



**Amandine VELLOZZI** <sup>(1)</sup>, **Serge SIRVAIN** <sup>(2)</sup>, **Thierry DARNAUD**

<sup>(3)</sup> <sup>(1)</sup>Médecine Générale, France, <sup>(2)</sup>Centre hospitalier, France,

<sup>(3)</sup>université toulouse, France

**Email** : dr.sirvain@ch-ales.fr

## L'hypnose, terre possible de résilience... ?

### Objectifs

Nous nous interrogeons depuis des années sur l'utilisation à des fins thérapeutiques du processus de résilience, cet atelier animé par des psychologues, des médecins et des hypnothérapeutes propose de débattre de ces questions.

### Contenu

La résilience est un processus créatif, lié à une trajectoire de vie traumatique au sein de laquelle une élaboration nécessitant la mobilisation de ressource externe permet à un sujet de rebondir. La question que nous proposons de nourrir est de savoir si l'hypnose, de part la stimulation de l'imagination, l'utilisation de métaphores, des modèles et des symboles qu'elle mobilise peut être un possible terrain de résilience. Le cadre thérapeutique souple, adaptatif malléable qu'elle propose constituerait le terreau du soin et de la résilience en laissant une place importante pour l'initiative et la spontanéité. Mais des questions restent entières, qu'elle est la bonne méthode pour y parvenir... ? Est-il pensable ou utopique de chercher à créer des « programmes » d'hypnose ou de techniques de psychothérapies pour la résilience qui s'accompagneraient inévitablement du développement de « resiliothérapeute » .. ? L'hypnose favorisant une présence humaine sensible, elle questionne la notion de tuteur de Résilience et celle de son émergence au sujet traumatisé...

### Mots clés

Hypnose résilience Tuteur de résilience