

HYPNOSE MEDICALE

Dr Léonard Amétépé

PRESENTATION DU SEMINAIRE

- Connaissance de l'hypnose clinique, son évolution, ses développements, ses indications
- Abord des concepts utiles et utilisation de l'approche ericksonienne
- L'hypnose comme approche relationnelle du changement
- Initiation à la pratique et à la mise en place du processus hypnotique
- Deux jours de pratiques

- Plusieurs intervenants
 - Universitaires et hypnothérapeutes
- Différents domaines d'applications
- Approches cliniques par des démonstrations, des vidéos
- Initiation à la pratique

- Trois contrôles de connaissances (QCM)
- Des évaluations pour chaque cours « EDEN »
- Le mémoire à présenter
 - Au moins 30 pages reliées
 - Bibliographie actualisée, plan structuré
 - Présentation orale sur 20 minutes (15 diapositives)

PLAN DE LA PRESENTATION

- ❖ GENERALITES SUR L'HYPNOSE
- ❖ HISTORIQUE
- ❖ HYPNOSE ERICKSONIENNE
- ❖ LES DIFFERENCES AVEC L' HYPNOSE CLASSIQUE
- ❖ BASES THEORIQUES
- ❖ INDICATIONS CONTRE INDICATIONS
- ❖ SCIENCE ET HYPNOSE : NEUROPHYSIOLOGIE
- ❖ DEMONSTRATION : SUGGESTIBILITE
- ❖ VIDEOS

GENERALITES SUR L' HYPNOSE

GENERALITES SUR L' HYPNOSE

- Introduction
 - Thérapie brève
- Définition
 - Mode de fonctionnement psychologique...
 - Lâcher prise
- Historique
 - Pratique millénaire
 - Tradition française
 - Erickson (1901-1980)

HYPNOSE.....

- Hypnos: fils de la nuit et frère jumeau de la mort
- Démystification
- Pratique millénaire
- Trois assertions:
 - La transe
 - La technique
 - L'interaction

Qu'est ce que l'hypnose...



DÉFINITIONS

- *Dr Jean GODIN*
- « *L'hypnose est un mode de fonctionnement psychologique dans lequel un sujet, grâce à l'intervention d'une autre personne, parvient à faire abstraction de la réalité environnante tout en restant en relation avec l'accompagnateur. Ce « débranchement de la réaction d'orientation à la réalité extérieure », qui suppose un certain « lâcher prise », équivaut à une façon originale de fonctionner, à laquelle on se réfère comme à un état. Ce mode de fonctionnement particulier fait apparaître des possibilités nouvelles : par exemple des possibilités supplémentaires d'action de l'esprit sur le corps, ou de travail psychologique à un niveau inconscient ».* **Godin J.**

(Executive Committee of the American Psychological Association) 1994

- « a procedure during which a health professional or researcher suggests that a patient or subject experience changes in sensations, perceptions, thoughts, or behavior.. »
- Une procédure pendant laquelle un professionnel de santé ou un chercheur suggère qu'un patient ou un sujet d'expérience puisse changer de sensations, de perceptions, de pensées, ou de comportement..

HISTORIQUE

- Approche millénaire antique
- Origine en Inde, Tibet et en chine
- Et en Grèce antique
- - 3000 en Egypte Ramsès 12 (séance d'hypnose)
- L'efficacité de la suggestion dans le soin
- parenthèse moyenageuse
- Retour dans le monde scientifique

XVIII-XIX ème

- Mesmer (1734-1815) « le magnétisme animal» ... la théorie du fluide
- Chastenet de Puységur (1751-1825) «somnambulisme provoqué »
- L'abbé Faria (1756-1819) « sommeil lucide»
- Braid (1795-1860) hypnose « sommeil nerveux »

Le magnétisme animal Mesmer



XIX ET XX siècles

- Liébault (1823-1904) «proche du sommeil» lien avec l'opérateur
- Bernheim (1840-1919) «il n'y a pas d' hypnotisme, il n'y a que de la suggestion»
- Charcot (1825-1893) hypnose et hystérie organicisme
- Freud (1856-1939) a étudié et a pratiqué l'hypnose puis l'a abandonné

