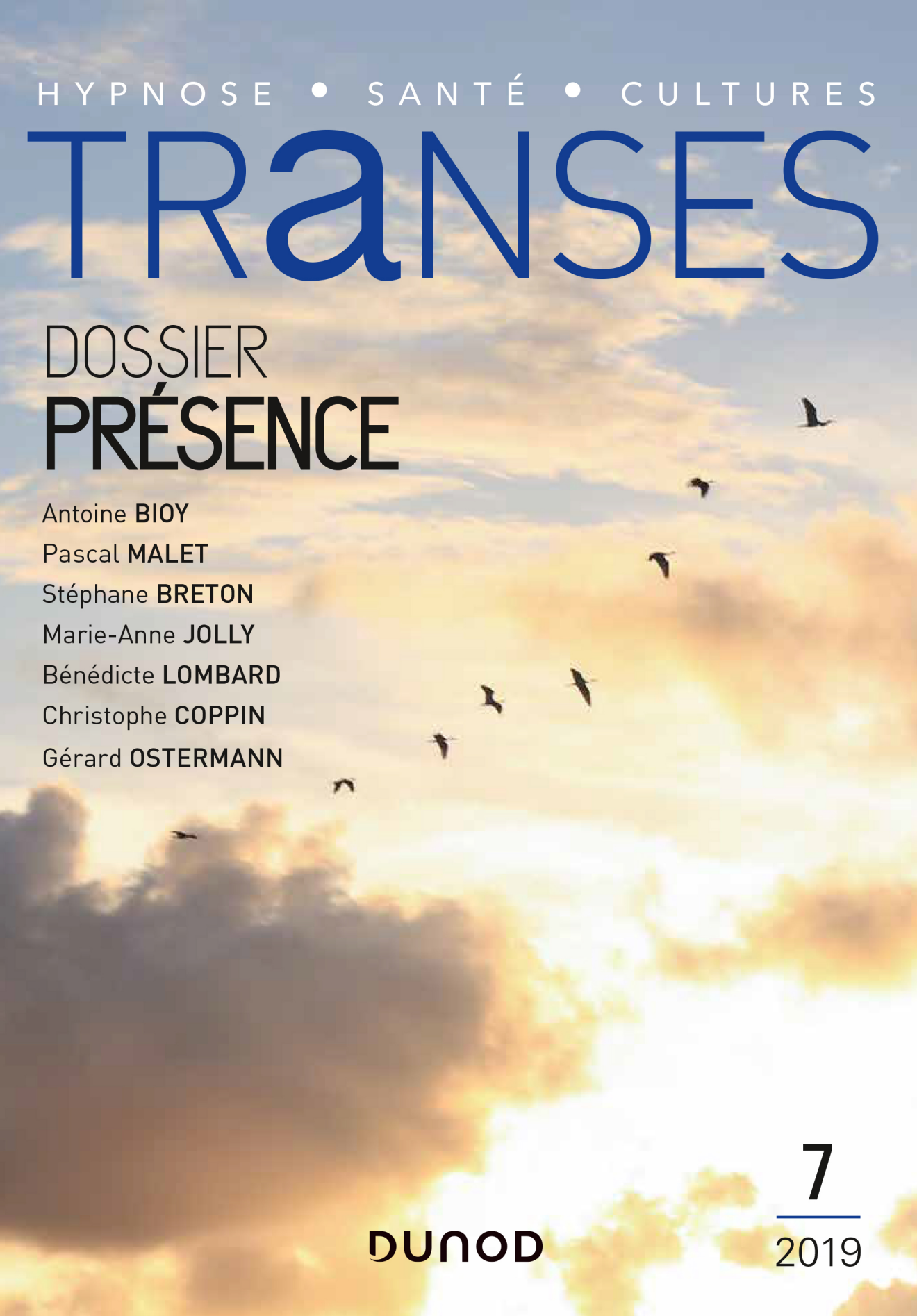

HYPNOSE • SANTÉ • CULTURES

TRANSES

DOSSIER
PRÉSENCE

Antoine **BIOY**
Pascal **MALET**
Stéphane **BRETON**
Marie-Anne **JOLLY**
Bénédicte **LOMBARD**
Christophe **COPPIN**
Gérard **OSTERMANN**

DUNOD

7
2019

Éditorial
Un référentiel pour l'hypnose ?

