

# Hypnose et soins : Prise en soin de la douleur psychique et physique

## Fiche Pédagogique

Maj le 15/02/2021

### Constat

**«Notre travail est d'aider les malades à contourner la souffrance, à s'en protéger ou à y faire obstacle»**

L'hypnose est un état de veille particulier (état modifié de conscience), appelé transe hypnotique, au cours duquel la personne, bien que paraissant somnolente, est soumise à des images mentales qui envahissent sa conscience.

L'hypnose clinique et médicale est de plus en plus admise comme une technique ayant un rôle efficace dans le traitement de différentes situations médicales et notamment de la douleur physique et psychique.

L'intérêt marqué de l'hypnose est révélé par son impact évident sur les mécanismes de douleurs et d'autres mécanismes psychosomatiques.

Ainsi, les indications de l'hypnose sont très variées : douleurs chroniques ou aiguës, troubles psychologiques (addictions-troubles alimentaires-troubles du sommeil-dépansions-angoisses-phobies...), affections et pathologies multiples tels que les pathologies cardiovasculaires, pulmonaires...

L'hypnose peut être une réponse à différents contextes de soin, si bien qu'aujourd'hui, l'hypnose s'implante en milieu hospitalier.

A l'issue de la formation, le professionnel soignant saura utiliser les différentes techniques hypnotiques dans les soins pour permettre un confort et un relâchement du patient.

Le professionnel sera à même d'utiliser les outils permettant une meilleure gestion des émotions et des symptômes douloureux des patients.

L'accompagnement des aidants sera également un point fondamental dans l'utilisation des techniques d'hypnose, créant ainsi un confort à la fois du patient et de son entourage. L'apport de connaissance acquis durant la formation permettra aux professionnels de guider les patients vers les ressources qui leur sont propres et ainsi de mieux gérer leur souffrance psychique et physique

Les techniques hypnotiques seront explorées afin de réaliser des prises en soin individualisées, dans le respect de la singularité de chaque patient.

Les douleurs psychiques et physiques seront observées au regard des techniques hypnotiques.

La relation thérapeutique en sera par conséquent plus adaptée et plus efficace. La qualité de vie au travail sera potentialisée.

**Durée** : 14 journées - 98h

Niveau 1 & 2 : 4 j - 28h

Niveau 3 & 4 : 4 j - 28h

Niveau 5 & 6 : 4 j - 28h

Ateliers pratiques : 2 j - 14h

(1 j à la fin du niveau 3

1 j à la fin du niveau 6)

**Public** : Groupe de 10 à 15 personnes  
Médecins

Chirurgiens-dentistes

Sages femmes

Infirmiers

Masseurs-kinésithérapeutes

Pédicures Podologues

### Formateur

- Psychologue clinicienne spécialisée en neuropsychologie et en gériatrie
- Hypnothérapeute spécialisé dans la prise en charge de la douleur

### Analyse des pratiques et évaluation de l'impact de la formation sur les pratiques quotidiennes

- Évaluation avant et post formation des connaissances et pratiques
- Évaluation de l'impact de la formation sur les pratiques
- Évaluation de la formation
- Bilan de synthèse et recommandations
- **(Niveau 6) J+1 mois** : Évaluation de l'impact de la formation sur les pratiques et recommandations individuelles envoyées aux participants permettant de se préparer à la rédaction du mémoire
- **(Niveau 6) J+2 mois** : Remise du mémoire portant sur un cas clinique
- **(Niveau 6) Certification** : Sous conditions du respect de la charte éthique, du suivi assidu des sessions et du contrôle de la formatrice, une certification sera délivrée au stagiaire

## Hypnose et soins : prise en soin de la douleur psychique et physique

### Niveau 1 - Bases et fondamentaux de l'hypnose thérapeutique

#### Objectif général

A l'issue de la formation, l'infirmière saura utiliser ses compétences relationnelles dans les soins et sera capable de guider vos patients vers leurs propres ressources, à travers les techniques d'induction hypnotique (transe conversationnelle, transe positive, imagerie mentale et autres outils...), pour des applications aussi diverses que la gestion de la douleur, le stress, les difficultés de la vie, les peurs, les comportements agressifs, etc. En intégrant des « outils » de soin dans votre communication, vous saurez établir une relation thérapeutique afin d'améliorer efficacement votre pratique professionnelle.

