

Jennifer DI NOI

Sophrologue certifiée RNCP –
Hypnothérapeute –
Coach mentale RNCP –
Psychopraticienne TSE
**Spécialisée en gestion du stress, émotions,
performance mentale.**



CONTACT

06 67 05 54 25 / dinoijen@gmail.com
www.sophrologue-jdinoi.fr
Tremblay-en-France

COMPÉTENCES

- Gestion du **stress, des émotions et des troubles anxieux.**
- Coaching de **sportifs & préparation mentale.**
- Pratique de la **sophrologie, hypnose, TSE** et **coaching PNL**
- **Animation de groupes** : adultes, enfants, sportifs de haut niveau
- **Creation de supports pédagogiques** : cartes, scripts, audio
- Teleconsultation et interventions en distanciel

LANGUES

Italien (langue maternelle)
Portugais brésilien (langue maternelle)

FORMATION

PSYCHO PRATICIEN & PSYCHANALYSTE
2025/2029 - EFPP
cycle de 4 ans **psychopathologie et psychanalyse**

PSYCHO PRATICIEN TSE
2022/2025 - Way Inside
Spécialisation en thérapie solutionniste experientielle (TSE),
Thérapie mosaïc,
thérapie des états du moi (TEM)

SOPHROLOGUE
2022/2023 - IFS Paris
sophrologue certifié **RNCP**

MAÎTRE PRATICIEN HYPNOSE
2022/2023 - MHD formation
Praticien et maître praticien en hypnose Ericksonienne

COACH PROFESSIONNEL PNL
2018/2019 - MHD formation
Coach professionnel **certifié RNCP**

PROFIL

Professionnelle de l'accompagnement psycho-émotionnel, je propose un **soutien individualisé et des interventions en ligne pour des publics variés** (adultes, enfants, sportifs, entreprises).

Ma double expertise en thérapies brèves (sophrologie, hypnose, TSE) et en coaching de performance me permet d'agir efficacement sur la **gestion du stress, la confiance en soi, les troubles anxieux ou les objectifs de performance.**

Je conçois et anime également **des contenus de formation et des programmes de bien-être adaptés** aux besoins spécifiques des structures (QVT, sport, éducation, entreprises).

EXPERIENCES PROFESSIONNELLES

COACH FUTURNESS BY L'ÉTUDIANT
Depuis 2025 - COACH PROFESSIONNEL

- Coaching **scolaire**
- Coaching **orientation emploi / stage**
- Coaching **accompagnement du deuil**
- Coaching **développement personnel**
- Coaching **gestion du stress et de l'anxiété**

CABINET DE THÉRAPIE
Depuis 2022 - Psychopraticienne, sophrologue, hypnothérapeute, coach PNL

- Accompagnement individuel pour aider les clients à **gérer l'anxiété, les phobies, le deuil, le stress post-traumatique....**
- Utilisation des **techniques de sophrologie** pour améliorer la **gestion des émotions, la relaxation et le bien-être général.**
- Pratique de la **thérapie Mosaïc, TSE et TEM** pour le traitement **des traumatismes complexes, des TOC et des phobies.**
- Mise en place de **programmes personnalisés** pour **renforcer la confiance en soi et aider les clients à atteindre leurs objectifs personnels et professionnels.**
- **Animation d'ateliers de relaxation et de méditation en groupe,** avec une **approche holistique** centrée sur la réappropriation du schéma corporel.

FFSA — FÉDÉRATION FRANÇAISE SPORT AUTOMOBILE ACADEMY
Depuis 2018 - COACH PRÉPARATION MENTALE

- Accompagnement **d'athlètes de haut niveau sur la gestion du stress et le développement de l'estime de soi.**
- **Accompagnement mental et émotionnel d'athlètes de haut niveau** (pilotes de course) pour la gestion du stress en compétition..
- **Renforcement de l'estime de soi et travail** sur l'alignement des objectifs personnels et professionnels des athlètes pour les aider à **mieux gérer leurs performances.**