Correction Exercice Langage Ericksonien

Voici le cas d'un patient :

Jean à 30 et dans son anamnèse m'a confié qu'il voyageait beaucoup et aimait particulièrement le lac de Côme comme endroit où il aimait se ressourcer car c'est là que se situe la maison de son enfance.

Mise en transe

Peut-être pourriez-vous vous installer confortablement, et choisir de vous détendre… (11) Vous pouvez peut-être vous concentrer sur ma voix, et alors vous n'entendez que ma voix (5), mais vous ne rentrez en transe (5) que lorsque vous le souhaitez, maintenant ou bien quand c'est le bon moment (8). Alors pour le moment comme lorsque vous déciderez que ce moment ne sera plus le temps de les entendre, si toute fois ce moment arrive (3). Vous entendez (A) les bruits du dehors aussi (1), le son (A) de votre respiration. Et chaque fois qu'un son vient à vos oreilles, ce son vous aide à vous évader et à vous détendre, de plus en plus et de mieux en mieux à chaque son.

Vous ressentez (K) peut-être à présent le dossier de ce fauteuil soutenir votre dos (1), et si vous le souhaitez, vous savez qu'il est désormais possible de vous laisser aller. Votre corps (5), plus vous le sentirez détendu et lourd, au plus votre esprit deviendra léger (4). Mais vous pouvez choisir de ne pas vous détendre immédiatement (10). J'en (Jean) connait (13) qui aiment se retrouver dans un lieu où on se sent bien (6).

Vous pourriez peut-être imaginer « côme » (12/13) il est bon de vivre près du lac de votre enfance. Voyez ce que vous voyiez (2) lorsque vous étiez petit, admirez (V) les couleurs de votre enfance, et en marchant près de la maison rappelez-vous cette odeur (O) singulière qui vous envahit quand vous faites entrer l'air dans vos poumons (5) comme maintenant. Et relâchezle quand vous en avez envie, et laissez partir avec lui votre esprit là-bas dans cet endroit où rien ne peut vous arriver et où tout est possible. Ma grand-mère me disait qu'il fallait toujours mettre une assiette de plus à table au cas où quelqu'un, même un inconnu devait s'inviter parce qu'il avait faim (9). On appelait ceci le repas du pauvre. Vous vous rappelez un plat que vous aimez manger quand vous êtes dans cet endroit (6) …

Vous aimeriez pouvoir retourner là-bas d'un coup de baguette magique et sentir l'odeur et la magie de ce repas avec tous les gens que vous aimez autour de vous. Vous aimeriez allez mieux (6) à chaque cuillère que vous dégustez (G), n'est-ce pas ? Ce plat qui vous guérit (6) de mieux en mieux à chaque cuillère, vous aimeriez pouvoir le goûter dès qu'un souci apparait, et vous sentir mieux immédiatement, n'est-ce pas ?

Vous pouvez vous autoriser (11) à vous sentir mieux maintenant ou plus tard (8) car votre corps est là, mais votre esprit est déjà ailleurs (4), là où il veut être, et où qu'il se trouve, il est au bon endroit pour aller de mieux en mieux (5), de plus en plus.

(1)	un truisme
(2)	un exemple de parler flou
(3)	un exemple de langage de confusion
(4)	une dissociation
(5)	une commande enrobée
(6)	un saupoudrage
(7)	le yes set
(8)	Une alternative illusoire
(9)	un dicton, ou une petite légende, ou une courte histoire vraie
(10)	le négatif
(11)	une autorisation
(12)	un clin d'œil
(13)	un jeu de mots.

Légende : (V) Visuel, (A) Auditif, (K) Kinesthésique, (G) Gustatif, (O) Olfactif.