Il semble que nous entrions depuis quelque temps dans une phase très contradictoire, et peut-être même paradoxale concernant les médecines complémentaires en France.

D'un côté elles sont plébiscitées par les usagers, et les soignants sont nombreux à vouloir s'y former, particulièrement à l'hypnose mais pas seulement.

D'un autre côté, les formateurs qui ont, pendant des années, lutté pour la diffusion et la reconnaissance de ces pratiques, sont confrontés à un certain nombre de difficultés.

Ces dernières se sont manifestées notamment lors des États Généraux de l'Hypnose Clinique et Thérapeutique tenus à Paris en novembre dernier, à l'initiative de la CFHTB. Le moment le plus intense a certainement eu lieu lors de la première journée, avec la venue de Mme Michèle Lenoir-Salfati, directrice de l'Agence Nationale du Développement Professionnel Continu (ANDPC). Celle-ci était particulièrement attendue par les infirmières et infirmiers notamment libéraux dont certains, de plus en plus nombreux, choisissent de quitter leur métier pour s'installer comme praticiens en hypnose.

Nous pourrions d'abord dire que la venue de cette dame était courageuse. Il était prévu qu'elle se trouve exposée aux inquiétudes de ces infirmières et infirmiers dont les demandes de formation à l'hypnose sont très souvent refusées. Ce climat pénible a d'ailleurs motivé la création d'un Collectif National des Infirmiers Praticiens en Hypnose (CNIPH) par Élisabeth Barbier et Stéphanie Desanneaux-Guillou, avec une marraine renommée, Roxanna Erickson Klein, une des filles de Milton Erickson, elle-même infirmière.

Mme Lenoir-Salfati s'était manifestement préparée, ne paraissant d'ailleurs pas détester ce type de rencontre. Parlant en tant que responsable d'une structure s'occupant uniquement de formation continue, elle s'est quand même exprimée sur le traitement actuel de l'hypnose par les pouvoirs publics. Peu convaincante quand il s'agit d'affirmer que l'hypnose est un acte nécessairement médical[1], elle a surpris en affirmant qu'elle était prête à financer des formations à l'hypnose pour les infirmiers libéraux.

Mais l'inquiétude des infirmiers présents, sujet principal du débat qui s'est tenu, portait tout autant sur les mesures mises en œuvre depuis peu pour tenter d'encadrer leur pratique. Et le débat a déçu. Beaucoup des formateurs présents dans la salle ont renchéri sur les aspects techniques de l'hypnose, espérant montrer combien l'hypnose pouvait, par sa technicité, être une thérapeutique crédible.

Le plus grave n'était pas qu'ils se contredisent entre eux, mais qu'ils se trompent de débat (comme l'a rappelé Antoine Bioy, le savoir scientifique sur l'hypnose est désormais conséquent) et



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. Voir notre rubrique Transes Formation p. 91

que Mme Lenoir-Salfati ne se trouve pas entendue lorsqu'elle a lancé un véritable appel à élaborer des référentiels de pratique, de compétence et de formation pour l'hypnose, comme elle a pu en organiser pour l'ostéopathie. Les contradictions et les paradoxes ont toujours une logique. Bon nombre de formateurs actuels paraissent quitter la conception éricksonienne d'une hypnose naturelle et physiologique naissant spontanément d'une relation thérapeutique de haute qualité, faite de modestie et d'humilité. S'ils restent aveuglés par leur soif de reconnaissance personnelle, le chemin sera encore long avant que l'on puisse parvenir à l'élaboration des nécessaires référentiels pour l'hypnose !

Thierry Servillat,
rédacteur en chef

HYPNOTHÉRAPIE



TRAITÉ D'HYPNOTHÉRAPIE
Fondements, méthodes, applications

Antoine BIOY, Didier MICHAUX

Après avoir été longtemps reléguée au rang des médecines parallèles, l'hypnose reprend sa place à part entière en tant que technique psychothérapeutique. Cet ouvrage se propose de détailler les différentes pratiques thérapeutiques mises en oeuvre dans le cadre de l'hypnothérapie.
Organisé en trois volets : fondements, méthodes, applications, ce livre constitue le premier manuel pratique pour professionnels.

