

# HYPNOSE

# QUÉBEC

OCTOBRE 2018  
VOL. 15  
NO. 2



Société  
Québécoise  
d'Hypnose inc.

Bulletin de liaison de la  
Société Québécoise  
d'Hypnose

## MOT DU PRÉSIDENT

Jacques Desaulniers, M.A., psychologue | Président de la SQH

Bonjour à tous.

C'est avec plaisir que je vous informe que le XXI<sup>e</sup> congrès de l'International Society of Hypnosis (ISH), organisé à Montréal par la Société québécoise d'hypnose (SQH), a été un réel succès. Les commentaires des chercheurs, présentateurs et participants ont souligné l'excellence de l'organisation, la qualité générale des présentations et le haut niveau scientifique de celles-ci au grand plaisir de tous. Plusieurs d'entre vous, rencontrés au congrès, m'ont également fait part de leur plaisir de pouvoir partager leurs expériences avec ces collègues venus d'ailleurs. Des cliniciens ont même pu explorer des possibilités d'un travail futur à l'étranger alors que d'autres élaborent des projets de stages de perfectionnement outre-mer. Un merci sincère à tous ceux et celles qui ont contribué au succès de ce congrès international.

Qu'en est-il maintenant de l'après-congrès? Plusieurs intervenants du domaine de la santé démontrent actuellement un réel intérêt pour mieux comprendre et apprendre ce qu'est l'hypnose. L'idée d'utiliser cette technique d'intervention non invasive avec leur clientèle fait son chemin. La Société a reçu un nombre plus élevé de demandes de formation. L'excellente couverture médiatique dont a

bénéficié le congrès a mis en évidence comment l'hypnose est couramment utilisée en Europe par les professionnels de la santé alors qu'au Québec, ces techniques demeurent actuellement méconnues et sous-utilisées. Il est intéressant de se rappeler que dans les années 1950 et 60 le Dr Eric Erickson venait fréquemment à Montréal former des cliniciens à son approche.

Il ne nous reste maintenant qu'à raviver l'intérêt pour l'hypnose et à promouvoir son utilisation accrue dans le domaine de la santé. Les formations sous l'égide de la SQH nous aideront sans doute. Nous avons cependant besoin de votre aide, de vos suggestions et de votre implication pour améliorer les services offerts par la Société. Maintenir et améliorer le dynamisme d'une société requiert l'implication de tous. De plus, il faut aussi penser à assurer la relève éventuelle des membres du CA.

La création des groupes de support et de pratique entre pairs (PEP) est une belle façon de maintenir l'intérêt et d'encourager l'utilisation continue de l'hypnose. Ces regroupements restent à développer dans les régions. Tous ceux intéressés à ce mode de perfectionnement sont les bienvenus.

N'hésitez pas à nous faire part de vos besoins, demandes et suggestions.

Je vous souhaite un bel automne et j'espère vous voir nombreux à l'assemblée générale annuelle le vendredi 16 novembre prochain.

## SOMMAIRE

Mot du président .....	1
Mot de l'éditeur .....	2
L'univers hypnothérapeutique de Gaston Brosseau, psychologue .	3
Résumé d'atelier .....	7
Perfectionnement entre pairs .	8
Convocation à l'assemblée générale .....	8

## MOT DE L'ÉDITEUR

Rémi Côté, psychologue | Vice-président aux communications de la SQH

Dans ce numéro automnal d'Hypnose Québec, vous pourrez lire un article de notre collègue et ex-président de la SQH, Gaston Brosseau. Ce fondateur et innovateur, sollicité dans toute la francophonie mondiale, a accepté de nous écrire un texte exclusif, spécialement pour nous, membres de la SQH! Je suis certain que sa plume chaleureuse saura vous reconforter.

Vous pourrez constater qu'un seul résumé d'atelier du dernier congrès nous est parvenu à la date de tombée, celui rédigé par Mme Katia Laflamme à propos de l'atelier du Dr McCarthy. D'autres résumés vous parviendront en 2019,

mais nous remercions Mme Laflamme d'avoir livré son résumé dans un si court délai.

Vous trouverez également l'ordre du jour de notre prochaine Assemblée générale qui se tiendra le vendredi 16 novembre 2018 à 17h15 à l'Institut de l'Hôtellerie du Québec (ITHQ), situé au 3635 rue St-Denis à Montréal (métro Sherbrooke). Cette année, beaucoup de postes d'administrateurs au Conseil d'administration seront en élection.

