

Module Comp. 2

Hypnose et Psycho. Expé.

Formation Thérapie Incarnée

Sommaire

L'hypnose vue par la psychologie expérimentale

Toujours sur le chemin de nos racines, ce module vous fera découvrir comment la « science » s'est emparée de l'hypnose afin de la démystifier et de mieux la comprendre.

Comme nous l'avons dit au Module Comp. 1, la discorde du 19ème siècle entre Liébault et Berhneim sur l'existence de l'état hypnotique et l'amalgame entre suggestion et hypnose, est la cause directe de la création des deux courants qui s'opposent encore de nos jours.

Afin d'aller plus loin et de mieux comprendre ce qu'est l'hypnose, prenons un instant pour étudier plus précisément les différents points de vue de la psychologie expérimentale de ces 60 dernières années.



L'hypnose vue par la psychologie expérimentale

Plusieurs visions et pratiques derrière un même terme

Attention

La partie qui suit, sur la théorie de l'hypnose, est complexe (*directement issue de mes travaux de doctorat*). Si tout ne vous semble pas limpide ou si vous ne reprenez pas tout, ce n'est pas grave. TOUT VA BIEN.

J'estime simplement que « qui peut le plus, peut le moins ». Mon objectif est de vous fournir l'information la plus **COMPLÈTE** possible, pour que ceux qui veulent aller plus loin puissent le faire. La maîtrise de ce qui suit n'est pas essentiel pour le reste de la formation.

Notez, pour ceux qui ne sont pas habitués, que dans cette partie vous trouverez des références bibliographiques directement dans le texte (les noms et dates entre parenthèses). Cela permet de retrouver, en vous référant à la bibliographie de fin de partie, les articles traitant ou montrant ce qui dit au sein du texte.

Les **différents** courants théoriques de l'hypnose issus de la psychologie expérimentale

On observe depuis une vingtaine d'années un nombre croissant de travaux sur les effets cliniques de l'hypnose (Lynn & Kirsch, 2006 ; Green et al., 2014 ; Yeh et al., 2014), sur ses corrélats cérébraux (Rainville et al., 1999, 2002 ; Cojan et al., 2009 ; Oakley & Halligan, 2009, 2013 ; Halligan & Oakley, 2013), ainsi que sur les mécanismes psychologiques impliqués dans les phénomènes hypnotiques (Kihlstrom, 2014), avec notamment, l'étude de Raz et ses collègues sur l'annulation de l'effet Stroop* induite par des suggestions post-hypnotiques (Raz et al., 2002 ; Barnier et al., 2014). Ce regain d'intérêt pour l'hypnose s'inscrit dans la lignée des nombreuses études apparues ces dernières années sur la conscience et les états modifiés de conscience. Cela parce que l'hypnose fournit une phénoménologie tout aussi riche et informative que les états méditatifs (Tang et al., 2015) ou les états de pensée vagabonde (« mind-wandering » en anglais, voir Christoff et al., 2016).

En 2014, le Comité Exécutif de la Division 30 de l'American Psychological Association, intitulé the Society of Psychological Hypnosis, propose une définition de l'hypnose (*voir prochaine diapo de définition*).

Dans une brochure rendue accessible sur le site de l'association, on trouve également l'idée qu'une séance d'hypnose se décompose en une phase d'induction suivie d'une phase d'administration des suggestions. Durant l'induction, on invite la personne à se relaxer, parfois à imaginer un lieu agréable et à atteindre une forme de lâcher prise. Cette phase d'induction préparatoire doit permettre d'assouplir le contrôle cognitif de l'individu afin qu'il bénéficie pleinement de la phase d'administration des suggestions, phase durant laquelle on l'invite à ressentir ou à imaginer certaines sensations ou situations, et à réaliser certains changements dans ses sensations ou ses cognitions.

*Note :

L'effet Stroop (Stroop, 1935) est l'un des effets les plus robustes et sans doute les plus étudiés en psychologie expérimentale (MacLeod & MacDonald, 2000 ; Rey, 2012 ; pour une revue récente, voir Augustinova et al., 2016). Dans ce type d'expérience, on demande au sujet de nommer le plus rapidement possible la couleur dans laquelle est écrit un mot, sans lire le mot en question.

Par exemple, on présente le mot **JAUNE** écrit en bleu et le sujet doit dire « bleu ». Si le mot et la couleur sont identiques (e.g., le mot **VERT** écrit en vert) cet item est considéré comme congruent. Si le mot et la couleur sont différents (e.g., le mot **VERT** écrit en rouge) cet item est incongruent. Enfin, le mot et la couleur peuvent ne pas être reliés (e.g., le mot **PLURIEL** écrit en vert) cet item est alors considéré comme neutre.

L'effet Stroop se caractérise par des temps de réponse et un nombre d'erreurs plus importants dans la condition incongruente par rapport aux autres conditions. Cette différence s'explique généralement par une activation automatique des processus de lecture qui produisent une interférence sur la tâche de dénomination de la couleur puisque la lecture va activer de manière irrépressible une prononciation différente de celle qui est attendue (Cohen, Dunbar, & McClelland, 1990). Cette interférence massive de la lecture sur la dénomination est un effet extrêmement robuste (MacLeod, 1991) et suggère que les processus de lecture sont activés de manière automatique sans contrôle possible des sujets sur cette activation (MacLeod & Sheehan, 2003 ; pour une analyse plus détaillée des effets Stroop, voir Augustinova et al., 2016).

Définition de l'hypnose par ses contemporains

« **Un fonctionnement** mental particulier au cours duquel, le patient expérimente une augmentation de sa concentration avec **focalisation de l'attention vers l'intérieur** de lui-même, modification de la perception du temps, modification des bruits et des sensations corporelles. »



**AMERICAN
PSYCHOLOGICAL
ASSOCIATION**

APA, 2014

Si la plupart des auteurs s'accordent sur cette définition générale et sur la distinction entre induction et administration des suggestions, deux courants théoriques s'opposent depuis les années 1970 dans leur définition du fonctionnement et de la nature de l'hypnose (Gay, 2007b ; Kihlstrom, 2008) : le courant « étatiste » pour qui l'hypnose se caractérise par un état de conscience spécifique et le courant « non-étatiste » pour qui les phénomènes hypnotiques ne relèvent pas d'un état de conscience particulier mais, en premier lieu, d'une interaction sociale spécifique dans laquelle est plongée un individu. Nous résumerons dans un premier temps le débat qui oppose ces deux conceptions pour considérer, ensuite, des propositions théoriques plus récentes qui tentent de le dépasser.

En effet, de nouveaux modèles théoriques proposés récemment tentent de contourner les oppositions antérieures. Par-delà ces différentes approches théoriques, nous tenterons de montrer leurs points de convergence et de proposer un cadre descriptif permettant de les rassembler. Nous concluons en soulignant les caractéristiques qui paraissent essentielles pour appréhender l'hypnose ainsi que les questions qui restent encore à étudier afin d'améliorer notre compréhension de l'hypnose et des phénomènes hypnotiques.

Le courant « étatiste »

Le courant « étatiste »

Les auteurs et les théories de ce courant descendent en droite ligne d'Ambroise-Auguste Liébault [1823-1904] (*médecin co-fondateur avec Hyppolyte Bernheim de l'École de Nancy*) et de sa conception de l'hypnose qu'il définissait comme un état de sommeil provoqué par la simple suggestion, peuvent être regroupés dans le courant dit « étatiste », c'est-à-dire qui pense l'hypnose comme un état spécifique de la conscience. Ce courant vient initialement de la perception de l'hypnose comme une forme de sommeil et des amnésies spontanées que certaines personnes vivent à la sortie de la séance (Gay, 2007).

Dans ce courant de pensée, l'hypnose est alors décrite en termes « d'état modifié de conscience » et de « dissociation de la conscience ». Ces théories partent ainsi du postulat que l'hypnose génère un état particulier de conscience impliquant une dissociation, d'où leurs noms : théories « néo-dissociatives ». Ces théories sont au nombre de trois (Pour retrouver une revue complète sur le sujet : Barnier et al, 2008, Gay, 2007 ; Lynn et al, 2008, Robin, 2013 ; Woody et Sadler, 2008) :

La théorie de la conscience divisée (Hilgard, 1977, 1992)

La théorie de l'expérience divisée (Kihlstrom, 2005)

La théorie du contrôle dissocié (Woody & Sadler, 2008)

*Cet apparent sommeil, qui n'en est pas un, dans lequel le sujet a l'air de plonger a induit en erreur les pionniers de l'exploration de l'hypnose et notamment James Braid qui la baptisa ainsi en rapport avec Hypnos le Dieu du sommeil, Braid, 1843.

Bien que ces trois théories proposent des cadres explicatifs différents, elles ont cependant **quatre** points communs :

- Tout d'abord, la **reconnaissance de l'hypnose comme un Etat Modifié de Conscience** (EMC), défini par Luwig comme « un état mental induit par des agents variés (*physiologiques, psychologiques ou pharmacologiques*), qui peut être reconnu par le sujet lui-même comme représentant une déviation suffisante de l'expérience subjective ou du fonctionnement psychique par rapport à certaines normes générales durant la conscience éveillée alerte » (Luwig, 1966).

Pour elles, l'hypnose représente un « état, à part entière, de conscience altérée » (*altered state of consciousness*). Au cours des quinze dernières années, grâce au perfectionnement des outils d'exploration du cerveau, des recherches sur les états cérébraux durant l'hypnose, viennent appuyer cette théorie de l'EMC. Selon ces auteurs l'état hypnotique correspond bien à un état cérébral particulier différent de la simple évocation d'un souvenir à l'état d'éveil (Faymonville et al., 2006 ; Cojan et al., 2009 ; McGeown et al., 2009) et engendre une désactivation du précunéus et du cortex cingulaire postérieur, ainsi qu'une activation des régions impliquées dans la vision (*occipitale*), les sensations (*pariétale*) et la motricité (*précentrale*) (Maquet et al., 1999). **Ainsi le cerveau du sujet hypnotisé se comporte comme si le sujet voyait, sentait et bougeait alors qu'il reste immobile et qu'il ne reçoit aucune stimulation externe ou interne** (Faymonville et al., 2006). D'ailleurs Kihlstorm (2005), à la vue de ces résultats, conclut que « *le fait que l'hypnose reflète un état altéré de conscience paraît indiscutable* ».

Ensuite, elles considèrent que l'hypnose altère principalement trois aspects de notre conscience : le psychisme, la conscience de nous même et le contrôle volontaire (*voir les 3 points suivants*).

(la conscience étant la capacité de se diriger dans son environnement, sur la base de perceptions, de pensées et de souvenirs et de se contrôler, soi et son environnement, en étant capable de prendre des décisions volontaires et de les réaliser à partir d'activités cognitives et comportementales, Kihlstorm, 1984, 1992).

Deuxièmement, L'hypnose engendre une **dissociation psychique**. Ce point de vue théorique repose sur les travaux de Janet et sa notion de **désagrégation** : la conscience serait susceptible de se couper en parties qui coexistent tout en s'ignorant mutuellement (*il a ainsi introduit la notion de subconscient pour désigner les processus mentaux – automatismes - non perçus perçues par la conscience et se déroulant en dehors d'elle, Janet, 1893*). Et c'est Prince qui reprend cette idée en 1906 et la traduit sous la forme de dissociation psychique (Prince, 1906).