2019 • 496 pages

Rejoignez-nous sur : facebook.com/editionsdunod
Toutes nos collections sont sur dunod.com

DUNOD

Sommaire

Éditorial
Thierry Servillat 1

Transes… Culturel
Hypnose de brousse
Marielle Paravano 5

Transes… Figure
Émile Coué
Jean-Claude Lavaud 10

Transes… Lucide
Autohypnose, faux souvenirs et relation thérapeutique
Antoine Bioy
Lolita Mercadié, Chantal Wood 16

Libre court
L'hypnoboxe ou la version 2.0 de la boxe thérapie
Kevin Groguenin 21

Transes… Fusion
La photographie en psychothérapie
Pascale Eneman 30

Transes… Action
L'autohypnose dès l'enfance : une prédisposition à entretenir !
Pascale Chami 36

DOSSIER – PRÉSENCE
Au-delà de la présence d'esprit…
Antoine Bioy 41

Présence et hypnothérapie : de Rogers à Roustang
Pascal Malet
Stéphane Breton 44

La présence des mains – hypnose et kinésithérapie
Marie-Anne Jolly 55

Hypnose et spiritualité. Autour de la clinique des soins palliatifs
Bénédicte Lombart 61

Coup de projecteur sur une clinique de la présence en médecine générale
Christophe Coppin 72

Présence, hypnose et travail de résilience
Gérard Ostermann 81

Transes… Formation
États généraux de l'hypnose 91
Hypnose seule en dentisterie
Philippe Miras 95

Transes… Codeur
La fasciathérapie
Nathalie Gouchet 99

Libre court
La grossesse et le vaginisme : l'accompagnement en hypnose par la sage-femme
Lucie Pérès Rigollet 104

Transes… Sport
Le surf : entre « zone » et méditation, une dynamique de vie
Joël de Rosnay 114
Christelle Giust 119

Transes… Bordeur
La menace du « Shadow King »
Emmanuel Pasquier 122

Transes… Missions
Être à la page
Nicolas Gouin et Rémi Étienne 126

Transes… Paraître
Développez votre intuition : la méthode efficace pour éclairer votre vie
Marie-Estelle Couval
Alexis Champion 129

Transes… Versales
Case, grille et autres perturbateurs manteaux
Patrick Bellet 134

Transes… sur le Net 137

Transes… Scriptions
Comptes rendus d'ouvrages
Antoine Bioy, Arnaud Gouchet 138

Transes… Humances 141

IPNOSIA
Centre de Formation et d'Etude en Hypnose

15 & 16 NOVEMBRE 2019

IPNOSIA NANTES
Institut Milton Erickson Rezé



Hypnose ericksonienne : une vue de l'intérieur

Roxanna Erickson Klein
Psychothérapeute et infirmière
Alejandra Diaz
Psychologue

IPNOSIA BORDEAUX

7 & 8 SEPTEMBRE 2019

Préparation aux examens médicaux & phobies des soins

Rémi Etienne
Infirmier
Directeur Ipnosia Nancy



15 & 16 NOVEMBRE 2019

Le traitement des peurs, anxiétés et phobies

Teresa Garcia-Sánchez
Psychologue (Madrid)
Atelier en français



Renseignements : ipnosia.fr

Désigne un phénomène qui parcourt différentes cultures

Hypnose de brousse

Transes Culturel alterne désormais la continuation des textes de Christian Martens sur la peinture avec l'abord d'autres champs. Marielle Paravano évoque ici la littérature et (un peu) le cinéma, avec une page de Karen Blixen.

