



**Xavier PENIN, Yves HALFON**

*Institut Milton H. Erickson de Normandie, France*

Email : yves.halfon@orange.fr

## L'instantané hypnotique

### Objectifs

Dans cet atelier nous montrerons l'importance de - Légitimer ce que donne le patient à voir et à entendre. - - Enclencher le principe de réciprocité- - Associer une phrase de transition- - Utiliser des stratégies hypnotiques dissociatives pour provoquer une anxiolyse et une analgésie en moins de 5 minutes Les méthodes pour réaliser l'état de transe sont limitées seulement par votre propre imagination. Les démonstrations et les exercices seront nombreux.

### Contenu

L'instantané hypnotique « Précision, économie de moyens et quasi-absence d'efforts : la maîtrise est soeur de l'élégance. » J.-L. Servan-Schreiber. Tout acte chirurgical ou anesthésique ou même une simple hospitalisation, induit une modification de l'état de conscience similaire à l'hypnose et augmente la suggestibilité. Cet « état hypnoïde » spontané peut alors être utilisé et se révéler bénéfique pour autant que l'on donne au patient des suggestions positives et réconfortantes. Milton Erickson : "Avez-vous besoin d'une technique d'induction longue, étendue et prolongée ? Un de mes étudiants peut se souvenir de l'époque où j'utilisais beaucoup de temps dans des techniques prolongées. Mais avec davantage d'expérience... j'ai compris que peu de technique est nécessaire si vous êtes prêt à utiliser l'attention de votre patient. Vous avez besoin de le focaliser sur une simple petite chose et de l'y maintenir. (L'hypnose thérapeutique, quatre conférences", ESF, Paris, 1986) Le Médecin, le dentiste, l'infirmier dans leur pratique veulent l'hypnose ici et maintenant et si elle n'est pas disponible ici et maintenant, ils renonceront rapidement à n'importe quelle tentative de l'utiliser. C'est pourquoi je souligne l'importance d'une induction rapide. Elman : « Limiter votre période d'induction à une minute pour chaque patient. Quand vous prenez plus longtemps qu'une minute pour mettre le sujet en relaxation puis dans l'état hypnotique, vous gaspillez du temps. C'est ma conviction que si l'hypnose doit avoir une place importante en médecine et en soin dentaire, cela doit être disponible au médecin presque immédiatement. » dans « Hypnotherapy »

### Mots clés

Inductions rapides, Extemporaneé, Erickson, Elman, Dissociation, Réciprocité, Légitimer, Comme si...