

LA REVUE DE *l'hypnose* ET DE *la santé*

DOSSIER : L'AMOUR ET L'HYPNOSE

Couple et hypnose • Attachement, couple, et amour • Pratique révisée du « ben démaré »

ATELIERS PRATIQUES

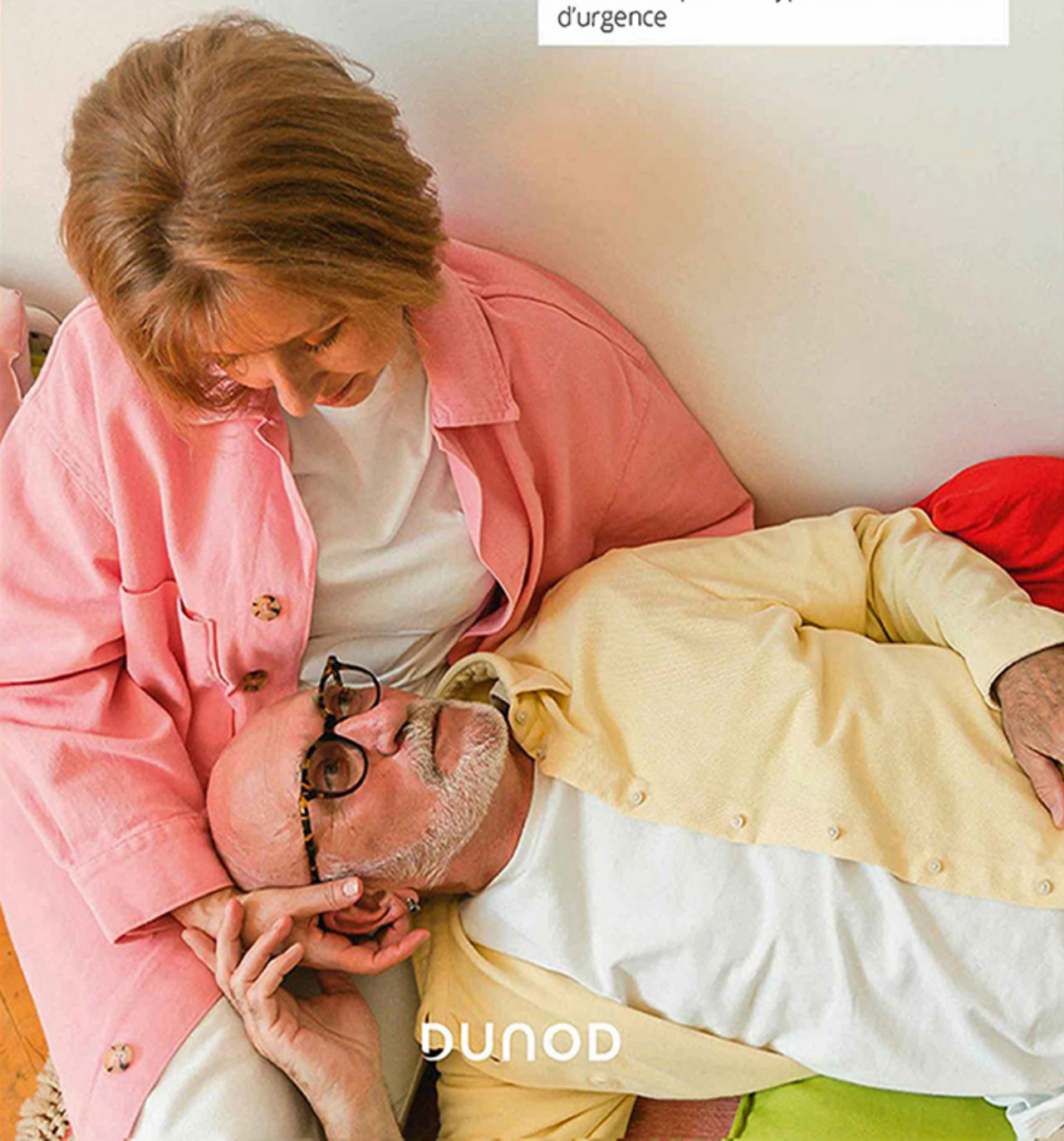
À propos de suggestion, d'influence et d'hypnose... • Autohypnose et douleurs • Pédodontie

