

L'HYPNOSE et la douleur

La douleur est un langage du corps. Elle est l'expression d'un dysfonctionnement, un signal d'alarme.

L'utilisation de l'hypnose est validée par de nombreuses études qui montrent que les suggestions peuvent modifier et réduire la perception de la douleur.



Programme – 2 jours

La formation en détails...

Une prise en charge efficace du stress et de la douleur a pour avantages :

- d'améliorer le ressenti physique et psychique du patient ;
- de faciliter et optimiser le geste technique du praticien ;
- de diminuer l'apport d'antalgiques ou d'anesthésiques.

“La douleur est une expérience sensorielle et émotionnelle désagréable associée à une lésion tissulaire réelle ou potentielle ou décrite en ces termes” (*Définition donnée par l'Association internationale pour l'étude de la douleur – IASP*)

La douleur est subjective... et réelle. Au-delà des mécanismes purement neuro physiologiques elle implique aussi des composantes affectives et cognitives.

Dans le cadre de cette formation professionnelle (notamment destinée au personnel médical et paramédical, infirmier(e), sage-femme, ergothérapeute, podologue...), c'est une nouvelle vision globale de la douleur qui vous est transmise.

Vous intégrez les fondements théoriques et pratiques des techniques d'hypnose et d'auto-hypnose. Vous apprenez à développer une anamnèse qui prend en compte l'ensemble des composantes de la douleur afin d'optimiser la prise en charge du patient.

Objectif

- 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
- Intégrer et expérimenter différentes techniques et protocoles d'hypnose pour répondre aux besoins du patient dans le cadre des douleurs chroniques ou des soins douloureux
- Fournir au patient les outils lui permettant de gérer sa douleur

Programme

Les composantes de la douleur

- Notions sur la douleur
- Rôles de la douleur
- Dimension symbolique de la douleur
- Prise en charge de la douleur

L'anamnèse

- Méthodologie de l'anamnèse spécifique à la prise en charge de la douleur et du stress

L'hypnose appliquée à la douleur et au stress

- Champ d'application des techniques d'hypnose dans la gestion de la douleur et du stress
- États de profondeur en hypnose
- Séance d'hypnose type
- Métaphores personnalisées
- Techniques pour la gestion du stress
- Techniques pour éliminer ou contrôler la douleur
- Techniques pour maintenir une analgésie
- Technique de réification (*transformer de la douleur en une chose concrète*)

Bibliothèque de protocoles

Transmission de nombreux protocoles d'hypnose applicables à différentes situations:

- Lévitacion du bras
- Relaxation
- Induction
- Ancrage
- Analgésie
- Autres spécificités