondance
- Affirmation & expression de soi
- Limites & espace personnel
- Place & légitimité

Rapport à soi 04

- Ancrage, présence & paix intérieure
- Alignement & chemin de vie
- Lien au corps & à ses ressentis
- Perte de sens & déconnexion

Corps & bien-être 05

En complément d'un suivi médical.

- Tensions, douleurs & blocages
- Système nerveux & régulation
- Fatigue, épuisement & sommeil
- Récupération & régénération
- Inflammations & brûlures
- Rapport à la maladie, à la souffrance & à la guérison

Mémoires 06

- Souvenirs & chocs du passé
- Relation au passé, acceptation & pardon
- Schémas familiaux, héritage & transmission
- Inconscient & mémoire collective
- Vies antérieures & karmiques

Énergies 07

- Nettoyage & purification
- Protection & harmonisation
- Influences extérieures & parasites (entités)
- Mauvaises intentions & envoûtements
- Capacités & ressentis
- Libération d'emprise

Un doute, une question ?

Tu ne trouves pas ton sujet dans cette liste et tu te demandes si on peut l'aborder ensemble ?
Écris-moi par mail à contact@paumel.fr ou sur Instagram @thibaut.paumel

© 2026 Thibaut Paumel

L'énergétique est un outil pour t'accompagner sur ton chemin de vie. Cette pratique ne remplace ni un diagnostic, ni un traitement médical : si un suivi médical, psychologique ou autre est nécessaire, tourne-toi vers ton médecin ou un spécialiste adapté.