

# SOMMAIRE

<b>Introduction : Le retour de l'hypnose dans le champ des thérapies?</b> ( <i>Didier Michaux</i> )	XI
Un déclin inexpliqué.....	XI
Le regain d'intérêt pour l'hypnose.....	XIII
L'apport ericksonien .....	XIII
Évolution en France .....	XV
Présentation rapide du <i>Manuel d'hypnose</i> et de ses objectifs .....	XV
<b>PARTIE I</b>	
<b>CONNAISSANCE DE L'HYPNOSE</b>	<b>1</b>
<b>Chapitre 1 : L'histoire de l'hypnose</b> ( <i>Didier Michaux, Yves Halfon</i> )	<b>3</b>
Du magnétisme animal au sommeil lucide.....	4
<i>Franz Anton Mesmer (1734-1815)</i> .....	4
<i>Armand Marie Jacques de Chastenet de Puységur (1751-1825)</i> .....	6
L'avènement de l'hypnotisme .....	7
<i>José Custodio de Faria (1755-1819)</i> .....	7
<i>James Braid (1795-1860)</i> .....	8
<i>Ambroise Auguste Liébeault (1825-1904)</i> .....	9
<i>Jean Martin Charcot (1825-1893)</i> .....	10
<i>Hyppolite Bernheim (1840-1919)</i> .....	10
<i>Pierre Janet (1859-1947)</i> .....	11
<i>Sigmund Freud (1856-1939)</i> .....	11
L'hypnose contemporaine.....	12
<i>Lewis Wolberg (1905-1988) et la pratique de l'hypnoanalyse</i> .....	13
<i>La recherche sur l'hypnose</i> .....	14
<i>Milton H. Erickson (1901-1980)</i> .....	15
<i>La réintroduction de l'hypnose en France</i> .....	16
<b>Chapitre 2 : Comportements hypnotiques et expérience subjective</b> ( <i>Didier Michaux</i> )	<b>19</b>
Au niveau des comportements spontanés .....	19
Au niveau des comportements suggérés.....	21
<i>Les phénomènes hypnotiques</i> .....	21

*Le vécu des suggestions*..... 24  
*L'hypnose comme état particulier du fonctionnement mental*..... 27  
*Quatre types de comportements hypnotiques* ..... 31

**Chapitre 3 : La mesure de l'hypnose (Didier Michaux) 35**

Introduction..... 35  
 Historique des outils de mesure ..... 36  
*Évolution des outils de mesure* ..... 36  
*Les outils de mesure utilisés aujourd'hui* ..... 40  
 Données normatives..... 41  
*Âge et hypnotisabilité*..... 41  
*Sexe et hypnotisabilité*..... 44  
*Stabilité dans le temps*..... 45

**Chapitre 4 : Qui est hypnotisable ? (Didier Michaux) 47**

Introduction..... 47  
*Représentations du grand public* ..... 47  
*Représentations des hypnotiseurs de music-hall*..... 48  
*Représentations des thérapeutes à travers le temps*..... 48  
 Traits de personnalité et hypnose..... 49  
 Approche par entretiens ..... 50  
 Psychopathologie et hypnose..... 52  
*Suggestibilité hypnotique et psychose* ..... 52  
*Conclusion*..... 53

**Chapitre 5 : Théories de l'hypnose (Didier Michaux) 55**

L'hypnose : état de conscience spécifique?..... 55  
*Hypnose et dissociation*..... 56  
*Théories d'inspiration psychanalytique* ..... 59  
*L'hypnose : un état multidimensionnel* ..... 66  
*Y a-t-il dans le comportement du sujet hypnotisé des caractéristiques spécifiques ?* ..... 67  
 L'hypnose, un effet des facultés de veille..... 70  
*Imagination et role playing*..... 70  
*Conceptions sociocognitives*..... 77

<b>Chapitre 6: Physiologie de l'hypnose ou neurophénoménologie de l'hypnose</b> (Chantal Wood, Didier Michaux)	<b>81</b>
Hypnose et sommeil.....	81
Veille et hypnose.....	83
<i>Relation entre ondes alpha et hypnotisabilité</i> .....	83
<i>Relation entre ondes thêta et hypnotisabilité</i> .....	83
<i>Les ondes bêta</i> .....	84
<i>Différences dans les ondes 40 Hz</i> .....	84
<i>Différences statistiques dans l'ensemble des ondes EEG</i> .....	85
<i>Différences dans les potentiels évoqués</i> .....	85
<i>Différences dans l'activité des deux hémisphères et hypnose</i> .....	86
Les travaux récents à partir de l'imagerie cérébrale: neurophénoménologie de l'hypnose .....	87
Conclusion .....	88
 <b>Chapitre 7: Aspects psychophysiologiques de l'hypnoalgésie</b> (Chantal Wood)	<b>91</b>
La douleur et ses composantes.....	91
Comment expliquer l'hypnoalgésie?.....	93
<i>Approche psycho-neurophysiologique</i> .....	93
<i>Approche neuro-physiopsychologique</i> .....	95
Types de suggestion et efficacité de l'analgésie hypnotique .....	97
Conclusion .....	98
 <b>Chapitre 8: Relations entre l'hypnose et les autres états modifiés de conscience</b> (Didier Michaux)	<b>99</b>
Multiplicité des états modifiés de conscience.....	99
Relations entre l'hypnose et les autres états modifiés de conscience provoqués dans une visée de développement personnel .....	100
L'hypnose à la lumière des états modifiés de conscience spontanés ou « hypnose naturelle » .....	103
<i>Les situations de choc</i> .....	104
<i>Les réactions à l'autorité dans le groupe</i> .....	105
<i>L'état amoureux</i> .....	106