Je proposerai ma candidature afin de renouveler mon mandat à titre de Vice-président aux communications.

Je me représenterai, car je crois qu'il est important d'assumer une stabilité dans l'équipe. À titre de responsable des communications, le « vpcom » se doit d'assurer la gestion du site web, le montage des vidéos, l'édition d'Hypnose Québec et beaucoup d'autres responsabilités. Pour accomplir cette tâche, il est essentiel d'être membre du CA. Si l'assemblée accepte de me renouveler sa confiance, je pourrai continuer. Autrement, je céderai ces responsabilités.

Enfin, vous pourrez consulter l'annonce du PEP.



## L'UNIVERS HYPNOTHÉRAPEUTIQUE DE GASTON BROSSÉAU, PSYCHOLOGUE

D'abord, un gros merci à la Société québécoise d'hypnose qui, par l'entremise de Rémi Côté, vice-président aux communications, m'a invité à écrire ce que je pense de l'hypnose et cela en toute liberté. D'autant plus qu'à l'origine, Hypnose-Québec s'appelait : « L'ENTRANSE », une idée issue de la belle complicité que nous avons ensemble en 1987. Jean-Roch Laurence, Pierre Bousquet et moi avons alors entrepris un premier bulletin de communication avec les membres de la SQH.

**Commentaire :** Cet article est construit d'extraits de mes écrits ou entretiens qui vous donneront un aperçu de

certaines facettes de mon univers thérapeutique.

**« Ne rien faire : c'est l'ego enfin domestiqué et assujéti à la condition humaine »**

Mon propos commence raide d'une certaine façon. J'arrive donc à la conclusion suivante : somme toute, « Ne rien faire » est synonyme d'acceptation inconditionnelle de notre condition humaine et comme j'aime le souligner dans mes ouvrages, de l'inconvénient d'être né.<sup>1</sup>

C'est le point de convergence d'être en paix ou du moins s'en approcher face

à cette inexorable finalité existentielle : la mort. Le jour où cela devient évident pour soi, la vie devient un charme ou une sinécure en soi, pour soi évidemment.

C'est la porte d'entrée dans le monde de la liberté avec un GRAND L, enfin libre de s'astreindre à quelques performances que ce soient, question d'épater son entourage ou s'épater soi-même. Ne rien faire : c'est l'ego enfin domestiqué et assujéti à la condition humaine. C'est aussi à l'occasion faire un pas de côté pour savoir apprécier le moment présent. C'est laisser passer la parade effrénée de nos semblables qui se camouflent derrière leurs réalisations,

## L'UNIVERS HYPNOTHÉRAPEUTIQUE DE GASTON BROUSSEAU, PSYCHOLOGUE (SUITE)

jetant une apparence de baume sur leurs angoisses existentielles. C'est savoir redevenir attentif et connecté à nos cinq sens comme l'enfant qui s'émerveille jour après jour de la découverte de son univers sensoriel. De là à postuler que « L'hypnose est une réinitialisation de nos cinq sens »<sup>2</sup>, il y a qu'un pas à franchir. Ne rien faire porte un nom : LA SAGESSE.

### « Vivre, c'est savoir faire le deuil de l'instant passé et laisser venir l'avenir. »

Paradoxalement, l'humain est apparemment libre parce qu'il ignore son destin. La vie serait insoutenable si, au contraire, l'humain connaissait sa finalité. Ainsi, faute de savoir sa raison d'être, l'humain s'installe aveuglément dans la performance, comme je viens de le souligner. La règle d'or de la survie : faire n'importe quoi, mais quelque chose pour se camoufler de la seule certitude de son vivant, la mort. Reste donc la présence dans le recours au « carpe diem » d'Horace pour rendre le quotidien acceptable. J'ai condensé en une phrase le poids de l'inconvénient d'être né, en ces mots qui pourraient me servir d'épithète : « Vivre, c'est savoir faire le deuil de l'instant passé et laisser venir l'avenir »<sup>2</sup>. On retrouve alors toute sa flexibilité et sa disponibilité en route vers la qualité de notre présence à l'autre, lorsqu'on parvient à se débarrasser de notre propre angoisse existentielle ou de la culpabilité d'avoir trébuché, soit la reconnaissance tacite de notre vulnérabilité humaine.

