

# HYPNOSE : PRATIQUE DE L'HYPNOSE ERICKSONIENNE DANS LE CHAMP D'ACTION DES SOINS ET DES REEDUCATIONS

## Objectifs pédagogiques

Connaître l'outil hypnotique et enrichir votre pratique d'une vision pluridisciplinaire d'actions antalgiques

## Public et Prérequis

Formation ouverte aux rééducateurs :  
kinésithérapeutes, ergothérapeutes,  
psychomotriciens, ostéopathes D.O. et  
infirmiers.

Maximum 12 stagiaires

Lors de la dernière session, le taux de  
satisfaction du groupe s'élevait à :

## Présentation et programme global de la formation

L'hypnose permet de rendre les patients acteurs de leurs traitements, de favoriser leur autonomie dans leur parcours de soins et de leur confier un rôle actif au cœur de l'équipe qui les soigne.

Le travail est conduit de manière interactive avec leurs soignants qui sauront proposer une nouvelle manière de traiter la douleur par :

- Des séances d'hypnose complètes à visée antalgique et pour la potentialisation des traitements proposés par la médecine traditionnelle
- Des séances concomitantes aux soins délivrés dans leurs champs de compétences initiaux (séances d'hypnose adaptée et pratiquée pendant soins et rééducations)
- De l'hypnose conversationnelle (techniques de distraction de l'objet douloureux ou du contexte anxigène des soins)
- De la pratique de l'autohypnose enseignée rapidement aux patients pour une plus grande autonomie dans leur parcours de soins

Pour les patients comme pour les soignants, le programme thérapeutique est envisagé sous un angle nouveau, dans un espace d'hyperveil sensoriel accessible naturellement. Lorsque les techniques sont acquises, leurs déclinaisons sont nombreuses et s'adaptent à chaque étape du parcours de soins, qu'il soit pratiqué en ville ou en milieu hospitalier. La communication avec les patients devient alors thérapeutique dès la prise de contact avec leur équipe soignante.

La formation se découpe en trois sessions :

- le premier stage est destiné à acquérir les techniques hypnotiques
- le deuxième à les adapter aux traitements antalgiques, soins et rééducations
- le troisième à savoir les utiliser dans les cas particuliers de la pédiatrie et de l'urgence.

La validation des connaissances se fait sur la base d'un test théorique (techniques, indications, contre-indications, cadre légal) et la conduite d'une séance filmée courte.

Dans le cadre de la présente formation, et conformément aux textes réglementaires et en vigueur régissant le DPC, plus précisément et conformément à la Direction Générale de Santé, au rapport de l'Inserm 2015 : « Évaluation de l'efficacité de la pratique de l'hypnose » et au code de la santé publique L. 1110-12, la pratique de l'hypnose est encadrée.

De ce fait, l'ensemble des professions médicales (Médecins, Chirurgiens-dentistes, sages-femmes) peuvent à ce titre pratiquer des activités d'hypnose et s'y former.

Pour les professions de santé non médicales, la pratique de l'hypnose n'est légale que sous la responsabilité médicale et dans le cadre d'une prise en charge pluri-professionnelle de la douleur.

De fait, pour **les professionnels de santé non médicaux s'inscrivant à titre individuel et souhaitant bénéficier d'une prise en charge par l'ANDPC doivent renseigner une attestation obligatoire** dans le cadre de leur parcours de formation selon les dispositions en vigueur.

### Moyens pédagogiques et pratiques

- Lieu : salle adaptée à l'effectif
- Alternance des séquences théoriques (Supports Photocopiés fournis aux stagiaires et projection d'un diaporama) puis des séquences pratiques en binômes sous surveillance et supervision du formateur.

### Modalités de suivi de l'exécution du programme et d'évaluation

- Feuilles d'émargement (par ½ journées) : signature des participants et contre-signature du formateur.
- Questionnaires de fin d'évaluation – questionnaires de satisfaction.

### Accès aux personnes handicapées

Attestation d'accessibilité recevant du public (ERP 5<sup>ème</sup> catégorie)

#### Intervenant

**Tatiana KREMENTZOFF-  
BECCHIO**

MKDE, praticienne et formatrice en  
Hypnose - Master en Sophrologie  
Caycédiennaise - Maison Médicale Notre  
Dame du Lac – Rueil-Malmaison

#### Dates, lieu et tarifs

A Mulhouse, du 30 septembre au 02  
octobre, du 21 au 23 octobre, et les 12-13  
novembre 2021.