NUMÉRO 26 – JANVIER 2024

19 €

CLINIQUES

Peur et torpeur • Hypnose en situation d'urgence



dunod

Penser l'hypnose en attendant Bordeaux

La Revue de l'hypnose et de la santé, particulièrement lors de ses dossiers thématiques, essaie de contribuer à penser l'hypnose. Après toutes les années lors desquelles l'hypnose a dû s'imposer, il semble évident que derrière, ou peut-être grâce à la diversité des pratiques dans ce domaine, il faille maintenant élaborer nos conceptions théoriques. Pour le dire plus simplement, de préciser nos réponses aux questions : qu'est-ce que l'hypnose thérapeutique ? De quoi s'agit-il ? Pourquoi ? Pour informer nos patients afin qu'ils puissent réellement avoir le choix et suffisamment de liberté.

Il ne s'agit pas bien sûr qu'ils sachent à l'avance ce qu'ils vont vivre avec nous. Cela n'aurait pas de sens et correspondrait à ce que le philosophe Hartmut Rosa qualifierait de perte de résonance, c'est-à-dire de vie, par un triomphe de la mise en disponibilité (Rosa, 2018 ; Rosa, 2020), en l'occurrence de l'hypnose. La résonance, probablement dimension essentielle de l'hypnose thérapeutique, ne pourrait pas survenir si tout ce qui se passait lors d'une séance d'hypnose était prévisible, y compris par le thérapeute. Non, il s'agit ici surtout peut-être de prévenir le patient de ce qu'il ne rencontrera pas avec son thérapeute, ou au contraire, de ce qu'il rencontrera si le thérapeute pratique une forme moins vivante d'hypnose. Un personnage qui connaît les réponses, qui administre aux patients des conseils sur ce qu'ils doivent faire en tirant un savoir d'un corpus universel et précis en l'appliquant au pied de la lettre, ou bien quelqu'un qui essaie de composer avec un manque et un non-savoir (Chertok, 1979).

Dans notre revue, nous pensons que l'hypnose consiste à faire vivre une expérience, une rencontre lors ou à la suite de laquelle un changement de comportement va survenir, dans le respect de la demande du patient tout en n'étant pas capable de garantir que tout se passe comme le patient le souhaite. Cette complexité philosophique semble justifier que les organisateurs du prochain forum CFHTB de Bordeaux aient décidé de poser le mot « philosophie » comme mot-clé dans son programme, au côté d'autres mots-clés plus savants !

Thierry Servillat, médecin psychiatre et rédacteur en chef RHYS

Hartmut Rosa. *Une sociologie de la relation au monde*, La Découverte ; 2018.

Hartmut Rosa. *Rendre le monde disponible*, La Découverte ; 2020.

Chertok Léon (1978), *Le non-savoir des psys*.

*L'hypnose entre la psychanalyse
et la biologie*, Payot ; 1978.

LA REVUE DE
l'hypnose
ET DE
la santé

Les auteurs de ce numéro



Arnaud Gouchet
est médecin
hypnopraticien au CETD
du CH de Saint-Brieuc,
dans les Côtes-d'Armor.



Pascal Vesproumis
est médecin addictologue
en Haute-Savoie.



Jeanne-Marie Jourden
est masseuse-
kinésithérapeute
à Lannion, dans
les Côtes-d'Armor.



Catherine Martin
est chirurgien-dentiste
à Lagraulière, en Corrèze.



Marion Etifier
est anthropologue
et tradipraticienne
au Carbet, en Martinique.



Silvia Morar
est neurochirurgienne
et enseigne l'hypnose
à l'université Paris-Sud.



Nicolas Gouin
est psychiatre à Rezé,
en Loire-Atlantique.



Claire Michel
est neurologue
à Hanzinne, en Belgique.



Cyril Le Roy
est infirmier au CHU
d'Angers, en Maine-et-
Loire.



Maxime Bellego
est psychologue clinicien
à Toulon, dans le Var.



Antoine Bioy
est psychologue-
psychothérapeute
et professeur
des universités
à l'université de Paris-8.



Joëlle Mignot
est psychologue
clinicienne, spécialisée
en sexologie clinique,
à Paris.



