



**Milton H. Erickson**  
**1901-1980**



**Un psychiatre et psychothérapeute américain, né en 1901 à Aurum, dans le Nevada, USA.**

**Son enfance est marquée par divers problèmes de santé, du daltonisme à la dyslexie. Il est atteint de la poliomyélite à l'âge de 17 ans, avec paralysie motrice et sensorielle de tout le corps.**

**Il développe une hypnose pour dépasser ses difficultés.**

**Formé par le professeur Hull pendant ses études de médecine, il perçoit l'hypnose pour potentialiser ses ressources, pour changer et marcher. L'hypnose c'est pour lui un état naturel, physiologique et spontané.**

**Il développe son sens de l'observation et découvre les principes de base de l'hypnose, tels que la représentation mentale.**

**Il transmet la pensée selon laquelle chacun a en soi les ressources nécessaires pour aller mieux, et agit comme un guide pour aider les patients à être acteurs de leur propre guérison.**

**Sa pratique thérapeutique a amené Milton H. Erickson à étudier la communication en hypnose, qu'elle soit verbale ou non verbale et à faire d'intéressantes observations et créations.**

**S'il fut un thérapeute réellement hors du commun, c'est probablement par la somme de travail, de créativité, de perspicacité, d'obstination et d'humanité qu'il déploya auprès**

**de ses patients utilisant l'hypnose d'une façon infiniment moins directive, plus permissive que l'hypnose « ancienne ». Il s'attache à traiter dans l'inconscient du patient les ressorts, la dynamique de la maladie et ce, en mobilisant les ressources PROPRES du patient, en employant ses croyances et son langage ; c'est l'aspect « utilisationnel » de ses thérapies.**

**Ainsi, plutôt que de souligner les déficits du patient, de voir dans son inconscient un réservoir de refoulé, de traumatismes, de culpabilité, il le considèrera, selon son expression, comme un « grand magasin de ressources » appartenant au patient mais que celui-ci était jusque-là incapable de mobiliser : il reconnaîtra ces potentialités positives, ces compétences, il les renforcera et les utilisera à la résolution du problème.**

**Il a consacré une grande partie de sa vie au renouvellement de l'hypnose clinique et thérapeutique.**

**Dans son enseignement de la psychothérapie, Milton H Erickson insistait sur le fait de bien observer le patient en évitant d'avoir des idées préconçues sur lui. Il estimait que c'est par l'apprentissage de l'Hypnose et de l'autohypnose que le thérapeute pouvait développer ses capacités d'observation et il remarquait souvent que lorsqu'il était en thérapie il était souvent en transe.**

**L'Inconscient est source d'un grand réservoir de connaissances, un stock d'apprentissages dont le patient ignore l'existence et auquel il doit apprendre à faire confiance.**

**Selon Erickson, le rôle du thérapeute doit consister à faire découvrir les ressources ignorées du patient et qui vont permettre d'opérer en lui une modification et il n'est pas nécessaire ni pour le patient ni pour le thérapeute de comprendre comment les changements se produisent, il est seulement important qu'ils se produisent.**

**Pour M.H Erickson l'inconscient c'est :**

- **Tout ce qui n'est pas conscient.**
- 
- **Une instance positive et créative.**
- 
- **L'inconscient contient des ressources inconscientes et des apprentissages de vie.**



## **HYPNOSE**

### **Classique**

**L'hypnothérapeute donne des suggestions directives :**

- **Dormez, je le veux. n'entendez que ma voix.**
- **Ces directives sont répétées pour qu'elles deviennent un nouveau programme.**

### **Éricksonienne**

**Le thérapeute crée un environnement de sécurité permettant d'aller dans sa propre transe. Il utilise le langage du patient.**

