

# MILTON H. ERICKSON S'INSURGE !

PROBLÈMES PSYCHOLOGIQUES FONDAMENTAUX  
DANS LA RECHERCHE EN HYPNOSE

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. P. Bellet

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<sup>1</sup>.

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

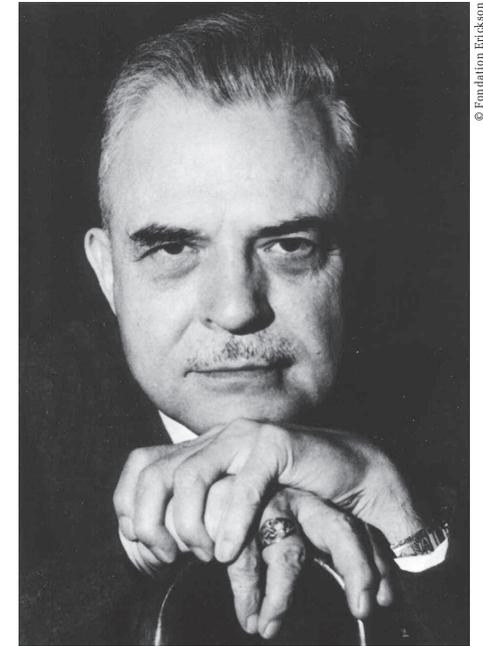
une oreille, un cinquième examine le tronc, etc. Puis, quand chacun a terminé d'examiner de près sa partie de l'éléphant, ils se disputent de plus belle.

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.

Alors, parler de « force » pour donner de la réalité à une abstraction ne sert qu'à égarer encore plus la réflexion scientifique.

On dit aussi que l'hypnose est une situation dans laquelle une personne assume la responsabilité d'une autre personne. Je crois qu'il s'agit là du même genre de déclaration soi-disant explicite et spécifique selon lesquelles l'hypnose implique une relation interpersonnelle dans laquelle une personne, l'opérateur, restructure les perceptions et les conceptions d'une autre personne, le sujet. Examinons cette affirmation pour voir si elle peu aussi s'appliquer à d'autres domaines. L'anesthésiologie est une relation dans laquelle une personne assume la responsabilité d'une autre personne. L'enseignement implique une relation interpersonnelle dans laquelle une personne, l'enseignant, restructure les perceptions et les conceptions d'une autre, l'étudiant. Le fait de manger au restaurant implique une relation interpersonnelle dans laquelle une personne, la serveuse, restructure les perceptions et les conceptions d'une autre personne, le dîneur. En d'autres termes, ces formules prétendument scientifiques et spécifiques qui sont censées décrire l'hypnose ont un tel champ d'application qu'elles pourraient servir à décrire l'enseignant, l'amoureux, le



Milton H. Erickson

chauffeur de bus, et ainsi de suite. On ne décrit pas scientifiquement l'hypnose en proposant d'un air docte, de vagues généralités que l'on pourrait paraphraser d'un grand nombre de manières. La science est une méthode par laquelle nous tentons de parvenir à une compréhension de plus en plus précise et spécifique des phénomènes, en les désignant par des termes applicables aux phénomènes eux-mêmes et non à d'autres choses sans rapport avec ces phénomènes.

On a souvent soulevé la question de l'hypnotisabilité universelle et de ses relations avec la santé et la maladie. Il est pratiquement universel pour nous d'être nés avec deux mains et deux pieds, mais quel rapport cela