Gérard Ostermann
est professeur
de thérapeutique,
médecin interniste,
psychothérapeute
analyste.



Kevin Groguenin
est psychologue clinicien
à Fort-de-France,
en Martinique.



Émile Notté
est psychologue clinicien
au centre hospitalier
La Chartreuse à Dijon,
en Côte-d'Or.



Antoine Collin
est infirmier en santé
mentale au centre
médico-psychologique
du CH Esquirol de
Limoges, en Haute-
Vienne.



Thierry Servillat
est médecin psychiatre
à Rezé, en Loire-Atlantique.



Gaëlle Margerard
est infirmière
et assistante dentaire
dans un cabinet
d'omnipratique
et d'implantologie
à Malzéville, en Meurthe-
et-Moselle.



Patrick Bellet
est médecin à
Vaison-la-Romaine,
dans le Vaucluse.
Il est le fondateur
de la Confédération
francophone d'hypnose
et de thérapies brèves
(CFHTB).

Sommaire

Éditorial	1
Les auteurs de ce numéro	2
ATELIERS PRATIQUES	
La statue de soi	5
À propos de suggestion, d'influence et d'hypnose...	8
Autohypnose et douleurs	11
Technique d'hypnose en pédodontie	17
La vie entre nos mains!	22
CLINIQUES	
Peur et torpeur	27
Tic-Toc... Tic-Tac... Boum!	35
Hypnose en situation d'urgence: des adaptations nécessaires	44
ÉCHOS DE LA SCIENCE	
Des nouvelles de la science et de l'hypnose	52
DOSSIER • L'AMOUR ET L'HYPNOSE	
Introduction	60
Couple et hypnose: un carrefour philosophique?	62
Attachement, couple, et amour: une union à trois?	73
OUVERTURES	
Pratique révisée du « <i>ben démaré</i> », une tradition créole révélée au goût du jour	85
Eugène Azam, 1887. Le hasard, l'hystérie et l'observation	93
<i>Les Chaussettes trouées: petites pensées sur la psychiatrie et l'hypnose</i>	99
<i>In vino veritas: l'hypnose sauce bourguignonne</i>	103
ABÉCÉDAIRE	
S/bécédaire Souvenir quand tu me tiens... en laisse	107



La statue de soi

J'utilise cet exercice pour modifier la façon dont un·e patient·e se perçoit, ressent son corps, se sent en relation avec son environnement, etc.

Arnaud Gouchet

Le principe : il faut deux chaises pour le patient, idéalement identiques. On demande soudainement au patient de changer de chaise, créant à cette occasion un effet de surprise. On invite alors le patient à envisager la statue qui est installée dans la chaise libérée : c'est la statue d'une personne qui se tient assise, là, les pieds posés au sol, les mains installées sur les cuisses, etc. On propose alors au patient de choisir, pour chaque partie de la statue, la matière dont elle est constituée, son aspect, sa texture, sa température, sa couleur et ses motifs, etc. La consigne générale donnée au patient est que « *la statue doit être la plus*

conforme possible à la situation ». C'est un travail de réification, suivi d'un temps de transformation. Je convoque pour cela une bonne fée, à laquelle le patient va pouvoir formuler trois vœux. Chaque vœu porte sur un changement que le patient souhaite apporter à la statue, afin de la rendre plus « *fonctionnelle* », « *optimale* », etc. Un *signaling* permet au patient de confirmer la réalisation de chaque vœu. Enfin, à l'occasion d'une profonde inspiration, on propose au patient d'inviter cette statue à prendre à sa place à l'intérieur, d'occuper l'espace intérieur disponible, de reprendre sa place, et ainsi d'accueillir cette statue, et toutes les sensations nouvelles et/ou

différentes qu'elle suscite. On ratifie enfin tous les commentaires du patient, en l'invitant éventuellement à reproduire l'expérience chez lui, en autohypnose, afin de trouver par essais successifs une configuration optimale.

