



**Yves HALFON**

*Institut Milton H. Erickson de Normandie, France*

**Email :** [yves.halfon@orange.fr](mailto:yves.halfon@orange.fr)

## La femme blessée, revivre

### Objectifs

Comment aider une femme victime de violences ? Quels sont les outils à la disposition du praticien  
Récapitulatif des stratégies Le reparentage ou par les autres ou par soi-même - La double dissociation ou l'EMDR- Le bodyscan- Les petits triomphes - Les petits plaisirs - Le souffle - Le bain purificateur- La resacralisation du corps - L'auto-toucher - La parade agressive

### Contenu

La femme blessée, revivre : Se reconstruire Comment aider une femme victime de violences ? Tout en respectant la singularité de la victime dans ses perceptions, ses émotions, ses interprétations de cette violence subie, tout en respectant sa culture, nous pouvons l'aider en lui proposant un certain nombre de stratégies hypnotiques pour se reconstruire. Une Résilience accompagnée. Comment restaurer son estime de soi, son « amour d'elle-même » : revivre. Un grand nombre de stratégies en hypnose, mobilisant la mémoire et l'imagination peuvent être proposées : La double dissociation pour la gestion du stress post-traumatique - Le reparentage, la recherche de figures passées réconfortantes (êtres humains, animaux, voire objets transitionnels - grâce à l'imaginaire de l'enfant qu'elle a été).- Le bodyscan, sa symbolique (aller des parties du corps vers l'unité du corps). Redonner de l'unité à ce corps morcellé. D'abord un balayage corporel neutre, puis investi d'émotions positives : travailler le sourire intérieur.- La recherche du ludique, des plaisirs éloignés des zones corporelles trop atteintes. Mobilisation des souvenirs sensoriels. Les remettre au premier plan de la mémoire.- Le travail sur la respiration, à côté de la respiration d'alerte qui la laisse sur le « qui vive », une respiration de calme, de repos, d'apaisement. Deux autres approches : l'eau purificatrice et resacraliser le corps avec la métaphore des lieux de culte vandalisés qui sont resacralisés. Un autre travail auprès d'elle aura été effectué, beaucoup plus social : l'aider à porter plainte (migrante possible), l'aider à trouver un environnement social sécurisant...

### Mots clés

Reparentage, Résilience, Cyrulnik, Hay, Dissociation, Imaginaire, Stress post-traumatique, Estime de soi, Hypnose...