Nombre d'entre nous ont, imprimées dans la rétine, des scènes du film *Out of Africa* (1986) et dans les oreilles, la voix qui accompagne les premières images : « J'avais une ferme en Afrique au pied des collines du Ngong. »

Karen Blixen est connue pour ce chef-d'œuvre, moins comme essayiste et nouvelliste. Après une relecture de *La ferme africaine*, emportée par sa voix, j'ai découvert sa correspondance et, dans le recueil de nouvelles *Ombres sur la prairie*, une pépite : « Barua a soldani », qui est une véritable démonstration d'hypnose en situation d'urgence.

Je vous invite à la lire comme une situation clinique. On peut y repérer le pouvoir des mots, l'intuition dans le choix thérapeutique et les effets – bénéfiques – de l'engagement dans la relation.

Offrez-vous la lecture à voix haute de l'extrait central de cette nouvelle, dont l'action se situe il y a quatre-vingt-dix ans. C'est encore plus savoureux !

« Je chevauchais lentement dans la forêt toute verte pendant la courte saison des pluies. Des senteurs délicates et variées m'arrivaient par bouffées. J'étais de retour dans cette contrée d'élection. Une fois de plus j'appartenais au monde africain.

Une demi-heure avant mon arrivée au défrichement, un des bûcherons avait été victime d'un accident. Ce jeune Kikuyu[1] du nom de Kitau ne s'était pas éloigné assez vite au moment où s'écroulait un grand arbre et sa jambe avait été écrasée par le tronc. Je l'entendis gémir de loin et mis Rouge[2] au galop sur la piste forestière. Quand j'arrivai au lieu de l'accident, les camarades de Kitau l'avaient tiré de dessous l'arbre, puis couché sur l'herbe. Ils se pressaient autour de lui. S'écartant à ma vue, ils restèrent quand même près de nous pour voir ce que j'éprouvais en face de ce malheur et entendre ce que j'allais dire. Kitau était étendu dans une mare de sang, la mousse autour de lui en était inondée. Une de ses jambes, brisée au-dessus du genou, formait avec le reste de son corps un angle invraisemblable. Je confiai mon cheval aux soins des bûcherons et envoyai un messager à Farah pour lui dire d'amener l'auto pour que je puisse conduire Kitau



Marielle Paravano est Psychologue clinicienne. Elle pratique l'hypnose depuis dix ans en libéral après vingt ans en hôpital général. Elle anime des conférences, ateliers et formations.

1. Cultivateurs de langue bantoue, les Kikuyus forment le peuple le plus nombreux du Kenya dans une région d'altitude moyenne de 1 600 mètres, faite de collines dont les sentiers épousent les pentes raides. (source ndlr et Jacques Maquet, « Kikuyu », *Encyclopædia Universalis* [en ligne], consulté le 21 décembre 2018. URL : http://www.universalis.fr/encyclopedie/kikuyu/).
2. Rouge est le cheval, alezan, préféré de Karen Blixen (ndlr).

à l'hôpital de Nairobi. Mais ma petite Ford était vieille et se mettait difficilement en marche. Elle ne consentait que bien rarement à rouler sur plus de deux cylindres et d'ailleurs, elle n'avait plus du tout envie de démarrer. Le cœur me manquait à la pensée qu'elle mettrait beaucoup de temps à nous arriver.

Je m'assis près de Kitau en attendant, les autres bûcherons restèrent à quelque distance. Kitau souffrait beaucoup et ne s'arrêtait pas de pleurer.

À la maison j'avais toujours de la morphine à portée de main pour les blessés de la ferme mais ici je n'avais ni morphine ni seringue. Kitau, quand il comprit que c'était moi qui restais près de lui, se lamenta à fendre le cœur. Saidea mimi, gémissait-il et il répétait Saidea mimi (donne-moi de cette médecine qui aide les gens), tandis que sa main fiévreuse me caressait le bras et le genou.

En parcourant le pays à cheval j'emplissais volontiers mes poches de petits morceaux de sucre pour les distribuer aux totos qui gardaient leurs chèvres ou leurs moutons dans la prairie et dès qu'ils m'apercevaient réclamaient du sucre à grands cris. J'en tirai quelques morceaux de ma poche et les mis dans la bouche de Kitau.

