

Hypnothérapie

L'**hypnothérapie** est l'utilisation de l'hypnose à des fins voulues thérapeutiques. Elle est pratiquée par un **hypnologue**, **hypnothérapeute**, **hypnotiste** et plus largement des **psychothérapeutes** pratiquant l'hypnose.

Historique

L'hypnothérapie a connu trois principales périodes :

- l'hypnothérapie traditionnelle ;
- à partir de 1895, l'hypnothérapie suite aux travaux de Sigmund Freud et Josef Breuer ;
- après les années 1960, l'hypnothérapie grâce aux avancées de l'hypnose ericksonienne.
- après les années 1973, l'hypnologie approche à effets durables avec Erich Lancaster

Littérature

- Dans le roman-enquête Retour à Whitechapel de Michel Moatti (2013), un protocole d'hypnothérapie est utilisé à Londres pour aider une patiente à remonter dans ses souvenirs et tenter d'identifier Jack l'Éventreur¹.
- *L'Hypnotiseur*, de Lars Kepler (2012), met en scène un praticien obligé de recourir à cette technique dans une enquête policière, malgré ses réticences.

Domaines d'application

En respectant l'intégrité du patient, l'hypnothérapie peut apporter des effets favorables dans diverses pathologies :

- En obstétrique (réduire les douleurs de l'accouchement)^{2,3}
- En stomatologie et chirurgie dentaire (meilleur contrôle de la douleur, du saignement, de la salivation et permet de mieux lutter contre l'anxiété, les nausées...)⁴
- En anesthésie, (diminution du stress lié à l'opération, voire, permettre certaines interventions sans recourir à l'anesthésie générale)⁵
- En dermatologie (affections psychosomatiques)⁶
- En sexologie⁷
- En neurologie (migraines, insomnies, anxiété, peur)⁶
- En psychiatrie (névroses, troubles du comportement, anorexie, boulimie, alcoolisme, toxicomanie, phobies sociales, dépressions...)⁴

- En psychothérapie (timidité, préparations aux examens et concours, problèmes scolaires, professionnels...)⁶

- En médecine du sport (amélioration des performances)⁶

- En oncologie (améliorer les défenses immunitaires)⁸

Profession

La profession d'hypnothérapeute n'est pas réglementée dans la plupart des pays. Cependant, la quasi-totalité des praticiens sont détenteurs d'un diplôme délivré par une structure adaptée.

Au Canada ce sont les assureurs, au titre de la responsabilité civile du praticien, qui réclament une formation qualifiée.

En France, plusieurs associations délivrent des formations en la matière, dont l'IFH, l'IFHE, et l'Arche.

Notes et références

- ↑ Julie Malaure, « Londres : sur la piste de Jack l'Éventreur » [archive], *Le Point* (consulté le 22 novembre 2013)
- ↑ Schauble PG, Werner WE, Rai SH, Martin A. preparation through hypnosis: the hypnoreflexogenous protocol [archive]. *Am J Clin Hypn.* 1998;40(4):273-83
- ↑ Oster MI. methods in hypnotic preparation for childbirth [archive]. *Crna.* 2000;11(4):160-6
- ↑ ^{a et b} (fr) « Traitement par hypnose de la douleur du membre fantôme évaluée par Pet-Scan. » [archive], sur */www.hypnose.org* (consulté le 18 septembre 2010)
- ↑ (fr)[PDF]« L'hypnose appliquée au bloc opératoire » [archive], sur *staff.afisar.fr* (consulté le 18 septembre 2010)
- ↑ ^{a, b, c et d} (fr) « L'HYPNOSE, UN TRAITEMENT UNIVERSEL :Extrait de l'Article " médecine douce", numéro 109, Janvier 2002, Stéphane celier » [archive], sur *www.vitaserena.be* (consulté le 18 septembre 2010)
- ↑ (fr)[PDF]« FAIRE FI D'ELLE de Claude DERONZIER OU LA PUDEUR THÉRAPEUTIQUE » [archive], sur *www.revue-hypnose-therapies-breves.com* (consulté le 18 septembre 2010)
- ↑ (fr) « Études scientifiques sur l'hypnose » [archive], sur *www.hypnozen.ca* (consulté le 18 septembre 2010)