#### Objectifs pédagogiques

- Comprendre les bienfaits de l'hypnose thérapeutique dans la prise en charge des émotions du patient et des symptômes douloureux
- Découvrir l'hypnose thérapeutique à travers la philosophie Éricksonienne et la mise en pratique de ses principes
- Comprendre les mécanismes relationnels mis en œuvre dans la relation soignant/soigné, soignant/aidant, aidant/aidé pour adapter les mots aux gestes et ainsi soulager les maux
- Savoir mettre en œuvre les premiers états modifiés de conscience
- Savoir appliquer l'hypnose à la prise en charge de la douleur
- Savoir créer une synchronisation soignant soigné
- Comprendre comment utiliser l'auto-hypnose en tant que soignant

#### Contenu pédagogique

- Définitions importantes et historique de l'hypnose
- La philosophie Éricksonienne : les premiers principes de l'hypnose à la manière d'Erickson et leurs utilisations
- Favoriser l'apprentissage de l'hypnose : croyances utiles et fausses croyances
- Les neurosciences et l'hypnose
- Hypnose et modulation de la douleur
- Découverte des premiers états modifiés de la conscience
- Créer une synchronisation soignant/soigné
- Apprendre à observer et à calibrer
- Les indicateurs d'orientation sensorielle
- Apprendre à créer les états modifiés de la conscience
- Comprendre le mécanisme du cerveau en état d'hypnose
- Utilisation de l'auto-hypnose en tant que soignant

#### Méthodes pédagogiques

- Présentation présentielle
- Apports théoriques
- Étude de cas cliniques
- Échange avec les participants
- Ateliers pratiques
- Support de cours internet ou papier à la demande

La formation alterne les apports théoriques du formateur soutenus par des exemples et des séances d'exercices pratiques, de mises en situation.

Utilisation de techniques orientées vers l'acquisition d'outils hypnotiques.

Jeux de rôle : comment utiliser les outils donnés ?

## Hypnose et soins : prise en soin de la douleur psychique et physique

### Niveau 2 - Développer les bases acquises

#### Objectif général

A l'issue de la formation, l'infirmière saura utiliser ses compétences relationnelles dans les soins et sera capable de guider vos patients vers leurs propres ressources, à travers les techniques d'induction hypnotique (transe conversationnelle, transe positive, imagerie mentale et autres outils...), pour des applications aussi diverses que la gestion de la douleur, le stress, les difficultés de la vie, les peurs, les comportements agressifs, etc. En intégrant des « outils » de soin dans votre communication, vous saurez établir une relation thérapeutique afin d'améliorer efficacement votre pratique professionnelle.

#### Objectifs pédagogiques

- Permettre aux soignants d'utiliser des protocoles adaptés aux situations et maîtriser l'ensemble du panel des techniques hypnotiques
- Comprendre les états de transe hypnotique
- Apprendre à créer et maîtriser les différentes inductions hypnotiques
- Comprendre comment orienter et adapter un protocole en fonction de la demande de soin et du contexte de la douleur
- Permettre aux soignants de mieux comprendre ce qui se joue au travers de la douleur pour trouver une solution adaptée en fonction de chaque patient

#### Contenu pédagogique

- Acquérir le déroulé d'une détermination d'objectif efficace
- Utiliser le lieu ressource à des fins antalgiques
- Se familiariser aux états de transe
- Maîtriser les différentes inductions
- Découverte de protocoles orientés solutions
- Appropriation de protocole d'autohypnose

#### Méthodes pédagogiques

- Présentation présentielle
- Apports théoriques
- Étude de cas cliniques
- Échange avec les participants
- Ateliers pratiques
- Support de cours internet ou papier à la demande

La formation alterne les apports théoriques du formateur soutenus par des exemples et des séances d'exercices pratiques, de mises en situation.