Si elles s'accordent sur le fait que l'hypnose génère un état modifié de conscience impliquant une dissociation, en revanche, c'est sur le lieu de cette dissociation que résident les divergences entre ces différentes théories étatistes.

La théorie de la conscience divisée voit les comportements hypnotiques comme reposant sur une dissociation psychique et générant deux parties psychiques distinctes : une « partie hypnotisée » qui ne traite plus les stimulations sensorielles externes et qui vit pleinement les phénomènes hypnotiques sans avoir conscience de la réalité environnante, et un « **observateur caché** », partie toujours attentive à la réalité, qui répond à aux stimuli externes sans que le sujet ait conscience qu'ils soient traités (Hilgard, 1977). Cela correspond au fameux « inconscient personnifié », Une partie du sujet expérimente les phénomènes hypnotiques suggérés, comme l'amnésie ou l'analgésie, alors qu'une autre partie de lui-même, « l'observateur caché », analyse les suggestions, perçoit les informations et les sensations en lien avec ces phénomènes vécus, et les met hors du champ de conscience du sujet lui-même (Hilgard, 1992).

Les deux autres théories insistent plus sur les modifications éprouvées lors de l'exécution des suggestions hypnotiques..

Enfin, la théorie du contrôle dissocié, comme son nom l'indique, pense que la dissociation se joue au niveau du contrôle exécutif. Les suggestions hypnotiques réduiraient l'influence du système exécutif qui est responsable de l'initiation, du suivi et de l'évaluation des comportements. Elles permettraient ainsi de générer des réponses en dehors du contrôle et de la volonté (Kihlstrom, 2005 ; Woody et Sadler, 2008).

La « théorie de l'expérience divisée » place la dissociation au niveau de l'expérience vécue, entre l'exécution de la réponse et la conscience de l'intentionnalité de l'action. Une série d'opérations cognitives aurait lieu avant que les processus attentionnels n'aient eu l'occasion de capter l'événement pour le porter à la conscience. Dit autrement, lors de la réalisation d'un phénomène hypnotique, le sujet produirait volontairement la réponse hypnotique grâce à ses systèmes cognitifs habituels mais analyserait cette réponse comme non volontaire et automatique, du fait d'une erreur d'interprétation (Kihlstrom, 1992, 1998, 2008 ; Woody & Sadler, 2008).

Troisièmement, L'hypnose altère **la surveillance** (*monitoring*) ou **la prise de conscience** (*awareness*) que nous avons de nous-même, de notre corps, de notre état mental et de notre environnement (Kihlstorm, 1984, 2005 ; Shor, 1959).

Pour la théorie de la conscience divisée, toute entrée dans un état d'hypnose impliquerait un processus amnésique inhérent à la dissociation hypnotique (Hilgard, 1977).

Pour la théorie de l'expérience divisée, la transe est provoquée par les suggestions qui altèrent la conscience de soi en tant qu'initiateur de ses actions et de ses pensées (Khlistrom 2008).

Enfin, pour la théorie du contrôle dissocié, l'altération du système exécutif par la suggestion se traduit par une impression subjective d'absence de volonté et d'initiative dans la réalisation des suggestions hypnotiques (Haggard et al. 2004).

Et pour finir, l'hypnose altère **le contrôle**, que nous avons sur nous même et sur notre environnement, en agissant sur notre volonté de commencer et de terminer nos pensées et actions (Kihlstorm, 1984, 2005 ; Shor, 1959).

La théorie de la conscience divisée associe l'entrée dans un état d'hypnose à une perte de contrôle conscient (Hilgard, 1977).

Pour la théorie de l'expérience divisée, les suggestions de suscitent de manière implicite une activité cognitive et sensorielle sur laquelle le sujet se focalise et qu'il évalue comme des expériences réelles ou des actes involontaires ou automatiques (Khlistrom 2008).

Quant à la théorie du contrôle dissocié, l'hypnose ne serait que l'expression automatique des suggestions de l'hypnotiseur, et ces réponses seraient mise en place en dehors de leur contrôle et de leur volonté (voir Woody & Sadler, 2008).

Résumé

Par-delà les différences entre ces trois propositions théoriques, on peut noter qu'elles partagent quatre points en commun. Tout d'abord, elles envisagent l'hypnose comme un état à part entière de conscience altérée (Kihlstrom, 2005). Les recherches récentes sur les corrélats cérébraux de l'hypnose viennent à l'appui de cette conception (Cojan et al., 2009). Selon ces auteurs, l'état hypnotique correspond bien à un état cérébral particulier différent de la simple évocation d'un souvenir à l'état d'éveil et engendre une désactivation du précuneus et du cortex cingulaire postérieur, ainsi qu'une activation des régions impliquées dans la vision (occipitales), les sensations (pariétales) et la motricité (précentrales) (Cojan et al., 2009). Ainsi **le cerveau du sujet hypnotisé se comporte comme si le sujet voyait, sentait et bougeait** alors qu'il reste immobile et qu'il ne reçoit aucune stimulation externe ou interne.

Deuxièmement, ces théories considèrent que l'hypnose est intrinsèquement liée à l'apparition d'un processus de dissociation où le sujet hypnotisé contrôle consciemment une partie de son expérience mais où ce dernier produit également des réponses qu'il considère comme automatiques et involontaires.

Troisièmement, l'hypnose induit également un rapport à soi, aux autres et à l'environnement différent de celui de l'état d'éveil standard en altérant la surveillance (monitoring) et/ou la prise de conscience (awareness) que nous avons de nous-même, de notre corps, de notre état mental et de notre environnement (Kihlstrom, 2005).

Quatrièmement, l'hypnose altère le contrôle que nous avons sur nous-même, sur nos actions et sur notre environnement, et les réponses hypnotiques sont produites automatiquement, c'est-à-dire sans le contrôle volontaire du sujet (Kihlstrom, 2005).

Ce qu'il faut retenir

de ces théories « **néo-dissociatives** ». Quatre points permettent d'entrevoir le cadre théorique de ce courant :

L'hypnose serait un état, à part entière, altéré, modifié de la conscience.

Elle engendrerait une dissociation psychique.

Elle induirait un rapport à soi-même, aux autres et à l'environnement différent de celui de l'état d'éveil.

Elle altérerait le contrôle que nous avons sur nous-même et l'environnement.

Cependant, même si ces théories ont le mérite de poser les bases d'une compréhension, elles soulèvent plusieurs critiques.

Tout d'abord, le terme EMC est un terme générique beaucoup trop vague car il peut désigner sous une même appellation une foule d'expériences (*les altérations de la conscience ne se rencontrent pas uniquement dans l'hypnose : méditation, rituel de transe, médication...*) au contenu psychique différent qui n'ont comme point commun que d'être différents de l'état vigile (Gay, 2007). L'EMC de l'hypnose se distingue des autres EMC parce qu'il est basé sur une relation duelle, entre l'hypnotiseur et le sujet, et sur l'acceptation de suggestion (*notion de suggestibilité que nous évoquerons plus loin*). Ces sont d'ailleurs sur ces deux aspects que le courant « non étatiste » c'est fondé.

La notion d'observateur caché a également subi de nombreuses critiques (Spanos et al, 1984 ; Woody & Bowers, 1994). Pour les partisans du courant « non étatistes », cet effet relèverait plus de la complaisance des sujets, de l'influence sociale et de la suggestion que d'un véritable effet de dissociation (Gay, 2007). Ces auteurs voient les phénomènes hypnotiques uniquement comme le fruit de des attentes intrinsèques des sujets, de la caractéristique de la demande et du contexte social de la séance (Barber, 1969 ; Sarbin, 1997 ; Spanos et al., 1988).

Le courant « étatiste »

Le courant « non-étatiste »

Comme son nom l'indique, les tenants du courant « non étatistes » remettent en cause l'existence même d'un état hypnotique. Pour eux, même s'il est indéniable que des altérations plus ou moins profondes existent dans la conscience du sujet, **elles ne sont qu'un épiphénomène de l'hypnose** - *les sujets répondent à la suggestion de vivre un « état hypnotique » comme ils répondent aux autres suggestions* - qui n'affecte pas les réponses aux suggestions hypnotiques ni n'augmente la suggestibilité du sujet (Wagstaff, 1998, 2000).

Toutes les recherches sur le fonctionnement cérébral lors d'une séance d'hypnose, même si elles révèlent des patterns cognitifs récurrents - *qui d'ailleurs peuvent être obtenus avec des suggestions sans induction hypnotique* (Raz et al., 2006) - **ne font pas la démonstration claire d'un état hypnotique**. Elles révèlent seulement de **ce que « font » les sujets** durant l'hypnose, sans apporter une compréhension précise du fonctionnement cérébrale lors de l'état hypnotique, car elles ne font pas la distinction entre l'induction de l'hypnose et les suggestions liées aux tâches hypnotiques (McGeown et al., 2009).

Ce courant « non-étatiste » s'appuie sur une théorie « psychosociale » de l'hypnose, encore appelée « théorie sociocognitive ». Elle a vu le jour suite à une observation intrigante : **les phénomènes hypnotiques, dits involontaires, peuvent être provoqués sans état hypnotique caractéristique ni induction formelle et peuvent se dérouler dans d'autres contextes** (Hull, 1933, Raz et al., 2006). Les réponses hypnotiques sont alors simplement issues d'une « interaction sociale » dans laquelle le sujet s'engage activement (Spanos, 1991) et sont influencées par des facteurs psychosociaux qui suggèrent que ce dernier joue un rôle (Sarbin, 1950 ; Sarbin & Coe, 1972), qu'il existe des phénomènes de complaisance et de conformité (Spanos, 1986a, 1991), d'influence (Barber et al., 1974), et que l'individu développe des attentes vis-à-vis de cette interaction sociale très particulière (Kirsch, 1991).

Outre la dimension sociale, la théorie sociocognitive attribue également un rôle important à **l'imagination** et à la **capacité d'absorption** dans un imaginaire. Qu'elle soit vue comme un outil de production sensorielle qui aide à renforcer l'impression d'acte involontaire (Spanos, 1986a), ou comme un outil d'absorption de l'attention dans les sensations au détriment des informations en provenance de la réalité, l'imagination est **le processus qui donne vie aux réponses hypnotiques** (Kirsch, 1991, Kirsch & Braffman, 2001). L'hypnose pourrait ainsi se résumer à une capacité à croire à ce que l'on imagine (Sarbin & Coe, 1972).

En résumé, même s'il est indéniable que des altérations plus ou moins profondes existent dans la conscience du sujet, elles ne sont qu'un épiphénomène de l'induction hypnotique qui n'affecte pas les réponses aux suggestions hypnotiques, ni n'augmente la suggestibilité du sujet (Wagstaff, 1998). L'induction hypnotique, qui produit un état de détente et de relaxation, **n'est en rien déterminante** dans la génération des réponses hypnotiques. Ces dernières dépendent de la volonté du sujet à se plier au jeu hypnotique ainsi qu'à sa capacité à vivre les représentations imaginaires qui lui sont suggérés.

Aussi, les recherches sur le fonctionnement cérébral lors d'une séance d'hypnose, même si elles révèlent des patterns cognitifs récurrents, ne feraient pas la démonstration claire d'un état hypnotique à part entière. Elles révéleraient seulement ce que « font » les sujets durant l'hypnose, sans fournir une trace cérébrale d'un état hypnotique identifiable et isolable (McGeown et al., 2009).