Imaginez votre économie d'énergie à partir de ce moment. La sérénité s'installe dans votre gestion quotidienne parce que vous avez enfin compris que vous avez dépassé l'inquiétude de la performance, de la solitude, du rejet et de la séduction. Ces quatre préceptes établissent la structure sur laquelle doit reposer toute démarche thérapeutique efficiente orientée vers le mieux-être de

vos patients. Ils rebondissent à tour de rôle dans plusieurs chapitres de mon dernier livre s'intégrant désormais à ma « Brossosphère »<sup>3</sup> qui explicite en vingt-quatre préceptes mon mode de fonctionnement hypnothérapeutique.

Avez-vous déjà réalisé que presque tout le domaine de la psychopathologie découle du constat que la personne n'arrive pas à faire le deuil de ses comportements antérieurs d'où l'apparition des peurs, des phobies, des tics, des attitudes névrotiques, des TOC, de la dépression, etc. La solution que je privilégie est évidente pour moi pour sortir de cette torpeur paralysante : amener la personne à vivre l'instant présent où toute douleur et toute souffrance s'estompent, en ayant recours à l'hypnose instantanée qui fait largement appel aux nano-inductions. Ces dernières ne réclament aucun effort de la pensée ni de la volonté. Elles provoquent des réactions automatiques. Si les nano-inductions sont si efficaces, c'est que l'état hypnotique est du registre du réflexe<sup>4</sup>.

### « On appelle cela : avoir une vie »

Vient le temps merveilleux où vous cessez de compter le temps qu'il vous reste à vivre, mais vous faites en sorte que chaque jour compte vraiment pour vous... à Ne rien faire d'autre. On appelle cela : avoir une vie. Je suis très explicite sur cette question dans mon dernier ouvrage « L'Hypnose 2.0 », au chapitre 1, publié chez Dunod (2018).

J'en rajoute une couche dans un autre ouvrage auquel j'ai collaboré récemment soit : être là, présent<sup>4</sup> où j'explique que Ne rien faire, qui est pour moi avant tout un exercice d'antirelaxation et non d'hypnose proprement dit, ouvre la porte au changement et à la réinitialisation de nos cinq sens. Cette posture est une force, un mouvement et non une renonciation. D'ailleurs, j'enseigne depuis

plus de trois décennies à qui veut l'entendre : oser « Ne rien faire »<sup>5</sup> et attendre la mobilisation de votre client, ce qui implique d'oser dépasser au préalable l'inquiétude de la performance. Tout devient alors lucide puisque vous quittez la tension inhérente du « bon » thérapeute consciencieux qui s'évertue à trouver la bonne induction collant au mal-être de votre patient pour adhérer à la sérénité de votre présence à ce dernier, sans mot dire ou presque. Cela signifie que votre performance cède ainsi la place à la présence à l'autre sur un fond de scène d'acceptation inconditionnelle et j'ajouterais mutuellement. Est-ce que vos diplômés ont guéri qui que ce soit? C'est avant tout ce que vous êtes aux yeux de votre client c'est-à-dire la qualité de votre présence à l'autre qui compte a priori et non le cumul de vos études universitaires.

### « Sommes-nous contraints à la présence... au risque de fragiliser notre équilibre psychique? »

Conséquemment, la question qui surgit : sommes-nous contraints à la présence... au risque de fragiliser notre équilibre psychique? Je serais enclin à répondre par l'affirmative. Toutefois, il ne faut pas négliger pour autant les mécanismes de défense et d'adaptation, si chers au tenant de l'approche analytique, que l'humain dispose pour composer avec sa réalité parfois implacable. Par exemple, considérons le déni de la réalité qui serait à mon avis l'un des mécanismes probablement les plus fréquentés des mortels pour son aspect pratique ou économique. On se fait alors son propre cinéma pour le temps que cela dure. L'histoire, pas très lointaine d'ailleurs, nous soulignera le déni du peuple américain des comportements tartuffards abondamment documentés de son Président qui normalement auraient exclu tout individu de cette espèce d'un poste aussi prestigieux et stratégique pour l'équilibre mondial. On se retrouve alors aux

## L'UNIVERS HYPNOTHÉRAPEUTIQUE DE GASTON BROUSSEAU, PSYCHOLOGUE (SUITE)

antipodes du mécanisme de sublimation qui n'a pas recours au refoulement, se distinguant ainsi des autres mécanismes qui flirtent avec les zones névrotiques. Conséquemment, la pulsion consciente peut trouver une sublimation. À ce titre, on pourrait avancer que la sublimation est le mécanisme phare de la présence à soi. Freud et Lacan peuvent reposer en paix (extrait de : être là, la présence — pages 71-72).