Utilisation de techniques orientées vers l'acquisition d'outils hypnotiques.

Jeux de rôle : comment utiliser les outils donnés ?

## Hypnose et soins : prise en soin de la douleur psychique et physique

### Niveau 3 - Aller plus loin : précision et approfondissement des bases

#### Objectif général

A l'issue de la formation, l'infirmière saura utiliser ses compétences relationnelles dans les soins et sera capable de guider vos patients vers leurs propres ressources, à travers les techniques d'induction hypnotique (transe conversationnelle, transe positive, imagerie mentale et autres outils...), pour des applications aussi diverses que la gestion de la douleur, le stress, les difficultés de la vie, les peurs, les comportements agressifs, etc. En intégrant des « outils » de soin dans votre communication, vous saurez établir une relation thérapeutique afin d'améliorer efficacement votre pratique professionnelle.

#### Objectifs pédagogiques

- Donner les moyens d'apporter une aide psychologique efficace aux personnes souffrants physiquement et psychologiquement
- Favoriser la possibilité pour le praticien d'aider le malade à mieux gérer le stress de sa maladie, de ses traitements, ou de son hospitalisation
- Apaiser la relation de soin pour garantir une efficacité de la pratique professionnelle et une coopération du patient
- Permettre aux patients d'être acteurs du soin en lui offrant la possibilité de mieux gérer sa souffrance physique ou psychique
- Permettre aux soignants d'utiliser des protocoles adaptés aux états douloureux et maîtriser l'ensemble du panel des techniques hypnotiques liés à ces états
- Apprendre les différentes techniques d'induction hypnotique à but antalgique
- Découvrir les suggestions pré-hypnotique, et ainsi réduire l'appréhension d'une douleur à venir.

#### Contenu pédagogique

- Déterminer l'objectif du patient dans la prise en charge de la douleur
- Découverte des protocoles pré-hypnotiques pour apaiser le patient dans la prise en charge de la douleur
- Prendre soin d'un patient douloureux se trouvant dans l'impossibilité de verbaliser
- Se familiariser aux techniques d'ancrage pour aider le patient à mieux gérer les moments douloureux
- Soulager un patient de ses émotions paralysantes ou anxio-gènes liées à sa douleur afin qu'il supporte mieux la prise en soin

#### Méthodes pédagogiques

- Présentation présentielle
- Apports théoriques
- Étude de cas cliniques
- Échange avec les participants
- Ateliers pratiques
- Support de cours internet ou papier à la demande

La formation alterne les apports théoriques du formateur soutenus par des exemples et des séances d'exercices pratiques, de mises en situation.

Utilisation de techniques orientées vers l'acquisition d'outils hypnotiques.

Jeux de rôle : comment utiliser les outils donnés ?

## Hypnose et soins : prise en soin de la douleur psychique et physique

### Niveau 4 - Piloter son cerveau

#### Objectif général

A l'issue de la formation, l'infirmière saura utiliser ses compétences relationnelles dans les soins et sera capable de guider vos patients vers leurs propres ressources, à travers les techniques d'induction hypnotique (transe conversationnelle, transe positive, imagerie mentale et autres outils...), pour des applications aussi diverses que la gestion de la douleur, le stress, les difficultés de la vie, les peurs, les comportements agressifs, etc. En intégrant des « outils » de soin dans votre communication, vous saurez établir une relation thérapeutique afin d'améliorer efficacement votre pratique professionnelle.

#### Objectifs pédagogiques

- Découvrir les premiers outils permettant d'agir face aux peurs, à la phobie et sur les états anxieux douloureux
- Étudier les protocoles simples et efficaces de ces outils pour soulager la douleur
- Comprendre et maîtriser l'ancrage et la désactivation d'ancrage dans une optique antalgique

#### Contenu pédagogique

- Maîtriser l'ancrage et la désactivation d'ancrage pour soulager la douleur du patient
- Découvrir comment agir face aux peurs, à la phobie, aux états anxieux douloureux via les premiers outils de changement
- Étudier des protocoles simples et efficaces de ces outils dans une optique antalgique

#### Méthodes pédagogiques

- Présentation présentielle
- Apports théoriques
- Étude de cas cliniques
- Échange avec les participants
- Ateliers pratiques
- Support de cours internet ou papier à la demande

La formation alterne les apports théoriques du formateur soutenus par des exemples et des séances d'exercices pratiques, de mises en situation.

