

Ernest Lawrence Rossi, né en 1933, est un psychothérapeute ericksonien californien. Il est l'auteur de plusieurs livres écrits avec Milton H. Erickson. C'est d'ailleurs grâce à lui que les travaux d'Erickson sont aujourd'hui connus dans le monde entier.

L'utilisation de la main dans la méthode de Rossi, est là pour exercer un pouvoir de mobilisation sur le cerveau, sur l'inconscient.

Lorsque les mains commencent le mouvement vers l'intérieur ou l'extérieur, Rossi accompagne ce mouvement par une ratification accentuée : *That's right, good, very good, wonderful*. Il confirme que l'inconscient est d'accord pour faire le travail orienté vers le but. Il utilise de longs moments de silence pendant lesquels il observe le patient avec une grande vigilance.

Après un plan de ciblage, cette méthode se déroule en 4 étapes :

Phase 1

Asseyez-vous... Placez les mains en position verticale à la hauteur du visage, les paumes se regardant, séparées de la largeur des épaules... Fermez les yeux.

Un phénomène curieux va se produire... Si votre inconscient est d'accord pour traiter le problème que vous lui soumettez, les mains vont se rapprocher lentement... Si l'inconscient préfère traiter un autre problème, les mains vont s'éloigner...

Vos mains se relâchent et commencent à bouger naturellement... Et, vous allez maintenant demander à votre inconscient... s'il est d'accord pour travailler sur ce problème...

Phase 2

Si votre inconscient est d'accord... vos deux mains vont se rapprocher... jusqu'à se toucher... comme deux aimants qui sont attirés l'un vers l'autre...

Vos mains sont deux aimants qui s'attirent... elles se rapprochent... peu à peu... au rythme souhaité par votre inconscient...

Vos mains s'attirent... de plus en plus... toujours plus... jusqu'à ce qu'elles se touchent...

Continuez d'accompagner le mouvement... jusqu'à ce que vos deux mains se touchent...

Voilà ... très bien ... merci...

L'une de vos deux mains va rester immobile, verticale... la seconde va descendre...

En même temps, vous allez fixer votre attention... sur les sensations, que vous ressentez... en ce moment, dans votre corps...

Votre main se pose maintenant sur votre jambe...

Phase 3

Maintenant, votre deuxième main va descendre... elle descend, tout doucement... de plus en plus... et au fur et à mesure qu'elle descend... elle vous permet de continuer à capter... toutes les informations qu'il vous faut pour résoudre le problème...

Continuez d'accompagner le mouvement... jusqu'à ce que votre main touche votre jambe...

Phase 4

Vos deux mains sont maintenant posées sur vos jambes...

*Votre Inconscient, maintenant... a capté toutes les informations nécessaires au changement...
afin que la solution se mette en place...*