



Jacques PUICHAUD, Jacques AUGER, Jean Pierre GULLY

TACT Association, France

Email : jpd.auger@wanadoo.fr

Suggérer avec TACT: trois outils du quotidien

Objectifs

Faire connaître trois techniques originales de suggestion, l'une destinée à la séance d'hypnose formelle, les deux autres de type conversationnel inspirées des thérapies orientées vers la solution. Ces techniques simples nécessitent une attention particulière au mode de communication du patient. Cet atelier propose un *modus operandi* pour une suggestion adaptée à chaque patient, tant en hypnose formelle qu'au cours de la conversation thérapeutique. Une ressource pour le thérapeute en panne (ponctuelle) d'intuition ou en déficit (momentané) d'inspiration qu'il nous arrive (parfois) d'être

Contenu

I.I. Suggérer en hypnose Pré-supposés : 1)- le patient, et lui seul, possède les ressources nécessaires au changement souhaité. 2)- les termes qu'il utilise, et eux seuls, recouvrent son expérience, inaccessible aux tiers. La suggestion se fera donc au moyen des expressions et métaphores propre au patient, après recueil intégral de la plainte, selon la technique TACT des 20 premières lignes. Cette utilisation de la « langue du patient » est très mobilisatrice. Les suggestions se feront par la technique de « l'hypnoprompteur », qui sera communiquée aux participants. Il est moins question de génie ou d'intuition que d'une pratique artisanale, reproductible et particulièrement adaptée. I.II. Suggestion sur le mode de la conversation 1)- Technique dite de « la petite souris du Dr V » : Elle a pour finalité apparente de déterminer les éléments objectifs qui permettront au patient, mais aussi à un observateur, à une caméra ou à une petite souris, etc. de savoir qu'une avancée, même très partielle, est survenue. Pratiquée avec une insistance respectueuse, elle a pour effet de suggérer l'amélioration, sans qu'aucune indication précise n'émane du thérapeute : seul le patient évoque ce qui va apparaître, remobilisant ainsi des ressources, des compétences, des intérêts strictement personnels. 2)- Technique du « plus petit changement pertinent objectif » (PPCPO) : Il s'agit apparemment de rechercher le plus petit signe, exprimé en terme d'action, ayant pour le patient une signification d'amélioration. Le changement doit être infime, n'avoir aucun lien avec la nature de la plainte. Le thérapeute insiste pour que soit recherché « un changement encore plus petit », facilitant ainsi la survenue dans les jours suivants d'un des phénomènes mineurs évoqués. Celui-ci ayant alors pour le patient valeur annonciatrice « du changement souhaité ». Des exemples de questionnement propres à ces deux techniques seront exposés.

Mots clés

Hypnose / Hypnoprompteur / Plus-petit-changement-pertinent-objectif / Suggestion / Thérapie Brève