

Point technique 2

Les phénomènes hypnotiques

Les phénomènes et comportements hypnotiques peuvent être définis comme **des réponses comportementales et/ou cognitives** à des suggestions données dans un contexte hypnotique, qui s'accompagnent la plupart du temps d'un ressenti subjectif et dont l'origine de la réponse est considérée comme externe à l'individu hypnotisé ; c'est-à-dire que le sujet a le sentiment que la réponse est involontaire et hors de son contrôle (Weitzenhoffer, 1980).

Cependant, il est possible d'analyser ses phénomènes par un prisme différent.

Pour nous les PH **ne sont qu'un langage métaphorique** que le corps peut utiliser pour s'exprimer. Il peut être très intéressant de les lier au langage métaphorique de la personne.

Encore une fois je peux, grâce à l'utilisation de l'**imagination**, les produire (*guider*), les faire se développer (*suivre*), et les lier à des objectifs de changement (thérapeutique). Exemples :

- Changement d'état émotionnel (mains haut bas) / Evacuer un problème (contracter-relâcher)
- Se libérer d'une situation (verrouillage-déverrouillage) / Se libérer d'un problème (stylo main)
- Intégrer une nouvelle compétence (main visage) / Réunir deux parties de soi (mains aimantées)
- Prendre une décision importante (main haut bas) / Développer un état positif (main qui monte - confiance)
- Hallucination (écoute le conseil de cet ami cher)...

Mais je peux également ne pas « les chercher » et **les laisser apparaître** (*observation*) et **les intégrer à la thérapie**. C'est que nous ferons. Nous demandons à notre sujet d'être à l'écoute de son corps et de vivre ce que ce dernier lui propose de vivre (ex: *effondrement physique = métaphore de l'effondrement d'une structure psychologique*).

Toute **INCARNATION** de scénario
provoquera **FORCÉMENT** des
PH plus ou moins
impressionnant : création de
sensorialité, hallucination
sensorielle, mouvement
incontrôlé, paralysie, régression,
émotion...

Encore, une fois, les PH ne sont que l'expressions sensoriels et moteurs de l'utilisation de l'imagination ou des mises en forme métaphorique de vécu expérientiel.