**« Solitude, c'est le mot qui me vient à l'esprit lorsqu'on m'interroge sur ma conception de l'hypnose »**

Dans le cadre des « Grands entretiens » dirigés par le Dr Gérard Fitoussi MD, de la Revue Hypnose et thérapies brèves<sup>6</sup>, sous le titre de « Gaston Brosseau, psy non classique », j'ai évoqué en premier lieu le mot Solitude, comme étant celui qui me vient à l'esprit lorsqu'on m'interroge sur ma conception de l'hypnose. J'ai osé, depuis que je me suis intéressé au phénomène de la transe hypnotique, établir littéralement une géolocalisation de l'hypnose en dehors de toute la cartographie classique en m'autorisant toute la liberté nécessaire pour la rendre accessible à tout le monde. En d'autres termes, mon intérêt est de démystifier le mythe de toute puissance de ce véhicule thérapeutique qui échappe à une analyse rationnelle faisant au passage le bonheur et la fortune des fascinateurs de scène ainsi que susciter la réflexion articulée des académiciens qui proposent depuis Franz-Anton Mesmer (1734-1815) et compagnie des avancées nuancées sur l'existence de l'hypnose.

Solitude de faire bande à part. J'aurais facilement le quorum pour délibérer sur mon univers thérapeutique, puisque je pense créer plutôt un malaise de fond, non sollicité par mes écrits d'ailleurs, dans la communauté hypnotique en proposant une relecture des fondements

cliniques et ébranler certains dogmes de l'hypnose que j'ose dépouiller de tout rituel, protocole si respecté par les propagandistes des méthodes hypnotiques classiquement enseignées. Toutefois, je ne m'inscris nullement en faux contre tous discours traitant des approches hypnotiques. Tout au plus, je désire y ajouter mon grain de sel.

Solitude qui prend des airs de liberté, au risque de me fourvoyer sur des évidences qui peuvent m'échapper à l'occasion, aveuglé par une idée qui germe dans mon esprit et qui se décante en concept jusqu'à en établir un précepte validé par le constat d'efficacité dans ma pratique quotidienne. Lorsque vous observez un nombre incalculable de fois dans votre bureau, des gens se libérer d'un traumatisme, d'une douleur chronique ou aiguë, d'un tic, d'une phobie, etc., et que le symptôme, la déman-gaison, le mal-être ne réapparaît plus, curieusement, vous pouvez vous sentir seul. Seul pour comprendre quelque chose qui ne se passe pas comme c'est censé se passer. Bien sûr, vous avez étudié à l'université, et ce pendant plusieurs années, que le changement chez la personne nécessitait une certaine période d'aménagement psychique et dans mon cas, au début des années 1960, ce n'était rien d'autre que l'approche analytique qui était la norme établie. Alors, vous comprenez ma solitude, mon étonnement, sinon ma candeur d'oser préconiser dorénavant rien de moins en contre parti la thérapie instantanée<sup>7</sup>. Déjà que la thérapie brève, aux yeux des puristes, flirte avec la psychologie pop, c'est vraiment dépasser pour moi l'inquiétude de la solitude bien sûr et conséquemment du rejet de la communauté universitaire que d'oser prétendre avancer un mode d'intervention aussi expéditif, mais combien efficace.

**« Ne l'oublions pas, la guérison n'est pas de l'ordre mental, mais d'ordre vital »**

Oser faire confiance au quotient vital de votre client au détriment de son quotient intellectuel ou émotionnel. J'introduis la notion de quotient vital dans mon vocabulaire thérapeutique, c'est-à-dire exploiter les ressources de ce dernier et non ses ecchymoses ou affres de sa vie comme on se plaît à le faire dans l'ensemble des autres approches thérapeutiques. À ce titre, je suis fier d'avoir développé toute une architecture pour mesurer le quotient vital de la personne. Contrairement au quotient émotionnel ou intellectuel qui peut varier à la suite d'un accident cérébral par exemple, le quotient vital demeure constant même dans une telle circonstance et il est inclusif de tous les humains. Ne l'oublions pas, la guérison n'est pas de l'ordre mental, mais d'ordre vital. Une seconde avant de mourir, la personne demeure en contact avec son aspect vital au même titre que pendant toute son existence. Elle n'est pas moins ou plus vivante. Elle vit encore.



