

HYPNOSE PROFONDE ET THÉRAPIE BRÈVE

NON, ERICKSON N'ÉTAIT PAS UN ÉRICKSONIEN MODERNE !

Dominique MEGGLÉ

L'utilité thérapeutique de l'hypnose profonde (HP) semble négligée dans le monde actuel des thérapies brèves. La littérature scientifique a beaucoup développé les thèmes de « l'hypnothérapie sans transe formelle », de « transe conversationnelle », « d'accompagnement », « d'hypnose sans hypnose » et, surtout, de communication hypnotique.

Bien sûr, ces développements ont prouvé leur immense intérêt pour les patients. Cela dit, il est curieux que dans cette même littérature, la question de l'hypnose profonde ne soit mentionnée que très accessoirement, et en tout cas jamais comme un outil majeur de thérapie brève. Plus encore, l'existence de différents degrés d'hypnose qui pourraient être utilisés de manière différenciée suivant les patients est totalement négligée. Certains voient même dans l'hypnose profonde un autre phénomène que l'hypnose « vraie » (Godin). D'après ces auteurs, l'hypnose profonde serait le produit d'une sourde manipulation et donc d'une éthique douteuse. D'où leur création du concept de « nouvelle hypnose », concept qui leur permet de rejeter la sombre, antique et spectaculaire hypnose profonde dans les ténèbres extérieures.

Pourtant, ici et là, dans des études de cas, on lit que la transe a été approfondie pen-

dant la séance et que le patient a halluciné, régressé dans son enfance ou manifesté d'autres phénomènes typiques de transe profonde. Mais curieusement encore, dans ces mêmes études, on dit rarement *comment* la transe a été approfondie et *comment* le thérapeute a reconnu que cette transe était profonde. Souvent, le rapporteur du cas admet qu'en une seule séance d'une demi-heure ou d'une heure, le patient a halluciné ou régressé dans son enfance. Cette aisance à provoquer des phénomènes hypnotiques profonds est surprenante quand on la compare au travail laborieux d'un Milton H. Erickson. A ce dernier, pourtant considéré comme l'un des génies de l'hypnose, il fallait 4 à 8 heures en moyenne pour arriver à induire une transe profonde, et encore 4 à 8 heures pour apprendre au sujet à fonctionner à l'aise dans ce nouvel état : soit un total de 8 à 16 heures de travail avant de pouvoir commencer la thérapie du patient, exception faite des sujets très doués.

Cette comparaison me rend sceptique à propos de l'emploi très large dans la littérature hypnotique contemporaine de termes aussi fascinants que « hallucinations », « régression en âge », « pseudo-orientation dans le temps », ou « écriture automatique ». Est-ce que le patient a vraiment halluciné ou n'a-t-il pas, plus simplement, visualisé une banale, quoique vive, image

DOMINIQUE MEGGLÉ

Médecin psychiatre, formé ensuite à l'hypnose éricksonnienne, Dominique Megglé est fondateur et président de l'Institut Erickson Méditerranée. Depuis 1988, ses livres, ses articles dans la presse, ses conférences, ses séminaires de formation, ont contribué à faire connaître l'hypnose moderne et la psychothérapie brève aux praticiens français.

erickson.medit@wanadoo.fr