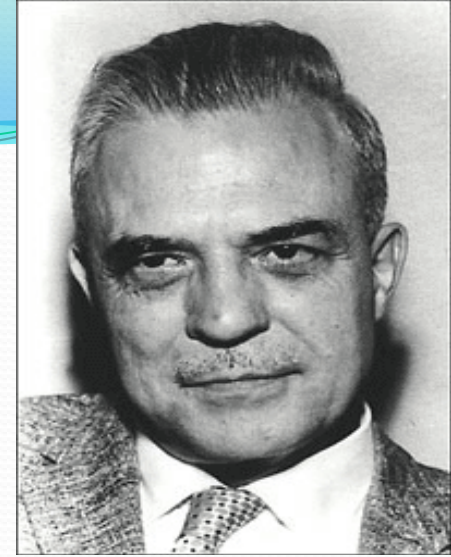


Le XXè

- Erickson (1901-1980) l'innovant «un thérapeute hors du commun »
- En France
- Janet (1859-1947) « mode de fonctionnement inférieur du psychisme
- Chertok
- Jean Godin a formé plus de 1500 thérapeutes (à partir de 1980)

HYP. ERICKSONIENNE

- L'inconscient ericksonien
 - Créativité
 - Réservoir de ressources
- Nouveaux apprentissages
- Art de la communication
 - Harmonie communicative
 - Subtilités de langage (suggestion, métaphores, allégories,...)



Erickson en 4 clés

1|| S'APPUYER SUR L'INCONSCIENT

Sa conception de l'inconscient diffère considérablement de celle de Freud. Pour Erickson, il n'est pas un « refoulé obscur », mais un « réservoir lumineux », à la fois dépositaire de toutes nos ressources intérieures et véritable force positive capable de nous inspirer des solutions pour résoudre tous nos problèmes. Il ne faut donc pas en avoir peur : il est notre allié le plus solide et le plus fiable. Autonome, possédant ses modes de fonctionnement particuliers, il détient une sagesse propre, et c'est sur celle-ci que l'on peut s'appuyer pour changer de vie ou de comportement.

2|| EXPÉRIMENTER L'HYPNOSE

Pour Erickson, l'état d'hypnose est un phénomène physiologique naturel, somme toute, assez banal, que nous expérimentons chaque jour. Un moment d'inattention, un instant de rêverie, une immersion dans une lecture passionnante... aussitôt que notre attention se déplace en dehors de l'« ici et maintenant », nous sommes dans un état « transe commune » très similaire à celui de l'hypnose. Contrairement aux idées reçues, ce n'est pas un état passif, pendant lequel peuvent arriver beaucoup de choses – notamment une communication directe avec notre

Erickson en 4 clés

3|| RETROUVER SES RESSOURCES INTÉRIEURES

Premier thérapeute à mettre en avant le fait que chacun est unique, Erickson était profondément respectueux de l'individu parce qu'il reconnaissait en chaque être humain l'existence de ressources intérieures extraordinaires : l'intuition qui s'éveille au moment où l'on en a besoin, le geste juste qui s'impose à nous sans que nous ayons eu le temps d'y réfléchir... Ces ressources peuvent être découvertes au quotidien et se développent quand on apprend à être plus attentif à ses sensations physiques les plus infimes.

DIFFERENCE DES HYPNOSES

- Position égalitaire
- Sujet actif
- Phénomène naturel
- Fonctionnement Psi
- Non intrusivité
- Suggestions ouvertes
- Notion d'inconscient
- Position de pouvoir
- Sujet passif
- Notion de magie
- Évocation du sommeil
- Directivité
- Suggestions directes
- Notion de suggestibilité

BASES THEORIQUES

Cerveau droit/ gauche

Différence entre les hémisphères

- **Gauche**

Produit du langage

- Séquence
- Logique
- Mot à mot
- Met en ordre

- **Droit**

Produit du langage

- Simultané
- Holistique
- Implicite
- Perception de la totalité

- une hypothèse émerge dans les années 1970 : l'état hypnotique correspondrait à une activation préférentielle de l'hémisphère cérébral droit, siège du fonctionnement imaginaire. Selon cette hypothèse, l'activation serait d'autant plus importante que le sujet est très hypnotisable.
- Cf; article cerveau droit cerveau gauche

La dissociation Janet

- Expérience naturelle
- L'automatisme involontaire
- Simultanéité entre une activité mentale consciente et inconscience
- Hypnose automatisme qui abolit la partie volontaire
- « hidden observer » Hilgard

- (Hilgard et al., 1963). « La Dissociation est une séparation mentale des composants d'un comportement qui fonctionnerait habituellement ensemble (ex; l'état onirique d'être à la fois acteur et observateur lorsqu'on ré-expérimente une mémoire autobiographique”.
- Cela peut aussi impliquer le caractère involontaire
De la fonction motrice ou discontinu des sensations
d'une partie du corps comparé avec un autre.

- Ernest Hilgard a aussi découvert par hasard la dissociation hypnotique en faisant l'expérience suivante : l'hypnotiseur suggère au sujet qu'il est sourd ; il semble le devenir et ne répond plus à aucune question ; pourtant, si l'hypnotiseur lui demande de bouger un membre, le sujet s'exécute. Lui-même étonné par ce résultat, Hilgard en conclut que la conscience semble dissociée en deux états différents.