Enfin, elle remet en question, non seulement le caractère « involontaire » des comportements hypnotiques - *phénomène hypnotique réalisé sans aucune action du sujet, hors de son contrôle volontaire* -, pourtant un point central pour définir un vécu hypnotique jusqu'alors, mais également la notion de dissociation psychique telle que la voit le courant « étatiste ». Pour les auteurs de ce courant, les comportements hypnotiques **sont forcément initiés par le sujet lui-même**, même si ce dernier n'en a pas conscience.

Les théories sociocognitives se sont ainsi construites au cours de l'évolution de six modèles de compréhension de l'hypnose :

la théorie des rôles (Sarbin, 1950 ; Sarbin & Coe 1972 ; Coe & Sarbin, 1977)

l'approche comportementale (Barber & Calvery, 1964 ; Barber, 1969 ; Barber et al., 1974)

la théorie psychosociale (Spanos, 1986, 1991 ; Spanos & Chaves, 1989)

la théorie des attentes (Kirsch, 1985, 1991, 1994)

le modèle intégratif (Lynn & Rhine, 1991)

la théorie de l'ensemble de réponse (Kirsch & Lynn, 1995, 1998 ; Lynn & Kirsch 2006) - (voir également Gay, 2007 ; Lynn et al, 2008, Robin, 2013)

Les théories sociocognitives

1 La théorie des rôles - *Role Theory*

Sarbin fut le premier à rejeter la notion d'état hypnotique. Pour lui, l'hypnose n'est qu'une forme de comportement psycho-social. Il va introduire (ou réintroduire en ce qui concerne l'imagination) 3 notions clés pour définir l'hypnose : la notion de rôle, sa nature constructive et l'imagination comme base.

Les individus vivant une séance, même s'ils prétendent être hypnotisés, ne serait en fait qu'en train de prendre un rôle social, à la manière d'un acteur (Coe & Sarbin, 1977, Sarbin & Coe 1972 ; Orne, 1979). Ainsi le sujet « joue le rôle » qui est attendu de lui et négocié avec le praticien - ce dernier jouant également un rôle -, en suivant un scénario implicite, comme dans une pièce de théâtre joué à huis clos (Sarbin, 1997). Ainsi, le sujet s'engagerait dans quelque chose semblable à de la simulation (Lynn et al, 2008). L'hypnotisabilité dépendrait, ainsi en grande partie, de l'habileté du sujet à prendre ce rôle.

Cependant, voir l'hypnose juste comme « faire semblant » est très réducteur (Kirsh et al. 1989 ; Perugini et al., 1998). Par exemple, quand on observe des sujets qui simulent, ces derniers arrêtent de simuler dès qu'on les laisse seuls, alors que les sujets hypnotisés continuent de vivre leur expérience de longue minutes (Evans & Orne, 1971). Ensuite, les études portant sur la neurophysiologie de l'hypnose, mais également sur les comportements dits automatiques (Ian et al., 2006, 2009 ; Lifshitz et al., 2012 ; Parris et al., 2012, Raz & al., 2002, 2006), sur l'analgésie et l'anesthésie (Lynn & Kirsh 2006 ; voir également Jensen & Patterson, 2008) **prouvent toutes que le sujet ne fait pas juste semblant.**

Sarbin souligne également la nature constructive de l'hypnose. Pour prendre ce rôle « d'hypnotisé » et s'y impliquer il faut : 1) le vouloir pleinement, **s'engager** volontairement à coopérer - *l'hypnose ne serait ainsi pas un processus passif mais au contraire actif* - (Sheehan, 1991, 1992) ; 2) construire ce rôle « d'hypnotisé » - *la forme que prend ce rôle « d'hypnotisé » est bâti sur les croyances qu'a le sujet de ce qu'est l'hypnose, de ce que doit être une « personne hypnotisée » et des réponses appropriées qu'il doit fournir.*

Ainsi, le sujet doit s'impliquer réellement et totalement dans le rôle du sujet hypnotisé. Et c'est l'implication importante dans ce rôle qui amènerait le sujet à ne plus distinguer les facteurs volontaires ou non de sa réponse.

Enfin, **l'imagination est à la base de l'hypnose**. Les capacités imaginatives du sujet contribuent en grande partie aux réponses hypnotiques des sujets. L'hypnose pourrait être résumé à la capacité à croire à ce qu'on imagine (Sarbin & Coe 1972 ; Orne, 1979).

Les théories sociocognitives

2 L'approche comportementale - *Operational Approach*

L'approche de Barber a été fortement influencée par les travaux de Sarbin notamment sur la notion de « comportement attendu » (Barber, 1969). Il a également très tôt critiqué le concept « d'état hypnotique » à cause de sa logique circulaire - *les réponses hypnotiques peuvent à la fois indiquer l'apparition de l'état hypnotique et être expliquées par ce dernier*. Comme Sarbin, il met également en avant la prédisposition à l'imaginaire et les capacités d'imagination comme déterminants de l'hypnose (Barber & Glass, 1962).

Au cours de ces travaux, Barber montre que plusieurs facteurs comportementaux ont le potentiel de maximiser la probabilité de réponse à une suggestion hypnotique. Ces facteurs sont : l'attitude et les attentes du sujet (Barber et al., 1977), les facteurs sociaux - *contexte, compliance, autorité...* - qui vont obliger le sujet à coopérer et à faire de son mieux pour répondre aux attentes et aux suggestions du praticien, l'habileté et la personnalité du praticien - *ses talents de communicant et sa maîtrise des relations interpersonnelles* -, la nature de la relation entre le praticien et son sujet, l'efficacité des procédures d'induction hypnotique pour « remplacer » les pensées du sujet par les suggestions présentées, et la qualité de idées suggérées - *leur sens profond, leur côté créatif, leur « force »...* (Barber, 1999).

Enfin, sa touche innovante est certainement son travail sur le rôle et l'importance de la motivation du sujet dans une tâche hypnotique. Au lieu de proposer à ses sujets une induction hypnotique classique, il donne à ces derniers des instructions ayant pour objectif de les motiver à fortement s'impliquer dans la tâche hypnotique qu'il va leur présenter - *task motivational instructions*.

Par exemple, il dit au sujet qu'il va évaluer leur capacité à imaginer et les incite à coopérer le mieux possible. Les effets de ces « instructions motivantes » sont comparables aux effets des inductions hypnotiques dans la réalisation de tâches hypnotiques » (Barber et al., 1974).

Ces recherches mettent en lumière le fait que les réponses hypnotiques ne sont pas particulièrement insolites et ne requièrent pas un « état de conscience inhabituel » (Lynn et al, 2008).

Les théories sociocognitives

3 La théorie psychosociale, encore appelée multifactorielle - *Multifactorial Model*

Spanos, qui développe les théories de Sarbin et de Barber, a réussi à faire changer la vision de la communauté scientifique sur certains points clés de l'hypnose. Comme ses prédécesseurs, il voit les comportements qui apparaissent lors de l'hypnose comme normales et volontaires, et non issu d'un état altéré de la conscience. Une de ses plus grandes contributions est de souligner que l'hypnotisabilité n'est pas un trait de caractère immuable, mais au contraire est malléable et peut être largement augmenté (Gorassini & Spanos, 1986, 1999). Grâce à un programme d'entraînement cognitif multifactoriel, entre 50 et 80% des sujets faiblement hypnotisables parviennent à atteindre des scores de hautement hypnotisable (le Carleton Skills Training Program; CSTP; voir Gorassini & Spanos, 1999).

Comme ces prédécesseurs, il pense que les comportements hypnotiques sont grandement liés aux phénomènes d'influences sociales comme la persuasion, la complaisance et les croyances (Spanos, 1986, 1991). Mais il va plus loin en développant une théorie psychosociale sur un modèle multifactoriel de la suggestibilité hypnotique. Pour lui, plusieurs facteurs entrent en jeu lors de la génération d'une réponse à une suggestion hypnotique. Jouer sur ces facteurs permet de maximiser les chances de réponses du sujet.

Dans la lignée de la proposition de Sarbin, Spanos explique la capacité des sujets à transformer leurs imaginations, leurs pensées comme leurs ressentis en expériences et en comportements hypnotiques par la construction d'une stratégie permettant de s'engager dans le rôle de sujet hypnotisé (Spanos, 1991) - *strategic role enactment*. Chaque sujet utiliserait sa propre stratégie attentionnelle pour créer l'effet suggéré. Cependant, encore une fois, cette stratégie n'a rien à voir avec de la simulation, mais est au contraire une tentative réelle de satisfaire au mieux aux exigences perçues de ce que doit être un « bon sujet » hypnotique.

Ainsi l'attitude du sujet vis à vis des suggestions est primordiale : pour construire cette stratégie et endosser le « rôle » d'hypnotisé, **le sujet doit être actif et s'engager** physiquement, et non adopter une position d'attente passive dans laquelle les suggestions produiraient un effet par elle-mêmes (Spanos, 1986) - *goal-directed social behavior* -, une des différences essentielles entre les faiblement et hautement hypnotisables. C'est pour cela que les suggestions hypnotiques contiennent souvent des stratégies pour aider les sujets à répondre de façon appropriée et à s'engager dans leur « rôle » (Barber et al., 1974; Spanos & Barber, 1974, Spanos et al., 1985).

En ce qui concerne l'absence de volonté ressentie par les sujets, Spanos réfute l'explication la dissociation cognitive et préfère évoquer « une erreur d'attribution ». Le contexte des séances d'hypnose, la forme des suggestions et les attentes comme les interprétations du sujet encouragent ce dernier à reconnaître les réponses qu'il produit comme des actes involontaires (Spanos, 1986). Le sujet attribuant son comportement hypnotique à des facteurs externes et à une action volontaire engendre une « erreur d'attribution » qui génère ce sentiment d'acte involontaire.

Enfin, l'imagination est un paramètre essentiel pour Spanos. La réponse hypnotique ne serait que le produit de l'imagination orientée vers un but - *goal-directed fantasies; GDFs*. Ces GDFS sont définies comme « **des situations imaginaires qui, si elles se produisent, génèrent l'attente de voir apparaître des réponses motrices involontaires à la suite à de suggestions orientées dans ce but** » (Spanos et al., 1977, p.211). De plus, l'absorption du sujet dans son imaginaire vient renforcer l'impression d'acte involontaire lors de la réponse hypnotique (Spanos, 1971, 1986 ; Spanos & Chaves, 1989). Ainsi, la manière dont les suggestions sont interprétées et imaginées va avoir une influence déterminante sur les réponses hypnotiques que va produire le sujet. De ce fait, la manière et les mots choisis pour exprimer les suggestions sont donc décisifs pour générer des réponses hypnotiques.

Les théories sociocognitives

4 La théorie des attentes - *Reponse Expectancy Theory*

Kirsch a beaucoup travaillé sur la notion d'hypnotisabilité pour tenter de comprendre ce qui différencie les hautement des faiblement hypnotisables mais également pour appréhender le lien entre hypnotisabilité, suggestibilité hypnotique et suggestibilité non hypnotique (Kirsch & Braffman, 2001). Quatre variables ont pu être corrélées avec la suggestibilité hypnotique, deux en relation avec le comportement des sujets : les attentes - *expectancy* - des sujets et leur prédiction quant à leur capacité de répondre aux suggestions hypnotiques, et leur attitude envers l'hypnose ; deux en rapport avec la capacité imaginative : la prédisposition à la fantaisie et à l'imaginaire, et la capacité naturelle à s'absorber dans une expérience imaginative (Kirsch, 1991 ; Kirsch et al. 1995 ; Kirsch & Braffman, 2001 voir également Braffman & Kirsch 1999 ; Benham et al., 2006).

