OCTOBRE 2019 / VOLUME 9 / 26€ | WWW.DUNOD.COM

TRaNSES

LA REVUE DE L'HYPNOSE ET DE LA SANTÉ

PRATIQUES ET FORMATIONS

LIBRE COURT

L'HYPNOSE DANS LE TRAITEMENT
DE LA DRÉPANOCYTOSE

FORMATION

DÉCOUVREZ
UNE NOUVELLE MANIÈRE
DE PRATIQUER L'HYPNOSE



DOSSIER

SILENCE

PRÉSENCE À L'ABSENCE, SILENCE FÉCOND :
LA PLACE DU SILENCE EN HYPNOSE MÉDICALE

CONSCIENCE

DE L'HYPNOSE MUSICALE
À L'HYPNOSE ARTISTIQUE

EN APESANTEUR

S'ENVOYER EN L'AIR
AVEC L'HYPNOSE

SPORT

HOCKEY SUR GLACE
ET TRANSE

DUNOD

Éditorial
La vérité on ne s'en fiche pas

Parmi les mots de notre vocabulaire qui présentent aujourd'hui une difficulté certaine, il y a celui de « moderne » et celui qui en est dérivé, de « modernisme ». C'est probablement pour cela que depuis quelques décennies ils ne sont plus vraiment utilisés.

En psychologie, particulièrement dans le milieu des thérapeutes utilisant l'hypnose, on a même parlé à un certain moment de postmodernisme. Là aussi, ce terme est beaucoup moins utilisé de nos jours.

Moderne voulait initialement dire « à la mode ». L'hypnose est à la mode, mais on ne la qualifie pas de moderne.

Probablement parce que depuis une cinquantaine d'années maintenant, a émergé aussi un regard sur le réel qui, en se complexifiant, ce qui est utile, a pu déconstruire utilement la notion de vérité.

Quand cette déconstruction va dans le sens de la tolérance, de l'ouverture d'esprit (« *open mind* » préconisée par Milton Erickson) cela est assurément une bonne chose. Comme le disait le regretté Thierry Melchior[1], prenant la suite des grands physiciens du XX^e^ siècle comme Heisenberg, construire la réalité est, au moins en partie, ce qui permet de soigner bon nombre de patients qui se trouvent ainsi à nouveau aptes à participer à la construction du monde.

Simultanément, quand il y a confusion entre réel et vérité, il semble résulter de cette déconstruction un certain nombre de problèmes.

Les réseaux sociaux et Internet en général en sont une belle illustration. Comme a pu l'évoquer précocement le brillant Yves Citton[2], confirmé depuis par un nombre croissant de recherches, ces torrents de données qui ne sont pas toujours de vraies informations, et même pour beaucoup d'entre elles des « *fake news* », participent activement à l'extension des problèmes anxieux et dépressifs dans nos sociétés. Au point qu'il existe assurément une disparition, certes relative, de la notion de vérité, disparition contre laquelle heureusement bon nombre de journalistes se battent.

À *TRaNSES* nous faisons nôtre aussi ce combat. Modestement, nous tentons de contribuer au maintien d'une certaine rigueur, rigueur qui comme le disait le grand Bateson permet une véritable créativité.

Que deviendrait la justice si nous abandonnions la notion de vérité ?

Et que deviendraient nos sciences si nous abandonnions la recherche de ce qui est vrai ?

Il n'y aurait évidemment plus de logique possible, tous les raisonnements se vaudraient par principe et il n'y aurait plus de débat : vous avez dit



Thierry Servillat
est psychiatre, ancien chef de clinique assistant des Hôpitaux. Il exerce au Centre Interdisciplinaire de Thérapie Intégrative à Rezé, dans la banlieue nantaise. Il y dirige l'Institut Milton H. Erickson (RIME44).

1. Thierry Melchior, *Créer le réel,* Paris : Seuil, 1998.
2. Yves Citton, *Pour une écologie de l'attention*, Paris : Seuil, 2014.

