

amnésie

Oublier pour rappeler de rappeler d'oublier

bruno saint-maxent

but

- Oublier un élément ponctuel comme; un chiffre, un mot, un geste
- Combien avez-vous de doigts?
- Oublier un contenu plus vaste comme ; une expérience de la vie, c'est tout ou une partie de cette expérience qui peut être oublier suivant ce qui convient au patient
- Oubli partiel d'une composante sensorielle affectée ou cognitive de l'expérience

bruno saint-maxent

techniques

- Oubliez, oubliez, oubliez c'est agréable **suggestion directe**
- **Plus permissive** vous pouvez oublier tout ou partie de ce moment agréable et garder avec vous ce que vous avez envie d'en garder(de plus agréable)
- Oubliez toutes ces balles passées et toutes les balles à venir, confortable vous êtes en train de frapper celle-ci
- **lous** pouvez laisser dans votre hypnose ce que vous voulez et ramener avec vous seulement ce que vous avez envie de ramener
- Laisser dans votre hypnose ce que vous voulez et ramener avec vous seulement ce que vous voulez
- Oubliez les examens passés, et à venir et vous êtes, confortable maintenant

bruno saint-maxent

Pour quoi faire?

- Protéger la conscience des incursions de ce qui peut empêcher le bien être, la poursuite du chemin
- Spontanée, elle fait partie de la vie quotidienne ?(qu'est ce que vous avez fait hier soir, avant-hier soir, le soir d'avant?) Comme l'état hypnotique qu'elle accompagne parfois.
- Qui n'a pas fait l'expérience de poursuivre sa route en omettant de prendre la sortie, alors qu'il était dans ses pensées
- Nous connaissons le phénomène d'amnésie post traumatique
- Y a-t-il intérêt à se rappeler certaines choses que nous avons oubliées

bruno saint-maxent

but

- On peut oublier une expérience
- Ancienne (souvenir traumatique, souvenir pénible, souvenir physique)
- Récente,(confier le travail thérapeutique à l'inconscient)
- Actuelle, (une douleur, une préoccupation)
- A venir,(intervention chirurgicale, examen scolaire, performance sportive)
- Passée et à venir (douleur chronique, douleur du cancer, oublier les performances passées pour se focaliser sur l'actuelle, les griefs dans le couple)

bruno saint-maxent

techniques

- **Distraktion**: passer du coq à l'ane et envoyer la suggestion thérapeutique (vous avez un jardin, des fleurs, un vivier et votre main comment va-t-elle?)
- **Créer une image mentale incongrue, burlesque** (parce que on ne mange pas avec ses pieds sauf en Inde)
- **Suggestions indirectes non verbales**: intonation d'effort pénible sur 'rappeler' et intonation de confort, d'aisance pour 'oublier'
- Saupoudrage et distraction : changer tout de suite de sujet ,faire suivre d'anecdotes, des blagues
- Joe le jardinier (le plant de tomates)

bruno saint-maxent

définition

- Provoquer l'oubli d'un élément ponctuel ou de contenus psychiques plus vastes
- Le contenu psychique oublié est dissocié du reste du flux de la vie psychique et devient inatteignable
- Il est devenu inconscient
- Oubliez c'est la santé

bruno saint-maxent

comment

- **Structurée l'amnésie** est une technique qui peut avoir un intérêt en thérapie:(vous avez mangé ce matin des céréales et du lait, le film de la soirée sur canal était super et dire qu'il va pleuvoir ce matin ou peut être cet après midi, ce film grandiose et les décors, moi le matin je déjeune avec du pain de mie)
- Vous pouvez oublier de vous souvenir. (**permissive**)
- il est parfois utile de se souvenir d'oublier certaines choses pour mieux oublier de se rappeler certaines choses inutiles (**confusionnant**)
- Il arrive que le matin nous sachions que nous avons rêver tout en ayant oublié nos rêves (**traïsème**)
- Il peut être intéressant que vous puissiez garder le souvenir de ce confort que vous avez dans ce fauteuil... que vous puissiez garder toujours présent à votre mémoire cette histoire que je vous ai racontée qui vous permettra.....(prescription)

bruno saint-maxent

Oublier une expérience de vie ancienne

- Une souvenir pénible peut être délaissé par une amnésie complète(rangé dans le grand magasin de la mémoire)
- Un souvenir traumatique est neutralisé par une amnésie partielle, qui fait qu'il n'est plus qu'un simple souvenir rangé dans la mémoire à coté des autres
- Une douleur actuelle réactive les souvenirs des douleurs physiques, on peut les faire oublier à nouveau ainsi la douleur est plus légère

bruno saint-maxent

Oublier une expérience de vie récente

- La *séance d'hypnose sert à :*
- La *ratification de la transe*
- *Confier le travail à l'inconscient ainsi la personne est plus libre, les changements qu'elle désire surviennent à son insu pendant ce temps là*
- *Le conscient oublié dans l'inconscient et l'inconscient oublié dans le conscient*

bruno.saint.maxent

Oublier une expérience de vie actuelle

- *Intérêt dans le traitement de la douleur*
- *Une préoccupation anxieuse*

bruno.saint.maxent

Oublier une expérience de vie à venir

- *Intervention chirurgicale*
- *Examen ou compétition*
- *Performances sportives*
- *Le retour de la douleur*

bruno.saint.maxent

Oublier une expérience de vie passée et à venir

- *Douleurs chroniques paroxystiques; les douleurs passées et à venir (cancer)*
- *Sport; oublier les performances passées et à venir pour se focaliser sur le présent (balle de tennis)*
- *Couples; oublier les bons moments du passé, présents et à venir*