On aurait pu croire que ce remède diminuait en quelque sorte les souffrances du blessé. Pendant que le sucre fondait dans sa bouche, ses plaintes n'étaient plus qu'un murmure. Mais ma provision de sucre s'épuisa et les gémissements reprirent. De longs spasmes secouaient le corps de Kitau. C'est une cruelle épreuve que d'assister impuissante à de telles souffrances. Il faut de l'énergie pour ne pas se lever et s'enfuir ou bien mettre fin à la torture comme on le fait pour une bête qui souffre. Je crois vraiment que l'espace d'un instant, j'ai regardé autour de moi en quête d'une arme qui pût me servir… Et puis, les lamentations reprirent avec la régularité d'un mouvement d'horlogerie.

– N'as-tu plus rien à me donner M'sabu, plus rien à me donner ?

Dans mon angoisse, j'enfonçai une fois de plus la main dans ma poche et mes doigts rencontrèrent la lettre du roi et je dis :

– Si Kitau, j'ai encore quelque chose. J'ai quelque chose de tout à fait excellent – msuri sana ! J'ai une Barua a soldani – une lettre du roi de mon pays. Et chacun sait qu'en prenant la lettre d'un roi (mokone yake) dans sa propre main on est délivré de toutes les souffrances, même les plus terribles.

Je dépliai la lettre, la posai contre la poitrine agitée de mouvements convulsifs et y appuyai ma main. Je crois que dans cette forêt où nous nous trouvions pour ainsi dire seuls Kitau et moi, j'ai essayé de concentrer toute ma force de volonté dans ma main droite.

Quelle chose étrange. Mon geste et mes paroles eurent un effet presque instantané. Le visage de Kitau se détendit, s'apaisa, le blessé ferma les yeux. Un peu plus tard, il les rouvrit et me regarda. Son regard rappelait exactement celui d'un petit enfant qui ne sait pas encore parler. Aussi je fus surprise en l'entendant prononcer ces mots :

– Oui, cette lettre est msuri sana, et il répéta : elle est msuri sana. Laisse-la à la place où tu l'as mise M'sabu.

Quand la voiture arriva enfin et lorsque Kitau y fut bien installé, je m'apprêtais à m'assoir au volant, mais aussitôt Kitau manifesta la plus grande inquiétude.
– Non, M'sabu, s'écria-t-il. Farah peut très bien conduire l'auto, dis-le lui et maintiens la Barua a soldani contre ma poitrine sinon la douleur reviendra immédiatement.
Je m'assis donc au fond de la voiture à côté de Kitau et pendant tout le trajet jusqu'à Nairobi ma main retint la lettre du roi à la place où je l'avais posée. En arrivant à l'hôpital, Kitau referma les yeux et ne les ouvrit plus comme pour refuser toute impression nouvelle. Mais sa main gauche s'agrippait à ma robe pendant que je parlais à l'infirmière chef et au médecin. Ceux-ci m'autorisèrent à suivre le blessé pendant qu'on l'emportait dans la salle d'opération et jusqu'à ce qu'il fut couché sur la table. Tant qu'il me vit il resta tranquille. J'ajoute à ce récit que l'on parvint à l'hôpital à guérir sa jambe cassée. En rentrant chez lui, Kitau pouvait marcher comme auparavant quoiqu'il restât légèrement boiteux…
Après l'accident de Kitau le bruit se répandit à la ferme que je possédais cette Barua a Soldani douée d'un pouvoir magique… la lettre du roi n'avait pas tardé à occuper sa place parmi les médicaments de ma pharmacie, mais elle faisait partie d'une catégorie spéciale. Toute décision la concernant était prise sans que j'aie rien à y voir.
Il n'existait pas de maux ou de souffrance qui lui résistât. Mais il n'était permis de s'en servir qu'en cas de nécessité absolue.»

