

Techniques d'hypnoalgésie dans le soin hospitalier

*Formation brève organisée
au sein des hôpitaux*

-
- ✓ Gestion de la douleur aiguë et chronique
 - ✓ Gestion de l'anxiété associée aux gestes douloureux
 - ✓ Amélioration de la communication soignant-soigné
 - ✓ Optimisation du soin à l'hôpital

Objectifs de la formation

- ♦ Acquisition de techniques hypnotiques simples et efficaces permettant d'agir sur les symptômes algiques et anxieux. Articulation de ces techniques aux autres techniques antalgiques.
- ♦ Acquisition de connaissances scientifiques et cliniques à propos de l'hypnose appliquée aux soins.
- ♦ Acquisition de techniques de gestion de l'anxiété et de la dimension phobique.
- ♦ Apprentissage de techniques ericksoniennes et particulièrement de l'hypnose conversationnelle dans le soin.
- ♦ Augmentation de l'efficacité et de l'assurance professionnelle face aux situations difficiles et/ou conflictuelles imposées par la relation de soin.

Présentation de l'Institut

L'Institut Français d'Hypnose a été créé en 1990 en vue de former à la pratique de l'hypnose divers professionnels de la santé : médecins généralistes et spécialistes (psychiatres, anesthésistes etc...), infirmières, psychologues, chirurgiens-dentistes, kinésithérapeutes etc. Dans ce cadre, une formation brève destinée à une pratique hospitalière a été mise au point en 2004. Depuis, cette formation est dispensée au sein de différents hôpitaux. Parmi ceux-ci, citons l'Hôpital Robert Debré, les Hospices Civils de Lyon, le CHU de Grenoble, l'Hôpital de Villefranche sur Saône, ...

L'hypnoanalgésie : un outil au service du traitement de la douleur

L'usage de l'hypnose à l'hôpital s'est développé grâce aux directives proposées par le plan de lutte contre la douleur 2006 – 2010. Ces directives recommandent, entre autres, le recours à des traitements non médicamenteux. C'est pourquoi la plupart des CLUD et des unités d'évaluation du traitement de la douleur ont accordé une place grandissante à l'utilisation de l'hypnose dans les soins hospitaliers.

Cet intérêt pour l'hypnose s'appuie sur son efficacité pratique ainsi que sur les recherches et publications scientifiques qui ont montré les mécanismes physiologiques de l'hypnoanalgésie sur la douleur (Marie Elisabeth Faymonville¹, Danziger et al.², etc.). Témoin de cette évolution, la création dans la CCAM d'un acte codé « pour une séance d'hypnose à visée antalgique » (ANRP001).

1 - Rainville P., Carrier B., Hofbauer R.K. et coll. (1999) - Dissociation of sensory and affective dimensions of pain using hypnotic modulation. *Pain*, 82 (2):159-71

2 - Danziger, N., Fournier, E., Bouhassira, D., Michaux, D., De Broucker, T., Santarcangelo, E., Carli, G., Chertok, L., Willer, J.C. (1998).- Different strategies of modulation can be operative during hypnotic analgesia : a neurophysiological study, *Pain*, 75, pp. 85-92.

Adaptation aux besoins du secteur hospitalier

Dans le secteur hospitalier, il est souvent nécessaire de réaliser des gestes et des soins potentiellement douloureux. Ces gestes médico-techniques nombreux et répétés sont générateurs de stress et d'anxiété amenant à une anticipation négative des situations de soin ultérieures.

L'hypnoanalgésie diminue le vécu difficile des patients (adultes ou enfants) et de leur famille pendant les interventions. Elle favorise également le développement de ressources personnelles pour mieux appréhender les gestes futurs.

Les soignants peuvent ainsi prendre en compte, de façon concrète et globale, les attentes des malades et de leur famille face à la douleur, et développer des démarches qualité, centrées sur ces derniers. Cette formation répond ainsi au besoin souvent exprimé par l'équipe soignante de développer l'humanité des pratiques.

