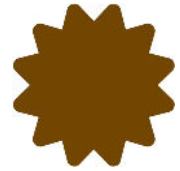


HYPNOSE ET SOINS EN PSYCHIATRIE : APAISER L'ANGOISSE, ACCOMPAGNER LES GESTES



Formation et atelier pratique. Initiation à l'hypnose dans les soins en psychiatrie.

FONDAMENTAUX

Durée, horaires, coût

- ◆ 2 x 7h - soit **14h**
- ◆ 9h - 12h30, puis 14h - 17h30
- ◆ Atelier groupe facturé **2700€**

Public, prérequis

- ◆ Étudiants en formation de santé
- ◆ Professionnels de santé en établissement, CMP, HDJ
- ◆ Maximum 15 personnes

Le Formateur

Praticien et Formateur en hypnose certifié FFHTB, spécialisé dans la prise en charge de la douleur et des addictions. Praticien installé en cabinet, il est aussi infirmier toujours en activité en rééducation neurologique.

Moyens techniques

- Salle équipée, dédiée à la formation.
- ◆ Vidéo projecteur et prise hdmi
 - ◆ Ordinateur connecté à internet
 - ◆ Paperboard et feutres

Ressources pédagogiques

- ◆ Supports de formation et outils projetés et présentés
- ◆ Étude et mise en scène de cas concrets

Itinéraire pédagogique

Adapté à chaque groupe, selon les formations en santé : Médecins, kinés, ergos, IDE, ASD, brancardier, etc.

Sanction de la formation

Attestation de formation selon présence et implication.



Présentation synthétique

Cet atelier s'adresse aux médecins, infirmiers et aides-soignants exerçant en psychiatrie, en intra ou extra hospitalier.

Le soin en santé mentale confronte quotidiennement les soignants à des manifestations d'angoisse aiguë, de troubles de la perception, de retrait relationnel ou de refus de soins. Dans ce contexte, la parole, le regard et la posture du soignant deviennent des outils thérapeutiques à part entière.

L'hypnose, dans ses formes les plus simples et les plus respectueuses, offre aux soignants des techniques puissantes pour sécuriser, apaiser, et accompagner les patients vers plus de confort. Elle ne remplace rien, mais vient enrichir les gestes et les mots du soin, notamment lors d'actes complexes ou sensibles comme la sismothérapie, les soins dentaires ou les examens médicaux.

Grâce à des démonstrations, des exercices guidés et des échanges sur les pratiques de terrain, les participants découvriront des techniques d'induction brève, de suggestion rassurante, et de focalisation attentionnelle.

L'objectif : proposer au patient un espace de sécurité, diminuer son anxiété, mieux tolérer les soins... mais surtout, lui permettre de se sentir sujet, et non simple objet de soins.

Objectif pédagogique global

- ♦ Apprendre les fondamentaux de l'hypnose et des techniques clé en main de gestion des angoisses, dans le cadre et avec toutes les spécificités des soins psychiatriques.
- ♦ Ressentir l'état hypnotique et faire ressentir ses bénéfices sur le plan relationnel par des mises en situation.

Objectifs pédagogiques partiels

À l'issue de la formation, le stagiaire sera capable de :

- ♦ **Comprendre** les principes de base de l'hypnose et son intérêt dans la relation de soin en psychiatrie.
- ♦ **Utiliser** des techniques simples d'hypnose conversationnelle et de suggestion.
- ♦ **Adapter** ces outils à la gestion des angoisses et des soins spécifiques comme la sismothérapie, des soins dentaires, etc.
- ♦ **Construire** un cadre de communication plus sécurisant pour les patients.

Méthode et moyens pédagogiques

Trois méthodes sont retenues pour animer les différents thèmes de la formation :

- ♦ **Apports théoriques** : le formateur développe chaque point abordé et répond ensuite aux questions. Il partage des cas cliniques, suscite l'interaction du groupe.
- ♦ **Démonstrations** : le formateur démontre les techniques avec un des stagiaires.
- ♦ **Pratique en groupes** : les stagiaires se regroupent par trois et tour à tour, prennent chacun la place du *praticien*, du *patient*, et de l'*observateur*. Ce dernier restitue ses observations sous la forme d'un « feedback » constructif.