Utilisation de techniques orientées vers l'acquisition d'outils hypnotiques.

Jeux de rôle : comment utiliser les outils donnés ?

## Hypnose et soins : prise en soin de la douleur psychique et physique

### Niveau 5 - Apprentissage des protocoles

#### Objectif général

A l'issue de la formation, l'infirmière saura utiliser ses compétences relationnelles dans les soins et sera capable de guider vos patients vers leurs propres ressources, à travers les techniques d'induction hypnotique (transe conversationnelle, transe positive, imagerie mentale et autres outils...), pour des applications aussi diverses que la gestion de la douleur, le stress, les difficultés de la vie, les peurs, les comportements agressifs, etc. En intégrant des « outils » de soin dans votre communication, vous saurez établir une relation thérapeutique afin d'améliorer efficacement votre pratique professionnelle.

#### Objectifs pédagogiques

- Découvrir, apprendre et maîtriser les différentes typologies de protocoles de gestion de la douleur et des émotions : la récapitulation, la ligne du temps, le deuil et la futurisation

#### Contenu pédagogique

- Découvrir, apprendre et maîtriser les différentes typologies de protocoles de gestion de la douleur et des émotions :
  - Protocole de gestion des émotions afin d'apaiser cette composante majorant les perceptions afin de permettre au patient douloureux de se réinscrire dans le présent
  - Protocole de la ligne du temps
  - Protocole du deuil afin de permettre au patient douloureux de se détacher de ce qui ne sera plus
  - Protocole de la futurisation afin de permettre au patient douloureux de se projeter vers l'avenir

#### Méthodes pédagogiques

- Présentation présentielle
- Apports théoriques
- Étude de cas cliniques
- Échange avec les participants
- Ateliers pratiques
- Support de cours internet ou papier à la demande

La formation alterne les apports théoriques du formateur soutenus par des exemples et des séances d'exercices pratiques, de mises en situation.

Utilisation de techniques orientées vers l'acquisition d'outils hypnotiques.

Jeux de rôle : comment utiliser les outils donnés ?

## Hypnose et soins : prise en soin de la douleur psychique et physique

### Niveau 6 - Gestion de la douleur et des émotions — Certification

#### Objectif général

A l'issue de la formation, l'infirmière saura utiliser ses compétences relationnelles dans les soins et sera capable de guider vos patients vers leurs propres ressources, à travers les techniques d'induction hypnotique (transe conversationnelle, transe positive, imagerie mentale et autres outils...), pour des applications aussi diverses que la gestion de la douleur, le stress, les difficultés de la vie, les peurs, les comportements agressifs, etc. En intégrant des « outils » de soin dans votre communication, vous saurez établir une relation thérapeutique afin d'améliorer efficacement votre pratique professionnelle.

#### Objectifs pédagogiques

- Permettre aux soignants d'utiliser des protocoles adaptés aux situations et maîtriser l'ensemble du panel des techniques hypnotiques de prise en charge de la douleur.

#### Contenu pédagogique

- Apprendre à gérer les symptômes douloureux physiques, psychologiques et émotionnels des patients :
  - par suggestion directe ou indirecte
  - par l'imagination grâce aux métaphores
  - par l'évasion temporelle et spatiale
  - par distraction et mobilisation d'autres sensations
- Passation d'une épreuve pratique emmenant à la certification d'hypnose et soins : prise en charge de la douleur et des émotions.

Cette certification est destinée à constater que le stagiaire a :

1- participé à toutes les sessions

2- le niveau qu'il a atteint après la rédaction d'un mémoire et d'exercices pratiques lui permet, selon le CLEF et ses formateurs de pouvoir pratiquer l'hypnose en toute sécurité et en respect de la charte éthique définie par Le CLEF, à savoir la bienveillance, l'intérêt du patient et le respect de sa personne physique et psychique.

