

L'hypnose - 1/2

L'hypnotisme nous renvoie au fonctionnement de la conscience, au dialogue conscient-inconscient par le biais de l'imagerie mentale, de la parole et de ses symboles...

Il y a trois états classiques dans l'hypnose :

L'état cataleptique

Le sujet est immobile, il paraît fasciné. Les yeux sont ouverts et le regard fixe. Les membres gardent la position qu'on leur a communiqué et paraissent d'une grande flexibilité. Il y a analgésie complète. La persistance de l'activité sensorielle permet d'induire hallucinations et impulsions automatiques chez le cataleptique.

L'état léthargique

Le sujet s'affaisse comme plongé dans un sommeil profond. Les membres sont mous et soulevés, retombent lourdement. Les yeux sont clos ou demi-clos. Les réflexes tendineux sont exagérés et l'hyperexcitabilité neuro-musculaire toujours présente. Il y a analgésie complète de la peau et des muqueuses accessibles. Le sujet n'est pas suggestionnable mais les sens restent accessibles.

L'état somnanbulique

L'état le plus intéressant avec l'état suggestif et le plus complexe. Les yeux sont clos ou demi-clos. Il n'y a pas d'hyperexcitabilité neuro-musculaire. Il peut y avoir analgésie ou hyperacuité de sensibilité de la peau ou d'autres sens. Il est facile de déterminer chez le sujet par voie d'injonction la mise en jeu d'actes automatiques très compliqués.

Auxquels on pourra rajouter l'état suggestif où le sujet en veille apparente exécute les ordres post hypnotiques et reste suggestionnable.

Les techniques :

L'hypnose est provoquée de plusieurs façons, par l'usage du magnétisme, de la suggestion ou de la fascination. Ces techniques peuvent en outre être employées seules ou de manière simultanée

Magnétisme : Ce sont les passes "magnétiques" en général de haut en bas précédées d'une mise en rapport (contact) avec la personne à hypnotiser. Les passes magnétiques sont amples, distinctes, pratiquées avec le maximum de décontraction musculaire, et en maintenant l'attention fixée sur le but recherché.

Suggestion : Il s'agit de suggérer de manière appuyée au sujet qu'il va dormir. La suggestion peut prendre des formes plus ou moins complexes, en utilisant des injonctions répétées, en jouant sur le ton et le rythme de la voix.

Fascination : C'est Braid qui "inventa" la méthode de la fascination. Il s'agit d'amener le sujet à fixer un objet brillant que l'on place à 40 cm de son front. Dans certains cas, c'est la fixation du regard de l'hypnotiseur qui provoque la fascination.

L'hypnotisme nous renvoie au fonctionnement de la conscience, au dialogue conscient-inconscient par le biais de l'imagerie mentale, de la parole et de ses symboles. L'étude de l'hypnotisme et son expérimentation nous permet d'aborder d'une manière autre les états de conscience aux frontières du Moi. L'expérimentation de l'état

L'hypnose - 2/2

suggestif pose en outre une question plus générale sur la libre détermination de nos actes.