Une partie de ses travaux s'est portée sur la place des attentes dans les réponses hypnotiques. Pour cela, il s'appuie notamment sur l'étude du placebo. Il montre qu'il est possible de produire des effets hypnotiques uniquement en donnant un placebo « qui produit un état modifié de conscience » (Kirsch, 1994). Il conclue ainsi que le changement des attentes du sujet peut modifier l'expérience subjective de ce dernier et générer des réponses involontaires aux suggestions (Kirsch, 1985, 1991, 1994 ; Vickery & Kirsch 1991). Il définit les attentes comme des réponses automatiques anticipées, à la fois subjectives et comportementales, engendrées par une situation particulière et qui produisent des réponses « involontaires » sous la forme de « prophéties auto-réalisatrices » (Kirsch, 1985).

L'induction hypnotique ne serait ainsi, non pas un processus pour altérer la conscience du sujet mais au contraire une procédure de modification des attentes qui va produire un effet placebo, mais sans placebo (Lynn et al., 2008). Et la suggestibilité hypnotique pourrait être simplement définie comme la suggestibilité non hypnotique, intensifiée par la volonté du sujet de répondre à la suggestion, et renforcée par les attentes et la motivation produites par le contexte hypnotique (Kirsch & Braffman, 2001).

Les théories sociocognitives

5 Le model intégratif - *Integrative Model*

Le modèle intégratif de Lynn porte ce nom car il cherche à intégrer dans une vision globale les variables contextuelles, interpersonnelles et intrapersonnelles, en vue de mieux comprendre les différences individuelles au niveau des réponses hypnotiques. Chaque sujet hypnotisé, en fonction du but fixé, recherche et intègre à sa manière les informations venant de ces différentes sources. L'objectif de ce modèle est donc d'appréhender la capacité inhérente à chaque humain de créer des contextes psycho-sociaux générant une expérience désirée (Lynn et al., 2008).

Dans les variables interpersonnelles la charge affective, la qualité relationnelle et le rapport sont des éléments déterminants (Lynn & Rhue, 1991 ; Lynn et al., 1991). Ils facilitent les réponses hypnotiques car ils accroissent l'engagement dans des comportements de conformité - *compliance* -, la motivation à faire plaisir à l'hypnotiseur et à prendre le rôle de l'hypnotisé (Tellegen, 1981) , ainsi que la focalisation du sujet sur les tâches demandées.

Au niveau intrapersonnel, les capacités à renoncer au « contrôle » perçu - *lâcher prise* - et à coopérer pleinement, tout en ayant l'intention d'expérimenter pleinement l'hypnose, sont très importantes. Tout comme leurs attentes et les préjugés vis-à-vis de l'hypnose comme leur interprétation des suggestions, dans la forme comme dans le fond, jouent également un rôle primordial (Lynn et al., 1984). Cependant, cette théorie socio-cognitive ne donne pas un rôle central à l'imagination (Lynn et al., 2008). En effet, pour Lynn, les capacités attentionnelles et d'imagination n'ont pas nécessairement besoin d'être fortement développées chez le sujet. Un degré minime de ces capacités suffit à répondre aux suggestions hypnotiques (Lynn & Rhue, 1988). Toutefois, l'imagination permet de légitimer et de renforcer le sentiment les réponses produites sont involontaires.

Enfin, les variables contextuelles regroupent tous les éléments situationnels qui vont pouvoir modifier la suggestibilité hypnotique du sujet. Une des particularités des réponses hypnotiques est le côté « involontaire » ou non « conscient » des réponses hypnotiques. Comme les autres auteurs de ce courant, le côté involontaire des actes est attribué une erreur d'interprétation et une renonciation au contrôle.

Cependant, pour ce modèle, c'est le contexte hypnotique qui a pour fonctionnalité de décourager la prise de conscience et l'analyse des facteurs qui influencent la réponse hypnotique (Lynn et al., 1990).

Par exemple, une induction hypnotique aura pour objectif de réduire la vigilance, le raisonnement analytique et les pensées abstraites, et d'orienter l'attention sur des images concrètes, des sensations internes et des comportements précis (Field, 1979). De plus, les inductions contiennent des mots et des phrases associés à des états mentaux de passivité ou de réceptivité - *relaxation, sommeil...* Une des « demandes centrales » de l'hypnose est de **se positionner en « observateur » des réponses produites suite à une suggestion**. Ainsi, les sujets font une distinction subtile, mais essentielle, entre « faire » - *doing, se voir soi-même l'agent qui produit une action délibérée, on en porte la responsabilité* - et « se produire » - *happening, se voir comme passif et spectateur des actes se produisant, la responsabilité est attribuée à une source externe* (Sarbin & Coe, 1979 ; Sarbin, 1984 ; Spanos, 1982, Spanos & Gorassini, 1984). Le fait de se placer en position d'observateur lors de la production des réponses hypnotiques procure le sentiment de vivre un acte involontaire (Kirsch & Lynn, 1998).

Les théories sociocognitives

6 La théorie des ensembles de réponse - *Response Set Theory*

La théorie des ensembles de réponses est une évolution des deux précédentes. Elle reprend les concepts « d'attente » du sujet - *expectancy* - et son incidence sur les réponses hypnotique de la théorie de Kirsch, et les concepts d'attribution et de non conscience du comportement - *doing vs happening* - de la théorie de Lynn. Elle se centre principalement sur la compréhension du sentiment d'acte « involontaire » qui accompagne les réponses aux suggestions hypnotiques.

A la différence des autres théories socio-cognitives, la théorie des ensembles de réponses accorde une place centrale à l'expérience subjective de la personne durant la séance d'hypnose. Elle écarte la notion de « rôle » qui serait pris volontairement par le sujet pour préférer s'appuyer la notion d'actes « automatiques ». La plupart des activités humaines sont non planifiées et automatiques - *comme par exemple lorsqu'on tape sur un clavier on ne pense pas consciemment à nos doigts* (Kirsh & Lynn, 1998). L'hypnose n'est qu'une activité humaine comme les autres : quand une intention de répondre à une suggestion s'est formée, même consciemment, il n'est plus nécessaire d'avoir un contrôle conscient pour que l'action se déroule, la réponse déclenche une opération automatique voir quasi-automatique (Heckhausen & Beckmann, 1990).

Toutes les actions, hypnotiques ou non, ne seraient donc que des actions initiées automatiquement plutôt que par une intention consciente (Kirsh & Lynn, 1997, 1998). Et toutes les actions seraient initiées par des « jeux de réponse » - *response sets*, ce sont des associations mentales ou des représentations construites à partir des attentes et des intentions, et qui préparent les schémas comportementaux ou cognitifs qui seront activés automatiquement.

Ainsi, les sujets, aidés par les croyances autour de l'hypnose, créent les réponses hypnotiques suggérées, mais interprètent ses réponses comme non « volontaires » « se produisant par elles-mêmes » - *happening* - plutôt que comme des actions dirigées vers un objectif qu'ils poursuivent - *goal-directes actions* (Lynn et al., 1990) (concept « d'erreur d'attribution et de non conscience » de la production de la réponse ; Kirsch & Lynn, 1998 ; Lynn & Kirsch, 2006).

Cependant, bien que les réponses hypnotiques puissent être déclenchées automatiquement, les suggestions par elles-mêmes ne suffisent pas à les déclencher. Pour générer une réponse « correcte », l'expérience subjective de la personne et les réponses produites doivent être en accords. Et le liant entre ces deux seront les attentes - *croyances vis à vis de l'hypnose, vis à vis des réponses comportementales attendues* - et l'imagination du sujet. (Kirsh et al., 1995)

Enfin, la question des ressources attentionnelles est également un point important. Répondre à des suggestions demande de grandes ressources attentionnelles (Kirsh & Lynn, 1997). Cependant, les ressources attentionnelles nécessaires différent en fonction des types de suggestions à traiter. Les suggestions d'inhibition - *hallucination négative, challenge* - demanderaient plus de ressources attentionnelles et d'intention que les suggestions de production - *mouvement moteur* (Sheehan & McConkey, 1982).

Si ces différentes théories possèdent des points de divergences, nous pouvons y retrouver au moins 4 points de convergence, même si les termes évoqués et les processus proposés divergent légèrement.

Tout d'abord, elles s'entendent toutes sur **la non existence d'un état altéré de conscience** utile pour produire des réponses hypnotiques. Cependant, les auteurs de ce courant reconnaissent que l'hypnose peut engendrer de profondes altérations dans la conscience du sujet, elles ne sont simplement qu'un épiphénomène.

Deuxièmement, pour qu'il y une réponse hypnotique **le sujet doit s'engager** dans le processus, être actif - *voir les notions de rôle, de motivation, d'attentes, de construction, de complaisance, de ressources attentionnelles...*

Troisièmement, **l'imagination tient une place centrale**. Qu'elle soit vue comme un support, un renforcement, un outil de production et d'absorption, tous s'accordent sur le fait qu'elle donne vie aux réponses hypnotiques.

Enfin, si les réponses hypnotiques ne sont pas des actes involontaires, **les ressentir comme tel** semble être un facteur clé dans la réussite d'une suggestion.

Ce qu'il faut retenir

de ces théories « **sociocognitives** ». Quatre points permettent d'entrevoir le cadre théorique de ce courant :

La remise en cause de l'existence d'un état hypnotique et de la dissociation psychique.

L'imagination et la capacité d'absorption dans un imaginaire ont rôle important dans la création du vécu hypnotique.

Les réponses hypnotiques sont issues d'une « interaction sociale » impactée par des facteurs psychosociaux (*conformité sociale, attentes et motivations, rôles...*).

Les comportements hypnotiques sont des comportements « normaux » et volontaires initiés par le sujet lui-même, même s'il n'en a pas conscience.

Ainsi, « étatistes » et « non-étatistes » s'opposent depuis plus de 100 ans. Toutefois, au cours de ces dernières années, certains auteurs ont pris le parti de choisir une autre voie : sorti de cette opposition et proposer des **théories unifiées** qui utilisent les points fort de ces deux courants.

Les théories à la « croisée des chemins »

Les théories à la « **croisée des chemins** »

Par-delà ces oppositions entre « étatistes » et « non-étatistes », certains auteurs prennent le parti plus récemment de choisir une autre voie : sortir de cette opposition et proposer de nouvelles approches théoriques plus unifiées qui s'appuient sur les points forts de ces deux courants. Ainsi, d'après Kihlstrom (2008, p 41), ces deux approches seraient en réalité complémentaires.

Si ces nouvelles propositions théoriques sortent en droite ligne du courant cognitif, avec notamment la reprise des travaux sur le contrôle et la surveillance - *control & monitoring* - (Hilgard 1991, 1992 ; Kihlstrom, 2007), elles intègrent des notions chères au courant psycho-social comme les attentes ou le rôle actif du sujet.

Cependant si les autres théories étaient centrées sur la division de la conscience - *dissociation* -, sur la nature de l'expérience subjective du sujet, ou encore sur son rôle ou ses attentes, ces nouvelles théories se sont donnée pour objectif d'expliquer comment de simples mots peuvent produire de telles réponses hypnotiques, qui sont de surcroît étonnamment réelles et faciles à réaliser, mais également de développer une théorie flexible pouvant expliquer une large portion des phénomènes hypnotiques (Barnier et al., 2008).