En deux courtes phrases, la narratrice met en scène son arrivée sur les lieux de l'accident. Elle nous offre un éventail de sensations, un rythme, des couleurs, des «*senteurs délicates et variées*» et le son de la pluie passée. Son chemin est un écrin de sensations qui ont induit un sentiment confortable de communion avec le lieu. Lorsque les plaintes du blessé lui parviennent, elle change le rythme de sa monture et découvre la scène du drame.
Son texte alterne les descriptions – précises et floues – d'éléments extérieurs et les éléments psychologiques, qui vont de pair avec des changements de rythme.
Cela nous rappelle un type d'induction…
Elle nous livre ensuite la situation, examen clinique du blessé et de son environnement, ses décisions. Elle envoie chercher sa voiture et, bien qu'impuissante, reste auprès du blessé : engagement dans la relation thérapeutique.

> **Le beau fait du bien**

Son recours aux morceaux de sucre procure un répit, pour Kitau comme pour elle. Cela crée une respiration, un espace : l'expérience d'un réconfort possible, le sentiment d'utilité. Pendant quelques instants, cela tient à distance la souffrance du blessé et l'impuissance qui guette pendant l'attente du véhicule.
Ces morceaux de sucre sont utilisés en décalage avec leur destination habituelle ; il me semble qu'elle opère un recadrage qui donne une valeur thérapeutique. L'effet hypnotique est

confirmé : « *On aurait pu croire que ce remède diminuait en quelque sorte les souffrances du blessé.* »
La douleur du blessé revient s'exprimer plus vivement avec l'épuisement de la réserve de sucre. Avec la douleur du blessé, l'inconfort de la narratrice, des sentiments violents qu'elle ne se masque pas.
Dans le surgissement de l'angoisse, un geste : « *Dans mon angoisse j'enfonçai une fois de plus la main dans ma poche [pour y trouver un ultime carré de sucre ?] et mes doigts rencontrèrent la lettre du roi.* » Entendez-vous la dissociation ?
Sa nécessité d'agir, son intention de soulager, elle les réalise avec sa main,

« Blixen nous offre une leçon de littérature et d'hypnose ! »

les mots, sa voix, avec un objet, un symbole, en un geste et dans la relation.
La fulgurance de l'intuition, géniale et appropriée, fluide car : « *J'appartenais au monde africain* »… « *Chacun sait qu'en prenant la lettre d'un roi dans sa propre main on est délivré de toutes ses souffrances, même les plus terribles.* »
La lettre devient doublement thérapeutique : elle soigne l'impuissance de Karen Blixen et la douleur du blessé !
Nous savons que cette lettre du roi du Danemark a une immense valeur pour elle. Nous avons aussi maints exemples de la qualité relationnelle qu'elle a entretenue avec les Kikuyus au fil de ses années au Kenya.
Elle allie geste et paroles et nous, lecteurs, quatre-vingt-dix ans après les faits, nous voyons ses mains déplier cette lettre. Nous entendons sa voix mettre en scène cette lettre, raconter son pouvoir. Puis le geste qui applique la lettre parée de ses vertus de guérison sur la poitrine du blessé, accompagné par la voix de Karen ; on suppose un accordage respiratoire. L'intention, la parole et le geste : bases du soin.
L'effet hypnotique est immédiat, surprenant comme il se doit : « *Le visage contracté de Kitau se détendit, s'apaisa.* » Ce qu'elle nous décrit est l'utilisation thérapeutique d'une rencontre humaine dans laquelle deux systèmes de valeurs et de croyances apparemment éloignés ont pu communiquer, communier, de manière fortuite et bénéfique pour chacun.
Le blessé envahi de douleur était en attente, il sait que « *M'sabu* » peut le soulager, il lui confère ce pouvoir.
Karen Blixen aimait soigner, elle avait ouvert une consultation chez elle, elle accompagnait les malades au dispensaire voisin ou les conduisait à l'hôpital de Nairobi. Elle était donc parée de ce pouvoir de guérison que ceux qui viennent nous consulter nous attribuent, aussi… Un ressort essentiel de la relation thérapeutique, un élément à manier avec précaution. Nous, professionnels du soin, nous le savons.
Son intérêt et sa connaissance des autochtones, sa culture littéraire et son talent de conteuse, sont des éléments de la réussite thérapeutique. Blixen nous offre une leçon de littérature et d'hypnose !
J'espère que cela suscitera en vous l'envie de lire, relire ou découvrir cette auteure. Que cela fera jaillir en vous des capacités de narration,