

# Portrait d'hypnothérapeute

## 5 questions à... François Thioly

Psychiatre, hypnothérapeute à l'unité d'hypnothérapie de l'Institut Paul Sivadon.  
Formateur à l'Institut Français d'Hypnose. Spécialisé dans l'approche ericksonienne.

### **Pouvez-vous nous présenter votre parcours?**

#### **(formation, expériences, fonctions actuelles)**

Études de médecine à la Pitié-Salpêtrière, formation à la psychiatrie auprès de Daniel Widlöcher.

Coopération au Québec, dans le service de psychiatrie de l'hôpital de l'Annonciation Interne dans le service du Pr Widlöcher.

Biofeedback avec Antoine Rémond au Laboratoire d'Électroencéphalographie et de Neurophysiologie Appliquée.

Interne à la MGEN, dans le service de Philippe Guilbert qui m'introduisit aux thérapies cognitives et comportementales.

Thèse et mémoire de CES de psychiatrie sur l'approche cognitivo-comportementale des troubles obsessionnels-compulsifs.

Formation à l'hypnose auprès de Léon Chertok et Jean Godin.

Installation comme psychiatre en libéral en 1981.

Pratique institutionnelle à temps partiel d'abord à la MGEN, puis à l'Institut Paul Sivadon, dans le service d'hypnothérapie.

Formateur à l'IFH.

### **Comment êtes-vous venu à la pratique de l'hypnose et qu'est-ce que cette méthode vous a apporté ?**

Premières expériences « d'hypnose sauvage » pendant mes études de médecine, où j'ai pu expérimenter, dans des situations désespérées, l'étonnant pouvoir de la suggestion, ce qui m'a conduit à m'intéresser et à me former à l'hypnose, découvrant ainsi que depuis mes tout premiers stages d'externe j'avais bien souvent fait de l'hypnose sans le savoir.

Ma pratique de l'hypnose a confirmé et étayé ma conviction de l'importance primordiale du lien, de la relation, et, au fil des ans, m'a conduit à une réflexion critique sur les impasses où nous conduisent les postulats de base de notre pensée occidentale, qui découpe la réalité en objets séparés et oublie trop souvent, dans ce fécond effort d'objectivation, la dimension du processus, du lien, de la relation, du sens.

### **On a souvent dans nos pratiques "le" cas, celui qui nous a fait comprendre quelque chose d'important, ou qui nous a fait "grandir" plus rapidement dans la pratique. Avez-vous déjà connu cela avec un patient ?**

Chaque fois que l'évolution inattendue d'un patient, particulièrement réceptif à l'approche hypnotique, venait contredire nos catégories psychopathologiques trop rigides, qui m'apparaissent dorénavant comme une grille de lecture à prendre de manière très relative.

**Dans votre pratique d'hypnothérapeute, vous vous inscrivez dans une filiation ericksonienne. Pouvez-vous nous indiquer ce que vous considérez comme étant au cœur de cette approche ?**

La manière de penser la relation à travers l'approche utilisationnelle : baser la relation, et donc l'alliance thérapeutique, sur l'acceptation de tout ce qui vient du patient, chercher à entrer dans la spécificité de son monde pour être au plus près de sa réalité. Et bien sûr l'accent mis sur les ressources inconscientes.

**On voit notamment dans les publications anglo-saxonnes une nette progression d'une approche mêlant l'hypnose ericksonienne et une approche cognitivo-comportementale. Est-ce pour vous également une évolution naturelle de la voie ericksonienne ?**

Mon parcours personnel qui depuis longtemps mêle ces deux approches devrait me prédisposer à considérer favorablement cette évolution, pour autant que ce soit la manière ericksonienne de penser la relation qui vienne interroger la dimension trop objectivante des TCC, mais je crains que ce ne soit l'inverse qui se produise, et qu'à terme, ce voisinage ne fasse perdre à la composante ericksonienne sa spécificité – très dérangeante quand on la prend au sérieux -, et qu'elle ne s'y affadisse au point de ne plus représenter qu'un label tendance vidé de son sens...

---

### **Le Portrait Chinois de l'Hypnose par François Thioly**

Si l'hypnose était une œuvre d'art, quelle serait-elle ?

Une statue romaine représentant le dieu Janus, avec ses deux visages

Si l'hypnose était un personnage, quel serait-il ?

Celui qui n'est jamais tout à fait là où on l'attend

Si l'hypnose était un lieu, quel serait-il ?

Ailleurs

Si l'hypnose était un animal, quel serait-il ? Un caméléon

Si l'hypnose était un élément de la nature, quel serait-il ?

Un grand lac, reflet et profondeur

Si l'hypnose était une musique, quelle serait-elle ?

Une improvisation de Miles Davis

Si l'hypnose était un souhait, quel serait-il ?

Celui de guérir de nos peurs