

HYPNO-ANALGÉSIE DE LA DOULEUR AIGUE NIVEAU 1

Contact :

Mme Sabrina GODREAU
godreau.s@chu-toulouse.fr

Dates / Lieu / durée :

3 jours – 21 heures

Dates et lieux sur
www.gipse.fr

Public :

Médecins, infirmières, IADE, IBODE, infirmières puéricultrices, sages-femmes, kinésithérapeutes, manipulateurs en électroradiologie médicale, aides-soignantes, auxiliaires de puériculture.

Intervenants :

Médecin,
Médecin anesthésiste,
IADE,
IDE,
IDE sophrologue.

Prérequis :

IMPORTANT: Le 1er jour de la formation, il vous sera demandé de signer une attestation affirmant que l'utilisation des techniques d'hypnose acquises au cours de la formation, se fera, à titre exclusif, en équipe de soins, sous la responsabilité médicale du professionnel de santé médical vous encadrant (voir attestation plus bas).

Objectifs pédagogiques :

Comprendre l'intérêt de l'hypnose, les situations dans lesquelles elle peut être utilisée, les résultats que l'on peut espérer et ses limites
Se familiariser avec l'état hypnotique, la phase d'induction et la suggestion
Comprendre la place du symptôme douleur dans la communication du patient et le rôle de l'hypnose à des fins analgésiques
Prendre conscience de l'intérêt de l'hypnose conversationnelle facile à mettre en place dans le soin au quotidien

Méthodes pédagogiques :

Apports théoriques, PowerPoint
Études de cas, analyse des pratiques
Échanges, exercices

Modalités d'évaluation :

Des études de cas, mises en situation et analyses de pratiques, faites tout au long de la formation, permettent de mesurer les impacts immédiats de la formation, et donc d'adapter la stratégie et les actions de formation. Un quizz est proposé aux apprenants en début de session pour évaluer leurs connaissances, et en fin de session pour évaluer leurs acquis et leur progression.
En fin de session, les apprenants remplissent des fiches d'évaluation de formation, une évaluation en face à face est également pratiquée entre les apprenants et GIPSE, et une évaluation à froid est envoyée aux apprenants 15 jours après la fin de la formation. Une analyse et un retour sont faits aux intervenants.

DÉROULÉ PÉDAGOGIQUE

Jour 1

09h00
-
11h30

Présentation des participants.
Présentation de la formation et des intervenants.

Objectif : Établir un contact avec le groupe, remettre les documents de formation, décrire le déroulé de la formation.

Quelle représentation de l'hypnose et de l'hypnotisabilité ont les participants ?

Exercice à partir d'un quizz

- Présentation de ce qu'est l'hypnose.
- Qui est hypnotisable ? Les variables en lien avec l'âge, le sexe, la culture, les croyances...
- Historique de l'hypnose.

Objectif : Comprendre à partir des croyances variables des participants et de l'évolution de l'hypnose dans le temps que les patients puissent avoir des représentations différentes de l'hypnose et de ce fait, de possibles résistances.

Les théories de la communication hypnotique

- L'hypnose, une nouvelle communication entre soignant et soigné : quelles théories ?

Objectif : Comprendre les théories de la communication hypnotique pour en mesurer l'intérêt dans le soin.

11h30
-
12h30

L'entrée de l'hypnose en médecine, son utilisation dans le soin.

- Comment la science a permis à l'hypnose d'entrer en médecine.
- Les indications de l'hypnose.
- L'hypnose dans le soin, revue de la littérature, présentation des études et de leurs résultats.

Objectif : Comprendre l'intérêt de l'hypnose, les situations dans laquelle elle peut être utilisée, les résultats que l'on peut espérer et ses limites.

13h30
-
15h30

La séance d'hypnose et les signes de l'état hypnotique.

- L'induction hypnotique, utilisation du canal sensoriel « préférentiel », fixation de l'attention.
- La dissociation
- Les suggestions (directes, indirectes, post-hypnotiques).
- Les niveaux de transe et les signes cliniques de l'hypnose.

