



Michel RUEL

Hôpital Max Fourestier, France

Email : flaubert36@yahoo.fr

Chaudron magique, mudra de Jean Becchio, statue : extériorisation en Hypnose, versus externalisation en HTSMA

Objectifs

Décrire plusieurs exercices hypnotiques, concrétisant le rejet (de la souffrance, de la douleur, d'un comportement, etc). En expliciter le mécanisme: extériorisation ? externalisation? Comparer sur ce point les démarches de l'Hypnose et de l'HTSMA. Préciser de ces exercices les indications et le mode d'emploi en fonction du contexte (parcours du patient, alliance thérapeutique).

Contenu

Dans une prise en charge hypnotique, que ce soit pour des douleurs, une anxiété, un mal être avec difficulté à vivre le stress, ou une difficulté à modifier ses comportements alimentaires, il arrive un moment où le patient est prêt...Prêt à abandonner, " lâcher ou jeter" des comportements, des habitudes, des modes de perception ou de réponse.- Prêt à renoncer à des tentatives de solution qui ont toujours échoué, et qui aggravent le problème.- En hypnose, le praticien peut proposer de concrétiser cet abandon, ce rejet de tout ou partie de ce qui entretient l'inconfort, la souffrance. - Je présenterai des séquences vidéos de ces exercices d'hypnose, j'essaierai de définir cette démarche, cette mise en jeu du corps symbolisant cet abandon, ce rejet, ce jet: extériorisation? catharsis? - Je mettrai en parallèle pour les comparer, l'externalisation utilisée en HTSMA (Hypnose, thérapie stratégique, mouvements alternatifs) par l'école d'Eric Bardot, qui m'y a initié, thérapie que j'ai commencé à intégrer dans ma pratique médicale pour prendre en charge mes patients. - Je proposerai aux participants de l'atelier de pratiquer ensemble des exercices collectifs: le mudra des animaux, (qui est une version par Jean Becchio d'un exercice de E.Rossi des deux mains), et la statue.-
- Références: " Lâcher ou jeter, du mudra de Jean au chaudron magique", M.Ruel, congrès Hypnose et douleurs, ST Malo 2016 (diaporama téléchargeable :<https://www.hypnoses.com/bibliotheque-hypnose/lacher-jeter-mudra-de-jean-chaudron-magique-deux-outils-lhypnose/>) Sur la statue: "L'histoire de Nathalie" in "se soigner avec l'hypnose et l'autohypnose", M.Ruel, Chantal Briquet, ed Leduc, 2017, p.146-148

Mots clés

Chaudron magique, mudra, Rossi, extériorisation, externalisation, HTSMA.