

# Initiation à l'hypnose



Saint-Malo 14 juin 2018

# Qu'est ce que l'hypnose

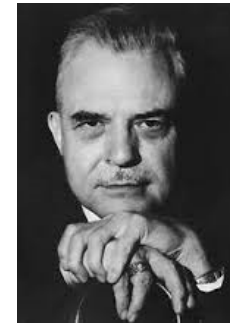
- C'est un état modifié de conscience.
- exemple: circuler sur une route connue ect...
- Une partie de vous-même s'est déconnectée du reste et a pris en main le « travail: vous a mené sain et sauf à votre destination » pendant qu'une autre partie de vous-même s'occupait d'autre chose.
- Nous pouvons dire que vous étiez dans un état hypnotique
- Cet état hypnotique naturel peut être provoqué (hypnothérapeute) permettant une plus grande réceptivité aux suggestions, pouvant provoquer des changements psychiques ,physiques ,comportementaux et même neurobiologiques.
- Une personne en hypnose n'est pas endormie ,bien au contraire elle est dans un état particulier de vigilance et de conscience et peut utiliser ses propres ressources (stockées dans l'inconscient)
- RAINVILLE ,neurobiologique en attestant son existence grâce à l'imagerie cérébrale (IRM)a pu identifier et caractériser cet état ,lui donner une réalité clinique même si ces mécanismes ne sont pas encore connus.

# croyances

- Mettez de côté tout ce que vous connaissez pour laisser de la place à de nouvelles informations:
- « un universitaire alla rencontrer un maître zen japonais pour lui demander la signification du ZEN. Ce dernier versa à son interlocuteur, comme c'est la tradition, une tasse de thé qu'il se mit à remplir jusqu'à ce qu'elle déborde. L'universitaire mit du temps avant de réagir et s'exclama: »elle déborde. On ne peut plus rien y ajouter! »
- Le maître lui répliqua alors: » Comme cette tasse, vous êtes trop plein de vos propres opinions. Comment puis-je vous montrer le ZEN si vous ne commencez pas par vider votre tasse? »

# historique

- Dr Franz Anton MESMER(1775)
- Dr Jean Martin CHARCOT(1880)
- Dr Hyppolyte BERNHEIM(1884)
- Dr Milton ERICKSON
- Hypnose classique
- Nouvelle hypnose



# Conscient et inconscient

- REM: personne ne sait encore exactement comment fonctionne l'hypnose . Nous savons comment entrer dans un état hypnotique, nous savons que c'est dans cet état-là que notre inconscient est le plus souvent ouvert aux suggestions, mais ce « pourquoi » reste un mystère . Il existe beaucoup de théories mais aucune certitude.
- Cerveau « triunique »: selon Paul MacLean en 1969(critiquable et dépassée mais pédagogique pour comprendre les interactions des cerveaux entre eux.il permet de différencier le conscient(néocortex) et l'inconscient(cerveau reptilien et limbique)
- -reptilien(ou cerveau primitif 400 millions d'années):
  - assure l'homéostasie cad la régulation de la respiration ,du rythme cardiaque , tension artérielle et température
  - assure la satisfaction des besoins primaires cad l'alimentation ,le sommeil et la reproduction
- -limbique(se charge des comportements instinctifs et de la mémoire. Il est responsable des émotions et déclenche les réactions d'alarmes dues au stress.65 millions d'années)
- -néocortex(à la périphérie du cerveau-3.6 millions d'années-nous nous en servons pour le raisonnement, la logique et le langage

# Vidéo des ballons

- <G:\Vidéos hypnose\Vidéos Gorille\Vidéo gorille couleur.mp4>

# Vidéos des ballons par Daniel James Simons et Chabris 1999

Psychologue en sciences cognitives à l'université de l'Illinois(recherche sur la cécité cognitive ou cécité aux changements):c'est le fait d'échouer à remarquer un stimulus pourtant parfaitement visible. Ce stimulus est généralement inattendu, mais il devrait cependant être aperçu. Le phénomène arrive quand trop d'éléments mobilisent déjà l'attention(tâche difficile)

# Théorie des 2 cerveaux

- Cerveau droit: inné – inconscient- abstrait
  - Rêver
  - Intuition
  - Poésie
  - Conception
  - Intonation
  - Perception globale
  - Synthèse
  - Imagination
  - Créativité
  - Symboles
  - Émotions
- 
- Cerveau gauche: acquis-conscient-concret
  - Logique
  - Raison
  - Ecriture
  - Mathématique
  - Langage
  - Détail des formes
  - Analyse
  - Rationalité
  - Description
  - Perception des sens
  - ego



# Hypnose et les ondes cérébrales

# Hypnose au cabinet dentaire

C'est une façon de communiquer

- -par les mots:7/
- -par la voix: 23/
- -par le corps:70/
  
- Expérience des bras: résistance/ faiblesse

# ACCUEIL

## Téléphonique

- vidéos: mde ECLANCHER  
<..\..\vidéos congrès st malo 2018\accueil téléphonique.mp4>
- mde LEFEBVRE
- Salle d'attente
- sandrine et son collier

# Communication thérapeutique

Vidéos : petite fille en rose

# TRANSE CONVERSATIONNELLE

- Vidéos de Jonathan fait de la moto

# Transe formelle

- [Vidéos](#) de Mr TAILLARD

# Témoignages

- vidéos

# Evolution de l'hypnose

- Induction rapide;vidéos



OSEZ

OSEZ

OSEZ