

HELLEMMES

## La démystification de l'hypnose par la psychothérapeute Noële Barbot

**Samedi, Noële Barbot, psychothérapeute, présentait son dernier ouvrage consacré à l'hypnose.**

Autrefois, la manière de pratiquer était très directive et accordait une place prépondérante à l'hypnotiseur qui plaçait le sujet sous son influence et son contrôle. Erickson (1901-1981) n'a pas élaboré une nouvelle

théorie mais a su l'orienter dans une autre direction avec une nouvelle approche des phénomènes, beaucoup moins directive. Comment l'hypnose peut-elle nous aider, aujourd'hui ?

Noële Barbot, psychothérapeute, s'est penchée sur la question et, s'appuyant sur son expérience, en a écrit un livre. Samedi, elle avait invité le public pour la présentation et la dédicace de ce nouvel ouvrage, le dernier d'une longue série.

La production littéraire de ces derniers temps s'est accélérée mais, aux dires de Noële, les idées trottaient depuis longtemps dans sa tête. Ce livre sur l'hypnose est un livre de vulgarisation (dans le sens noble du terme). Cette science possède une réputation peu flatteuse, il fallait la démystifier et montrer que c'est un outil puissant de guérison.

Cet ouvrage propose de mieux faire connaissance avec cette technique. Le livre, à la portée de tous, emploie des termes simples et non scientifiques. Noële Barbot, psychothérapeute, enseigne aussi l'hypnose et l'auto-hypnose. Elle est d'ailleurs devenue « experte » sur la radio France Bleu Nord et sa prochaine intervention radiophonique, où les auditeurs pourront poser des questions, aura lieu mercredi 25 avril, à 9 h 30.

« La personne a les solutions en elle. L'hypnose permet de les éclairer. Il s'agit simplement d'utiliser les ressources que nous possédons tous. Lors des séances, le sujet est conscient et actif. Il chemine avec le thérapeute pour aller là où il faut », explique Noële Barbot, qui est également formatrice et enseigne la thérapie familiale systémique. ■



**Noële Barbot présentait, samedi, son nouvel ouvrage qui permet de mieux faire connaissance avec l'hypnose.**

► [www.n-barbot.com](http://www.n-barbot.com)  
[noele.barbot@tiscali.fr](mailto:noele.barbot@tiscali.fr)