Objectifs : Comprendre l'induction hypnotique et le principe premier de centration de l'attention, la structuration d'une séance d'hypnose simple. Repérer les signes de « l'état hypnotique ».

15h30
-
17h00

Exercices pratiques.

- Entraînement entre participants, l'induction hypnotique et le vécu d'un loisir.
- Débriefing à propos des exercices.

Objectif : Se familiariser avec l'état hypnotique, la phase d'induction et la suggestion.

Jour 2

09h00-
10h30

Principe de la douleur et de l'hypnose utilisée à des fins analgésiques.

- La plainte douloureuse, mode de communication patient et modèle hypnotique négatif.
- Psychophysiologie de l'hypno analgésie.
- L'effet placebo est-il en jeu dans les techniques d'hypno analgésie ?
- Comment présenter l'hypnose utilisée à des fins analgésiques : tenir compte du contexte (urgence, soin ponctuel, douleur chronique).
- Vidéo : « Une fenêtre sur l'esprit. », n°1 de 3, et discussion entre participants.

Objectifs : Comprendre la place du symptôme dans la communication du patient et l'utilisation de l'hypnose à des fins analgésiques. Analyser les méthodes de présentation de l'hypnose possibles et les réactions des patients qui en découlent.

10h45-
12h30

Les outils, métaphores et contes.

- Scripts métaphoriques et contes.
- Mécanismes de construction des métaphores ou des contes.

Objectif : Savoir utiliser, voire construire en fonction du patient, les métaphores et contes, outils très intéressants en hypno analgésie.

13h30-
14h30

Techniques hypnotiques contre la douleur.

- Les scripts classiques dans le domaine de la douleur et de l'anxiété.
- Faisabilité de ces scripts en fonction de la clinique du patient.

Objectif : Arriver à comprendre la structure de ces exercices simples, entrevoir comment ils peuvent s'articuler dans sa pratique quotidienne.

14h30-
16h00

Pratiquer l'hypnose, quelle attitude avec le patient, l'équipe et soi-même ?

- L'entretien initial comme source d'information et comme transe hypnotique
- Les éléments de résistance, comment les détourner (confusion, surprise...)
- Les éléments de parasitage, comment les utiliser (intégration dans le discours comme élément de la scène ou comme élément non dérangeant.)
- Les attitudes face au patient : l'intégrité, l'alliance, l'ajustement, l'empathie.
- Les attitudes face aux collègues : co-construction de l'espace hypnotique
- L'attitude personnelle : gestion de son stress et de ses émotions
- Quelle éthique pour la pratique de l'hypnose ?

Objectif : Définir les attitudes thérapeutiques et les contre attitudes face au patient, les moyens de mobiliser une équipe autour de la pratique de l'hypnose et le comportement personnel indispensable.

16h00-
17h00

Exercices pratiques

- Exercices en sous-groupe axés sur le travail autour du cadre pour induire une transe à des fins analgésiques.
- Entraînement entre participants, une transe à visée analgésique pour mesurer les modifications sensorielles et perceptives sous hypnose (test de la brûlure, de la piqûre).
- Débriefing à propos des exercices.

Objectif : Mettre en place une technique d'analgésie au cours de la séance d'hypnose et en percevoir l'intérêt.

Jour 3

09h00
-
12h30

L'hypnose conversationnelle et l'approfondissement des inductions en pratique soignante.

- L'hypnose conversationnelle ou comment orienter les patients.
- Utiliser les cadrages, les validations et ratifications, la respiration
- Les liens, la confusion, la surprise, l'humour

Objectif : Prendre conscience de l'intérêt de l'hypnose conversationnelle, facile à mettre en place ainsi que des techniques permettant l'approfondissement de l'hypnose.

Exercices pratiques

- Film : Prise en charge d'un patient au bloc opératoire.
- Analyse de la scène sous le prisme de l'hypnose conversationnelle.

Objectif : Faire les liens entre les apprentissages concernant l'hypnose conversationnelle et la pratique.

13h30
-
16h00

Associer d'autres moyens antalgiques à l'hypnose.