**Il fait des propositions, élabore des histoires, des métaphores.**

**Permettant ainsi à l'inconscient du sujet d'interrompre les connections inutiles et de créer de nouvelles utiles.**

## **Livres de Milton H Erickson**

- **(en) Milton H. Erickson et Linn Fenimore Cooper, Time Distortion in Hypnosis: An Experimental and Clinical Investigation, Baltimore, Williams & Wilkins, 1954 (ISBN 1-899836-95-0)**
- **(en) Milton H. Erickson, S. Herschman et I. Secter, The Practical Application of Medical and Dental Hypnosis, 1961 (ISBN 0-87630-570-2)**
- **(en) Milton H. Erickson, Ernest L. Rossi et S. I. Rossi, Hypnotic realities: The clinical hypnosis and forms of indirect suggestions, New York, Irvington, 1976 (ISBN 0-8290-0112-3)**
- **(en) Milton H. Erickson et Ernest L. Rossi, Hypnotherapy: An exploratory casebook, New York, Irvington, 1979 (ISBN 0-8290-0244-8)**
- **Milton H. Erickson et Ernest L. Rossi, L'intégrale des articles de Milton H. Erickson. Tome 1 : De la nature de l'hypnose et de la suggestion, New York, Irvington, 1980 (ISBN 0-8290-1206-0)**

- **Milton H. Erickson et Ernest L. Rossi, L'intégrale des articles de Milton H. Erickson. Tome 2 : Altération par l'hypnose des processus sensoriels, perceptifs et psychophysologiques, New York, Irvington, 1980 (ISBN 0-8290-1207-9)**
- **Milton H. Erickson et Ernest L. Rossi, L'intégrale des articles de Milton H. Erickson. Tome 3 : Étude par l'hypnose des processus psychodynamiques, New York, Irvington, 1980 (ISBN 0-8290-1208-7)**
- **Milton H. Erickson et Ernest L. Rossi, L'intégrale des articles de Milton H. Erickson. Tome 4 : Innovations en hypnothérapie, New York, Irvington, 1980 (ISBN 0-8290-1209-5)**
- **(en) Milton H. Erickson et Ernest L. Rossi, Experiencing Hypnosis, New York, Irvington, 1981 (ISBN 0-8290-0246-4)**
- **(en) Milton H. Erickson et Ernest L. Rossi, The February man: Evolving Consciousness and Identity in Hypnotherapy, New York, Brunner/Mazel, 1989 (ISBN 0-4159-9095-5)**

## **Articles de Milton H Erickson**

- **« À propos d'éventuels effets préjudiciables de l'hypnose expérimentale », dans The American Journal of Abnormal and Social Psychology, 1932, p. 312-327**
- **« Exploration d'une amnésie spécifique », dans The British Journal of Medical Psychology, vol. XIII, no II, 1933**
- **« Un bref survol de l'hypnotisme », dans Medical Record, 5 décembre 1934**
- **« Démonstration expérimentale d'une activité inconsciente grâce à l'écriture automatique », dans Psychoanalytic Quarterly, vol. 6, no 4, octobre 1937**
- **« Le développement d'une inconscience apparente durant la reviviscence sous hypnose d'une expérience traumatisante », dans The Archives of Neurology and Psychiatry, vol. 38, décembre 1937, p. 1282-1288**
- **Avec Lawrence Kubie, « L'utilisation du dessin automatique dans l'interprétation et le soulagement d'une dépression obsessionnelle**

**aiguë », dans *Psychoanalytic Quarterly*, vol. 7, octobre 1938, p. 443-466**

- « Le développement d'une inconscience apparente durant la reviviscence sous hypnose d'une expérience traumatisante », dans *The Archives of Neurology and Psychiatry*, vol. 38, décembre 1937, p. 1282-1288**
- Avec Lawrence Kubie, « Soulagement permanent d'une phobie obsessionnelle au moyen de communications avec une personnalité duale inopinée », dans *Psychoanalytic Quarterly*, vol. 8, 1939, p. 471-509**
- « Une étude expérimentale de l'éventuelle utilisation antisociale de l'hypnose », dans *Psychiatry*, août 1939, p. 391-414**
- « La dynamique de la visualisation, de la lévitation et de la confusion dans l'induction de transe », dans ---, 1940**
- Avec Lawrence Kubie, « Traduction de l'écriture automatique énigmatique d'un sujet hypnotique par un autre sujet dans un état**