« résonance » avec ce que vous voyez dans le monde actuel ?
La génération précédente, celle des quinquas vieillissants dont je fais partie, a pu en partie se reconnaître dans cette postmodernité qui déconstruisait la réalité : cela était grisant. Peut-être que lors de certains états de conscience modifiée, *tout est possible*, mais il y a quand même un réel et la génération actuelle s'en rend compte aujourd'hui, souvent un peu brutalement.
Fin de la récréation ? Ce qui arrive à l'homéopathie pourrait le laisser penser, si les pouvoirs publics confirment, ce qui n'est pas encore le cas à l'heure où j'écris cet éditorial, le déremboursement de l'homéopathie.
Pourtant, tout n'est pas joué peut-être. Il y a encore des chercheurs, et même de plus en plus, qui conjuguent rigueur et imagination, il y a encore des logiciens, des évaluateurs, des enseignants honnêtes qui ne profitent pas de ce postmodernisme et se posent des questions.
TRaNSES est avec eux, et diffuse leur travail et leur réflexion. Avec la mise en évidence croissante de l'importance de la relation dans les transes thérapeutiques, commence à émerger de façon consistante la question de l'authenticité du thérapeute.
Authentique ? Vraiment ?

Thierry Servillat
rédacteur en chef

Sommaire

Éditorial
Thierry Servillat 1

Transes Lucide
De l'hypnotisabilité à la mystique
Antoine Bioy et Chantal Wood 5

Libre court
La drépanocytose, une maladie aux conséquences multiples
Marion Richard et Marie-Armelle Mubiri 8

Transes… Formation
C'est comme si…
Jean-Luc Roquet 18

L'hypnose pour redonner le sourire au chirurgien-dentiste et à ses patients !
Pascale Reynette 24

Transes… Action
Autohypnose et arts visuels
Allain Cassagneau 28

Transes… Missions
Être à la page
Silvia Morar, Nicolas Gouin et Christian Barbier 32

DOSSIER : SILENCE

Enjoy the silence…
Antoine Bioy 38

Le son du silence
Fabienne Kuenzli 41

On parle du silence
Jean-Claude Lavaud 49

Devenir disponible : sur le silence dans l'hypnose clinique
Maurício S. Neubern et Margot Dravet-Xavier 58

Les silences féconds en pratique médicale
Marie Floccia, Idrissa Ndiaye, Christophe Ottenwaelder, Christian Barbier, Thierry Sage 66

Transes… Culturel
Névrose et humour
Dominique Megglé 76

Transes… Figure
Jean Lassner : un anesthésiste hors du commun
Arnaud Gouchet 82

Transes… Codeur
Le *mind mapping*
Fabienne De Broeck 92

Libre court
S'envoyer en l'air avec l'hypnose, récit d'une expérience
Antoine Bioy 99

Transes… Bordeur
Sur les ponts de Nantes…
Pascal Ory 107

Libre court
Une pragmatique de l'enchantement : modélisation stratégique du changement psychothérapeutique
Grégory Lambrette 112

Transes… Sport
Faire abstraction de la volonté au moment opportun
Pierre Bouillon 123

Transes… Paraître
Guide professionnel des interventions non médicamenteuses. Prévenir, soigner et guérir grâce aux INM
Grégory Ninot 129

Transes… Versales
Sérendipité et hypnose
L'art du hasard et de l'inventivité
Patrick Bellet 133

Transes… sur le Net 138

Transes… Scriptions
Patrice Marvanne, Arnaud Gouchet 139

Transes… Humances 141



IPNOSIA
Centre de Formation et d'Etude en Hypnose

Hypnose et Personnes âgées

Formations accessibles à partir de 70H de formation initiale (Ipnosia, CFHTB, DU...). Journées proposées par le Dr Marie Floccia (CHU Bordeaux), avec des professionnels exerçant auprès de cette population.



