
Programme de Formation

Techniques d'hypnose flash appliquées à la gestion de la douleur et du stress du patient en situation d'urgence

Organisation

Durée : 21 heures

Mode d'organisation : Présentiel

Contenu pédagogique



Public visé

Professionnels des métiers de l'urgence :

- Personnel soignant (médical et paramédical) travaillant au sein d'un service pratiquant des soins urgents et/ou non programmés (Urgences, SMUR, déchocages, blocs médico-chirurgicaux de soins non programmés)
- Personnel non soignant des services de secours à personnes (sapeur-pompiers, ambulanciers, secouristes, pisteurs secouristes).



Objectifs pédagogiques

L'action de formation a pour objet d'apprendre au stagiaire à communiquer en utilisant les techniques de communication thérapeutique, à appréhender de manière large les composantes de la douleur et du stress en situation d'urgence.

Pratiquer une méthodologie spécifique à la prise en charge de la douleur et du stress.

Intégrer et expérimenter différentes techniques et protocoles d'hypnose pour répondre aux besoins du patient dans le cadre des douleurs aiguës et/ou des soins douloureux.

Fournir au patient les outils lui permettant de gérer sa douleur et son stress.

Améliorer le confort du patient **et** du soignant..



Description

Alternance d'exposés théoriques, de démonstrations et de travaux pratiques supervisés

Préambule :

- Présentation du formateur et de chaque stagiaire
- Attentes et besoins particuliers de chaque stagiaire quant à la présente formation

> Jour 1 (7 heures)

Les 3 états

- Conscient
- Inconscient
- Subconscient

Conscience : expérience de la réalité extérieure au travers de nos 5 sens

- VAKOG



- créalité = réalité reconstruite par chacun
- filtres émotionnels
- réinterprétation personnelle (supports photos)

Exercice pratique : 2 par 2, évoquer tour à tour le souvenir d'un lieu, celui qui écoute est attentif au vocabulaire utilisé pour cette description (VAKOG)

Communication thérapeutique (CT) : « des mots pour soigner les maux » (théorie)

- Qu'est-ce communiquer ? (schéma communication émetteur/receveur)
- Les composantes de la communication (Verbal, Non verbal, Para verbal)
- Utilité de la CT, pourquoi se former ?
- Outils de CT (phrases affirmatives, mots à privilégier et ceux à éviter, ton, rythme, posture, proxémie, reformulation, questions ouvertes...)

Exercices pratiques : 2 par 2 :

- créer l'alliance / se présenter en utilisant le vocabulaire de CT
- observer au-delà des mots, écouter au-delà des mots (Non verbal et Para verbal)

Les Etats Modifiés de Conscience (EMC) : définitions :

- Hypnose = transe provoquée
- Auto Hypnose = transe auto-provoquée
- Transe spontanée
- Transe positive
- Transe négative

Exercice pratique : Repérer / reconnaître l'EMC

Utiliser les questions ouvertes et la reformulation

Les fondamentaux de l'hypnose

- Séance type : de l'induction à la sortie d'hypnose (théorie)
- Installation
- Voix hypnotique
- Pacing respiratoire et mirroring
- Boîte à Outils hypnotiques : 3 OUI, truismes, confusion, focalisation, saturation, saupoudrage, choix illusoire

Le consentement

Exercice en groupe : cascade de bien être

> Jour 2 (7 heures)

Météo du jour et questions sur J1

Exercice pratique : 2 par 2, 3 inductions différentes

Douleur (théorie) :

- Législation prise en charge de la douleur
- Physiopathologie et mécanismes
- Typologie (nociceptive, neurogène, psychogène, idiopathique)

- Classification (douleur aiguë, chronique)
- Évaluation (différentes échelles)
- Dimension symbolique de la douleur (d'un point de vue éducatif et culturel, spirituel et moral ou encore anthropologique et sociologique)
- Thérapeutiques
- Place de l'hypnose

Stress (théorie) :

- Mécanismes physiologiques
- Évaluation
- Place de l'hypnose
- Le stress lié aux soins

Rôles et conséquences de la douleur et du stress :

- Effets placebo / nocebo
- Douleur signal d'alarme
- Douleur et stress induits par les soins
- L'analgésie induite par une situation stressante

Exercice pratique : expliquer un soin ou une prise en charge en CT.

Hypnoanalgésie :

- Intérêts et indications
- Contre indications
- Hypnose formelle
- Hypnose conversationnelle

Exercice pratique : 2 par 2, Lieu ressource en testant les 3 manières de procéder avec induction différente à chaque fois

Contextes particuliers (théorie) :

- Douleur chez l'enfant
- Douleur chez le sujet âgé

Exercice pratique : Le guide allié

Exercices pratiques : Analgésie directe / Métaphores / Suggestions directes / Outils de communication hypnotique

Accompagnement en hypnose d'un patient sous MEOPA

Rupture de pattern et confusion.

Technique de réification : (Transformation de la douleur en une chose concrète)

- Approche théorique + **Exercice pratique**

Exercice en groupe : apprentissage de l'Auto Hypnose avec la bulle de protection

> Jour 3 (7 heures)

Débriefing :

- Point sur les attentes annoncées en J1
- Réponse aux questions et ajustements

Exercices pratiques :

- Lévitiation du bras
- Anesthésie du gant
- Catalepsie du bras

Techniques particulières pour maintenir une analgésie :

- Les ancrages
- Faire compter le consultant
- Utilisation de l'auto-hypnose

Libérer la douleur en hypnose ou en auto-hypnose

Exercice pratique : hypnose conversationnelle : utilisation des techniques et outils de communication vus au cours des 3 jours

Révisions : les différentes étapes

- Créer l'alliance
- Reconnaître l'EMC
- Accompagner le patient en transe négative pour le ramener en conscience critique ou l'emmener en transe positive
- Suggestions et ancrage(s)
- Sortie d'hypnose.

L'organisme de formation s'octroie une marge de manœuvre quant à l'organisation du programme dans le respect de son contenu global.

 **Prérequis**

Le stagiaire doit savoir parler, lire et écrire couramment le français.



Modalités pédagogiques

Exposés théoriques
Exercices pratiques
Suivi individuel



Moyens et supports pédagogiques

Support de cours remis à chaque stagiaire au format imprimé et/ ou numérique
Projection de slides / vidéos
Intranet pour le partage de documents en ligne
Supervision à distance (Messagerie WhatsApp)



Modalités d'évaluation et de suivi

Questionnaire en fin de formation
Enquête d'évaluation de la qualité de la formation
Attestation remise en fin de formation