**dissocié similaire à l'état de transe », dans *Psychoanalytic Quarterly*, vol. 9, no 1, janvier 1940, p. 51-63**

- **Avec Lawrence Kubie, « Traitement réussi d'un cas de dépression hystérique aiguë grâce au retour, sous hypnose, à une phase critique de l'enfance », dans *Psychoanalytic Quarterly*, vol. 10, no 4, octobre 1941, p. 583-609**
- **Avec Elisabeth Moore Erickson, « À propos de la nature et des caractéristiques du comportement post-hypnotique », dans *The Journal of Genetic Psychology*, vol. 24, 1941, p. 95-133**
- **« L'hypnose : présentation générale », dans *Diseases of the Nervous System*, vol. II, no 1, janvier 1941**
- **« L'hypnose profonde et son induction », dans *Experimental Hypnosis*, New York, Leslie M. LeCron (dir.), Macmillan, 1952, p. 70-114**
- **« L'hypnotisme », dans *Encyclopædia Britannica*, 14ème édition, 1954**

- **« Les techniques naturalistes en hypnose », dans The American journal of clinical hypnosis, no 1, juillet 1958, p. 3-8**
- **« Autres techniques en hypnose clinique : les techniques d'utilisation », dans The American journal of clinical hypnosis, no 1, juillet 1959, p. 8-21**
- **« Les bases de l'hypnose : débat à propos de l'hypnose », dans Northwest Medecine, octobre 1959**
- **« Avec Jay Haley et John Weakland, « Transcription d'une induction de transe avec commentaires », dans The American journal of clinical hypnosis, no 2, octobre 1959, p. 49-84**
- **« Note sur l'histoire de la lévitation de la main et d'autres techniques idéomotrices », dans The American journal of clinical hypnosis, no 3, janvier 1961, p. 196-199**
- **« Un exemple d'erreur d'interprétation potentiellement dangereuse de l'hypnose », dans The American journal of clinical hypnosis, no 3, avril 1961, p. 242-243**

- **« Le syndrome dorsal de l'hypnose de music-hall », dans The American journal of clinical hypnosis, no 5, octobre 1962, p. 141-142**
- **« La technique de confusion en hypnose », dans The American journal of clinical hypnosis, no 6, janvier 1964, p. 183-207**
- **« À propos de deux techniques d'hypnose : « La Surprise » et « Mon-Ami John » : Signaux minimes et expérimentation dans la vie quotidienne », dans The American journal of clinical hypnosis, no 6, avril 1964, p. 293-307**
- **« Éditorial », dans The American journal of clinical hypnosis, no 7, juillet 1964, p. 1-3**
- **« Une technique hypnotique pour les patients résistants : le patient, la technique et sa description, son application pratique », dans The American journal of clinical hypnosis, no 7, juillet 1964, p. 8-32**

- **« Les techniques de pantomime en hypnose et leurs implications », dans The American journal of clinical hypnosis, no 7, juillet 1964, p. 64-70**
- **« Premières recherches sur la nature de l'hypnose », dans The American journal of clinical hypnosis, no 7, octobre 1964, p. 152-162**
- **« Éditorial », dans The American journal of clinical hypnosis, no 8, juillet 1965, p. 1-2**
- **« À propos de la nature et des caractéristiques de différents états de conscience : une étude avec Aldous Huxley », dans The American journal of clinical hypnosis, no 8, juillet 1965, p. 14-33**
- **« Nouvelle étude expérimentale sur l'hypnose : réalités hypnotiques et non-hypnotiques », dans The American journal of clinical hypnosis, no 10, octobre 1967, p. 87-135**
- **Avec Ernest L. Rossi, « Les différents types d'amnésie hypnotique », dans The American journal of clinical hypnosis, no 16, avril 1974**

- **Avec Ernest L. Rossi, « Les différents types de doubles liens », dans The American journal of clinical hypnosis, no 17, janvier 1975, p. 143-157**
- **Avec Ernest L. Rossi, « La communication à deux niveaux et la microdynamique de la transe et de la suggestion », dans The American journal of clinical hypnosis, no 18, janvier 1976, p. 153-171**
- **Avec Ernest L. Rossi, « Les formes indirectes de suggestion », dans ---, 1976**
- **Avec Ernest L. Rossi, « Les suggestions indirectes dans la lévitation de la main », dans ---, 1976 - 1978**
- **Avec Ernest L. Rossi, « Les formes indirectes de suggestion », dans 28e congrès de la Société d'hypnose clinique et expérimentale, 1976**
- **Avec Ernest L. Rossi, « Les expériences d'autohypnose de Milton H. Erickson », dans The American journal of clinical hypnosis, no 20, juillet 1977, p. 36-54.**