

Interview With Rubin Battino, MS, Mental Health Counseling  
Entretien réalisé le 2 Mai 2018  
Dr Gérard Fitoussi

Comment a commencé votre implication avec l'hypnose

Je me suis intéressé à l'hypnose après avoir lu les deux premiers livres de Bandler et Grinder sur "La structure de la magie", suivis de leurs deux livres sur l'analyse du travail de Milton Erickson ("Patterns I and II"). Les deux derniers livres m'ont amené à entrer en contact avec la Fondation Erickson. Il m'a été indiqué qu'il y avait une société Erickson affiliée à Dayton, Ohio, à une courte distance de chez moi. J'ai pris contact avec Tom South qui était le leader de ce groupe. Ils m'ont gentiment laissé les rejoindre. Pendant de nombreuses années, il y avait des réunions mensuelles avec des démonstrations par les membres, et aussi le visionnage des films d'Erickson et l'écoute des bandes audio d'Erickson. Je suis rapidement devenu le co-leader de ce groupe.

Qu'est-ce qui vous a incité à écrire k "Ericksonian approaches" avec Tom South, maintenant traduit en français ?

J'ai suggéré un jour à Tom (un psychologue clinicien travaillant dans l'unité médico-légale de l'hôpital psychiatrique de Dayton) que nous écrivions un texte sur la façon de faire de l'hypnose et de la psychothérapie ericksonienne. Nous avons chacun écrit des chapitres distincts et avons également demandé à plusieurs thérapeutes compétents de contribuer à des chapitres spécialisés. Venant d'un milieu universitaire, (j'ai été professeur de chimie pendant de nombreuses années), j'étais plus intéressé par l'écriture d'un manuel de formation que par l'écriture d'un livre traditionnel avec beaucoup d'études de cas. Nous avons finalement publié une deuxième édition.

Quelles sont selon vous les qualités pour être un bon thérapeute

La première est d'être un bon auditeur, de savoir écouter. La seconde est d'être flexible et de s'adapter aux besoins individuels de vos clients. L'établissement d'une bonne relation est essentiel comme l'indique la littérature sur l'alliance thérapeutique. Si vos clients ne se sentent pas à l'aise avec vous et ont un problème de confiance, vous aurez des difficultés. Une autre qualité est d'être imprévisible. Autrement dit, si vous travaillez dans un seul style ou avec une seule approche, que ferez-vous lorsque cela ne fonctionne pas avec un client particulier ? On a dit de Milton Erickson qu'il développait une nouvelle approche avec chaque client pour être en phase avec son mode de vie, sa façon de penser et de se comporter. Je crois aussi qu'en tant que thérapeutes, nous sommes souvent trop prudents et pas assez confrontants, surtout lorsqu'une confrontation directe, une déclaration ou une direction s'avère nécessaire. Encore une fois, si vous étudiez les histoires de cas d'Erickson, vous trouverez de nombreux exemples où il ordonne à ses clients de faire des choses de différentes manières.

Pouvez-vous nous parler un peu de vous et de votre parcours professionnel ? Vous avez une formation de chimiste et de Gestaltherapiste ce qui n'est pas courant ?

J'ai grandi pendant la Grande Dépression et j'étais très conscient de la nécessité de pouvoir mener une carrière où j'étais certain de pouvoir gagner ma vie. Au lycée et au collège, j'étais fasciné par la psychologie, la chimie (j'ai suivi deux ans de chimie au lycée) et l'écriture. Je ne pouvais pas comprendre comment je gagnerais ma vie en tant que psychologue ou avec l'anglais. Je me suis donc spécialisé en chimie tout en suivant de nombreux cours en dehors de ce domaine. Après avoir obtenu des diplômes d'études supérieures en chimie (Duke University), j'ai travaillé dans l'industrie pendant un an, puis j'ai poursuivi une carrière universitaire. Vous pourriez être intéressé par le fait que lorsque j'étais à l'université, je me suis impliqué dans le théâtre et j'ai joué dans deux pièces : j'avais un rôle de soutien dans la première et le rôle principal dans la seconde.

Mon intérêt pour la psychothérapie a été suscité par le fait d'être en thérapie avec un Gestalt-thérapeute, puis d'avoir été invité en tant que seul laïc du groupe à rejoindre le premier groupe de formation en Gestalt-thérapie dans le sud-ouest de l'Ohio. J'ai obtenu ma maîtrise en counseling en 1978 et j'ai depuis poursuivi des activités à la fois en tant que professeur de chimie (jusqu'à ma retraite en 1995) puis plus activement en pratique privée et en enseignement de la psychothérapie à mon université. Par la suite, j'ai fait des conférences et participé à de nombreuses réunions professionnelles, ainsi que des formations et des ateliers aux États-Unis et à l'étranger. (En septembre 2017, j'ai effectué un atelier d'une journée pour le Quest Institute à Londres.) Quant à être actif dans ce qui semble être deux domaines très différents, tout ce que je peux dire, c'est que ça aide d'être un peu schizophrène !