Cette certification n'a aucune valeur juridique dans la mesure où il n'y a aucun diplôme d'hypnose validant par le Ministère de la Santé et la HAS.

#### Méthodes pédagogiques

- Présentation présentielle
- Apports théoriques
- Étude de cas cliniques
- Échange avec les participants
- Ateliers pratiques
- Support de cours internet ou papier à la demande
- Rédaction d'un mémoire portant sur un cas clinique

La formation alterne les apports théoriques du formateur soutenus par des exemples et des séances d'exercices pratiques, de mises en situation.

Utilisation de techniques orientées vers l'acquisition d'outils hypnotiques.

Jeux de rôle : comment utiliser les outils donnés ?

## Hypnose et soins : prise en soin de la douleur psychique et physique

### Niveau 6 - Gestion de la douleur et des émotions — Certification

#### La charte éthique

##### Règles éthiques de pratique thérapeutique de l'hypnose

Le CLEF propose des formations à la pratique thérapeutique de l'hypnose. Il est demandé aux étudiants formés par notre centre de formation de souscrire à la charte éthique présentée ci-dessous :

**Article 1.** : L'intérêt et le bien-être du patient ou du sujet expérimental doivent toujours constituer un objectif prioritaire.

**1.1.-** Le praticien respectera les standards de relation patient-thérapeute qui correspondent au champ dans lequel la pratique de l'hypnose est impliquée.

**1.2.-** Des conditions de sécurité adéquates et l'accord informé du patient ou du sujet seront requis pour toute situation exposant le patient à un stress inhabituel ou à tout autre risque.

**Article 2.** : L'hypnose est considérée comme un complément à d'autres formes de pratiques scientifiques ou cliniques. Il en résulte que la connaissance des techniques d'hypnose ne saurait constituer une base suffisante pour l'activité thérapeutique ou pour l'activité de recherche. Le praticien doit donc avoir les diplômes requis lui permettant d'exercer dans le champ où s'exerce son activité hypnotique.

**Article 3.** : Le praticien limitera son usage clinique et scientifique de l'hypnose aux aires de compétences que lui reconnaît le règlement de sa profession.

**Article 4.** : L'hypnose ne sera pas utilisée comme une forme de distraction. Tout particulièrement, toute participation à des spectacles publics, ludiques, sera proscrite.

**Article 5.** : Le praticien ne facilitera ni ne soutiendra la pratique de l'hypnose par des personnes non qualifiées (cf. ci-dessus article 2)

**5.1.** Le praticien ne donnera en aucun cas des enseignements impliquant l'apprentissage des techniques hypnotiques à des personnes ne disposant pas d'une qualification adéquate. Des exceptions seront faites à ce principe pour les étudiants en fin de qualification dans les champs professionnels où doit s'inscrire leur pratique de l'hypnose: Médecins, Dentistes, Psychologues, Infirmiers. Dans tous ces cas, le passage à la pratique de l'hypnose reste conditionné à l'obtention de la qualification complète dans le champ professionnel considéré. Pour les professions paramédicales, la mise en place d'une structure de travail supervisée, selon le champ d'application, par un hypno thérapeute médecin, psychiatre, psychologue, sage-femme ou chirurgien-dentiste, est recommandée.

**5.2.** La communication d'informations relatives à l'hypnose auprès des différents médias est encouragée dans la mesure où elle s'appuie sur des connaissances précises et permet de minimiser les distorsions et les représentations erronées relatives à l'hypnose. Réciproquement, il est demandé aux hypnopraticiens formés par Le CLEF, d'éviter toute action (communications, publications, etc.) tendant à compromettre l'aspect scientifique et la dimension éthique de la pratique hypnotique en donnant de celle-ci une représentation tendancieuse (amalgame avec la magie et les para-sciences) et simpliste et incitant par là-même, à une pratique non qualifiée.