A l'issue de la formation, les soignants sauront, par des techniques rapides, mieux intervenir dans les situations véhiculant habituellement douleur et angoisse.

Par ailleurs, les soignants pourront, par le biais de pratiques auto-hypnotiques, améliorer la gestion de leur propre stress et dans certains cas extrêmes, diminuer les risques d'épuisement professionnel.

Les enseignants

Les formateurs de l'IFH intervenant dans cette formation ont tous une expérience importante de l'hypnose ainsi que de son application dans le domaine hospitalier.

Michaux Didier (psychologue, directeur de l'IFH), **Yves Halfon** (psychologue au CHU de Rouen, responsable des formations en hypnoanalgésie), **Isabelle Ignace** (psychologue à l'hôpital Robert Debré, responsable du pôle pédagogique de l'IFH), **Antoine Bioy** (psychologue au CHU Bicêtre, co-responsable de la formation en milieu hospitalier), **Elisabeth Barbier** (infirmière), **Cécile Cunin-Roy** (psychologue), **Elodia De Almeida** (psychologue), **Adrien Ménard** (psychologue), **Thierry Moreaux** (infirmier), **Chantal Wood** (médecin), ainsi que d'autres intervenants spécialisés pouvant être intégrés lors d'une formation spécifique.

Quelques références bibliographiques

- Manuel d'hypnose pour les professions de santé (2007), Didier Michaux, Yves Halfon, Chantal Wood (Editions Maloine)
- Douleur et hypnose (2004), sous la direction de Didier Michaux (Editions Imago)
- Communication soignant-soigné (2003), Antoine Bioy (Editions Bréal)

Renseignements pratiques

◆ Une formation intégrée au projet d'établissement et/ou de service

Cette formation peut être intégrée à des projets témoignant d'une mobilisation collective, impliquant une équipe médicale et paramédicale (médecins, infirmières, psychologues, mais aussi puéricultrices, aides-soignantes, etc.) et soutenus par l'établissement.

En fonction de ce projet, la formation pourra s'organiser selon différentes modalités : - dans le cadre de formations spécifiques (services des urgences, service d'hématologie, service de pédiatrie, service des grands brûlés, etc.) ou bien « sur site », de façon transversale à tous les services.

◆ Méthode pédagogique

De nombreux exercices pratiques (en sous-groupes), des démonstrations, des présentations de vignettes cliniques et des documents vidéos serviront de point d'appui à la formation et viendront compléter l'enseignement théorique de façon à rendre la formation vivante et proche du terrain.

◆ Public

Cette formation s'adresse, en priorité, aux médecins, infirmières et personnels soignants impliqués dans la douleur. Elle peut également concerner, dans le cadre d'une formation d'équipe, le personnel médico-techniques, et toute personne possédant déjà une expérience clinique dans le domaine du soin. Elle est organisée par et via le service formation continue de l'établissement.

◆ Taille des groupes

Le nombre de participants par groupe varie entre 12 et 16 personnes, 15 participants étant d'expérience un chiffre idéal (notamment pour organiser des exercices en sous groupes).

◆ Durée

La formation complète comprend 3 modules de deux jours et un module d'une journée et se déroule sur deux ou trois mois.

Contact : Si vous souhaitez organiser cette formation au sein de votre hôpital ou pour toute information complémentaire, vous pouvez contacter le secrétariat au 01 42 51 68 84

Equivalences : Cette formation est centrée sur les gestes médicaux en tant que tels, elle ne forme pas à une pratique psychothérapeutique de l'hypnose. Pour une formation complète à l'hypnoanalgésie ou à l'hypnothérapie, les stagiaires pourront poursuivre leur formation à l'IFH* **

* Sous réserve que le cursus du stagiaire réponde aux critères d'admission de chacune des formations. ** La présente formation hospitalière les dispensera de la semaine d'initiation du premier cycle.