Définition de l'hypnose par ses contemporains

« l'hypnose est à la fois un **état** où de profonds changements cognitifs apparaissent, impliquant des mécanismes de bases de la cognition et de la conscience, **ET** une **interaction** sociale où l'hypnotiseur et le sujet vont collaborer ensemble dans un **but** spécifique et dans un contexte socio-culturel particulier. »

Khilstrom John F., 2008



Les théories à la « croisée des chemins »

1 La théorie des attributions discordantes - *Discrepancy-Attribution Theory*

(Barnier & Mitchell, 2005 ; Barnier et al., 2008)

Cette théorie s'appuie sur les travaux portant les illusions mémorielles - *memory illusions* - (Goldinger and Hansen, 2005 ; Whittlesea, 1997 ; Whittlesea et al., 2005) et les erreurs d'attribution lors de la reconnaissance de faux souvenir. Elle est une extension de la théorie SCAPE - *Selective Construction and Preservation of Experience* - (Whittlesea, 2002) appliquée à l'hypnose.

Dans la lignée des travaux d'Hilgard (Hilgard, 1992), cette théorie fait la distinction entre « production » et « évaluation ». Par exemple, lorsque l'on demande à un sujet d'entendre le bourdonnement d'un moustique qui se déplace dans la salle où il se trouve, le fait de créer l'image ou la représentation sonore de ce moustique est une « production », tandis que le sens et l'origine que l'on attribue à cette image est une « évaluation ».

De ce fait, le côté réel et involontaire des réponses hypnotiques serait lié à une erreur d'attribution. Pour Spanos (1986a), c'est cette erreur d'attribution qui génère l'hypnose, alors que pour Barnier (Barnier et al., 2008), cette erreur est due à l'hypnose. Ainsi, l'induction hypnotique ne provoque pas de changements qualitatifs majeurs dans le traitement des informations (*tous les comportements hypnotiques sont des comportements normaux qui s'expriment de la même manière qu'à l'extérieur de l'hypnose*), mais génère des changements quantitatifs, même mineurs, qui rendent les réponses légèrement plus faciles à exécuter dans un contexte hypnotique que dans des conditions « d'éveil » (Barnier et al., 2008).

Toujours selon Barnier & Mitchell (2005), l'hypnose faciliterait la production de réponses de deux manières. C'est sur ce point qu'ils réunissent les courants social et cognitif. Tout d'abord, hypnotique prépare les sujets à coopérer. En collaborant avec l'hypnotiseur, les sujets privilégient les suggestions de ce dernier par rapport aux informations émanant de la réalité, ajoutant ainsi une source d'activation à leur processus de production par rapport à un contexte non hypnotique.

Par exemple, « halluciner » un chat correspond au même processus d'imagination, que le contexte soit hypnotique ou non, mais les suggestions hypnotiques vont fournir une strate d'informations supplémentaires, acceptée par le sujet, qui va renforcer le réalisme de cette image. Là encore, le sujet est vu comme actif dans le processus. Ensuite, le processus d'induction hypnotique est une préparation cognitive **qui génère concentration et relaxation**. Elle a pour effet de diminuer les pensées qui peuvent parasiter le processus de production et d'augmenter la focalisation sur la voix de l'hypnotiseur et sur ses suggestions.

Ainsi, **en augmentant la motivation à répondre et en diminuant les pensées parasites**, l'induction hypnotique va permettre une légère facilitation dans la production des réponses aux suggestions, ce qui va avoir un effet, profond par contre, sur la manière dont elles sont évaluées. Cette facilitation entraîne une discordance entre les efforts attendus pour produire la réponse hypnotique - *comportementale ou cognitive* - et la facilité avec laquelle cette réponse est produite. Cette surprenante facilité entraîne une erreur d'attribution : la réponse hypnotique est évaluée comme involontaire, réelle et due à des facteurs externes (Barnier et al., 2008). L'induction hypnotique influence donc l'expérience subjective de la personne bien plus que les processus cognitifs eux-mêmes.

Les théories à la « croisée des chemins »

2 La théorie du control à froid - *Cold Control Theory*

(Dienes & Perner, 2007 ; Barnier et al., 2008)

Cette théorie est issue de récents travaux portant sur la conscience - *conscious awareness* - les états supérieurs de la pensée - *higher-order states* - (Rosenthal, 1986, 2002, 2005). Elle s'appuie sur une proposition connexe d'Hilgard, les notions de contrôle et de surveillance, pour faire la distinction entre « être dans un certain état mental », appelé état de premier ordre - *first-order state*, par exemple *imaginé un chat* - et « être conscient d'être dans cet état mental », appelé état de d'ordre supérieur - *higher-order state*, qui consiste à *prendre conscience que j'imagine un chat* (Barnier et al., 2008). Ainsi, « voir » et « être conscient de voir » marque deux formes de perception qualitativement différentes (Merikle et al., 2001). Appliqué au contrôle, il se passe la même chose avec les intentions. L'intention de « lever le bras » ne devient une intention consciente uniquement si une pensée d'ordre supérieur (HOT) me permet de prendre conscience que j'ai eu l'intention de « lever le bras ».

Ainsi, cette théorie propose « *que répondre correctement à une suggestion hypnotique peut être accompli en formant une intention (une commande dans le système exécutif) pour réaliser une action ou une activité cognitive, sans former les pensées d'ordre supérieur (HOTs) accompagnant normalement cette intention* » (Dienes & Perner, 2007, p 296). Une réponse hypnotique serait alors constituée d'un contrôle exécutif intentionnel (*i.e.*, *d'une intention de réaliser une action*) sans les HOTs correspondant (*i.e.*, *sans la conscience d'avoir cette intention*) : d'où la notion de « contrôle à froid » (*COLD en anglais, inverse de l'anagramme HOT dont le mot signifie chaud*) (Dienes & Hutton, 2013).

Ainsi, les réponses hypnotiques n'induisent pas de changement dans les pensées ou les représentations de premier ordre (*le fonctionnement des intentions reste normal*) mais elles sont exécutées sans représentations d'ordre supérieur (*ou de conscience de l'intention*), soit en évitant d'activer les HOTs appropriées, soit en entretenant des HOTs inexacts (« *Je n'ai pas l'intention de faire cette action* »).

Cette théorie intègre également plusieurs aspects des théories sociocognitives. Tout d'abord, elle affirme également que toutes les suggestions hypnotiques peuvent être réalisées en dehors de l'hypnose car le système exécutif fonctionne normalement - *ce qui va à l'encontre de ce que les théories cognitives prônent*. C'est également pour cela que les tâches demandant d'aller contre des systèmes automatiques ou engendrant beaucoup de distraction sont plus difficiles à réaliser (Barnier et al., 2008). La seule différence entre les suggestions hypnotiques et non hypnotiques réside dans la manière dont la réponse est vécue subjectivement.

Le deuxième point commun est la place des attentes et des croyances. Cependant, ces dernières ne produisent pas par elles-mêmes les effets hypnotiques, mais agissent sur les HOTS. En entravant et modifiant les HOTS correspondant aux intentions, les attentes et les croyances éliminent le sentiment de conscience et laissent la personne croire que ce qu'elle imagine est réelle ou que l'action s'est mise en place involontairement (Dienes & Perner, 2007).

Enfin, plusieurs résultats empiriques viennent à l'appui de cette théorie du contrôle à froid. En appliquant des stimulations magnétiques transcrâniennes de basses fréquences (rTMS) sur la zone du cortex préfrontal dorsolatéral (DLPFC, zone impliquée dans la construction de HOTS ; voir Rounis et al., 2010) pour la désactiver, Dienes et Hutton (2013) réussissent à diminuer la conscience de l'intention de produire une action chez les sujets et donc à faciliter la production de réponses hypnotiques. Ainsi, la théorie du contrôle à froid, en s'appuyant sur l'idée que les pensées d'ordre supérieur (HOTS) ne fonctionnent pas de manière adéquate dans une situation hypnotique, fournit un cadre théorique général permettant de rendre compte d'une partie de la phénoménologie hypnotique.

Les théories à la « **croisée des chemins** »

3 La théorie de l'implication empathique - *Empathic Involvement Theory*

(Wickramasekera II, 2001, 2007, 2015)

La théorie de l'implication empathique (EIT) postule que les processus empathiques sont au cœur de l'ensemble des phénomènes hypnotiques. Le point de départ de cette théorie est l'observation empirique de trois phénomènes. Tout d'abord, les personnes ayant de grandes habilités pour l'hypnose sembleraient être des gens plus empathiques (Wickramasekera II, 2001 ; Wickramasekera II & Sylyk, 2003 ; voir également Peter et al., 2015). Ensuite, les expériences d'altération temporelle vécue dans des moments de profonde empathie partageraient des points communs avec les expériences de distorsions du temps que l'on peut observer en hypnose (Cooper & Erickson, 2002, Pekala & Kumar, 2000). Enfin, La qualité du rapport entre le sujet et l'hypnotiseur (*expérience empathique par excellence*) aurait un effet positif sur la création d'expériences et de comportements hypnotiques en diminuant le contrôle et les résistances du sujet (Lynn et al., 1991).

L'expérience hypnotique serait portée par le réseau neuronale de l'empathie, qui utilise le réseau neurologique DMN* - *Default-Mode Network* - et les neurones miroirs*, pour permettre au sujet hypnotique d'incarner le rôle, de répondre aux attentes, et de ressentir les sensations et les émotions que l'hypnotiseur leur suggère, ceci en accord avec les théories socicognitive (Wickramasekera II, 2015).

*note

Le réseau neurologique DMN - *Default-Mode Network* : c'est le réseau neuronale impliqué dans la perception des autres et donc de l'empathie (Buckner et al., 2008 ; Otte et al., 2010) mais qui serait également lié aux états mentaux types mindwandering (Mason et al., 2007) et hypnose (Oakley & Halligan, 2009 ; McGeown et al., 2009).

Les neurones miroirs : ce sont un sous type de neurones qui s'activent en réponse à la communication non verbale et à la lecture des émotions de l'autre (Gallese, 2009).

La perception involontaire des réponses hypnotiques serait, quant à elle, due à une altération de notre sens du « Soi », sens porté par le processus neurologique TOM - *Theory of the Mind* - et lié à l'activité du DMN. Cette perception serait engendrée par une dissociation entre la production de la réponse hypnotique et l'attribution de cette réponse, ce qui est en accord avec les théories de néo-dissociations (Wickramasekera II, 2015).

L'hypnose ne serait ainsi qu'une expérience à forte charge empathique, où le sujet (*les hautement hypnotisables seraient plus talentueux*) utilise ses capacités d'empathie pour s'adapter aux perspectives, aux attentes, à l'imagerie, aux émotions, à la communication que l'hypnotiseur lui présente aux cours des procédures d'induction et des suggestions hypnotiques (Wickramasekera II, 2001) et qui provoque une altération du « Soi » (Wickramasekera II, 2015).

Agencivité : capacité d'une personne à agir et à se percevoir agir sur les autres et le monde.

Theory of the Mind : Théorie de l'esprit, processus neurologique grâce auquel nous attribuons l'agencivité et nous distinguons nos propres actions de celles d'autrui (voir Gallese, 2009 ; Mathy et al., 2014).