Apprentissage des patients

- Articuler l'hypnose à d'autres moyens antalgiques
- Apprendre l'auto-hypnose aux patients
- Visualisation d'un film : Le bruit des vagues

Objectif : Comprendre certaines attitudes intéressantes pour les patients : multiplication des moyens, adaptation face aux situations, autonomie des patients.

L'hypnose appliquée à la douleur de l'enfant.

- L'hypno analgésie chez l'enfant : suggestibilité accrue, différentes utilisations de l'hypnose.

Objectif : Aborder la spécificité de l'enfant dans le cadre de la pratique de l'hypno analgésie.

16h00
-
17h00

Exercices pratiques

- Exercices en sous-groupe pour mettre en pratique les acquis.
- Débriefing à propos des exercices.

Objectif : Permettre aux participants de revoir l'ensemble des enseignements au travers de mini séances d'hypnose.



Participation par un professionnel de santé, non médical, à une action de DPC relative à la « pratique de l'hypnose » pour sa mise en œuvre, à titre exclusif, en équipes de soins

1

Attestation sur l'honneur à transmettre à l'Organisme de DPC au moment de l'inscription à la session

Je soussigné(e), **[NOM/PRENOM DU STAGIAIRE]**
en qualité de **[PROFESSION NON MEDICALE]**
atteste sur l'honneur¹ que l'utilisation de(s) la(les) « technique d'hypnose »² acquise(s) au cours de la formation de DPC intitulée :

[INTITULE DE LA FORMATION]

comportant le n° **[NUMERO DE L'ACTION]**
assurée par l'ODPC **[NOM ET NUMERO DE L'ORGANISME]**

se fera, à titre exclusif, en équipes de soins³ sous la responsabilité médicale de **[NOM ET PRENOM, DU PROFESSIONNEL DE SANTE MEDICAL]**
agissant en qualité de⁴ **[PROFESSION MEDICALE]**
à **[NOM ET ADRESSE]**

En cas de fausse déclaration, je suis informé(e) que je ne serai pas indemnisé(e) et que la formation suivie ne pourra concourir à la validation de mon obligation triennale de DPC.

A **[VILLE]**, le/...../.....

[SIGNATURE]

¹ L'article 441-7 du Code Pénal punit d'un an d'emprisonnement et de 15000 euros d'amende le fait d'établir une attestation ou un certificat faisant état de faits matériellement inexacts, de falsifier une attestation ou un certificat originairement sincère ou de faire usage d'une attestation ou d'un certificat inexact ou falsifié.

² Dont notamment, l'hypnosédation (utilisée en anesthésie), l'hypnoalgésie (contre la douleur) et l'hypnothérapie (à visée psychothérapeutique).

³ Article L1110-12 du Code de la santé publique (CSP) : « (...) l'équipe de soins est un ensemble de professionnels qui participent directement au profit d'un même patient à la réalisation d'un acte diagnostique, thérapeutique, de compensation du handicap, de soulagement de la douleur ou de prévention de perte d'autonomie, ou aux actions nécessaires à la coordination de plusieurs de ces actes, et qui (...) se sont vu reconnaître la qualité de membre de l'équipe de soins par le patient qui s'adresse à eux pour la réalisation des consultations et des actes prescrits par un médecin auquel il a confié sa prise en charge » ;

Article L1411-11-1 du CSP : « Une équipe de soins primaires est un ensemble de professionnels de santé constitué autour de médecins généralistes de premier recours, choisissant d'assurer leurs activités de soins de premier recours définis à l'article L 1411-11 sur la base d'un projet de santé qu'ils élaborent. Elle peut prendre la forme d'un centre de santé ou d'une maison de santé. L'équipe de soins primaires contribue à la structuration des parcours de santé. Son projet de santé a pour objet, par une meilleure coordination des acteurs, la prévention, l'amélioration et la protection de l'état de santé de la population, ainsi que la réduction des inégalités sociales et territoriales de santé ».

⁴ Médecins, chirurgiens-dentistes et sages-femmes.