

# PROBLÈMES PSYCHOLOGIQUES FONDAMENTAUX DANS LA RECHERCHE EN HYPNOSE

## MILTON H. ERICKSON S'INSURGE !

**Dans cet article, Erickson prend nettement position sur ce qu'il considère la meilleure méthodologie et les objectifs à poursuivre pour contribuer à élucider ce phénomène que nous appelons « hypnose ». Son « coup de gueule » est toujours d'actualité.**

*Reproduit avec l'autorisation de G. Estabrooks (Ed.), Hypnosis : Current Problems. New York : Harper & Row, 1962, 207-223 et des Editions SATAS pour la traduction française 1.*

La recherche en hypnose et l'exposé d'idées à propos de l'hypnose s'apparentent trop souvent aux discussions des sept aveugles à propos de l'éléphant : ils commencent par se disputer avec acrimonie avant de se mettre à faire des recherches ; l'un tient une défense et l'autre la queue, l'un palpe le flanc et l'autre une oreille, un cinquième examine le tronc, etc. Puis, quand chacun a terminé d'examiner de près sa partie de l'éléphant, ils se disputent de plus belle.

Il en est de même avec l'hypnose. Chacun a un point de vue particulier, et c'est forcément un point de vue limité, tout comme le mien d'ailleurs. Je vais donc poser une question cruciale à mes collègues : pourquoi certains affirment-ils que l'hypnose soit, de fait, une question de déformation de la réalité ? Une affirmation aussi directe va bien au-delà de ce que l'on attend de tout scientifique sérieux.

On pourrait tout aussi bien, et peut-être même d'une manière plus juste et plus instructive, dire que l'hypnose est une disposition à utiliser ses propres apprentissages.

Pourquoi devrait-on considérer l'hypnose comme une déformation de la réalité plutôt que comme une sorte de disposition à utiliser des aptitudes normales ? Comme si c'était là un processus anormal, on a dit aussi que « l'hypnose est une altération des perceptions », une sorte d'accusation portée à rencontre de l'hypnose. Mais n'est-ce pas là une partie de nos apprentissages dans la vie, et cela fait-il de l'hypnose une déformation de la réalité ?

On a dit de moi que j'utilisais l'hypnose pour maintenir la « force de l'ego » en hypnose profonde. L'ego, pour ce que j'en sais, est un concept utile et pratique, mais ce n'est rien d'autre. « Ego » est un mot qui permet de mieux communiquer des abstractions utilisées pour conceptualiser.

P. Bellet