Synthèse et points de convergence

Ces nouvelles approches théoriques de l'hypnose permettent de **sortir de l'opposition** entre étatistes et non-étatistes et d'entrevoir un certain nombre de points de convergence. Ainsi comme le suggère Barnier (Barnier et al., 2008) :

« les théories du contrôle à froid, des écarts d'attribution, [du courant socio-cognitif, et du courant néodissociatif] sont toutes justes sur certains aspects ».

Tâchons donc maintenant de lister les points de convergence entre ces approches théoriques récentes.

1 Le rôle du rapport

une relation de confiance établie entre le sujet et le praticien

Le rapport, la **qualité de la relation** entre l'hypnotiseur et son sujet, tient une place importante dans la pertinence du vécu et des réponses hypnotiques (Lynn & Rhue, 1991).

Ce rapport a surtout un rôle de catalyseur de l'expérience hypnotique et des réponses fournies. Pour cela, l'hypnotiseur va pouvoir utiliser des techniques de complaisance et de persuasion (Spanos, 1986a, 1991), inciter le sujet à coopérer et à s'engager dans le rôle attendu (Barber et al., 1974), modifier ses attentes et ses croyances (Kirsch, 1991), gérer sa communication pour rendre plus efficace l'induction et les suggestions, stimuler la motivation (Kirsch & Braffman, 2001) mais également stimuler l'empathie (Wickramasekera, 2015).

Vous m'entendrez souvent parler « **d'état modifié de confiance** ».

2 L'engagement

un objectif, plus ou moins explicite, de la part des deux acteurs

L'hypnose se révèle être un **processus hautement actif** et non passif. Pour qu'il y ait une réponse hypnotique, le sujet hypnotisé doit s'engager dans le processus en y prenant part activement, de manière consciente ou non consciente.

Cette notion d'engagement se retrouve dans les différentes théories avec les notions de prise de rôle et de construction de l'expérience (Sarbin, 1950 ; Sarbin & Coe, 1972), d'attentes du sujet (Kirsch, 1991 ; Kirsch & Braffman, 2001), d'attitude du sujet (Barber et al., 1974), de stratégie d'engagement dans le rôle (Spanos, 1991), de conformité (Spanos, 1986a, 1991), de motivation (Kirsch & Braffman, 2001), ou encore d'être en empathie (Wickramasekera, 2015).

3 L'imagination

le processus de production d'une nouvelle réalité sensorielle

L'imagination tient également une place centrale dans l'hypnose et elle semble être à la base des phénomènes hypnotiques (Gay, 2004 ; Kirsch, 1991 ; Kirsch & Braffman, 2001).

Elle alimente et façonne la construction du vécu subjectif (Sarbin & Coe, 1972). S'absorber pleinement dans son imagination paraît être le facteur central de réussite d'une réponse hypnotique (Spanos, 1986a).

L'imagination est le seul processus qui permet de créer de manière « artificielle » des sensations. Tout ce que nous imaginons, notre corps le produit. Par exemple, imaginez vous mordre dans un citron, immédiatement vos papilles seront stimulées. L'imagination permet de créer un nouvelle réalité sensorielle.

4 le vécu sensoriel

Vivre et observer les ressentis en lien avec l'expérience

Si la notion « d'état hypnotique » ne semblent pas juste (*cet état altéré est-il un épiphénomène ou la cause des réponses hypnotiques ? Est-ce un état à part entière ?*), l'altération du vécu subjectif n'est lui pas à remettre en question (Kihlstrom, 2005). Cependant, générer cette altération du vécu subjectif requiert deux conditions : que le sujet se positionne en tant qu'**observateur de l'expérience** et qu'il accepte pleinement de **vivre ses ressentis**.

Pour la première (**être observateur**), c'est exactement ce que proposent les auteurs qui distinguent le « *doing* » (« *produire l'action* ») du « *happening* » (« *laisser l'action se produire par elle-même* ») (Sarbin & Coe, 1972), le « *control* » du « *monitoring* » (Hilgard, 1992 ; Kihlstrom, 2008), ou quand ils parlent de se positionner en observateur (Kirsch & Lynn, 1998) et de lâcher prise en renonçant au contrôle. Cette position d'observateur, lors de la production des réponses hypnotiques, procure le sentiment de vivre un acte involontaire (Kirsch & Lynn, 1998) et altère la conscience de soi en tant qu'initiateur de ses actions et de ses pensées (Kihlstrom, 2005, 2008). On revient ainsi à la notion de dissociation proposée initialement par le courant étatiste (Hilgard, 1992 ; Kihlstrom, 2005, 2008 ; Woody & Sadler, 2008).

Pour la seconde (**être dans ses ressentis**), on la retrouve dans les notions de la charge affective (Lynn & Rhue, 1991), la réduction de la vigilance et des pensées analytiques et abstraites (Field, 1979), la focalisation de l'attention sur les sensations (Field, 1979), ou encore la distinction entre « être dans un état mental » plutôt que « d'être conscient d'être dans un état mental » (Dienes & Hutton, 2013 ; Dienes & Perner, 2007).

Ainsi, toute réponse hypnotique serait **liée à une altération du vécu subjectif** et induirait un rapport à soi et au monde différent de l'état de veille (Wickramasekera, 2015).

La suggestion hypnotique aurait pour fonction d'influencer l'expérience subjective de la personne bien plus que les processus cognitifs eux-mêmes (Barnier, 2008).

5 L'interaction avec la réalité

un rapport à soi-même et à son environnement différent de celui de l'état d'éveil

Un dernier aspect important semble être la nature de **l'interaction entre ce que l'imagination produit et les informations que la réalité renvoie**. Il peut alors exister un conflit entre les informations en provenance de la réalité et celles produites par l'imagination, conflit qui va influencer le vécu subjectif de l'expérience hypnotique (*ressentie comme réelle ou non*) et faciliter ou inhiber la réalisation d'un phénomène hypnotique (Barnier et al., 2008).

Ainsi, des études montrent que manipuler les informations venant de la réalité pourrait faciliter la production de réponses hypnotiques et augmenter les scores sur les échelles de mesure d'hypnotisabilité (Wickless & Kirsch, 1989). Par exemple, pour une suggestion d'hallucination d'une couleur comme voir du rouge là où il n'y en a pas, allumer une lampe produisant une lumière rouge très faible pourrait faciliter la mise en place de cette hallucination. C'est ce que l'on retrouve dans la théorie des attributions discordantes, qui postule une discordance entre la production du phénomène et l'évaluation de l'effort demandé pour produire ce phénomène (Barnier et al., 2008).

De ce fait, **l'induction hypnotique n'aurait comme objectif que de faciliter la production imaginative et d'inhiber les informations venant de la réalité** en concentrant les ressources attentionnelles sur la tâche demandée (Kirsch & Lynn, 1997) et en diminuant, grâce à la relaxation par exemple, les pensées parasites analytiques (*analysant la production du phénomène ou les informations venant de l'environnement*) (Barnier et al., 2008). On induit ainsi un changement de rapport à soi et à l'environnement (Wickramasekera, 2015) et également un changement de rapport aux informations venant de soi et du monde, facilitant ainsi la production de réponses hypnotiques en se centrant sur certaines informations, au détriment d'autres pouvant engendrer un conflit car rappelant trop fortement ce qu'est la réalité.

Ainsi, ces trois cadres théoriques récents présentent le mérite d'inclure des éléments clés des deux courants majeurs antérieurs pour proposer une vision de l'hypnose plus intégrative. Par ailleurs, comme nous venons de le voir, il est possible de lister **cinq caractéristiques** communes à ces propositions théoriques qui nous conduisent vers une description théorique convergente de ces phénomènes.

L'hypnose correspond ainsi à une **expérience sensorielle subjective** dans laquelle le **rapport** (1) entre l'hypnotiseur et le sujet joue un rôle de catalyseur de l'expérience ainsi que de soutien. **Le sujet s'engage** alors activement dans cette expérience (2) en sollicitant fortement son **imagination** (3). La qualité du rapport (1) et de l'engagement (2) permettent au sujet de se positionner comme observateur de l'expérience et l'autorisent à **vivre les ressentis propres à cette expérience** (4). Le sujet peut alors **se détacher des informations de la réalité** au profit de celles issues de ce vécu sensoriel hypnotique (5).

Il est à noter que chaque individu possède des talents plus ou moins développés au niveau de ces cinq caractéristiques. Plus un phénomène hypnotique demande de grandes capacités à chacun de ces niveaux, plus il sera difficile à produire.

Malgré ces points de convergence, plus de 200 ans après la création du mot « Hypnose » aucun consensus que ce soit dans sa définition ou dans son explication n'a été accepté !

Bibliographie

- Augustinova, M., Almeida, E., Clarys, D., Ferrand, L., Izaute, M., Jalenques, I., Silvert, L. (2016). Que mesure l'interférence Stroop ? Quand et comment ? Arguments méthodologiques et théoriques en faveur d'un changement de pratiques dans sa mesure. *L'Année Psychologique*, 116(1), 45–66.
- Barber, T. X. (1969). *Hypnosis: A scientific approach*. New York: Van Nostrand Reinhold. (Reprinted 1995: Northvale, NJ: Jason Aronson)
- Barber, T.X. (1979). Suggested ('hypnotic') behavior: the trance paradigm versus an alternative paradigm. In E. Fromm and R. E. Shor (ed.), *Hypnosis: Developments in Research and New Perspectives*, 2nd edn., pp 217-271. Aldine, New York.
- Barber, T.X. (1999). A comprehensive three-dimensional theory of hypnosis. In: Kirsch,I., Capafons,A., Cardena-Buelna, E.,Amigo,S. (Eds.), *Clinical Hypnosis and Self-regulation: Cognitive-behavioral Perspectives*. American Psychological Association, Washington, DC, pp. 21–48.
- Barber T.X., Spanos N.P., Chaves J.F. (1974). *Hypnosis, imagination, and human potentialities*. New York: Pergamon Press.
- Barnier A.J., Dienes Z., Mitchell C.J. (2008). How hypnosis happens: new cognitive theories of hypnotic responding. In: *The Oxford Handbook of Hypnosis: Theory, Research and Practice*. Oxford University Press. Nash M. R. & Barnier A. J. pp. 141-178.
- Barnier, A.J. & McConkey, K.M. (2003). Hypnosis, human nature, and complexity: integrating neuroscience approaches into hypnosis research. *International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis*, 51: 282-308.
- Barnier, A.J. & McConkey, K.M. (2004). Defining and identifying the highly hypnotizable person. In: Heap, M., Brown, R. RJ, & Oakley, D.A. *The Highly Hypnotizable Person: Theoretical, Experimental and Clinical Issues*. Chap2, Brunner-Routledge.
- Barnier, A.J. & Mitchell, C. J. (2005). Looking for the fundamental effects of hypnosis. Invited address at the 35th Annual Congress of the Australian Society of Hypnosis (Scientific Program, Sydney, Australia).
- Benham, G., Woody, E. Z., Wilson, S. K. and Nash, M. R. (2006). Expect the unexpected : ability, attitude and responsiveness to hypnosis. *Journal of Personality ans Social Psychology*, 91 : 342-350.
- Braffman, W., Kirsch, I. (1999). Imaginative suggestibility and hypnotizability: an empirical analysis. *Journal of Personality and Social Psycholy*, 77(3): 578–587.
- Braffman, W., Kirsch, I. (2001). Reaction time as a predictor of imaginative suggestibility and hypnotizability. *Contemporary Hypnosis*, 18(3): 107–119.
- Buckner R.L., Andrews-Hanna J.R., Schacter D.L. (2008). The Brain's Default Network: Anatomy, Function, and Relevance to Disease. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1;1124(1):1–38.
- Christoff K., Irving Z.C., Fox K.C.R., Spreng R.N., Andrews-Hanna J.R. (2016). Mind-wandering as spontaneous thought: a dynamic framework. *Nature Reviews Neuroscience*, 22;17(11):718–31.
- Coe, W. C., & Sarbin, T. R. (1977). Hypnosis from the standpoint of a contextualist. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 296:2-13.
- Cojan Y., Waber L., Schwartz S., Rossier L., Forster A., Vuilleumier P. (2009). The Brain under Self-Control: Modulation of Inhibitory and Monitoring Cortical Networks during Hypnotic Paralysis. *Neuron*, 62(6):862–75.
- Cooper, L. F., & Erickson, M. H. (2002). *Time distortion in hypnosis: An experimental and clinical investigation* (2nd ed.). Crown House Publishing Limited.
- Dienes Z., Hutton S. (2013). Understanding hypnosis metacognitively: rTMS applied to left DLPFC increases hypnotic suggestibility. *Cortex*, 49(2):386–92.
- Dienes Z, Perner J (2007). Executive control without conscious awareness: the cold control theory of hypnosis. In, Jamieson, G. A. *Hypnosis and Conscious States: the Cognitive Neuroscience Perspective*. Oxford Univ. Press. Chap 16: 293–314.

