

L'AIDE-MÉMOIRE D'HYPNOSE

EDK, Groupe EDP Sciences | *Perspectives Psy*

**2010/3 - Vol. 49
pages 255 à 255**

ISSN 0031-6032

Article disponible en ligne à l'adresse:

<http://www.cairn.info/revue-perspectives-psy-2010-3-page-255.htm>

Pour citer cet article :

« L'Aide-mémoire d'hypnose » ,
Perspectives Psy, 2010/3 Vol. 49, p. 255-255.

Distribution électronique Cairn.info pour EDK, Groupe EDP Sciences.

© EDK, Groupe EDP Sciences. Tous droits réservés pour tous pays.

La reproduction ou représentation de cet article, notamment par photocopie, n'est autorisée que dans les limites des conditions générales d'utilisation du site ou, le cas échéant, des conditions générales de la licence souscrite par votre établissement. Toute autre reproduction ou représentation, en tout ou partie, sous quelque forme et de quelque manière que ce soit, est interdite sauf accord préalable et écrit de l'éditeur, en dehors des cas prévus par la législation en vigueur en France. Il est précisé que son stockage dans une base de données est également interdit.

Analyses de livres

L'Aide-mémoire d'hypnose

Antoine Bioy, Chantal Wood,

Isabelle Célestin-Lhopiteau

Paris : Dunod, 2010 : 328 pages

Contenu de l'ouvrage

Depuis plusieurs années, l'hypnose connaît un regain d'intérêt dans le champ de la santé. Ses domaines d'applications sont variés et l'approche humaniste dont elle découle est certainement un abord intéressant pour les professionnels qui s'en approchent, notamment les professionnels hospitaliers. Cet ouvrage a pour ambition de donner des points de repères, à la fois de réflexion et de pratique, autour de la méthode hypnotique en fonction de diverses situations de santé et populations. Il propose aussi de découvrir cette approche, à travers l'exposé de vignettes cliniques.

Cet ouvrage, qui débroussaille les idées reçues et fantasmes que véhiculent l'hypnose, est particulièrement clair et didactique, notamment sur les trois grandes applications actuelles de l'hypnose : l'hypnothérapie (perspective psychothérapeutique), l'hypnoanalgésie (prise en charge de la douleur) et hypnosédation (l'hypnose en bloc opératoire).

L'Aide-mémoire d'Hypnose, après une description de concepts généraux, passe en revue différents aspects méthodologiques puis fait un point sur les deux grandes techniques : l'usage des suggestion et la construction de métaphores. Les auteurs portent ensuite un regard pratique sous différents angles : les troubles de l'enfance et de la petite enfance, la prise en charge des douleurs, les démarches d'accompagnement des soins, puis divers troubles psychopathologiques.

Intérêts

L'Aide-mémoire d'Hypnose fait en quelque sorte suite au Traité d'Hypnothérapie paru chez le même éditeur (qui faisait le point sur les grandes approches de l'hypnose) et répond bien aux interrogations pratiques qu'il a pu susciter.

On appréciera l'aspect didactique de cet ouvrage, ainsi que les précisions pertinentes qu'il peut fournir autant par ses encarts spécifiant les données scientifiques, que par les multiples exemples qui accompagnent le lecteur. Ces données scientifiques qui soutiennent le propos de cet ouvrage sont claires, précises et viennent donner un appoint non négligeable au lecteur en demande de preuves quant à la validité de l'hypnose.

Un des points essentiels de L'Aide-mémoire d'Hypnose est l'explication de la construction d'une métaphore. La métaphore sert à entrer en communication avec le patient tout en lui proposant une image ou histoire proche de son monde interne, quelque chose qui vient résonner singulièrement en lui. Finalement on pourrait croire qu'il y a un paradoxe : comment apprendre au lecteur à travailler avec le concept d'analogie, user des métaphores les plus parlantes ainsi que de suggestions percutantes pour le patient, en somme être créatif à travers

les lignes d'un ouvrage ? Les auteurs déjouent ce problème en expliquant clairement en quoi métaphore et principe d'analogie consistent (notions à la fois simple et complexe en pratique, car réclamant une adaptation clinique importante au patient). Le but étant de familiariser le lecteur à ce processus, afin qu'il puisse en dehors de la lecture se dégager une certaine ouverture à l'écoute du discours du patient. La créativité viendrait de surcroît dans une pratique régulière et au mieux supervisée bien évidemment, car l'objectif de ce livre n'est pas de se substituer à la pratique encadrée. Car finalement, les notions de métaphores et analogies restent des notions très facilement utilisées dans d'autres ouvrages et agrémentées d'exemples cliniques, le plus souvent tirés de l'expérience de M.H. Erickson sans que le lecteur puisse s'approprier un peu plus en profondeur le processus. À l'inverse, L'Aide-mémoire d'Hypnose permet de s'approprier un peu plus ce processus actif dans la pratique de l'hypnose.

Une mention spéciale est à accorder aux conseils proposés à la fin de cet ouvrage, les « règles d'or » qui permettent au lecteur un certain recadrage avec les notions d'accompagnement, de limites des pratiques et d'efficacité.

Avis général

Certains ouvrages français ou traduits en français se centrent sur les aspects techniques ce qui leur donne une certaine sécheresse dans la lecture. D'autres ouvrages portant plutôt une certaine philosophie de l'hypnose, ne permettent pas toujours d'imaginer aisément ce à quoi elle peut ressembler en pratique. Cet ouvrage a rempli le pari d'atteindre ces deux objectifs essentiels à l'appréhension à la fois globale et claire d'une pratique psychothérapeutique.

Globalement, le propos reste toujours juste et pondéré, l'hypnose auprès de l'enfant est expliquée dans ses spécificités sans en faire un domaine spécifique, la notion de dissociation n'est pas prise comme un phénomène uniquement perçu dans la pratique de l'hypnose et surtout l'hypnose ne tente pas de prendre la place d'une action diagnostique ou curative médicale. Le discours se veut pédagogique et à contre-courant des explications mystérieuses. À noter l'effort dans ce domaine pour définir ses limites, notamment en proposant toujours d'effectuer les évaluations médicales ou psychologiques préalables.

La discussion porte donc aussi sur la clinique, n'est pas purement théorico technique et prend sens dans une visée thérapeutique. Expliquer les mécanismes et le pourquoi de l'hypnose auprès du patient lui permet une meilleure adhésion, un sentiment de libre arbitre et la construction en amont d'un travail orienté vers une solution claire.

Bien que l'expérience ne s'acquière pas dans les livres, celui-ci permettra un étayage certain à la pratique de l'hypnose. ■

Maximilien Bachelart

Psychologue clinicien
maximilien.bachelart@hotmail.fr