Tarif : 1920 €

Prise en charge DPC ou FIF-PL (En cours de validation)

#### Durée et Horaires

57 heures

J1-J2-J4-J5-J7 : 9h00 – 17h30

J3 – J6 – J8 : 9h00 – 16h30

## Programme détaillé de la formation

JOUR 1	OBJECTIFS	MOYENS PÉDAGOGIQUES	CONTENUS – COMPÉTENCES
9h00	<p><b>Accueil des stagiaires</b></p> <p>Présentation de la formation – formatrice Présentation individuelle des participants Informations pratiques sur l'organisation du cours et des différentes journées</p>	<b>ÉCHANGES</b>	Remise de support pédagogique – Tour de table – questions sur les attentes des stagiaires
-	<p><b>Séance « souvenir agréable »</b></p> <p>Connaitre les consignes de départ et de fin – <i>signaling</i> (communication non verbale pendant les séances) – Congruence du récit</p> <p><b>Indices minimaux de transe</b></p> <p>Observer et relever les IMT pendant l'exercice</p>	<p><b>THÉORIQUE</b></p> <p><b>DÉMONSTRATIVE</b></p> <p><b>MÉTHODE ACTIVE</b></p>	<p>Projection du diaporama - supports audio visuels – Fiche technique 1</p> <p>Présentation du formateur et application pratique en trinôme sous supervision de la formatrice</p>
10h30		<b>PAUSE</b>	
10h45			
-	<p><b>Histoire de l'hypnose</b></p> <p>Comprendre l'évolution de l'hypnose dans le temps – connaître les principaux axes de l'évolution de l'hypnose – envisager l'avenir de l'outil hypnotique : vision pluridisciplinaire de l'exercice</p>	<b>THEORIQUE</b>	Projection du diaporama – supports audiovisuels – Fiche technique 2
12h30		<b>REPAS</b>	
13h30	<p><b>Ressources et expertises des patients</b></p> <p><b>Souvenirs apprentissage</b></p> <p>- Utilisation des outils enseignés le matin – exploiter l'anamnèse du patient – comprendre l'intérêt des verbes mobilisateurs</p>	<p><b>THÉORIQUE</b></p> <p><b>DÉMONSTRATIVE</b></p> <p><b>MÉTHODE ACTIVE</b></p>	<p>Projection du diaporama - supports audio visuels – Fiche technique 3</p> <p>Présentation du formateur et application pratique en binôme sous supervision de la formatrice</p>
15h30		<b>PAUSE</b>	
15h45			
-	<p><b>Retour sur l'exercice 2</b></p> <p><b>Exercice collectif</b></p> <p>Validation de l'efficacité du signaling – point sur les IMT</p>	<b>ECHANGES</b>	Tour de table
17h30	<p><b>Premières impressions</b></p> <p>Première définition de l'hypnose de la part des stagiaires</p>	<b>ÉCHANGES</b>	Questions-réponses Participation active des stagiaires

JOUR 2	OBJECTIFS	MOYENS PÉDAGOGIQUES	CONTENUS – COMPÉTENCES
9h00	<b>Accueil des stagiaires</b>	<b>ÉCHANGES</b>	Reprise des points de la veille – tour de table
-	<b>Indications de l’hypnose dans son corps de métier</b>  Délimiter son champ de compétences en hypnose en fonction de son métier (cadre légal – travail en équipe pluridisciplinaire) en fonction des patients rencontrés  <b>Contre-indications de l’hypnose</b>	<b>THÉORIQUE</b> <b>DÉMONSTRATIVE</b> <b>MÉTHODE ACTIVE</b>	Projection du diaporama – supports audio visuels – Fiche technique 4 Présentation du formateur et application pratique en trinôme sous supervision de la formatrice
10h30	<b>PAUSE</b>		
10h45	<b>Fixer le but et l’objectif d’une séance – trame de la séance</b>  Poser correctement les indications des séances – introduire la notion de préférence sensorielle  <b>V.A.K.O.G.</b>	<b>THEORIQUE</b>	Projection du diaporama – supports audiovisuels – Fiche technique 5
12h30	<b>Visuel – Auditif-Kinesthésique-Olfactif – Gustatif</b>		
<b>REPAS</b>			
13h30	<b>V.A.K.O.G.</b>  Être capable de changer son approche, en fonction du canal sensoriel choisi	<b>DÉMONSTRATIVE</b> <b>MÉTHODE ACTIVE</b>	Présentation du formateur et application pratique en binôme sous supervision de la formatrice
-			
15h30	<b>Métaphores adaptées</b>	<b>THEORIQUE</b>	Projection du diaporama – supports audiovisuels – Fiche technique 6
15h45	<b>PAUSE</b>		
-	<b>Objectifs et métaphores pratiques</b>  Savoir amener ses patients à formuler leurs objectifs – construire des métaphores efficaces	<b>THEORIQUE</b>	Projection du diaporama – supports audiovisuels – Fiche technique 6
17h30	<b>Impressions du second jour</b>	<b>ÉCHANGES</b>	Questions-réponses Participation active des stagiaires