Comment envisagez-vous l'avenir de l'hypnose ?

Le nombre d'instituts affiliés à la Fondation Erickson est une indication de l'avenir de l'hypnose. Il existe un nombre croissant de ces instituts en dehors des États-Unis, tandis que le nombre aux États-Unis stagne ou diminue. Peut-être une indication de cette stagnation est que lors de la réunion annuelle de l'Ohio Psychology Association où j'ai récemment passé trois jours, il n'y a pas eu une seule session sur l'hypnose, et je n'ai jamais entendu aucun orateur en parler ! Je crois que ces tendances se poursuivront malgré les nombreuses avancées réalisées grâce aux scanners cérébraux et aux travaux neurologiques, et des efforts comme les connexions d'Ernest Rossi avec les gènes.

Si vous avez une recommandation à donner à quelqu'un qui ne connaît pas l'hypnose, quelle sera-t-elle ?

Je suis passionnée par l'utilisation de l'hypnose avec mes clients, et j'ai de nombreux collègues dans le monde entier qui ressentent la même chose. Son utilité s'étend aux nombreuses préoccupations que les clients nous présentent. D'un autre côté, je suis les commentaires d'ouverture d'Erickson à nombre de ses patients : "S'il est approprié d'utiliser l'hypnose, je le ferai certainement." Autrement dit, nous devons également être capables d'utiliser de nombreuses approches différentes pour travailler avec les clients, tout en étant conscients que certains clients ne seront pas ouverts à l'hypnose. Bien sûr, mes collègues m'adressent des patients parce qu'ils savent que j'utilise l'hypnose lorsque cela est approprié. Bien qu'il existe plus de 600 approches thérapeutiques, il y a toujours plus à apprendre en étudiant les travaux d'Erickson. Je sais que lorsque j'ai commencé à utiliser l'hypnose, j'avais mémorisé une grande partie de ce qu'il écrivait et je parlais même comme lui pendant un moment ! Si vous trouvez que les gens sont infiniment intéressants comme je le pense moi, et que l'hypnose ouvre de nombreuses voies, alors c'est le domaine qu'il vous faut.

Pouvez-vous nous parler des personnalités qui sont importantes pour vous dans le monde de l'hypnose et qui ont une influence sur votre travail ?

Bien que je n'aie jamais rencontré Erickson, j'ai senti que je le connaissais à travers ses écrits et ses enregistrements. Je me souviens avoir été réticent à terminer la lecture des quatre volumes sur les œuvres d'Erickson que Rossi a édités. C'était comme lui dire au revoir. J'ai vite découvert qu'il y avait beaucoup plus de livres et d'articles sur lui et écrits par lui (en collaboration ou seul). J'ai vraiment appris à connaître Erickson lorsque j'ai passé plus d'un an à étudier intensivement son travail pour écrire la biographie que j'ai écrite à son sujet sous forme de jeu. (Je suis reconnaissant de l'aide et des encouragements de Betty Alice Erickson et de Roxanna Erickson Klein dans la rédaction de ce livre.) Aux congrès Erickson auxquels j'ai assisté, j'ai rapidement découvert que j'avais assisté à toutes les sessions dirigées par : Ernest Rossi, Robert Pearson, Kay Thompson, Jeffrey Zeig, Terry Tafoya, Betty Alice Erickson et Joseph Barber pour n'en nommer que quelques-uns. Dans ce groupe, j'ai bien connu Rossi et Betty Alice.

Quand avez-vous commencé à être formateur? Et quels sont les qualités pour cela ?

J'ai probablement commencé à être formateur en tant qu'étudiant diplômé en chimie. C'est-à-dire, lors de la formation des étudiants dans les laboratoires pour les aider à utiliser l'équipement et faire les expériences. Cela a continué avec mes 38 ans d'enseignement de la chimie. L'enseignement est une variante de la formation, n'est-ce pas ? Donc, après avoir obtenu mon diplôme en counseling, j'ai continué à bien des égards à l'université et ailleurs à me former et à enseigner.

Peut-être que l'inspiration pour le faire est invariablement le regard dans les yeux des élèves qui montre qu'ils ont compris le message, qu'ils savent maintenant quelque chose de nouveau et comment le faire. Il peut y avoir des gens qui sont des formateurs "naturels", mais la

plupart d'entre nous ont appris par l'exemple suivi d'essais et d'erreurs jusqu'à ce que nous ayons trouvé notre propre chemin. J'ai également eu la plus merveilleuse de toutes les expériences en tant qu'enseignant/formateur lorsque nombre d'entre eux non seulement ont évolué vers des carrières réussies, mais ont su également qu'ils m'ont dépassé dans leurs domaines de prédilection.

Parmi tous les enseignements d'Erickson, lesquels ont été les plus précieux pour vous ?

