

L'hypnoanalyse

(ou hypnothérapie analytique)

par Antoine Bioy.

En hypnoanalyse, la démarche reste psychanalytique avant tout, et s'inscrit dans une approche freudienne, winnicottienne ou jungienne le plus souvent. L'état hypnotique introduit intentionnellement soit en début de séance, soit à des moments précis au cours de la séance, permet de faciliter de le travail d'association libre, d'approcher autrement la question des défenses (approchée sur un plan symbolique), et enfin permet une utilisation plus souple du matériel apporté par les patients (rêves, contenus fantasmatiques...). Egalement, la méthode hypnotique permet un travail spécifique autour du corps, des ressentis corporels et de l'abréaction bien plus aisé qu'en cure classique ou même en psychanalyse en face à face. Elle permet également un travail autour du processus de régression plus axé autour de l'expérientiel et un travail impliquant plus largement la sensorialité.

L'hypnothérapie analytique est rarement symptomatique.

Elle est le plus souvent une expérience d'introspection élaborative, dont la finalité est de parvenir à une autre position existentielle.