##### Conditions de validation de la formation

En vue de garantir le sérieux de nos formations et en vue de pouvoir entreprendre toutes les actions nécessaires à leur reconnaissance, la délivrance des attestations de scolarité et des diplômes du CLEF, sera soumise aux conditions suivantes :

##### 1.-Conditions d'attribution des attestations de formation

**1.1.** Avoir suivi de façon assidue les cycles de formation d'hypnose (niveau 1 à 6)

**1.2.** Avoir une pratique en conformité avec le règlement éthique du CLEF.

##### 2.- Conditions d'attribution du Diplôme du CLEF.

Pour obtenir la certification de « formation à la pratique de l'hypnothérapie » permettant de figurer sur la liste des thérapeutes formés par Le CLEF, s'ajoute, aux conditions précédentes, la nécessité pour le stagiaire d'obtenir, après les cycles de supervision prévus, l'accord de validation du responsable de la formation.

Cet accord ne pourra être donné qu'aux étudiants ayant exposé régulièrement (études de cas) leur pratique thérapeutique (hypnoalgésie, hypnothérapie) dans le cadre des cycles de supervision.

Les étudiants en hypnothérapie doivent également avoir suivi des séances de supervision en individuel et avoir remis un mémoire et répondu aux évaluations de connaissances et pratiques tout au long des cycles de supervision.

Au cas où cette pratique aurait fait défaut pendant la formation, les stagiaires pourront recevoir un diplôme portant la mention : « formation à la pratique de l'hypnose ».

Cette qualification ne leur permettra pas de figurer dans la liste des thérapeutes formés par Le CLEF du moins tant que le stagiaire n'aura pas effectué l'ensemble des modules de supervision demandée.

Dans l'un et l'autre cas, bien évidemment, l'assiduité et le respect des règles éthiques du CLEF seront nécessaires.

Recours : Tout refus du responsable de la formation devra faire l'objet d'une réponse écrite précisant clairement les raisons expliquant cette décision. Un recours pourra être déposé auprès de la direction du CLEF.

Le dossier fera alors l'objet d'un réexamen par les responsables de la formation, l'étudiant pouvant être auditionné s'il le demande.

## Hypnose et soins : prise en soin de la douleur psychique et physique

### *Ateliers pratiques*

#### Fiche Pédagogique

##### **Objectif général**

A l'issue de la formation, l'infirmière saura utiliser ses compétences relationnelles dans les soins et sera capable de guider vos patients vers leurs propres ressources, à travers les techniques d'induction hypnotique (transe conversationnelle, transe positive, imagerie mentale et autres outils...), pour des applications aussi diverses que la gestion de la douleur, le stress, les difficultés de la vie, les peurs, les comportements agressifs, etc. En intégrant des « outils » de soin dans votre communication, vous saurez établir une relation thérapeutique afin d'améliorer efficacement votre pratique professionnelle.

##### **Objectifs pédagogiques**

- Appliquer et entretenir les principes thérapeutiques acquises au travers d'ateliers pratiques
- Développer et perfectionner sa pratique
- Mieux appréhender et s'approprier les outils techniques
- Se préparer à la certification



Formation



## sa *Stratégie*

Le C.L.E.F., crée l'événement, facilite la communication, organise l'information et les échanges depuis plus de 15 ans.

Le C.L.E.F. a pour mission de contribuer au maintien et au développement des connaissances et de la compétence des professionnels

Le C.L.E.F a pour objectifs de participer à l'amélioration de la qualité des pratiques professionnelles et de répondre aux attentes des équipes dirigeantes et administratives en terme de management.

## ses *Activités*

Organisation de salons, congrès, séminaires,

Animation de sessions de formation

Intra et extra-muros

## *Contact*

C.L.E.F : Centre de Liaison, d'Études et de Formation

6 avenue Henri Barbusse - Immeuble l'Astragale - 06100 Nice

Tél : 04 93 18 33 60 Fax : 04 93 17 60 82

formation@le-clef.fr - <https://www.le-clef.fr>

S.A.R.L au capital de 5000 Euros – N° SIRET : 490 521 291 R.C.S. Nice

Agréé ANDPC n° 4734 et par le Ministère du Travail sous le N° de Formateur : 93 06 07972 06