JOUR 3	OBJECTIFS	MOYENS PÉDAGOGIQUES	CONTENUS – COMPÉTENCES
9h00	<b>Accueil des stagiaires</b>	<b>ÉCHANGES</b>	Retours et reprise des points de la veille Projection du film « Lambert »
-	<b>Suggestions</b> <b>Rendre son discours thérapeutique</b>	<b>THÉORIQUE</b>	Projection du diaporama - supports audio visuels – Fiche technique 7
10h30	<b>Connaître les principales formes syntaxiques utilisées en hypnose</b>		
10h45	<b>PAUSE</b>		
-	<b>Construction d'une séance virtuelle (Indication imposée)</b>  créer des séances en respectant le cadre et en proposant un travail thérapeutique efficace et adapté – bonne utilisation des suggestions – les métaphores et une séance complète	<b>DÉMONSTRATIVE</b> <b>MÉTHODE ACTIVE</b>	Présentation du formateur et application pratique en binôme/trinôme sous supervision de la formatrice
12h30			
<b>REPAS</b>			
13h30	<b>Retour sur le dernier exercice</b>	<b>ECHANGES</b> <b>THEORIQUE</b>	Tour de table Projection du diaporama - supports audio visuels – Fiche technique 8
-	<b>Hypnose conventionnelle</b> <b>Auto-hypnose : devenir son propre thérapeute</b>	<b>ECHANGES</b> <b>THEORIQUE</b>	Tour de table Projection du diaporama - supports audio visuels – Fiche technique 9
15h30			
15h45	<b>PAUSE</b>		
-	<b>Retours sur le premier stage</b> <b>Avis des participants et recommandations entre les stages 1 et 2</b>	<b>ÉCHANGES</b>	Tour de table - Questions-réponses - impressions Participation active des stagiaires
17h00			

JOUR 4	OBJECTIFS	MOYENS PÉDAGOGIQUES	CONTENUS – COMPÉTENCES
9h00	<b>Accueil des stagiaires</b> Reprise de contact – Trousse à outils « auto-hypnose »	<b>ÉCHANGES</b>	Remise de support pédagogique – Tour de table – questions sur les attentes des stagiaires
-	<b>Neurobiologie de la transe et du percept douloureux</b>  Comprendre les mécanismes neurologiques pendant la transe – connaître les zones cérébrales engagées dans la perception des douleurs – interaction entre elles – savoir analyser les composantes de la perception douloureuse  Description des douleurs : sensitive – émotionnelle – cognitivo-comportementale	<b>THÉORIQUE</b>	Projection du diaporama - supports audio visuels – Fiche technique 10
10h30			
10h45	<b>Analogie avec d'autres symptômes</b>  <b>Rôle dévolu dans la prise en charge de la douleur en fonction de ses compétences initiales</b>		
-	<b>PAUSE</b>		
12h30	<b>Mémorisation du percept douloureux</b>  Anticiper et diminuer la potentielle mémoire de la douleur – adapter le cadre des soins – chacun dans son exercice	<b>THEORIQUE</b>	Projection du diaporama – supports audiovisuels – Fiche technique 11
<b>REPAS</b>			
13h30	<b>Exercices pratiques</b>  Elaboration d'une « trousse à outils » de l'hypnoalgésie	<b>DÉMONSTRATIVE</b> <b>MÉTHODE ACTIVE</b>	Présentation du formateur et application pratique en binôme/ trinôme sous supervision de la formatrice Body Scan 7 et spirale sensorielle 8 en binômes
-			
15h30	<b>PAUSE</b>		
15h45	<b>Vidéos de séances commentées</b>  Repérer les outils thérapeutiques utilisés par les opérateurs, observer les réactions patients – structuration de la séance	<b>ECHANGES</b>	Vidéos de séances (personnelles et publiques) discussions
-			
17h30	<b>Evaluation de fin de formation</b> <b>Questionnaire interactif en présence du formateur</b>	<b>ÉCHANGES</b>	Questions-réponses Participation active des stagiaires

