

Plus la transe est profonde, plus grand est l'effet thérapeutique?

La profondeur de la transe n'est pas nécessairement liée à la réussite de la mise en place du changement.

Néanmoins, pour certaines interventions (analgésie, anesthésie par exemple) il sera indispensable d'induire le niveau de profondeur de transe permettant l'intervention (suppression des sensations, hallucination négative d'une partie ou de tout un membre...). En effet il existe différents niveaux de profondeur de transe, l'hypnothérapeute choisira celui qui convient pour faire de telle sorte que le travail sous hypnose puisse se faire efficacement.

En outre, il existe une forme de l'hypnose, l'hypnose conversationnelle, sans signes d'état de transe, qui permet d'obtenir de très bons résultats.

Il existe différentes échelles qui déterminent les niveaux de profondeur de transe :

6 niveaux de transe (les plus fréquemment utilisés)

- 1) Hypnoïde – Somnolence > Catalepsie des yeux
- 2) Catalepsie mineure - > Lévitacion ou catalepsie du bras
- 3) Catalepsie totale – Amnésie sélective
- 4) Amnésie totale > Analgésie
- 5) Somnambulisme > Hallucinations positives
- 6) Somnambulisme profond > Hallucinations négatives