FORMATION COMPLETE - 6 JOURS - BORDEAUX

Objectifs :

- Comprendre les particularités de l'hypnose chez les personnes âgées et dans le contexte gériatrique plus spécifique
- Appliquer ces particularités au domaine de l'hypnoanalgésie
- Adapter l'hypnose pour les patients ayant une maladie d'Alzheimer ou apparentée, quels que soient le stade et les possibilités de communication
- Utiliser l'hypnose pour accompagner les pathologies du mouvement (Parkinson, AVC, syndrome postchute…)
- Accompagner la fin de vie en gériatrie avec l'hypnose
- Travailler l'aide aux aidants à travers l'hypnose

FORMATION « PRATIQUES DE BASE » - 2 JOURS - PARIS

Objectifs :

- Comprendre les particularités de l'hypnose chez les personnes âgées et dans le contexte gériatrique plus spécifique
- Appliquer ces particularités au domaine de l'hypnoanalgésie
- Adapter l'hypnose pour les patients ayant une maladie d'Alzheimer ou apparentée, quelque soit le stade et les possibilités de communication

RENSEIGNEMENTS (dates, tarifs...) :
ipnosia.fr ou secretariat@ipnosia.fr

De l'hypnotisabilité à la mystique

Dans cette rubrique, nous faisons le point sur les recherches récentes importantes pour notre compréhension de l'hypnose et des transes thérapeutiques.

L'hypnotisabilité

L'hypnotisabilité continue à être un large sujet d'étude. Palfi *et al.* (2019) montre qu'après un premier contact en présentiel, que le patient bénéficie d'une séance d'hypnose par Internet ou à nouveau en présentiel n'a pas vraiment d'incidence : il sera hypnotisé avec la même efficacité dans les deux cas.
Kirenskaya *et al.* (2019) montrent que la dimension physiologique de l'hypnotisabilité est bien réelle et par ailleurs que les sujets très susceptibles à l'hypnose ont des systèmes d'attention frontale plus efficaces dans la détection, l'intégration et le filtrage de l'information.

Côté clinique !

Une équipe française (Hoslin *et al.*, 2019) a proposé une séance d'hypnose enregistrée, pour la mise en place de cathéters à chambre implantable, sous anesthésie locale, sans sédation. L'étude a recruté 148 patients, 71 ont fait partie du groupe contrôle et 77 du groupe hypnose, qui écoutaient la séance d'hypnose de 26 minutes. L'évaluation s'est faite avec le score EVAN-LR (Évaluation du Vécu de l'Anesthésie Loco-régionale, échelle de 0 à 100, score de satisfaction maximale). L'index global de EVAN-LR était significativement plus élevé dans le groupe hypnose ; les sous-items de confort et de douleur étaient meilleurs dans le groupe hypnose alors qu'il n'y avait pas de différence sur l'attention, l'information, et le temps d'attente. Cette étude est la première à évaluer, et à montrer l'effet d'une séance d'hypnose enregistrée, lors de la mise en place d'un cathéter à chambre implantable chez des patients présentant un cancer. Les patients étaient plus satisfaits, avaient plus de confort et de contrôle sur leur douleur.
Hasan *et al.* (2019), quant à eux, ont cherché à montrer que l'hypnothérapie délivrée par Skype, chez 20 patients présentant un syndrome du côlon irritable (SCI) pouvait être efficace. L'hypnose est efficace sur le SCI,


1


2

1. Antoine Bioy est professeur des universités habilité à diriger des recherches (université Paris 8), docteur en psychologie clinique et psychopathologique. Il est également expert scientifique du centre de formation et d'étude en hypnose IPNOSIA (www.ipnosia.fr).

2. Chantal Wood
est praticien hospitalier, médecin de la douleur, ex-responsable du Centre de la Douleur chronique au CHU de Limoges.

