



HYPNOSE ET DOULEUR

INTRODUCTION :

LA DOULEUR DU CONSULTANT.

Qu'il s'agisse d'une douleur nociceptive, neurogène, psychogène ou fonctionnelle, pour le Consultant c'est une **sensation ressentie** qui s'avère **extrêmement pénible**. Elle se manifeste sous différentes formes : brûlures, piqûres, crampes, pesanteurs, étirements, ect...

Elle est vécue d'intensité et d'extension variables.

La douleur somatique engendre fréquemment un état de stress, d'angoisse. Cet état aboutit à un état de souffrance morale, psychologique d'intensité variable. Cette souffrance peut conduire à des conduites d'évitement des soins, et renforcer ainsi la douleur somatique. Le Consultant rentre dans une spirale négative.

Cette formation vous enseigne les **ressorts et techniques hypnotiques** permettant de :
« Rassurer, apaiser, calmer puis **soulager votre Consultant** »

OBJECTIFS :

Chaque stagiaire **possédera les techniques et méthodes** pour :

- **Apprendre le vocabulaire médical associé à la douleur.**
- **Rendre le consultant autonome : cohérence cardiaque, autohypnose, convaincant, EFT antidouleurs et PNL**
- **Gérer et évacuer le stress**
- **Effets placebo et nocebo**
- **Connaître les résultats de la littérature scientifique sur la thématique**
- **Connaître la place de l'hypnose dans la prise en charge multi-nodale de la douleur**
- **Développer** avec le Consultant une **relation thérapeutique favorable**
À ce qu'il soit acteur de sa santé.



PROGRAMME :

« LA REALISATION RESIDE DANS LA PRATIQUE ! » - MAO TSE TOUNG

Aussi, la formation alterne **pratique intensive** et **théorie**

1/ HYPNOSE ET THERAPIE :

- Contexte évolutif contemporain des soins complémentaires en 2015 /2016.
- L'entrée des médecines alternatives et complémentaires à l'hôpital. L'exemple de l'A.P/H.P.
- Analyse de la littérature actuelle
- Hypnose et antalgie.

2/ L'OBJETCIF DE L'HYPNOSE APPLIQUEE A LA DOULEUR :

- L'explication de la méthode.
- La rencontre avec le Consultant.
- La sécurité, la protection et le confort dans la prise en charge du Consultant.

3/ QU'EST-CE QUE L'HYPNOSE :

- L'état psychologique spécial avec certaines caractéristiques physiologiques
- L'augmentation de la concentration
- La relaxation mentale
- La perception du temps
- L'imagerie mentale

4/ LES DIFFERENTES FORMES D'HYPNOSE ET LEURS HISTOIRES :

- Hypnose classique /hypnose de spectacle
- Hypnose Ericksonienne
- Nouvelle hypnose
- Hypnose humaniste
- Histoire générale de l'hypnose

5/ L'ETAT MODIFIE DE CONSCIENCE :

- Les ondes cérébrales ; Beta, Alpha, Théta, Delta
- La synchronisation des deux hémisphères du cerveau

6/ LES SONS BINAURAUX :

- La musique 10 hz
- L'institut Monroe



7/ LE CERVEAU HUMAIN :

- Hémisphère droit /hémisphère gauche
- Tests pour évaluer la latéralité de la dominance fonctionnelle du cerveau
- L'effet de nos sociétés modernes sur nos choix quotidiens
-

8/ CONSCIENT ET INCONSCIENT :

- Les effets non-conscients, les faits pré-conscients, les faits inconscients
- L'histoire de l'inconscient au fil des âges
- La puissance de l'inconscient

9/ EFFETS PLACEBO ET NOCEBO :

- L'effet placebo - un curieux phénomène qui soigne
- Effet thérapeutique/ les conséquences de l'effet placebo/ les mesures sur l'homme
- L'effet Nocebo – de quoi s'agit-il ?
- Les effets et les mesures sur l'homme
- Les effets « Placebo » et « Nocebo » dans la pratique de l'hypnose

10/ LA DOULEUR :

- Douleur morale, douleur physique : mécanismes neurobiologiques
- Les différents types de douleurs
- L'évaluation de la douleur
- La prise en charge multimodale de la douleur
- L'aspect psychologique de la douleur
- La description de la douleur du Consultant
- La représentation mentale de cette douleur

11/ LA COHERENCE CARDIAQUE :

- La méthode
- La fréquence, la respiration
- La technique dite de la bougie

12/ LES FONDAMENTAUX DE L'HYPNOSE :

- Les quatre étapes de l'hypnose appliquées à la « douleur »
- La bulle proxémique, les « yes-set », les truismes, la calibration, la ratification, la confusion, l'ancrage, la désactivation d'ancrage, la dissociation, le feed-back, les fusibles, les indicateurs de transe hypnotique, l'induction, l'approfondissement, la saturation, le fractionnement, le saupoudrage, l'état ressource, les suggestions, la réassociation, le feed-back.
- Les techniques de contournement, les choix illusoire.
- Les suggestions directes ou indirectes.
- Les métaphores.
- L'état de ressource.



13/ DEROULE D'UNE SEANCE

- L'anamnèse du Consultant
- La recherche définie de sa douleur (phobique, aiguë, etc) et sa représentation mentale
- La recherche d'un lieu de bien-être connu du Consultant
- L'installation physique du Consultant

14/ CONTRE-INDICATION A L'HYPNOSE :

- Les pathologies psychiatriques et physiques

15/ L'HYPNOSE CONVERSATIONNELLE :

- L'écoute active
- La reformulation
- La synchronisation
- Le recadrage
- Le langage verbal et non verbal
- Le canal sensoriel préférentiel du Consultant (aime le contact physique ou pas, etc ?)
- Les suggestions de réassurances
- La confusion
- L'anxiété

16/ HYPNOSE FORMELLE ET HYPNO-SEDATION :

- Le lieu de bien-être
- L'hypnose formelle
- La sélection consciente intraveineuse, l'anesthésie locale ou locorégionale
- Les contre-indications (refus du Consultant, impossibilité de communiquer correctement avec le Consultant, surdité, langue étrangère ou allergies particulières du Consultant)

DUREE : 2 Jours – 14h00

LIEU : 29 B rue de Tolbiac 75013 Paris

OUTILS : Remise d'un livret reprenant les information du cursus

VALIDATION : Remise d'un certificat validant le suivi complet de la formation.