- Evans, F. J., & Orne, M. T. The disappearing hypnotist: The use of simulating subjects to evaluate how subjects perceive experimental procedures. *International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis*, 1971, 19, 277-296.
- Faymonville, M.-E., Boly, M., & Laureys, S. (2006). Functional neuroanatomy of the hypnotic state. *Journal of Physiology*, 99: 463–469.
- Field P (1979). Humanistic aspect of hypnotic communication. In: *Hypnosis: Developments in Research and New Perspectives*. Transaction Publishers. Aldine, Chicago. p. 605–36.
- Gallese, V., (2009). Mirror Neurons, Embodied Simulation, and the Neural Basis of Social Identification. *Psychoanalytic Dialogues*, 5:519-536.
- Gay M-C. (2007a). L'hypnose : un descriptif. *Annales Medico-Psychologiques*, 165(3):172-79.
- Gay M-C. (2007b). Les théories de l'hypnose. *Annales Medico-Psychologiques*, 165(9):623–30.
- Goldinger S.D. & Hansen, W.A. (2005). Remembering by the seat of your pants. *Psychological Science*. 16(7):525-9.
- Gorassini, D. R., & Spanos, N. P. (1986). A social-cognitive skills approach to the successful modification of hypnotic susceptibility. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50: 1004-1012.
- Gorassini, D. R., & Spanos, N. P. (1999). The Carleton Skill Training Program for modifying hypnotic suggestibility: Original version and variations. In I. Kirsch, A. Capafons, E. Cardeña-Buelna, & S. Amigó (Eds.), *Dissociation, trauma, memory, and hypnosis book series. Clinical hypnosis and self-regulation: Cognitive-behavioral perspectives* (p. 141–177). American Psychological Association..
- Green, J. P., Laurence, J. R., & Lynn, S. J. (2014). Hypnosis and psychotherapy: From Mesmer to mindfulness. *Psychology of Consciousness: Theory, Research, and Practice*, 1(2): 199-212.
- Haggard, P., Cartledge, P., Dafydd, M., & Oakley, D.A. (2004). Anomalous control: When “free-will” is not conscious. *Consciousness and Cognition*, 13: 646–654.
- Halligan, P. W., & Oakley, D. A. (2013). Hypnosis and cognitive neuroscience: Bridging the gap. *Cortex*, 49(2), 359-364.
- Hilgard, E. R. (1977). *Divided consciousness: Multiple controls in human thought and action*. New York: Wiley.
- Hilgard E.R. (1992). Dissociation and theories of hypnosis. In: Fromm E, Nash MR, editors. *Contemporary hypnosis research*. New York, NY, US: Guilford Press. p. 69–101.
- Hull, C.L. (1933). *Hypnotic and susceptibility*. Oxford, England: Appleton-Century.
- Iani, C., Ricci, F., Baroni, G., & Rubichi, S. (2009). Attention control and susceptibility to hypnosis. *Consciousness and Cognition*, 18(4): 856–863.
- Iani C., Ricci F., Gherri E., and Rubichi, S. (2006). Hypnotic suggestion modulates cognitive conflict: The case of the flanker compatibility effect. *Psychological Science*, 17(8): 721-727.
- Janet P. (1889). *L'Automatisme Psychologique - Essai de psychologie expérimentale sur les formes inférieures de l'activité humaine*. Paris : Société Pierre Janet et le laboratoire de psychologie pathologique de la Sorbonne.
- Jensen, M.P. & Patterson, D.R.. (2008). Hypnosis in the relief of pain and pain disorders. *The Oxford Handbook of Hypnosis: Theory, Research, and Practice*. Oxford University Press. Nash M. R. & Barnier A. J. pp. 503-534.
- Kihlstrom, J.F. (1984). Conscious, subconscious, unconscious: a cognitive perspective. In K. S. Bowers and D. Meichenbaum (ed.), *The Unconscious Reconsidered*, pp. 149-211. Wiley, New York.
- Kihlstrom, J.F. (1992). Dissociation and dissociations : a comment on consciousness and cognition. *Consciousness and Cognition : An International Journal*, 1,47-53.
- Kihlstrom, J.F. (1998). Dissociations and dissociation theory in hypnosis : comment on Kirsch and Lynn (1998). *Psychological Bulletin*, 123:186-191.
- Kihlstrom J.F. (2005). Is hypnosis an altered state of consciousness or what? *Contemporary Hypnosis*, 22(1):34–8.
- Kihlstrom J.F. (2008). The Domain of hypnosis, revisited. In: *The Oxford Handbook of Hypnosis: Theory, Research and Practice*. Oxford University Press. Nash M. R. & Barnier A. J. p. 21–52.
- Kihlstrom, J. F. (2014). Hypnosis and cognition. *Psychology of Consciousness: Theory, Research, and Practice*, 1(2): 139-152.

- Kirsch, I. (1985). Reponse expectancy as a determinant of experience and behavior. *American Psychologist*, 40: 1189-1202.
- Kirsch I. (1991). The social learning theory of hypnosis. In: Lynn SJ, Rhue JW, editors. *Theories of hypnosis: Current models and perspectives*. New York, NY, US: Guilford Press, p. 439–465.
- Kirsch, I. (1994). Clinical hypnosis as a non deceptive placebo : empirically derived techniques. *American Journal of Clinical Hypnosis*, 37 : 95-106.
- Kirsch, I., & Braffman, W. (2001). Imaginative suggestibility and hypnotizability. *Current Directions in Psychological Science*, 10(2): 57–61.
- Kirsch, I., Burgess, C. A., & Braffman, W. (1999). Attentional resources in hypnotic responding. *International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis*, 47: 175–191.
- Kirsch, I., & Lynn, S.T. (1995). The Altered State of Hypnosis, Changes in the Theoretical Landscape. *American Psychologist*, 50(10): 846-858.
- Kirsch I, & Lynn SJ (1997). Hypnotic Involuntariness and the Automaticity of Everyday Life. *American Journal of Clinical Hypnosis*, 40(1):329–48.
- Kirsch, I., & Lynn S.J. (1998). Social–cognitive alternatives to dissociation theories of hypnotic involuntariness. *Review of General Psychology*, 2(1):66–80.
- Kirsch, I., Silva, C. E., Carone, J. E., Johnson, J. D., and Simon B. (1989). The surreptitious observation design : an experimental paradigm for distinguishing artifact from essence in hypnosis. *Journal of Abnormal Psychology*, 98 : 132-136.
- Kirsch, I., Silva, C. E., Comey, G. and Reed, S. (1995). A spectral analysis if cognitive and personality variables in hypnosis : empirical disconfirmation of the two factor model of hypnotic responding. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69 : 167-175.
- Lifshitz, M., Howells, C., & Raz, A. (2012). Can expectation enhance response to suggestion? De-automatization illuminates a conundrum. *Consciousness and Cognition*, 21(2): 1001–1008.
- Ludwig, A. M. (1966). Altered states of consciousness. *Archives of General Psychiatry*, 15(3), 225–234.
- Lynn, S.J., & Kirsch, I. (2006). *Essentials of Clinical Hypnosis: An Evidence-based Approach*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Lynn, S.J., Kirsch, I., & Hallquist, M., (2008). Social cognitive theories of hypnosis. In: Nash, M.R., Barnier, A. (Eds.), *The Oxford Handbook of Hypnosis: Theory, Research and Practice*. Oxford University Press, Oxford, UK, pp. 111-140.
- Lynn, S.J., Nash, M. R., Rhue, J. W., Frauman, D. C. and Sweeney, C. (1984). Nonvolition, expectancies, and hypnotic rapport. *Journal of Abnormal Psychology*, 93 : 295-303.
- Lynn, S.J., & Rhue, J. W. (1988). Fantasy proneness : hypnosis, developmental antecedents, and psychopathology. *American Psychologist*, 43 : 35-44.
- Lynn, S.J., & Rhue, J. W. (1991). An integrative model of hypnosis. In: *Theories of hypnosis: current models and perspectives*. New York: Guilford Press.
- Lynn, S. J., Rhue, J. W., & Weekes, J. R. (1990). Hypnotic involuntariness: A social- cognitive analysis. *Psychological Review*, 97, 169-184.
- Lynn, S.J., Weekes, J.R., Neufeld, V., Zivney, O., Brentar, & J., Weiss F. (1991). Interpersonal climate and hypnotizability level: Effects on hypnotic performance, rapport, and archaic involvement. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60(5):739–43.
- MacLeod, C. M. (1991). Half a century of research on the Stroop effect: an integrative review. *Psychological bulletin*, 109(2), 163.
- MacLeod, C. M., & MacDonald, P. A. (2000). Inter-dimensional interference in the Stroop effect: Uncovering the cognitive and neural anatomy of attention. *Trends in Cognitive Sciences*, 4: 383-391.
- MacLeod, C.M., & Sheehan, P.W. (2003). Hypnotic control of attention in the Stroop task: A historical footnote. *Consciousness and Cognition*, 12: 347–353.