## L'UNIVERS HYPNOTHÉRAPEUTIQUE DE GASTON BROSSÉAU, PSYCHOLOGUE (SUITE)

### Et si le mystère de l'hypnose n'était pas si opaque que cela! <sup>3</sup>

L'hypnose serait comme le vent ou l'amour, même combat. Nous en connaissons leurs effets, mais nous demeurons muets sur leurs origines. Est-ce que je suis un « hypnosceptique » qui s'ignore? Certains en soulèvent le doute à partir de mes prises de position concernant ma relecture des paradigmes de l'hypnose. Par exemple, j'ose dire que l'hypnose n'a pas besoin d'exister pour exister et que son existence ne tiendrait qu'au fait qu'elle est investie comme telle sans pour autant avoir besoin d'exister. Dès lors, la confusion qui en découle est dans le registre même de l'identité de l'hypnose, mais n'établit pas d'emblée son propre ADN. Je ne peux m'empêcher de citer Baudelaire qui y va de cette brève tirade : « Dieu est le seul être qui, pour régner, n'ait même pas besoin d'exister ». Vous en saisissez l'astuce!

Bien que l'hypnose puisse s'avérer un excellent moyen pour créer un accordeur, car l'essentiel est là, j'ai souvent démontré que dès qu'une communication immédiate est établie, oubliez l'hypnose comme telle. Vous n'en aurez plus vraiment besoin. Si vous y parvenez à l'établir sans hypnose, ne vous embêtez plus avec l'hypnose qui demeure et doit demeurer qu'un adjuvant, utile bien sûr, mais non déterminante dans le processus de guérison.

Ce qui est thérapeutique dans l'hypnose n'est pas l'hypnose, mais le basculement depuis un mode de représentation de la réalité en mode de présence, ce qui n'est qu'une autre façon pour dire « revenir à zéro ». <sup>4</sup> Je postule alors que

tout se joue à ce moment au niveau du mieux-être ou de la guérison.

Depuis plusieurs années, je n'utilise plus, ou presque, le mot hypnose comme tel. D'ailleurs, je m'accommode bien du fait que plusieurs me reprochent de ne pas vraiment croire à l'hypnose. C'est connu. Chemin faisant, j'utilise dorénavant tout au plus le mot hypnose 2.0 (en miroir avec le Web 2.0) pour faire image et sonner le glas de l'hypnose classique comme nous l'avons connue et pratiquée jusqu'à ce jour. L'hypnose 2.0 permet donc plus de simplicité d'utilisation se soustrayant aux connaissances techniques qui ne sont pas indispensables pour les utilisateurs, transcendant la complexification interne inhérente à l'indéfrichable identité de l'hypnose quoique je propose une définition originale sur la question par le titre même de ce livre. Déjà à l'horizon se pointe pour moi l'Hypnose dissipative en contraste d'une hypnose conservatrice c'est-à-dire une hypnose qui crée sa propre synergie, ne requérant à la limite aucune induction. Et si cette « darwinisation » de l'hypnose nous en révélait sa rhétorique et ses assises! Vous avez compris que vous devrez impérativement vous départir de vos idées préconçues, de vos croyances dites scientifiques, qu'on appelle parfois rationalité, et de vous mettre en mode de vivre le moment présent sans aucune anticipation ou préjugé pour parvenir à vous imprégner de mon univers thérapeutique.

Je souris intérieurement chaque fois que j'entends dire que l'hypnose est puissante. La puissance de l'hypnose tient justement au pouvoir qu'on lui prête, souvent par la méconnaissance du phénomène hypnotique comme

tel ou tout simplement par ignorance crasse. Dans la vie de tous les jours, reconnaissons que le pouvoir qu'une personne exerce sur nous est en corrélation avec celui qu'on lui accorde. C'est nous qui lui conférons ce pouvoir et nous nous comportons alors comme tels. Au contraire, si nous adoptons une attitude de fin de non-recevoir à un ordre d'une quelconque autorité que ce soit, il demeurera sans conséquence pour vous. Point. Vous conserverez alors toute votre liberté d'action. Vous gérez parfaitement le moment présent et votre interlocuteur se retrouvera sans pouvoir sur vous. En hypnose, il y a beaucoup de cela. Le fait d'obtempérer au pouvoir de l'autre lui donne toute la latitude sur vous. Si l'on fait l'équation du processus de l'hypnose, elle se résume en un mot : consentement. Cessons d'exagérer sur la puissance de l'hypnose. Laissons donc aux hypnotiseurs de scène d'en faire leurs choux gras en faisant la promotion habile auprès de leur clientèle à la fois ébahie et dupée comme lors d'un spectacle de magie (p 65-68). <sup>3</sup>