Illustration : Marie souffre de douleurs chroniques diffuses. Durant l'anamnèse, je l'enjoins subitement à changer de chaise :

« OK, est-ce que vous pouvez vous installer dans la chaise qui est là, à votre droite ? »

Elle s'exécute. Je reprends :

« Super. Maintenant, je vous propose de fermer vos paupières et de

vous intéresser à la chaise qui est à votre gauche, il y a une statue qui est assise sur cette chaise. Elle a les pieds au sol, les mains posées sur les cuisses. Observez-la attentivement : de quoi est-elle faite, cette statue ? De quelles matières ? Vous pouvez choisir : les différentes parties de la statue peuvent être constituées de matières identiques ou différentes... Prenez le temps de choisir, envisagez une à une toutes les parties de cette statue : quelle matière ? Quelle couleur, quel motif ? Et la température ? » Naturellement, il faut observer des silences pour laisser le patient travailler, utiliser le *signaling* pour rester



synchronisé. Vient alors le deuxième temps de l'exercice :

« Lorsque vous avez confectionné cette statue, qu'elle est conforme à la situation, qu'elle exprime tout ce qu'elle a à exprimer, alors je vous invite à l'observer attentivement sous toutes ses coutures. Vous pouvez tourner autour d'elle, ou bien la faire tourner sur elle-même, dans tous les sens, pour bien observer, et vérifier tout ce que vous avez besoin de vérifier. » Ici encore, un *signaling* nous permet de vérifier que le patient a bien suivi la consigne. On peut alors passer au troisième temps de l'exercice :

« Maintenant, je vais vous proposer quelque chose de spécial. Aujourd'hui, c'est un jour un peu spécial, vous êtes venue me voir pour faire de l'hypnose, alors je vais vous proposer de solliciter celle que l'on appelle parfois notre bonne fée. Certains l'appellent leur ange gardien, ou leur bonne étoile, qui les guide et les protège au quotidien depuis leur naissance. Nous l'appellerons votre bonne fée. Et, comme toute bonne fée, elle est là pour exaucer des vœux. Aujourd'hui, vous pouvez formuler trois vœux à votre bonne fée. Je vous propose maintenant de formuler votre premier vœu : cela peut être quelque

chose à changer pour cette statue, pour la rendre peut-être plus fonctionnelle, pour améliorer quelque chose la concernant... Vous pouvez lui demander ce que vous voulez. Formulez votre premier vœu, puis observez comment votre bonne fée s'y prend pour le réaliser. Quand elle a terminé, vous me l'indiquez d'un signe de tête. »

Et ainsi de suite pour les deux autres vœux, en ratifiant et en valorisant chaque étape. Pour terminer, vient le quatrième temps :

« Voilà, c'est super. Votre bonne fée a bien travaillé, et c'est important de la féliciter et de la remercier. Puis en prenant une grande inspiration, je vous invite maintenant à faire entrer la statue à l'intérieur de vous-même, invitez-la à prendre ou reprendre sa place, sa juste place, à occuper l'espace intérieur. Soyez attentive à accueillir également toutes les sensations que cela procure, ici et là, à mesure qu'elle reprend sa place, et vous pouvez l'aider en bougeant doucement les parties de votre corps les unes après les autres, comme pour vous remettre en mouvement, et vous reconnecter petit à petit à tout ce qui vous environne ici, dans cette pièce, aujourd'hui. »



À propos de suggestion, d'influence et d'hypnose...

Dans le cadre des conférences mensuelles grand public en webinaire de l'ACCH (atelier clinique de la confusion hypnotique), Pascal Vesproumis, en décembre 2022, a invité Antoine Bioy et Jean-Luc Romero, à débattre autour de deux questions.

Pascal Vesproumis

- Est-il possible d'échapper aux suggestions qui nous entourent au quotidien ?
Influencent-elles toujours nos décisions ?
 - En sachant que l'hypnose utilise la suggestion, expose-t-elle le patient au pouvoir du thérapeute ?
- conseiller scientifique UNESCO (chaire 918);
 - coordinateur scientifique de l'agence des médecines complémentaires et alternatives;
 - docteur en psychologie et psychothérapeute au CHU de Bordeaux.

Antoine Bioy est :

- professeur des universités en psychologie clinique et psychopathologie (Université de Paris-8);
- responsable scientifique du centre de formation et d'étude en hypnose (IPNOSIA);

Jean-Luc Romero est :

- adjoint à la mairie de Paris responsable des droits humains, de l'intégration et de la lutte contre les discriminations;
- conseiller du XII^e arrondissement de Paris responsable du tourisme et des métiers d'arts;