L'effet Rosenthal

- Autoréalisation des prédictions
 - Rosenthal (1971) montre que les croyances des instituteurs relatives au niveau scolaire des enfants vont se vérifier dans une expérience
 - Exemple: si le bruit court qu'il va y avoir une pénurie d'une certaine denrée,, les consommateurs vont s'y précipiter pour s'en procurer, une certaine pénurie en résultera

- Dans ce genre de processus où des croyances ont des effets sur le réel, il est impossible de décider si l'on est dans le domaine de la vérité ou de l'illusion (cf;effet Pygmalion)
- Dans une relation si une des deux personnes au moins croit en l'existence comme l'hypnose, le comportement qu'elle va adopter en raison de sa croyance va avoir pour l'effet conforme aux attentes conjuguées (des deux)
- Cf: Thierry Melchior

La transe hypnotique

- État de veille
- Différents degrés de profondeur
- Être en transe et en mouvement
- Phénomène psychobiologique social et culturel
- Etat ou jeu de rôle social? (type de comportement socio-psychologique)

MICRO-DYNAMIQUE DE LA TRANSE HYPNOTIQUE

- **Fixation de l'attention.**
- **Dépotentialisation** du conscient :s'obtient par confusion, saturation, distraction, surprise...
- **Activation de mécanismes inconscients:** les suggestions indirectes ou subtilités de langages
- **Réponse involontaire**

INDICE FRÉQUENTS DE LA TRANSE HYPNOTIQUE

- **Indices corporels**
 - Mouvements automatiques
 - Relaxations musculaires
 - Modification système autonome
 - Modification sensorielle
- **Indices psychologiques**
 - Relachement des associations
 - Distorsion temporo spatiale
 - Créativité facilitée
 - Pensée de type analogique/digitale

PHÉNOMÈNES SPÉCIFIQUES

- **Étrangeté des phénomènes**
- **Catalepsie**
- **Lévitiation**
- **Hallucinations et modification sensorielles**
- **Suggestions post-hypnotique**
- **Distorsions spatio temporelles**
- **Modifications mnésiques**

NEUROSCIENCES ET HYPNOSE

SCIENCE ET HYPNOSE

- Echelle de Suggestibilité
 - (Standford Hilgard et Weitzenhoffer 1961).
- EEG (cf;cours)
 - Tracé rythme lent alpha: relaxation
 - Tracé mixtes, stade 1, mouvement oculaires lents...
- Les neurosciences
 - Pet Scan Tomographie à émission de positrons
 - IRM Fonctionnelle (hb =traceur variation de déb.)
 - (flux sanguin cortex Frontal et Occipal)

ECHELLES STANDARDISEES DE SUSCEPTIBILITES

ECHELLES DE STANDFORD 1961

HILGARD ET WEITZENHOFFER

NOM :		PRÉNOM :		DATE :	
STANFORD HYPNOTIC SUSCEPTIBILITY SCALE (SHSS-GB) HILGARD & WEITZENHOFFER, 1959					
ITEM	R	E	OBSERVATION	%	CORR.
1			CHUTE EN ARRIERE	69	.38
2			FERMETURE DES YEUX	58	.57
3			LEVITATION DE LA MAIN	81	.63
4			IMMOBILISATION DU BRAS	14	.75
5			FERMETURE DES DOIGTS	32	.72
6			RIGIDITE DU BRAS	32	.83
7			DEPLACEMENT DES MAINS	70	.51
8			INHIBITION VERBALE	23	.79
9			HALLUCINATION	35	.55
10			CATALEPSIE DES PAUPIERES	30	.79
11			SUPPRESSION D'UN CHIFFRE	-	-
12			AMNESIE POST-HYPNOTIQUE	32	.69
DISTRIBUTION DES SCORES DE SUGGESTIBILITE AU SHSS A & B					
NIVEAU	SCORE	POURCENTAGE	CENTILE		
ÉLEVÉ	12	2	99		
	11	5	95		
	10	7 (24%)	89		
	9	4	84		
	8	6	78		
MOYEN	7	9	71		
	6	8 (31%)	62		
	5	14	51		
FAIBLE	4	11	38		
	3	10	28		
	2	11 (45%)	18		
	1	7	9		
	0	6	3		
RÉSULTATS			PRONOSTIC		
TEST SHSS-R	:	/ 12			
TEST DE NON-RÉSISTANCE	:	/ 6			
MOTIVATION	:	-- 0 +++			