bruno.saint.maxent

Suggestions indirectes

- Elles ont également un objectif précis mais il n'est pas formulé de manière (ouverte). Agir de cette manière permet de contourner les résistances du patient
- **Soit paradoxale:** nous délivre d'une pensée toute faite .Ex et vous n'avez pas besoin de chercher, de trouver, de retrouver....
- **Soit choix illusoire:** on associe deux propositions. Ex : 'Et vous serez curieux d'observer qu'oublier est agréable, se rappeler d'oublier et d'oublier

bruno.saint.maxent

suite

- **Le saupoudrage:** c'est prononcer dans le discours certains mots de façon différente, en laissant un temps de pause entre les mots
- Ex : vous pouvez le faire tranquillement....doucement....lentement explorant votre espace confortablement.... simplement
- **Le truisme:** énoncez des évidences banales; respirer c'est vivre et chaque inspiration est une nouvelle bouffée de vie, on ne gare pas sa voiture dans son salon
- Il est neuf heures , nous sommes jeudi, nous sommes au téléphone

bruno.saint.maxent

suite

- **Liée au temps:** on propose au patient d'accepter la suggestion maintenant ou plus tard. Ex: peut être que votre esprit oublie maintenant ou... plus tard
- **L'allusion:** au changement permanent comme les saisons dans la nature; orienter le patient vers cette idée de changement .oublier c'est bien, se rappeler c'est oublier de se rappeler hier, aujourd'hui, demain
- **La suggestion composée:** on relie les propositions par des conjonctions de coordination. Ex. pendant que votre esprit vagabonde et que votre respiration est plus lente et que vous n'êtes plus en contact avec votre corps

bruno.saint.maxent

suite

- **Suggestion négative paradoxale:** et vous n'avez même pas besoin d'oublier, d'oublier, d'oublier
- **De quoi ne vous souvenez vous pas?(confusion)**
- **Toutes les modalités de confusion servent à l'amnésie ; le temps , l'heure , jour, années, mois**
- **La mémoire :se souvenir d'oublier de se rappeler d'oublier d'oublier**

bruno.saint.maxent

techniques

- **Utiliser un phénomène hypnotique en cours pour suggérer l'amnésie.**
- **Pendant que ton bras monte, vous pouvez oublier tout ou partie de cette mauvaise expérience d'autrefois. Plus votre bras monte, plus vous partez ailleurs, loin, loin de votre corps(douleur)**
- **Partez loin dans votre enfance, dans un merveilleux souvenir pendant tout que tout le reste devient floue**

bruno.saint.maxent

Suite et exercice

- *Voire tête va bientôt me faire un signe pour me faire savoir quand votre inconscient sera prêt pour vous, faire oublier quelque chose. Quand vous réveillerez tout à l'heure et vous ne saurez pas ce que c'est*
- *Intérêt dans le traitement de la douleur, traumatisme, angoisse*

bruno saint-maxent

Exercice pratique

- *Mettre en transe hypnotique*
- *Suggestions permissives*
- *Confusion dissociation conscient / inconscient*
- *Distraction*
- *Lévitacion / souvenir agréable / amnésie*
- *Ratification*

bruno saint-maxent

APRES LA SEANCE

- Deux possibilités: le patient se rend compte de son amnésie (excellent pour la ratification), permet de prendre confiance dans la puissance de ses possibilités hypnotiques (trou de dix mn, il a oublié sa douleur)
- Ou: questionnement alors faut il découvrir l'amnésie ou non?
- L'amnésie peut être totale (quand est ce qu'on commence) si inconsciente ne pas la rendre consciente sinon parasite le travail du thérapeute) mais le plus souvent partielle (une durée de la transe, de son contenu, de sa durée) très intéressant pour le sujet (j'ai oublié mais quoi)

bruno saint-maxent

Quand se souvenir d'une amnésie

- Pendant l'hypnose on aide à dérouler le contenu
- Enfin de thérapie pour que le sujet se rend compte des multiples changements effectués (très prudent)
- **Ne jamais accepter d'utiliser l'hypnose pour découvrir un prétendu sévices sexuel considéré par le sujet comme responsable de ses troubles (les faux souvenirs)**

bruno saint-maxent

Comment lever une amnésie

- Remettre le sujet en transe, tu peux te remettre en transe, te souvenir, facilement et agréablement, et cela revient maintenant ou un peu plus tard, peu à peu, morceau par morceau ou tout d'un coup
- Plus ton bras monte, plus tu te retrouves dans ta transe précédente et tu vois les choses, et tu les ramènes avec toi ici avec grand plaisir, (donner des indices, un ou deux mots, gestes associés au souvenir d'oublié; **ratification**)
- Emaillez le discours d'anecdotes d'objets perdus et des manières très surprenantes dont ils ont été retrouvés

bruno saint-maxent

L'amnésie

- Oubliez c'est la santé
- Alors voyagez léger
- Mieux vaut oublier que d'analyser

bruno saint-maxent

exercice

- Sur un objet perdu
- Mettre en transe
- Suggestions d'amnésies multiples
- Suggérer des moments agréables
- Reparcourir les lieux, la journée
- Préciser des attributs secondaires de ces lieux (sons, odeurs, personnes)
- Suggestions permissives de levée d'amnésie, (ton inconscient te guide au bon endroit quand tu n'y penses pas, de bonnes surprises, ça se fait tout seul)

bruno saint-maxent