mais ne peut être proposée à tous les patients. Les auteurs ont proposé une consultation en face à face suivie de 12 sessions d'hypnose données par Skype. Utilisant comme objectif une réduction de 50 % du score de gravité du SCI (IBS Symptom Severity Score), ils ont montré que 65 % des sujets avaient bien réagi à l'hypnose par Skype par rapport à 76 % avec une séance d'hypnose classique. Ils présentaient également des améliorations sur les plans de la qualité de vie, l'anxiété et la dépression. Une réduction de 30 % de la douleur était également présente. Ces résultats étaient tous meilleurs en présentiel que par visioconférence. Pour autant, 70,6 % des patients ayant bénéficié de l'hypnose par Skype n'auraient pu avoir ce traitement en raison de l'éloignement, ou du stress du voyage lié aux symptômes digestifs. Les 29,4 % restants ont dit qu'ils auraient pu faire le voyage, mais cela aurait été difficile en raison de la sévérité des symptômes, de leurs obligations professionnelles, des enfants, et du coût présenté. Assez logiquement donc, les auteurs concluent que même si l'hypnose par Skype est légèrement moins efficace, c'est une bonne alternative quand l'accès à l'hypnose est limité localement ou quand les patients ne peuvent faire le trajet du fait de la sévérité des symptômes.

Me, Myself and... God

Le trouble de la personnalité multiple, devenu troubles dissociatifs de l'identité (DID) dans le DSM-5, est un trouble intrigant, complexe, avec des implications culturelles et épistémologiques profondes, allant jusqu'à la question de la possession. Or, l'hypnose est étroitement liée aux DID et à la possession depuis son origine au XVIII^e^ siècle, d'autant qu'elle a récemment prouvé sa capacité d'induire notamment des illusions du contrôle par un autre, et à induire des vécus analogues à une possession spirituelle. Dans cette étude (Facco *et al.*, 2019), les auteurs présentent cinq « virtuoses hypnotiques », exempts de tout trouble psychiatrique, faisant spontanément l'expérience de l'émergence d'identités multiples lors d'une hypnose sans suggestion pour cela. L'idée est d'aller voir en imagerie ce qu'il se passe. Plus précisément, pendant l'hypnose, les sujets ont fait l'expérience spontanée d'apparition d'autres personnes, avec une amnésie posthypnotique. Lors de cette expérience, l'IRM a montré une diminution significative de la connectivité dans le Default Mode Network, en particulier entre le cortex cingulaire postérieur et le cortex préfrontal interne. Les résultats permettent de formuler l'hypothèse audacieuse d'un continuum entre un fonctionnement psychique où des identités multiples peuvent coexister au niveau inconscient et parfois émerger dans la conscience mais qui serait non pathologique, et des DIDs, où des personnalités multiples apparaissent comme des composantes dissociées, ostensiblement autonomes, donnant lieu à des dysfonctionnements, des pertes de contrôle et de la souffrance du sujet. Cette étude de Facco et collaborateurs pousse un peu plus la redéfinition actuelle du normal et du

pathologique, à la lumière des fonctionnements induits par l'hypnose, ou apparentés. Nous sommes à l'aube de ce mouvement, qui promet une jolie révolution...

Pas très éloigné de cette étude, celle de Lifshitz *et al.* (2019) qui s'appuie sur les personnes qui semblent avoir un *talent* pour l'expérience spirituelle : elles sentent facilement la présence d'êtres surnaturels, reçoivent des messages de Dieu, et rapportent des sentiments intenses de dépassement de soi, de crainte, d'émerveillement. Les auteurs passent en revue les éléments convergents de preuve, et montrent que les personnes dans ces situations ont toutes un niveau élevé au trait de personnalité *absorption* (échelle de Tellegen). Globalement, elles sont particulièrement propices à avoir des vécus de transcendance, jusqu'à des extases mystiques dans certains cas. Plusieurs mécanismes peuvent aider selon les auteurs à expliquer la relation entre l'absorption et l'expérience spirituelle : ils suggèrent en particulier que l'absorption amène à un état d'esprit expérientiel qui intensifie le vécu sensoriel. Ceci permettrait aux personnes de vivre de façon très réelle ce qui est imaginé (et qui préexiste à ces expériences : elles ne sont pas si spontanées que cela...).