Si vous avez déjà regardé l'un des films d'Erickson travaillant avec des gens, alors vous savez à quel point il est concentré intensément sur celui qui était au centre de sa attention à ce moment-là. Ainsi, lorsque je travaille avec un client, je suis totalement concentré sur cette personne. Il n'est pas inhabituel pour moi d'être en état de transe à ce moment-là, mais c'est un état conscient où je pense et évalue tout le temps, tout en écoutant et en observant. Bien qu'il ne soit pas possible de créer une nouvelle approche avec chaque client (comme Erickson semblait le faire), chaque client est unique, tout comme chaque session. Le travail indirect comme l'utilisation de métaphores et d'histoires est une manière plus douce et plus polie de travailler avec les clients (plutôt que de leur imposer une approche numérotée fixe). J'aime raconter des histoires et j'aime la façon dont Erickson incorpore des informations personnelles pertinentes. Peut-être que les choses les plus importantes que j'ai apprises en étudiant Erickson sont l'utilisation de la surprise, de la confusion et de l'imprévisibilité, et la *permission implicite* de le faire. J'ai écrit sur l'importance des attentes dans le travail avec les clients, et je crois que (d'une manière ou d'une autre) tous les clients d'Erickson ont compris son attente d'être aidés et changés au cours d'une session. Il avait également un merveilleux sens de l'humour et dégagait une grande joie dans son travail.

Pouvez-vous nous parler de votre travail auprès des personnes atteintes d'une maladie mortelle ? comment cela a-t-il finalement changé vos approches de l'hypnose ?

Il y a environ vingt-cinq ans, j'ai lu le premier livre de Bernie Siegel ("Amour, médecine et miracles") sur son travail avec les patients atteints de cancer. Il avait fondé un groupe de soutien nommé Exceptional Cancer patients (ECaP). J'ai alors décidé que j'avais besoin d'utiliser mes compétences pour travailler avec un tel groupe. J'ai rejoint le chapitre de Dayton. Au bout d'un moment, je suis devenu le leader et j'ai déplacé le groupe à Yellow Springs où j'habite. Au fil des ans, la plupart des personnes de ce groupe sont décédées. Pourtant, ce fut un tel privilège de les connaître et de passer du temps avec eux que cela a changé ma vie. Ils m'ont appris à quel point les relations et la Nature sont importantes. Ils m'ont appris que "La vie est avec les gens". La partie la plus importante de nos réunions a été la possibilité de dire tout ce que vous voulez, de savoir que *vous êtes entendu* et que tout cela est confidentiel au sein du groupe. Donc, à bien des égards, écouter et être totalement là pour votre client a changé mon style d'utilisation de l'hypnose. De plus, toutes nos réunions se terminent par une méditation de guérison finale de 5 à 10 minutes. Ce que je dis dans la méditation découle toujours de ce que j'ai entendu dire par nos membres. Cela m'a appris à adapter chaque session à ce qui s'est passé dans cette session. Je ne fonctionne pas comme thérapeute dans ces réunions, la thérapie consiste à être entendu et à écouter.

De quoi parle votre dernier livre ?

Mon dernier livre s'intitule « Quand tout le reste échoue. Quelques outils nouveaux et anciens pour faire une thérapie brève. » Comme le titre l'indique, je couvre une variété de sujets. La première partie contient un certain nombre de chapitres intéressant l'hypnose, comme l'utilisation de pauses, la poésie et le langage de guérison. Il y a un chapitre sur l'attente qui est pour moi l'essence même de la thérapie brève. Il y a quelques commentaires personnels. Les deux livres de Steve Andreas sur la transformation du discours intérieur négatif sont mis en évidence et recommandés. La deuxième partie traite d'un certain nombre d'approches thérapeutiques qui sont très utiles, mais qui, d'une manière ou d'une autre, ont été abandonnées. Je discute brièvement des méthodes plus anciennes comme la Gestalt-thérapie, les groupes de rencontre et la thérapie de groupe, le psychodrame et la thérapie provocatrice (pour n'en nommer que quelques-unes). Le travail de David Cheek sur la signalisation idéomotrice est très utile dans le travail hypnotique car chaque fois qu'une personne va "à l'intérieur", elle est dans un certain niveau de transe. Je précise ici que ma définition de travail de l'hypnose est "l'attention focalisée". Autrement dit, chaque fois que votre attention est tellement concentrée que le monde autour de vous recule ou disparaît, vous êtes en état de transe.

Un dernier mot pour les lecteurs français ?

On a dit de Milton Erickson qu'il était passé maître dans l'utilisation précise d'un langage vague. L'imprécision permet à l'auditeur d'adapter vos mots soigneusement choisis à ses propres expériences. La chose la plus importante que j'ai apprise en étudiant l'hypnose est peut-être la puissance de la suggestion lorsque l'auditeur a le temps de considérer et de convertir de nouvelles idées pour correspondre à sa propre situation et à sa vie. En ce sens, je considère que je suis un guide conduisant quelqu'un vers les possibilités qui font sens pour lui afin qu'il puisse faire des choix réalistes.

Merci pour cette opportunité de partager mes pensées et mes expériences avec vous.

N'oubliez pas que le monde est plein d'« autres » et qu'il n'y a rien d'autre que des autres !