

HYPNOSE SEMI-TRADITIONNELLE

On appelle 'hypnose semi-traditionnelle' l'hypnose traditionnelle reprise par le courant scientifique. Le phénomène hypnotique est alors étudié par des chercheurs dans des laboratoires. Les médecins et psychologues commencent à **utiliser les découvertes de la psychothérapie moderne** selon 3 courants :

La psychanalyse

Les « psys » vont utiliser l'hypnose comme une technique exploratoire pour découvrir dans **le passé** du patient les causes de son ou ses problèmes. C'est grâce notamment à cette technique que FREUD a élaboré la psychanalyse.

Inconvénients

il n'est pas toujours possible de découvrir les causes réelles du traumatisme avec cette technique et le thérapeute ne peut établir que des hypothèses. Par ailleurs, même si la technique permet une prise de conscience chez le patient, elle ne débouche pas souvent sur une guérison. En effet, Milton Erickson découvrira plus tard la nécessité d'une phase de reconstruction ou de réparation.

Le comportementalisme

Les chercheurs à l'origine de cette approche se basent sur les lois comportementales pour traiter les phobies et d'autres troubles. Leur principe consiste à se concentrer sur les symptômes **présents** du patient.

Inconvénients

ces techniques hypnotiques ne s'appliquent qu'à des problèmes assez simples même s'ils sont efficaces dans les cas graves, et ne guérissent pas souvent les problèmes qui sont dus à des traumatismes antérieurs.

L'humanisme (plus tardif)

Les psychothérapies, telles que l'analyse transactionnelle, la Gestalt, la bioénergie..., se basent sur le potentiel humain et le travail émotionnel. Elles s'orientent donc sur le **présent** et le **futur** du patient.

Inconvénients

tout le monde n'est pas capable de tirer profit de ces techniques pour accéder à tout son potentiel. Il faut donc souvent une aide plus active de l'hypnothérapeute. Par ailleurs, les potentialités du patient ne suffisent pas toujours à surmonter les chocs émotionnels du passé.