



I/bécédaire

Induction

Le mot « induction »

est apparu vers 1370, emprunté au latin *indutio*, « action d'amener » et, en termes de logique de *inductium*, *supin* de *inducere*, d'où induire.

Gérard Ostermann

Intro-duction

« Induction » : ce terme a connu plusieurs acceptions. Dans sa signification la plus générale, l'induction est une opération mentale consistant à généraliser un raisonnement ou une observation à partir de cas singuliers analogues. C'est une manière de raisonner qui consiste à inférer une chose d'une autre. Si l'on prend l'exemple de la plaque à induction que chacun connaît, il n'y a avec l'induction en hypnose qu'une analogie très lointaine : la dimension tactile et l'accordage entre la plaque elle-même et le récipient ! Dans le domaine médical, l'induction en hypnose est le fait de provoquer un état modifié de conscience corporelle chez un individu. *Quelle que soit la technique, il faut que le courant passe !* L'induction est aussi la phase d'une anesthésie où commence l'endormissement. Toujours dans le domaine médical, l'induction peut désigner

le déclenchement du travail de l'accouchement. En génétique, l'induction est le mécanisme qui conduit à l'expression d'un gène.

L'induction hypnotique, un terme bien adapté à l'hypnose médicale

Elle consiste, comme son nom l'indique, à créer un contexte favorable, où le patient s'autorise à laisser venir une modification de son état d'attention de conscience corporelle (état hypnotique). Elle est précédée d'une phase de préinduction, qui correspond à une séquence d'acceptation *Yes-set*, *pre-talk* (entrée en relation). L'induction classique, c'est d'amener la personne à modifier sa perception. Sans aller dans le détail de la technique, il y a schématiquement deux façons de permettre à l'autre d'entrer dans le processus hypnotique. La première consiste à lui demander de focaliser son attention sur des



éléments visuels, sonores, tactiles... externes à lui ou internes (la respiration, par exemple). La fixation de l'attention semble marquer la limite du début de l'induction hypnotique, le praticien va focaliser le sujet sur son monde intérieur et lui permettre de se détacher des stimuli extérieurs. La seconde consiste à créer un état de confusion par le langage, le parler flou, ou au moyen de consignes paradoxales, du choix illusoire, afin d'abaisser son niveau logique de compréhension ou de perception de ce qui est en train de se passer. Dans les deux cas, c'est la perte des repères habituels par rapport à la réalité et à sa perception qui mène à l'état hypnotique. Tout au long de la séance, l'interaction avec le sujet doit être maintenue, par le biais du signaling et de la ratification. Sur le plan temporel, on utilisera lors de l'induction le présent de l'indicatif. Le sujet est en effet dans l'Ici et Maintenant.

Le terme « induction », en rigueur de termes, serait à réserver à l'hypnose médicale, quand il s'agit d'effectuer un soin qui peut être douloureux. Cette technique peut prendre quelques minutes voir moins encore lors d'une hypnose avec induction rapide. Il existe différentes méthodes. En voici une illustration, proposée par Yves Halfon comme *un jeu d'enfant*.

L'occlusion des paupières

« Fermez les yeux et faites comme si vos paupières étaient collées l'une sur l'autre. C'est faux, mais on va faire comme si. Parce que vous faites **comme si** vous pouvez tester leur fermeture... continuez de faire comme

si. Tant que vous faites comme si les paupières étaient collées l'une sur l'autre, une protection s'installe dans votre corps. »

L'induction est déjà en soi une métaphore : par exemple, on peut faire une induction sur le fait que l'on inspire de l'oxygène et que l'on expire le gaz carbonique. Donc on expire les toxines et on inspire un souffle nouveau, on expire un *passé dépassé* et on ne garde que ce qui est bon pour soi. On inspire le souffle du présent.

Dans l'hypnose thérapeutique, le terme « induction » est inadapté et crée des confusions

L'hypnose *induite* a pris modèle sur l'anesthésie dans son processus à visée médicale à savoir : « induction – dissociation, perceptude, réassociation » (que d'aucuns, improprement, nomment « réveil »), et pour l'anesthésie : « induction, maintien de l'anesthésie-réveil ». L'hypnose de la douleur est en quelque sorte le sommeil de la douleur. Dans l'hypnose thérapeutique, le terme « induction » interroge, car si l'anesthésie relève d'une influence extérieure au patient, ce n'est pas le cas de l'hypnose qui est une disposition naturelle de l'être humain, pour laquelle le mot « induction » ne nous semble pas pertinent ; tout au plus on peut parler de suggérer ou de faciliter (Jean Godin) ou de révéler un processus qui est quiescent. Ce qui est important dans ce cadre, c'est la notion de créativité et d'autonomie relationnelle. Il



s'agit de créer un contexte facilitant cette créativité et cette autonomie.

Jeffrey Zeig utilise le mot « **stimuler** », car l'hypnose est stimulée et non pas induite (malgré l'étiquette d'induction qui s'y rapporte). Le mot « induction » évoque un « transvasement » de suggestion dans un patient passif. Le mot « stimulation » en revanche suggère l'essence du procédé par lequel l'hypnotiste met en place les conditions qui activent, ou font émerger les composants d'une transe latente chez un patient. Pour cet auteur, « mettre en œuvre une induction hypnotique ressemble au processus de séduction d'une personne. En effet, personne ne peut susciter un état amoureux en déclarant :

Qu'importe le mot pourvu qu'on ait
la transe

tombez profondément amoureux!»
(*Et maintenant, soyez profondément amoureux!*) De la même manière, personne ne peut stimuler l'état d'hypnose en donnant à un patient inactif l'ordre suivant: «*Tombez profondément en transe!*» («*Et maintenant, soyez en transe!*»)

Même s'il est plus que probable que l'on garde l'usage du mot « induction » (qu'importe le mot pourvu qu'on ait la transe), il serait plus rigoureux d'y adjoindre un adjectif qualificatif comme *induction classique* dans l'hypnose médicale et *induction facilitante* en hypnose thérapeutique.

