

LE SYSTÈME ABH

Architecture fonctionnelle de la conscience humaine

Modèle intégratif A / B / H : corps, psychisme, sens et trajectoire

Jean-Luc Thomas

Né le 02/11/1947

Praticien en hypnose clinique

Diplômé de la faculté de Nancy

en psychologie générale et comparée ainsi qu'en psychophysiologie

Licence CC BY-NC-ND 4.0 · Toute citation doit mentionner l'auteur et la source

RÉSUMÉ

Résumé (français)

Ce travail propose un modèle original de lecture du fonctionnement de la conscience humaine, dénommé **Système ABH**, structuré autour de trois niveaux interdépendants :

- La Vie A — niveau corporel, biologique et adaptatif
- La Vie B — niveau émotionnel, relationnel et imaginaire
- La Vie H — niveau du sens, de la cohérence et de la trajectoire

Le modèle ABH vise à décrire les états d'équilibre, de déséquilibre et de réorganisation du système humain, ainsi que les mécanismes d'alignement entre contraintes biologiques, dynamiques psychiques et orientation existentielle. Il s'appuie sur des apports issus de la psychologie, de la psychophysiologie, des sciences de la complexité et de l'expérience clinique en hypnose, dans une perspective intégrative et non dogmatique.

Abstract (English)

This work proposes an original model for understanding human consciousness, referred to as the **ABH System**, structured around three interdependent levels:

- Life A — bodily, biological, and adaptive level

- Life B — emotional, relational, and imaginative level
- Life H — meaning, coherence, and life trajectory

The ABH model aims to describe states of balance, imbalance, and systemic reconfiguration within human functioning, as well as the mechanisms of alignment between biological constraints, psychological dynamics, and existential orientation. It integrates contributions from psychology, psychophysiology, complexity sciences, and clinical experience in hypnotherapy, within a non-dogmatic integrative framework.

MOTS-CLÉS

Français

- Conscience
- Modélisation
- Hypnose clinique
- Psychophysiology
- Systèmes complexes
- Alignement
- Sens
- Trajectoire
- ABH

English

- Consciousness
- Modeling
- Clinical hypnosis
- Psychophysiology
- Complex systems
- Alignment
- Meaning
- Life trajectory
- ABH

INFORMATIONS DOCUMENTAIRES (HAL)

Type de document	Thèse (travail de recherche hors cadre doctoral institutionnel)
Auteur	Jean-Luc Thomas
Affiliation	Praticien en hypnose clinique, diplômé de la faculté de Nancy en psychologie générale et comparée et en psychophysiology
Date de publication	2026
Langue	Français
Titre HAL	Le Système ABH : architecture fonctionnelle de la conscience humaine — Modélisation intégrative A / B / H : corps, psychisme et trajectoire de sens
Licence	CC BY-NC-ND 4.0 (diffusion libre, citation obligatoire, pas d'usage commercial, pas de modification)

DISCIPLINES (HAL)

Psychologie · Sciences cognitives · **Psychophysiology** · Sciences humaines et sociales ·
Modélisation des systèmes complexes

MENTION DE DIFFUSION

Document destiné à une diffusion publique à visée scientifique, conceptuelle et clinique.
Travail de recherche conceptuelle et appliquée, hors cadre doctoral institutionnel.
Toute citation ou reproduction doit mentionner **l'auteur et la source**.