Merci à beaucoup d'entre vous qui au cours de toutes ces années m'avez témoigné votre intérêt sinon votre curiosité en venant assister à mes séminaires ou conférences. Votre présence m'a enclin à réfléchir et à innover constamment tout au cours de ses années pour épurer l'hypnose. J'ai probablement « darwinisé » l'hypnose selon le principe que tout ce qui est inutile s'atrophie et disparaît pour laisser place à l'aspect efficient d'un élément. Mission accomplie... ou presque.

**Gaston Brosseau, Psychologue**

### Bibliographie

<sup>1</sup> Cioran, E., *De l'inconvénient d'être né. nrf essais* — Gallimard, 1973

<sup>2</sup> Brosseau, G., *L'hypnose, une réinitialisation de nos cinq sens*. InterEditions-Dunod, Paris, 2012.

<sup>3</sup> Brosseau, G., *L'hypnose, une réinitialisation de nos cinq sens. Vers l'hypnose 2.0*, InterEditions-Dunod, Paris 2018.

<sup>4</sup> *Revenir à zéro*, Brosseau, G. dans être là, présent, collectif sous la direction de Marc Galy. Flammarion/Versilio, Paris 2018.

<sup>5</sup> *Ne rien faire*, Brosseau, G dans *L'hypnose aujourd'hui*. Un collectif sous la direction de Jean-Marc Benhaiem, Éditions InPress, Paris 2005.

<sup>6</sup> *Gaston Brosseau, psy non classique* — Les grands entretiens dirigés par le Dr Gérard

Fitoussi MD, *Revue d'Hypnose et de Thérapies brèves*, Avon, France, no 43, janvier 2017.

<sup>7</sup> *L'hypnose instantanée*, Brosseau, G, dans *Changer par la thérapie*, collectif sous la direction d'Isabelle Célestin-Lhopiteau, Dunod, Paris 2011.

