

Novembre 2021

Auteur : Dr Éric GIBERT

De quelle manière l'hypnose est-elle utilisée ?

L'hypnose, en pratique, peut s'utiliser à différents niveaux et chacun de ces niveaux va dépendre à la fois de la formation d'origine des professionnels de santé mais aussi de leur niveau de formation en hypnose et des orientations que chacun aura donné à son travail.

Ainsi nous pouvons distinguer :

– L'hypnose conversationnelle, que nous pratiquons, comme Monsieur Jourdain pour la prose, spontanément d'autant plus fréquemment que notre empathie est développée.

Dès les formations d'initiation nous améliorons et prolongeons son usage.

Elle devrait pouvoir être enseignée à tous les professionnels de santé en contact avec des patients, elle permet de créer une ambiance plus confortable dans l'accueil et dans les soins.

La formation permet aussi d'apaiser les soignants qui parfois portent sur leurs épaules au quotidien leurs charges émotionnelles personnelles et les professionnelles de vie.

– Ces formations offrent aussi un outil puissant pour les gestes interventionnels, les gestes parfois agressifs que nous effectuons au quotidien sur le corps des patients et parfois en urgence.

Les soignants sont confrontés à des personnes en souffrance, angoissés et souvent la peur de la douleur et ses conséquences est bien plus forte que la douleur elle-même.

L'hypnose permet aussi de « gagner » du temps dans la prise en charge car l'accompagnement du patient devient plus apaisé et le bénéfice se répand sur les deux protagonistes.

– L'hypnose dans les gestes interventionnels plus lourds et bien sûr dans le cadre de la chirurgie nécessite un perfectionnement beaucoup plus développé pour faire face à toutes les éventualités que représentent ces gestes.

Des anesthésistes formés à l'hypnose élargissent leur capacité d'action et de confort pour l'endormissement des patients.

– L'hypnose psychothérapeutique est d'un autre domaine et nécessite une connaissance en psychologie que tous les professionnels formés n'ont pas acquis à part les psychologues.