Bibliographie

Facco, E., Mendozzi, L., Bona, A., Motta, A., Garegnani, M., Costantini, I., Lipari, S. (2019). Dissociative identity as a continuum from healthy mind to psychiatric disorders: Epistemological and neurophenomenological implications approached through hypnosis. *Medical Hypotheses*, *130*, 109274. https://doi.org/10.1016/j.mehy.2019.109274

Hasan, S. S., Pearson, J. S., Morris, J., & Whorwell, P. J. (2019). Skype hypnotherapy for irritable bowel syndrome : Effectiveness and Comparison with Face-to-Face Treatment. *International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis*, *67*(1), 69-80. https://doi.org/10.1080/00207144.2019.1553766

Hoslin, L., Motamed, C., Maurice-Szamburski, A., Legoupil, C., Pons, S., & Bordenave, L. (2019). Impact of hypnosis on patient experience after venous access port implantation. *Anaesthesia Critical Care & Pain Medicine*. https://doi.org/10.1016/j.accpm.2019.02.013

Kirenskaya, A. V., Storozheva, Z. I., Solntseva, S. V., Novototsky-Vlasov, V. Y., & Gordeev, M. N. (2019). Auditory evoked potentials evidence for differences in information processing between high and low hypnotizable subjects. *International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis*, *67*(1), 81-103. https://doi.org/10.1080/00207144.2019.1553764

Lifshitz, M., van Elk, M., & Luhrmann, T. M. (2019). Absorption and spiritual experience: A review of evidence and potential mechanisms. *Consciousness and Cognition*, *73*, 102760. https://doi.org/10.1016/j.concog.2019.05.008

Palfi, B., Moga, G., Lush, P., Scott, R. B., & Dienes, Z. (2019). Can hypnotic suggestibility be measured online? *Psychological Research*. https://doi.org/10.1007/s00426-019-01162-w

La drépanocytose, une maladie aux conséquences multiples

Le vécu de la drépanocytose est très lourd à porter, tant pour les patients que pour l'entourage. Marion Richard et Marie-Armelle Mubiri nous invitent à partager leur expérience de l'hypnose, qui aide du mieux possible à vivre avec cette pathologie.

La drépanocytose est une pathologie génétique héréditaire, résultant d'une mutation du gène de l'hémoglobine. Elle demeure la pathologie génétique la plus fréquente en France[1]. L'individu qui en est porteur est exposé à des douleurs paroxystiques, notamment durant les périodes de crises vaso-occlusives[2]. On note également que la majorité des populations drépanocytaires vivant en métropole française est issue des départements et territoires d'Outre-Mer et des pays d'Afrique subsaharienne.

Bien que la symptomatologie de la drépanocytose varie, les individus qui en sont atteints s'avèrent marqués par la prégnance de douleurs aiguës récurrentes et chroniques, et ce, tout au long de leur vie. En effet, les crises vaso-occlusives peuvent débuter dès les premiers mois de vie. Quel que soit l'âge, ces crises extrêmement douloureuses représentent un danger mortel si elles ne sont pas prises en charge très rapidement. C'est pourquoi les crises drépanocytaires constituent une priorité dans les services d'urgences hospitaliers. De fait, au regard de la mise en péril qui les caractérise, elles plongent l'individu dans un vécu de mort imminente.

Avec les témoignages de deux personnes, nous nous proposons ici, d'illustrer le vécu de la drépanocytose tant dans son éprouvé douloureux, que dans les histoires traumatiques qu'elle dissimule ou engendre parfois.

L'utilisation de l'hypnose auprès des personnes atteintes de drépanocytose est pertinente parce qu'elle favorise la gestion de la douleur et de l'anxiété. De plus, elle constitue un outil solide pour l'hypnothérapeute en charge des troubles psychotraumatiques inhérents à la maladie.

> **Les crises drépanocytaires constituent une priorité dans les services d'urgences hospitaliers**

1. En 2014, 397 nouveau-nés ont été dépistés avec un syndrome drépanocytaire majeur à la naissance en France métropolitaine, 476 si on y inclut les DOM-TOM. Source : Institut de veille sanitaire.http://invs.santepubliquefrance.fr/fr/Dossiers-thematiques/Maladies-chroniques-et-traumatismes/Drepanocytose/Donnees-epidemiologiques

2. Obstruction des capillaires sanguins, par des agrégats de globules rouges falciformés (du fait de la présence d'hémoglobine S), entraînant un défaut d'oxygénation des tissus.