# THE SPECIAL PLACE OF BLISS

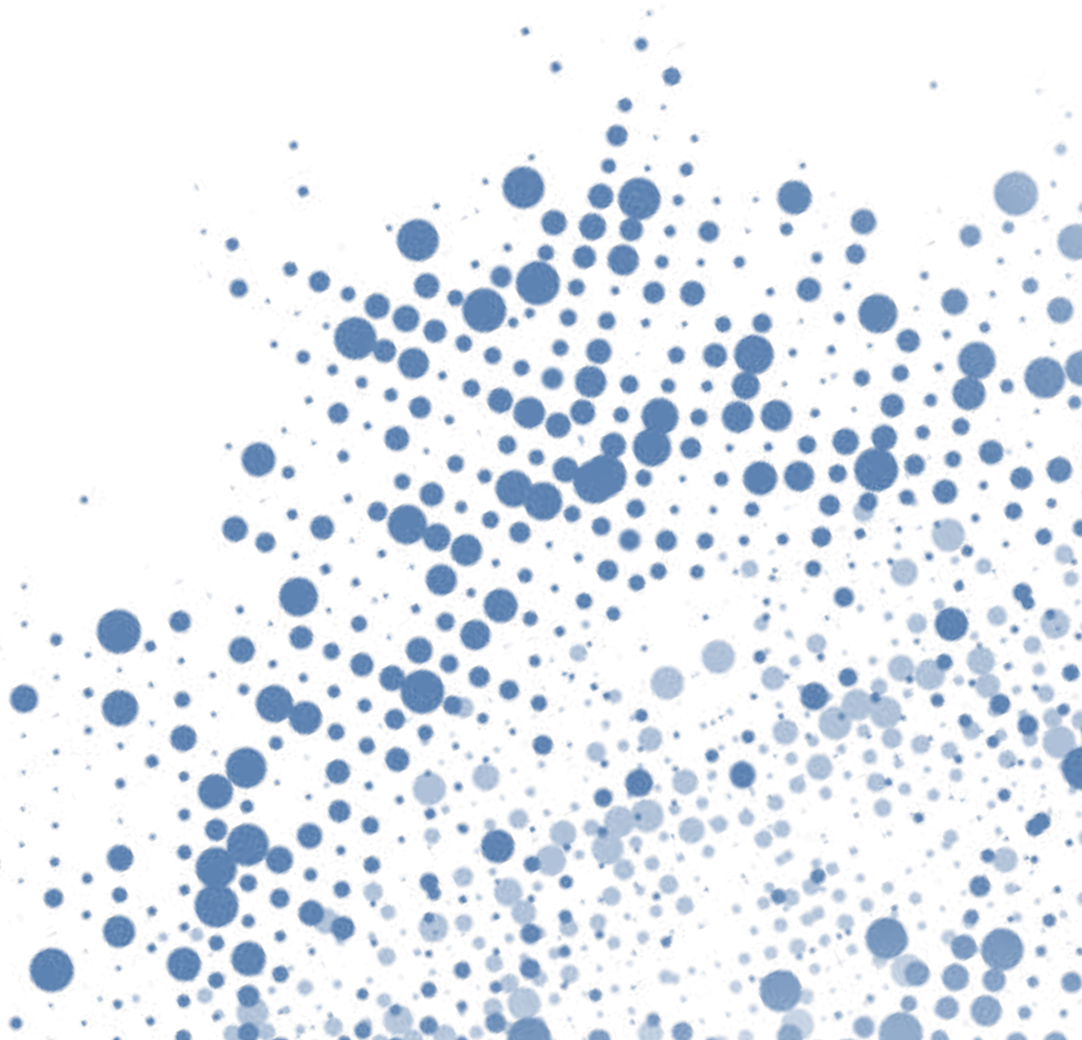
PATRICK MCCARTHY | NOUVELLE-ZÉLANDE

Quand la nécessité fait place à la créativité! Étant le seul professionnel médical formé à l'hypnose en Nouvelle-Zélande, Dr McCarthy, médecin omnipraticien formé en Écosse, s'est donné le mandat d'aider les gens en quelques rencontres seulement. Il a donc formulé une séance d'hypnose qui permet aux gens de visualiser un endroit de bonheur et de béatitude, en se libérant du poids de leurs problèmes. Ils peuvent donc représenter leurs différents problèmes à l'aide de cailloux contenus dans un sac à dos qu'ils vont vider avant d'entrer dans leur endroit « spécial ». Le tout peut se faire sans dévoilement, ce qui permet au Dr McCarthy de traiter des gens de différents horizons, soit des kiwis (néo-zélandais), des Maoris (indigènes)

ou des immigrants, avec des histoires parfois chargées émotionnellement. Du fait de sa situation d'insulaire, Dr McCarthy nous a partagés qu'il a dû contrer une tendance au pessimisme en utilisant des techniques de recadrage cognitif. L'hypnose étant un merveilleux outil à cet égard, chaque mot de sa séance est soigneusement choisi afin que la personne puisse tirer le maximum de cette expérience. Il a donc utilisé différents outils connus en hypnose pour y parvenir, soit de laisser des choix à la personne (approche permissive), de ratifier l'expérience et d'intégrer des suggestions post-hypnotiques. À la fin de la séance, la personne peut décider de ramener dans son sac à dos certains des problèmes (cailloux) si elle le juge

pertinent, ce qui lui permet de respecter son rythme de changement et sa dynamique personnelle. Des suggestions indirectes sont toutefois données sur le chemin du retour sur les implications de transporter un tel poids sur ses épaules. En bref, fort de sa confiance et de son optimisme acquis au fil du temps, Dr McCarthy transmet ces éléments à ses patients lors des consultations. Cela nous renvoie, comme mentionné à plusieurs reprises lors du congrès, à l'importance de la relation dans le processus hypnotique. « Follow your bliss ».

**Rédigé par Katia Laflamme, Ph. D.**  
Psychologue/Neuropsychologue  
Psychothérapeute et hypnothérapeute



## PERFECTIONNEMENT ENTRE PAIRS (PEP)

Dans la perspective d'encourager l'utilisation de l'hypnose, de favoriser le partage des compétences et habiletés et de briser un certain isolement, la SQH offre à ses membres la possibilité de se rencontrer

pour un perfectionnement entre pairs (PEP). Chaque section choisit, parmi les intérêts de chacun, ce que le groupe va travailler durant l'année. Les participants s'entendent sur les modalités.

Si vous souhaitez démarrer un tel regroupement dans votre région, veuillez contacter Monsieur Jacques Desaulniers, président de notre Société.

