



Jacky BRAZY

Société Internationale Hypnose, Suisse

Email : brazy.jacky@bluewin.ch

Comment traiter la résilience du deuil par l'hypnose

Objectifs

Permettre à tous praticiens de l'hypnose de traiter les situations de deuil ou le travail de résilience ne s'est pas fait.

Contenu

Le deuil a été très longuement étudié ⁽¹⁾. Qu'il soit normal, compliqué ou pathologique, il laisse des traces émotionnelles dans la mémoire à l'origine d'un déséquilibre. Celui-ci va déstabiliser ou pas l'individu. -L'humain est un être de relations ⁽²⁾. Toute sa vie il va nouer et dénouer celles-ci au gré de sa vie. Lorsqu'il quitte ce nœud pour partir dans une autre dimension, il laisse un vide autour de lui. Cette situation déstabilisante pour tous s'exprimant sévèrement pour certains est liée à l'absence d'un dialogue qui n'a pas eu lieu surtout si le décès a été rapide ou inattendu. Or, celui-ci est indispensable car il est libérateur et créateur de la résilience. C'est par ce biais que l'hypnose est utile. Par son utilisation, il n'est nul besoin de travailler des heures avec le patient sur ce sujet. Le travail préalable d'acceptation, de laisser partir et de choisir la vie ⁽³⁾ ne permet pas à tous les individus de revivre normalement après. Il reste un «vide » à combler. Il n'est plus nécessaire avec la méthode exposée ici, car en une seule séance l'avenir du patient va se trouver bouleversé. Il n'est nul besoin de dialogue pendant la transe hypnotique. Il faut construire un « rêve » (« rêve construit »), un film dans lequel le sujet devient l'acteur principal où il s'exprime et se libère. Ici tout se passe dans son cerveau et dans son corps, l'hypnotiseur n'étant que le spectateur « sourd ». Ce « rêve construit » s'enregistre comme vrai dans sa mémoire et devient un souvenir « réel » qui va permettre le travail de deuil dans la réalité et à la résilience de se réaliser. C'est tellement vrai que plusieurs années après le patient est capable de le revivre entièrement comme n'importe quel évènement réel. Brazy, Jacky. La résilience du deuil. Congrès Mondial d'hypnose, Montréal, 2018 Kübler-Ross, Elisabeth. On Death and Dying. 1ère édition. New York : The Macmillan Compagny, 1969 ; Les derniers instants de la vie. Genève : Labor et Fides, 1975 Bioy, Antoine. Le deuil. In Hypnothérapie et hypnose médicale. p 332-336 Paris : Dunod, 2014 Racine, Louise. Le deuil. Accepter, laisser et choisir la vie. Montréal : Les éditions du CRAM, 2011

Mots clés

Hypnose, deuil, résilience, acceptation, vie