JOUR 5	OBJECTIFS	MOYENS PÉDAGOGIQUES	CONTENUS – COMPÉTENCES
9h00	<p><b>Accueil des stagiaires</b></p> <p><b>Exercice collectif d'auto-hypnose</b></p>	<b>ÉCHANGES</b>	Discussion et exercices collectifs
-	<p><b>Exercices d'hypnoalgésie</b></p> <p>Connaitre la série d'exercices décrits – connaître les indications en fonction de la composante douloureuse à travailler – s'approprier l'outil en fonction de sa propre pratique</p>	<b>THÉORIQUE</b>	Projection du diaporama - supports audio visuels – Fiche technique 12
10h30	<b>PAUSE</b>		
10h45	<p><b>Exercices « gant magique » - réification</b></p> <p>Savoir conduire ces exercices chez ses patients</p>	<b>DÉMONSTRATIVE</b> <b>MÉTHODE ACTIVE</b>	Présentation du formateur et application pratique en binôme/trinôme sous supervision de la formatrice
12h30	<b>REPAS</b>		
13h30	<p><b>Visualisation de la guérison et de l'amélioration</b></p> <p>Redonner confiance et motivation à ses patients – faire ressentir aux patients les sensations éprouvées lorsque le traitement proposé aura fonctionné</p>	<b>THÉORIQUE</b>	Projection du diaporama - supports audio visuels – Fiche technique 13
-	<b>PAUSE</b>		
15h30	<b>PAUSE</b>		
15h45	<p><b>Vidéos – séances filmées</b></p> <p>Repérer les outils thérapeutiques utilisés par les opérateurs – observer les réactions patients</p>	<b>ECHANGES</b>	Vidéos de séances (personnelles et publiques)
17h30	<p><b>Retour sur la journée</b></p>	<b>ÉCHANGES</b>	Questions-réponses Participation active des stagiaires

JOUR 6	OBJECTIFS	MOYENS PÉDAGOGIQUES	CONTENUS – COMPÉTENCES
9h00	<p><b>Accueil des stagiaires</b></p> <p><b>Exercice collectif auto-hypnose</b></p>	<b>ÉCHANGES</b>	Reprise des points de la veille et exercice collectif
-	<p><b>Efficacité des traitements</b></p> <p>Potentialiser les traitements par l'hypnose – connaître l'impact somatique des séances d'hypnose – comprendre le caractère adjuvant de la technique pour les traitements de médecine traditionnelle – savoir quelle manière on va améliorer sa propre pratique grâce à l'hypnose – savoir articuler son travail en hypnose avec les actions conduites par les autres membres de l'équipe</p>	<b>THÉORIQUE</b>	Projection du diaporama - supports audiovisuels – Fiche technique 13
10h30	<b>PAUSE</b>		
10h45	<p><b>Quizz collectif</b></p> <p>Evaluer sa capacité à trouver rapidement une proposition thérapeutique en hypnose dans son champ de compétence</p> <p>Indications -&gt; proposition thérapeutique</p>	<b>THEORIQUE</b>	Projection du diaporama – supports audiovisuels – Fiche technique 13
12h30	<b>REPAS</b>		
13h30	<p><b>Construction d'une métaphore imbriquée</b></p> <p>Technique de travail thérapeutique centrale</p>	<b>DÉMONSTRATIVE</b> <b>MÉTHODE ACTIVE</b>	Présentation du formateur et application pratique en binôme sous supervision de la formatrice
-	<p><b>Informations transmises aux autres soignants sur le travail conduit – dossier des patients secret professionnel (Loi Kouchner 2002)</b></p> <p>Connaître le cadre légal de la gestion des dossiers médicaux – informer ses collègues du travail réalisé par des transmissions de qualité tout en respectant l'intimité du patient (hospitalier et libéral)</p>	<b>THEORIQUE</b>	Projection du diaporama – supports audiovisuels
15h30	<b>PAUSE</b>		
15h45	<p><b>Présentation du travail filmé pour la validation de la formation – cadre légal pour le film</b></p>	<b>DÉMONSTRATIVE</b> <b>MÉTHODE ACTIVE</b>	Consentement à faire signer par les patients filmés – cahier des charges pour cet exercice – grille de correction utilisée lors de la vision
16h30	<p><b>Retour sur la seconde session</b></p>	<b>ÉCHANGES</b>	Questions-réponses Participation active des stagiaires