Plus de détails sur la page PEP de notre site :

<http://sqh.info/formation/programme-de-perfectionnement-entre-pairs-pep/>

**RESPONSABLE :**  
**JACQUES DÉSAULNIERS**

## AVIS DE CONVOCATION



Société  
Québécoise  
d'Hypnose inc.

### ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE

**VENDREDI, 16 NOVEMBRE 2018**

**HÔTEL ITHQ**

3535 rue St-Denis, Montréal,  
Montréal —  Sherbrooke

### ORDRE DU JOUR PROVISOIRE

#### 1. OUVERTURE DE L'ASSEMBLÉE GÉNÉRALE

#### 2. VÉRIFICATION DU QUORUM

#### 3. RAPPORTS

Rapport du président

Rapport du secrétaire

- Approbation du rapport de l'assemblée générale du 24 novembre 2017
- Résumé des activités de la Société Québécoise d'Hypnose au cours de la présente année

Rapport du trésorier

- Bilan financier 2017-2018
- Adoption des projections de dépenses pour 2018-2019
- Approbation du cabinet de comptable pour le prochain exercice financier

Rapport des comités

- Comité scientifique et groupe de perfectionnement entre pairs (PEP)
- Comité d'éthique
- Comité d'appel

#### 4. CONGRÈS DE L'ISH MONTRÉAL 2018 (SQH SOCIÉTÉ HÔTE)

#### 5. VOTE SUR LES MODIFICATIONS APPORTÉES AUX OBJETS DES LETTRES PATENTES

#### 6. MODIFICATIONS APPORTÉES AUX STATUTS ET RÈGLEMENTS

#### 7. DIVERS

#### 8. PROCESSUS D'ÉLECTION

Les postes suivants viennent en élection :

- Le poste de vice-président
- Le poste de vice-président aux communications
- Le poste de secrétaire
- Le poste de représentant des dentistes
- Le poste de représentant des médecins

#### 9. LEVÉE DE L'ASSEMBLÉE

*Pauline Bernier, secrétaire du conseil d'administration*



# INVITATION

*Venez en grand nombre à notre assemblée générale*  
VOUS AVEZ À VOTER SUR DES DÉCISIONS IMPORTANTES POUR L'AVENIR DE NOTRE SOCIÉTÉ.

..... elle aura lieu à .....

## L'HÔTEL ITHQ LE 16 NOVEMBRE 2018

3635 ST-DENIS, MONTRÉAL H2X 3P1 (MÉTRO SHERBROOKE)

*Elle sera suivie du cocktail du Président auquel  
vous êtes tous conviés.*

### ÉLECTION

#### Avis de mise en candidature

Cinq postes du conseil d'administration viennent en élection pour un mandat de deux ans

- Le poste de vice-président
- Le poste de vice-président communication
- Le poste de secrétaire
- Le poste de représentant des dentistes
- Le poste de représentant des médecins

**Personne éligible :** médecin, dentiste et psychologue

**Faire parvenir sa candidature au Président d'élection avant le 16 novembre 2018 :**

Mme Céline Castillo, psychologue  
3377 Boul. Rosemont E  
Montréal (Québec) H1X 1K4

## HYPNOSE QUÉBEC

Bulletin de liaison de la Société Québécoise d'Hypnose

OCTOBRE 2018 | VOLUME 15 | NUMÉRO 2

**COORDINATION** Rémi Côté

**COLLABORATEURS** Pauline Bernier, Gaston Brosseau,  
Jacques Desaulniers, Katia Laflamme

**INFOGRAPHIE** Tabasko Communications

**SECRÉTARIAT** CP. 55, succursale St-Laurent  
Montréal (Québec) H4L 4V4

**RENSEIGNEMENTS** www.sqh.info ou 514 990-1205

**Hypnose Québec** est le bulletin officiel de la Société Québécoise d'Hypnose. Il sert de moyen de communication entre la Société et ses membres. Il est également un outil de mise à jour des activités professionnelles et/ou scientifiques de la Société. | Les articles rédigés par les membres sont bienvenus ; ces derniers doivent être envoyés au moins un mois avant la parution du bulletin. | Les auteurs des articles qui sont publiés dans **Hypnose Québec** ont l'entière responsabilité de leurs écrits. Leurs points de vue et leurs opinions ne représentent pas nécessairement la position officielle de la Société Québécoise d'Hypnose.