- Maquet, P., Faymonville, M.-E., Degueldre, C., Delfiore, G., Franck, G., Luxen, A., & Lamy, M. (1999). Functional Neuroanatomy of Hypnotic State. *Society of Biological Psychiatry*, 45:327–333.
- Mason, M. F., Norton, M. I., Van Horn, J. D., Wegner, D. M., Grafton, S. T., & Macrae, C. N. (2007). Wandering minds: the default network and stimulus-independent thought. *Science*, 315(5810), 393-395.
- Mahy, C. E. V., Moses, L. J., & Pfeifer, J. H. (2014). How and where: Theory-of-mind in the brain. *Developmental Cognitive Neuroscience*, 9, 68–81.
- McGeown W.J., Mazzoni G., Venneri A., Kirsch I. (2009). Hypnotic induction decreases anterior default mode activity. *Consciousness and Cognition*, 18(4):848–5.
- Merikle P.M., Smilek D., Eastwood J.D. (2001). Perception without awareness: Perspectives from cognitive psychology. *Cognition*, 79(1):115–134.
- Oakley, D. A., & Halligan, P. W. (2009). Hypnotic suggestion and cognitive neuroscience. *Trends in cognitive sciences*, 13(6): 264-270.
- Oakley, D. A., & Halligan, P. W. (2013). Hypnotic suggestion: opportunities for cognitive neuroscience. *Nature Reviews Neuroscience*, 14(8): 565-576.
- Orne, M.T. (1979). The use and misuse of hypnosis in court. *International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis*, 27: 311-341.
- Otti, A., Guendel, H., Läer, L., Wohlschlaeger, A. M., Lane, R. D., Decety, J., ... Noll-Hussong, M. (2010). I know the pain you feel—how the human brain’s default mode predicts our resonance to another’s suffering. *Neuroscience*, 169(1), 143–148.
- Parris, B. A., Dienes, Z., & Hodgson, T. L. (2012). Temporal constraints of the word blindness posthypnotic suggestion on Stroop task performance. *Journal of Experimental Psychology: Human Perception and Performance*, 38(4): 833–837.
- Pekala R.J., Kumar V.K. (2000). Operationalizing “Trance” I: Rationale and Research Using a Psychophenomenological Approach. *American Journal of Clinical Hypnosis*, 1;43(2):107–35.
- Perugini, E. M., Kirsch, I., Allen, S. T., Coldwell, E., Meredith, J.M., Montgomery, G.H., and al. (1998). Surreptitious observation of responses to hypnotically suggested hallucinations: A test of the compliance hypothesis. *International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis*, 46(2): 191-203.
- Peter, B., Vogel, S. E., Prade, T., Geiger, E., Mohl, J. C., & Piesbergen, C. (2015). Hypnotizability, personality style, and attachment: An exploratory study, part 1 —general results. *American Journal of Clinical Hypnosis*, 57, 13–40.
- Prince, M. (1906). *The dissociation of a personality*. New York: Longmans, Green, & Co. Traduction française : *La dissociation d'une personnalité – Etudes biographiques de psychologie pathologique. Le cas de Miss Beauchamp (1901 - 1911)*, Paris, L'Harmattan, (2005).
- Rainville, P., Hofbauer, R. K., Bushnell, M. C., Duncan, G. H., & Price, D. D. (2002). Hypnosis modulates activity in brain structures involved in the regulation of consciousness. *Journal of Cognitive Neuroscience*, 14(6): 887-901.
- Rainville, P., Hofbauer, R. K., Paus, T., Duncan, G. H., Bushnell, M. C., & Price, D. D. (1999). Cerebral mechanisms of hypnotic induction and suggestion. *Journal of Cognitive Neuroscience*, 11(1): 110-125.
- Raz, A., Kirsch, I., Pollard, J., & Nitkin-Kaner, Y. (2006). Suggestion reduces the stroop effect. *Psychological Science*, 17(2) : 91–95.
- Raz, A., Shapiro, T., Fan, J., & Posner, M. I. (2002). Hypnotic Suggestion and the Modulation of Stroop Interference. *Archives of General Psychiatry*, 59(12) : 1155–1161.
- Rey, A. (2012). *Psychologie cognitive expérimentale*. Presses universitaires de France
- Robin, F. (2013). *Hypnose, Processus, suggestibilité et faux souvenirs*. De Boeck (ed.). Bruxelles.
- Rosenthal D.M. (1997). A theory of consciousness. In: *The Nature of Consciousness: Philosophical Debates*. MIT Press. Cambridge, MA: Ned Block, Owen Flanagan, and Güven Güzeldere, p. 729–54.

- Rosenthal DM (1986). Two concepts of consciousness. *Philosophical Studies*, 49, 329–59. Rosenthal DM (2000). Consciousness, content, and metacognitive judgments. *Consciousness and Cognition*, 9, 203–14.
- Rosenthal DM (2002). Consciousness and higher-order thought. In: *Macmillan encyclopedia of cognitive science*. pp. 717–26. Basingstoke, UK, Macmillan Publishers Ltd.
- Rosenthal DM (2005). *Consciousness and mind*. Oxford, Clarendon Press.
- Rounis, E., Maniscalco, B., Rothwell, J. C., Passingham, R. E., & Lau, H. C. (2010). Theta-burst transcranial magnetic stimulation to the prefrontal cortex impairs metacognitive visual awareness. *Cognitive neuroscience*, 1(3), 165-175.
- Sarbin T.R. (1950). Contributions to role-taking theory: Hypnotic behavior. *Psychological Review*, 57(5):255–70.
- Sarbin T.R. (1984). Nonvolition in hypnosis : a semiotic analysis. *The Psychological Record*, 34(4), 537–549.
- Sarbin T.R. (1997). Hypnosis as a conversation: 'Believed-in imaginings' revisited *Contemporary Hypnosis*, 14: 203-215.
- Sarbin, T. R., & Coe, W. C. (1972). *Hypnosis: a social psychological analysis of influence communication*. Holt, Rinehart and Winston.
- Sarbin T.R., & Coe, W. C. (1979). Hypnosis and psychopathology: Replacing old myths with fresh metaphors *Journal of Abnormal Psychology*. 88: 506-526.
- Sheehan, P. W. (1991). Hypnosis, context, and commitment. In S. J. Lynn & J. W. Rhue (Eds.), *Theories of hypnosis: Current models and perspectives* (pp. 520-541). New York: Guilford Press.
- Sheehan, P. W. (1992). The phenomenology of hypnosis and the Experiential Analysis Technique. In E. Fromm & M. R. Nash (Eds.), *Contemporary hypnosis research* (pp. 364-389). New York: Guilford Press.
- Sheehan, P. W., & McConkey, K. M. (1982). *Hypnosis and experience: The exploration of phenomena and process*. Erlbaum, NJ: Hillsdale.
- Shor, R. E. (1959). Hypnosis and the concept of the generalized realityorientation. *American Journal of Psychotherapy*, 13: 582-602.
- Spanos, N. P. (1971). Goal-directed fantasy and the performance on hypnotic test suggestions. *Psychiatry*, 34: 86-96.
- Spanos, N. P. (1982). A social psychological approach to hypnotic behavior. In G. Weary & H. L. Mirels (Eds.), *Integrations of clinical and social psychology* (pp. 231-271). New York: Oxford University Press.
- Spanos, N. P. (1986a). Hypnosis and the modification of hypnotic susceptibility: A social psychological perspective. In P. Nash (Ed.), *What is hypnosis?* (pp. 85-120). Philadelphia: Open University Press.
- Spanos, N. P. (1986b). Hypnotic behavior: A social-psychological interpretation of amnesia, analgesia, and "trance-logic". *The Behavioral and Brain Sciences*, 9: 449-502.
- Spanos N.P. (1991). A sociocognitive approach to hypnosis. In: *Theories of hypnosis: current models and perspectives*. New York: Guilford Press.
- Spanos, N.P., & Barber, T.X. (1974). Toward a convergence in hypnosis research. *The American Psychologist*. 29: 500-11.
- Spanos, N. P., and Chaves, J. F. (1989). *Hypnosis: The Cognitive-Behavioral Perspective*. Psychology Series. Amherst, NY: Prometheus Books, 1989.
- Spanos, N. P., Cobb, P. C., Gorassini, D. R. (1985). Failing to resist hypnotic test suggestions: a strategy for self-presenting as deeply hypnotized. *Psychiatry*. 48: 282-92.
- Spanos, N.P., Gorassini, D.R., 1984. Structure of hypnotic test suggestions and attributions of responding involuntarily. *J. Pers. Soc. Psychol.* 46 (3), 688–696.
- Spanos, N. P., Radtke, H. L., & Bertrand, L. D. (1984). Hypnotic amnesia as a strategic enactment: Breaching amnesia in highly susceptible subjects. *Journal of Personality and Social Psychology*, 47(5), 1155–1169.
- Spanos, N. P., Rivers, S. M., Ross, S. (1977). Experienced involuntariness and response to hypnotic suggestions *Annals of the New York Academy of Sciences*. 296: 208-221.
- Spanos, N. P., Stenstrom, R. J., Johnston, J. C. (1988). Hypnosis, placebo, and suggestion in the treatment of warts. *Psychosomatic Medicine*. 50: 245-60
- Stroop, J.R., (1935). Studies of interference in serial verbal reactions. *Journal of Experimental Psychology*, 18: 643–661.

- Summerfield, Q., & McGrath, M. (1984). Detection and resolution of audio-visual incompatibility in the perception of vowels. *Quarterly Journal of Experimental Psychology Section A*, 36(1): 51-74.
- Tang Y-Y., Holzel B.K., Posner M.I. (2015). The neuroscience of mindfulness meditation. *Natural Review of Neuroscience*, 16(4):213–25.
- Tellegen, A. (1981). Practicing the two disciplines for relaxation and enlightenment : comment on ‘Role of the feedback signal in electromyograph biofeedback: The relevance of attention’ by Qualls and Sheehan. *Journal of Experimental Psychology: General*, 110: 217-226.
- Vickery, A.R., & Kirsch, I. (1991). The effects of brief expectancy manipulations on hypnotic responsiveness. *Contemporary Hypnosis*, 8, 167–171.
- Wagstaff, G.F. (1998). The semantics and physiology of hypnosis as an altered state: towards a definition of hypnosis. *Contemporary Hypnosis*, 1;15(3):149–65.
- Wagstaff, G.F. (2000). On the physiological redefinition of hypnosis: A reply to Gruzelier. *Contemporary Hypnosis*, 17(4): 154-162.
- Whittlesea, B.W.A. (1997). Production, Evaluation, and Preservation of Experiences: Constructive Processing in Remembering and Performance Tasks. *Psychology of Learning and Motivation*, 37. 211-264.
- Whittlesea, B.W.A. (2002). Two routes to remembering (and another to remembering not). *Journal of Experimental Psychology: General*, 131(3):325–48.
- Whittlesea, B.W.A., Masson, M.E.J. & Hughes, A.D. (2005). False memory following rapidly presented lists: the element of surprise. *Psychological Research* 69, 420–430.
- Wickramasekera II, I. E. (2001). Could empathy be a predictor of hypnotic ability: The empathic involvement hypothesis (Unpublished doctoral dissertation). Illinois School of Professional Psychology, Chicago, IL.
- Wickramasekera II, I. E. (2007). Empathic features of absorption and incongruence. *American Journal of Clinical Hypnosis*, 50, 59–69.
- Wickramasekera II, I.E (2015). Mysteries of Hypnosis and the Self Are Revealed by the Psychology and Neuroscience of Empathy. *American Journal of Clinical Hypnosis*, 22;57(3):330–48.
- Wickramasekera I.E., Szlyk J.P. (2003). Could Empathy Be a Predictor of Hypnotic Ability? *International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis*, 51(4):390–9.
- Woody, E. Z., & Bowers, K. S. (1994). A frontal assault on dissociated control. In S. J. Lynn & J. W. Rhue (Eds.), *Dissociation: Clinical and theoretical perspectives*. New York: Guilford Press.
- Woody E.Z., & Sadler P. (2008). Dissociation theories of hypnosis. In: *The Oxford Handbook of Hypnosis: Theory, Research and Practice*. Oxford University Press. Nash M. R. & Barnier A. J., pp 81-110
- Yeh, V. M., Schnur, J. B., & Montgomery, G. H. (2014). Disseminating hypnosis to health care settings: Applying the RE-AIM framework. *Psychology of Consciousness: Theory, Research, and Practice*, 1(2): 213-228.

INCARN**O**

Thérapie incarnée École de thérapeutes

Merci de votre attention