

# Hypnose et soins :

## Prise en soin de la douleur psychique et physique

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

#### Fiche Pédagogique

##### 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 :** 2 journées - 14h

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

Médecins et sages-femmes

Paramédicaux qui exercent au sein d'une équipe pluri professionnelle comportant un médecin et/ou une sage femme.

##### Prérequis

**Pour les médecins et les sages-femmes,** cette formation doit s'inscrire dans un projet de formation visant à soulager la douleur des patients ou à une meilleure prise en charge de leurs émotions dans le cadre du protocole de soins.

**Pour les paramédicaux,** cette formation doit s'inscrire dans le cadre d'un projet d'exercice pluriprofessionnel comportant un médecin, une sage femme ou un chirurgien dentiste, et permettant aux thérapeutes de l'équipe de soins de participer à une meilleure prise en charge de la douleur et des émotions des patients à l'occasion des protocoles de soins.

Il sera demandé aux participants non médecins de fournir une attestation justifiant de l'inclusion dans une équipe de soins sous responsabilité médicale.

##### Formateur(s)

Psychologue clinicienne spécialisée en neuropsychologie ou Praticien en hypnose

##### 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

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

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

#### 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 ?

## Sa *Stratégie*

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

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

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 termes de management.

## Ses *Activités*

Organisation de salons, congrès, séminaires,

Animation de sessions de formation

Intra et extra-muros

## Contact

 .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](mailto: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