Évaluation des stagiaires

- ♦ Formulaire d'auto-évaluation avant et après la formation par les stagiaires
- ♦ Supervision et réajustements par le formateur pendant les exercices d'application
- ♦ Évaluations globales en groupe (feedback général), au terme de chaque exercice
- ♦ Jeu de questions/réponses après chaque journée sur les apprentissages du jour

Évaluation de la formation

Fiche de satisfaction et d'évaluation de la formation remise à chaque stagiaire.

Infos Pratiques

Financement

Formation Qualiopi, permettant un financement partiel ou total par les différents organismes de financement, selon que vous soyez professionnel libéral, micro-entrepreneur, chef d'entreprise ou demandeur d'emploi.

Annulation, remboursement

Voir conditions Générales de Vente.

Accessibilité, handicap

Nos formations sont accessibles aux PMR. Pour toute situation demandant un aménagement de nos formations, contactez benjamin@beaugehypno.com.

Établissements de santé, entreprises

Nos formations peuvent être adaptées spécifiquement aux besoins de vos salariés ou étudiants. Des sessions préalables en codesign peuvent être organisées afin de rendre cette formation encore plus pertinente vis à vis de vos spécificités.

Informations de contact

Benjamin BEAUGÉ
 BEAUGE HYPNOTHÉRAPIE
 Siret 75333975300034
beauge-hypno.com
beaugehypno@gmail.com
 06 46 47 36 11

JOUR 1 : Fondations hypnotiques & gestion de l'angoisse

Matin : Introduction & fondamentaux

- Accueil, recueil des attentes et représentation de l'hypnose.
- Hypnose : définitions, mythes et réalités.
 - Différences entre hypnose formelle, conversationnelle, et communication thérapeutique.
 - Hypnose et psychiatrie : indications, contre-indications, précautions.
- Neurophysiologie et hypnose : ce que dit la science.
- Expérimentation : exercices d'absorption attentionnelle (stylo, mains collées, lévitation...).

Après-midi : Gestion de l'angoisse en psychiatrie

- Comprendre les mécanismes de l'angoisse, de la dissociation, et du stress post-traumatique.
- Créer un espace de sécurité relationnel : posture, voix, respiration, mots.
- Techniques hypnotiques simples pour apaiser :
 - Respiration guidée & focalisation.
 - Ancrage sécurisant (lieu ressource, objet symbolique).
 - Suggestions permissives et métaphores d'apaisement.
- Exercices pratiques en binômes.
- Débriefing clinique : quelles applications avec nos patients psychiatriques ?

JOUR 2 : Hypnose appliquée aux soins - focus sur la sismothérapie

Matin : Hypnose dans les soins psychiatriques

- Réintroduction douce et ancrage collectif (mini-séance guidée).
- Spécificités du soin psychiatrique :
 - Lien à la contrainte, au consentement, à la dissociation traumatique.
 - Positionnement éthique de l'hypnose dans ce cadre.
- Focus soin : la sismothérapie (ECT)
 - Quelle angoisse spécifique ? Avant / pendant / après ?
 - Protocole hypnotique type pour accompagner la préparation :
 - Repérage des signes d'angoisse.
 - Induction conversationnelle discrète (dans le couloir, en salle d'attente).
 - Travail sur les anticipations catastrophiques.
 - Métaphores de transformation, de lumière, de "reconnexion".
 - Mises en situation avec jeux de rôle.

Après-midi : Autres soins et techniques clés en main

- Accompagnement hypnotique lors de soins annexes :
 - Soins dentaires (externe), prélèvements sanguins, gestes invasifs.
 - Transports médicalisés anxiogènes.
- Boîte à outils de techniques utilisables en quelques minutes :
 - Hypnose des mains.
 - Dissociation / focalisation externe (objets, sons, couleurs...).
 - Hypnose des 5 sens.
 - Technique du gant anesthésique (adaptée).
- Protocole "3 minutes avant le soin" : mini-script adaptable.
- Consolider une posture de soignant contenant et hypnotique.
- Bilan, questions, perspectives de supervision.