JOUR 7	OBJECTIFS	MOYENS PÉDAGOGIQUES	CONTENUS – COMPÉTENCES
9h00	<b>Accueil des stagiaires</b> Mise au point des pratiques	<b>ÉCHANGES</b>	Remise de support pédagogique – Tour de table – questions sur la période entre deux stages
-	<b>Révisions en fonction du tour de table</b> Reprendre les points saillants soulevés par les stagiaires	<b>THÉORIQUE</b> <b>DÉMONSTRATIVE</b> <b>MÉTHODE ACTIVE</b>	Présentation du formateur et application pratique en trinôme sous supervision de la formatrice
10h30	<b>PAUSE</b>		
10h45	<b>Pédiatrie</b> Adaptation des techniques à l'enfant en fonction de son âge – participation (ou non) des parents – correspondances avec la pratique chez l'adulte	<b>THEORIQUE</b>	Projection du diaporama – supports audiovisuels – Fiche technique 14
12h30	<b>REPAS</b>		
13h30	<b>Ateliers pratiques</b> Apprentissage des techniques destinées à l'enfant – se rendre compte qu'elles fonctionnent parfaitement chez l'adulte	<b>THÉORIQUE</b> <b>DÉMONSTRATIVE</b> <b>MÉTHODE ACTIVE</b>	Projection du diaporama – supports audiovisuels – Fiche technique 14 Présentation du formateur et application pratique en trinôme sous supervision de la formatrice
15h30	<b>PAUSE</b>		
15h45	<b>Conte métaphorique</b> Respecter la structure du conte – son caractère thérapeutique – son rythme et sa durée	<b>THÉORIQUE</b> <b>DÉMONSTRATIVE</b> <b>MÉTHODE ACTIVE</b>	Projection du diaporama – supports audiovisuels – Fiche technique 15 Présentation du formateur et application pratique en trinôme sous supervision de la formatrice
17h30	<b>Retour sur la journée</b>	<b>ÉCHANGES</b>	Questions-réponses Participation active des stagiaires

JOUR 8	OBJECTIFS	MOYENS PÉDAGOGIQUES	CONTENUS – COMPÉTENCES
9h00	<b>Accueil des stagiaires</b>	<b>ÉCHANGES</b>	Travail sur les films produits par les stagiaires - visionnage d'extraits - validation des connaissances - respect du cahier des charges
-	<b>Validation de la formation</b>		
10h30		<b>PAUSE</b>	
10h45	<b>Situations d'urgence – douleurs aiguës</b>	<b>THEORIQUE</b>	Projection du diaporama – supports audiovisuels – Fiche technique 16
-	Pratiquer l'hypnose sans temps de préparation préalable – connaître les techniques spécifiques – congruence avec la situation		
12h30		<b>REPAS</b>	
13h30	<b>Catalepsie – métaphores sur le vif – hypnose conversationnelle</b>	<b>THÉORIQUE</b> <b>DÉMONSTRATIVE</b> <b>MÉTHODE ACTIVE</b>	Projection du diaporama – supports audiovisuels Présentation du formateur et application pratique en trinôme sous supervision de la formatrice
-	Savoir placer une catalepsie – trouver rapidement des métaphores sur le vif – savoir développer une conversation hypnotique à partir d'un détail trouvé chez le patient		
15h30		<b>PAUSE</b>	
15h45	<b>Evaluation de fin de formation</b>	<b>ÉCHANGES</b>	Questions-réponses Participation active des stagiaires
-	<b>Questionnaire interactif en présence du formateur</b>		
16h30	<b>Débriefing de la formation : recueil de l'avis des stagiaires – conseils pour la suite</b>		