
Programme de Formation

Bases des techniques d'hypnose et Techniques d'hypnose appliquées à la gestion de la douleur et du stress en salle d'accouchement

Organisation

Durée : 35 heures

Mode d'organisation : Présentiel

Contenu pédagogique



Public visé

Professions médicales (**sage-femmes, gynécologue...**), **paramédicales** exerçant en salle d'accouchement.



Objectifs pédagogiques

L'action de formation a pour objet d'apprendre au Stagiaire à réaliser une séance d'hypnose simple. A l'issue de la formation, il est capable d'induire un état d'hypnose et de réaliser une séance en utilisant une suggestion, une métaphore, un ancrage. Il sera capable d'appréhender de manière large les composantes de la douleur et du stress.

Pratiquer une méthodologie de l'anamnèse spécifique à la prise en charge de la douleur et du stress dans le cadre d'un service Gynécologie-obstétrique.

Intégrer et expérimenter différentes techniques et protocoles d'hypnose pour répondre aux besoins du patient dans le cadre des douleurs en salle de naissance.



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)

Notions de base et théorie

- Définitions
- Les 3 états : Conscient, Inconscient, Subconscient

Les applications professionnelles de l'hypnose

Techniques d'hypnose : les fondamentaux

- Inductions : entrée en transe / Sortie
- Techniques d'approfondissement
- Suggestions
- Métaphores
- Ancrages



- Récapitulatif d'une séance type

Travaux pratiques

- > Jour 2 (7 heures)

Techniques d'hypnose : la pratique

Démonstrations et exercices

- Distance thérapeutique
- Entrée et sortie de transe
- Induction simple
- Escalier de relaxation
- Suggestions
- Métaphore
- Ancrage
- Récapitulatif d'une séance type

Mise en application pratique

- > Jour 3 (7 heures)

Mécanismes physiologiques de la douleur (théorie) :

- Douleur nociceptive
- Douleur neurogène
- Douleur psychogène

Les mécanismes psychologiques (apport théorique)

- La psyché

Préparation de la psyché à l'odyssée de la vie

La "rencontre" : Relaxation progressive en couple
Renforcement Sécurité intérieure et Confiance
Adaptation positive à la grossesse
Gestion des désagréments physiologiques

Méthodologie de l'anamnèse spécifique

à la prise en charge de la douleur et du stress du consultant :

- Questionnement centré sur la douleur
- Questionnement centré sur le confort
- Questionnement centré sur la personne
- Exercice pratique

La séance d'hypnose (théorie) :

- Séance d'hypnose type appliquée à la douleur
- La gestion du stress lié à l'accouchement

Exercice pratique :

- Lieu ressource

La douleur aiguë :

- Définition de la douleur aiguë
- Évaluation de la douleur
- Douleur signal d'alarme
- Douleur induite par les soins
- Douleurs aiguës

Exercices pratiques :

- Analgésie directe / Métaphores / Suggestions directes

> Jour 4 (7 heures)

Prise en charge de la douleur :

- Exercices pratiques :

Étude de cas

Mise en situation

Préparation à la naissance et gestion des contractions par hypnose

Préparation physiologique par visualisation

L'accouchement (apport théorique)

- Enfanter dans "La douleur " ; Histoire des femmes et de l'accouchement

- Entre "Médicalisation" et "Naturel"

Exercice pratique :

- Relaxation progressive de Jacobson

Technique de réification :

(Transformation de la douleur en une chose concrète)

- Approche théorique

- Exercice pratique

Dimension symbolique de la douleur (théorie) :

- Point de vue éducatif et culturel

- Point de vue spirituel et moral

- Point de vue anthropologique et sociologique

Exercice pratique

> Jour 5 (7 heures)

Débriefing :

- Réponse aux questions et ajustements

Le jour J

- S'inscrire dans l'environnement en sécurité, et s'adapter

- Symbiose du couple et de l'enfant à naître

- Gestion des contractions et maintien du confort

- Techniques d'analgésie

Exercice pratique :

- Anesthésie du gant

Techniques particulières pour maintenir une analgésie :

- Les stimuli auditifs

- Les stimuli tactiles

- Faire compter le consultant

Libérer la douleur en hypnose

La rencontre avec l'enfant

- Le "quatrième trimestre" (apport théorique) :

"Attachement " et "Préoccupations maternelles et parentales "

Le système familial et le couple

Favoriser la lactation et Retrouver sa forme, par hypnose

Révisions

*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