*La relation précoce aux parents: relation à la mère et au père.....* 107  
*Les relations de jeux entre enfants.....* 108  
*Conclusion.....* 109

**Chapitre 9: Les méthodes d'induction de l'hypnose**  
*(Yves Halfon, Didier Michaux)* **111**

Introduction..... 111

Passage de la suggestion traditionnelle à la suggestion  
 contemporaine (*Didier Michaux*) ..... 111  
*Les caractéristiques de la suggestion traditionnelle* ..... 111  
*La révolution ericksonienne: apports techniques d'Erickson*  
*et de ses successeurs.....* 114

La pratique contemporaine de l'induction hypnotique  
 ou la rhétorique hypnotique (*Yves Halfon*) ..... 116  
*Le démarrage de la séquence hypnotique.....* 116  
*La phase de travail pendant la transe.....* 123  
*La fin de la séance: retour à un état de conscience plus habituel*  
*pour le sujet* ..... 143  
*Induction et relation hypnothérapeute/patient(e)* ..... 144

PARTIE II  
 APPLICATIONS DE L'HYPNOSE 147

**Chapitre 10: Pratiques de l'hypnothérapie**  
**et indications** (*Didier Michaux*) **149**

La communication d'influence et ses différents visages ..... 149  
*Influence et interaction thérapeutique* ..... 149  
*Un modèle caricatural de la relation d'influence:*  
*la suggestion contra symptomatique* ..... 151  
*Différentes communications d'influence* ..... 152

Les principales dimensions thérapeutiques de l'hypnose..... 156  
*Introduction: l'individualisation au cours du développement*  
*de l'individu.....* 156  
*Mécanismes thérapeutiques spécifiques.....* 157  
*Autres dimensions thérapeutiques liées à l'introduction*  
*de l'hypnose* ..... 166

Les grandes approches thérapeutiques dynamisées par l'hypnose.. 175  
*Hypnoanalyse* ..... 177

<i>Travail avec l'imaginaire du patient</i> .....	180
<i>Le travail avec la suggestion</i> .....	185
<i>Conclusion</i> .....	189
Indications et contre-indications des approches	
hypnothérapeutiques.....	190
<i>Indications</i> .....	190
<i>Contre-indications</i> .....	193
<b>Chapitre 11 : L'utilisation de l'hypnose dans le traitement de la douleur (Yves Halfon, Chantal Wood) 195</b>	
Le patient adulte et la douleur (Yves Halfon).....	195
<i>Les douleurs</i> .....	195
<i>L'hypnose et ses outils dans la consultation de la douleur</i> .....	201
<i>L'entretien avec le patient, comme une communication hypnotique</i> .....	213
<i>La dynamique de la prise en charge du patient douloureux chronique</i> .....	215
<i>Les approches particulières</i> .....	223
Les techniques hypnotiques chez l'enfant douloureux	
(Chantal Wood).....	237
<i>Les études scientifiques faites sur les enfants</i> .....	238
<i>L'utilisation de l'hypnose chez l'enfant</i> .....	240
<i>Application aux soins douloureux</i> .....	248
Conclusion.....	253
<b>Chapitre 12 : De faux dangers et une vraie difficulté (Didier Michaux) 255</b>	
Les faux dangers.....	255
<i>Perte de la volonté: la suggestion jusqu'où ?</i> .....	255
<i>Le retour du symptôme ? Superficialité ou profondeur de la thérapie ?</i> .....	257
<i>Danger de dépendance ?</i> .....	259
<i>Le réveil du sujet</i> .....	260
Une vraie difficulté: le problème des fausses mémoires.....	260
<b>Conclusions et perspectives (Didier Michaux) 263</b>	
Conclusions.....	263
Perspectives.....	266

ANNEXES	267
<b>Échelle réduite de suggestibilité hypnotique</b> <b>« Échelle de Paris forme “R”, 1979 »</b>	<b>269</b>
(1) Fermeture des yeux (15 min) .....	269
(2) Rapprochement des deux mains (1 min).....	273
(3) Inhibition verbale (50 s) .....	274
(4) Hallucination de la mouche (55 s).....	274
(5) Rêve (3 à 4 min selon le contenu) .....	275
(6) Rigidité bras (1 min) .....	275
(7a) Suggestion post-hypnotique (15 s) .....	276
(8) Hallucination musicale (55 s).....	276
(7b) Suggestion post-hypnotique.....	277
<b>Bibliographie</b>	<b>281</b>
<b>Index</b>	<b>297</b>