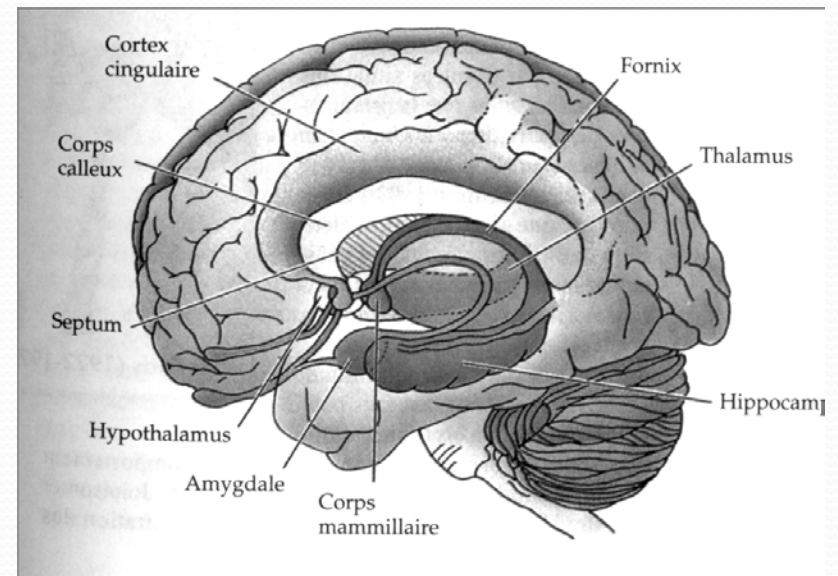
Echelle de *STANDFORD*

- À la fin des années 1950 la mise au point de la première échelle d'« hypnotisabilité » standardisée [1] . conçue par le psychiatre américain E. Hilgard et le psychologue canadien A. Weitzenhoffer, qui travaillent dans le laboratoire de recherche sur l'hypnose de l'université Stanford.
- Elle est fondée sur une mesure précise de la réponse individuelle à une liste de suggestions standardisées. Une partie des suggestions cherche à induire des réponses motrices, telles la fermeture des yeux, la rigidité des membres, la lévitation (un bras qui se lève tout seul), une seconde partie tente de susciter des phénomènes mentaux, par exemple faire abstraction d'une odeur d'ammoniac alors qu'elle existe, entendre un moustique voler alors qu'il n'y en a aucun...

- On va d'abord établir que dans la population générale 25 % des individus ont une très forte capacité à être hypnotisés, 50 % l'ont moyennement, et 25 % l'ont très peu.
- Et une hypothèse émerge dans les années 1970 : l'état hypnotique correspondrait à une activation préférentielle de l'hémisphère cérébral droit, siège du fonctionnement imaginaire. Selon cette hypothèse, l'activation serait d'autant plus importante que le sujet est très hypnotisable

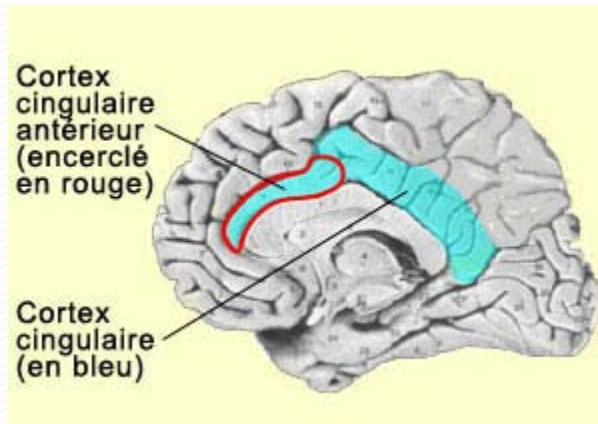
Les structures impliquées

- Pet scan :aires occipitale,frontales
- Système limbique
- cortex cingulaire
- Cf cours neurophysiologie



Le cortex cingulaire antérieur

- le cortex cingulaire antérieur joue un rôle d'interface important entre l'émotion et la cognition, plus précisément dans la transformation de nos sentiments en intentions et en actions. Il est impliqué dans des fonctions supérieures comme le contrôle de soi sur ses émotions, la concentration sur la résolution d'un problème, la promotion de réponses adaptatives en réponse à des conditions changeantes.



Les systèmes endocrinien et immunologique

- Nombreuses études sur la douleur
- Action au niveau du système végétatif, les neuropeptides et hormones.
- Les hormones de stress ont des effets de modulation sur des paramètres immunologiques.
- Action au niveau du système limbo-hypothalamique-pituitaire, en passant par les cascades des protéines géniques, la mémoire, l'apprentissage et le comportement. Cf; Rossi

Le système hypothalamo-limbique

(E. Rossi)

- Transduction d'information = transformation entre corps et esprit
- Communication corps/esprit
 - Psychocorporel au cellulo-génétique
 - Encodage de la mémoire, l'apprentissage et le comportement

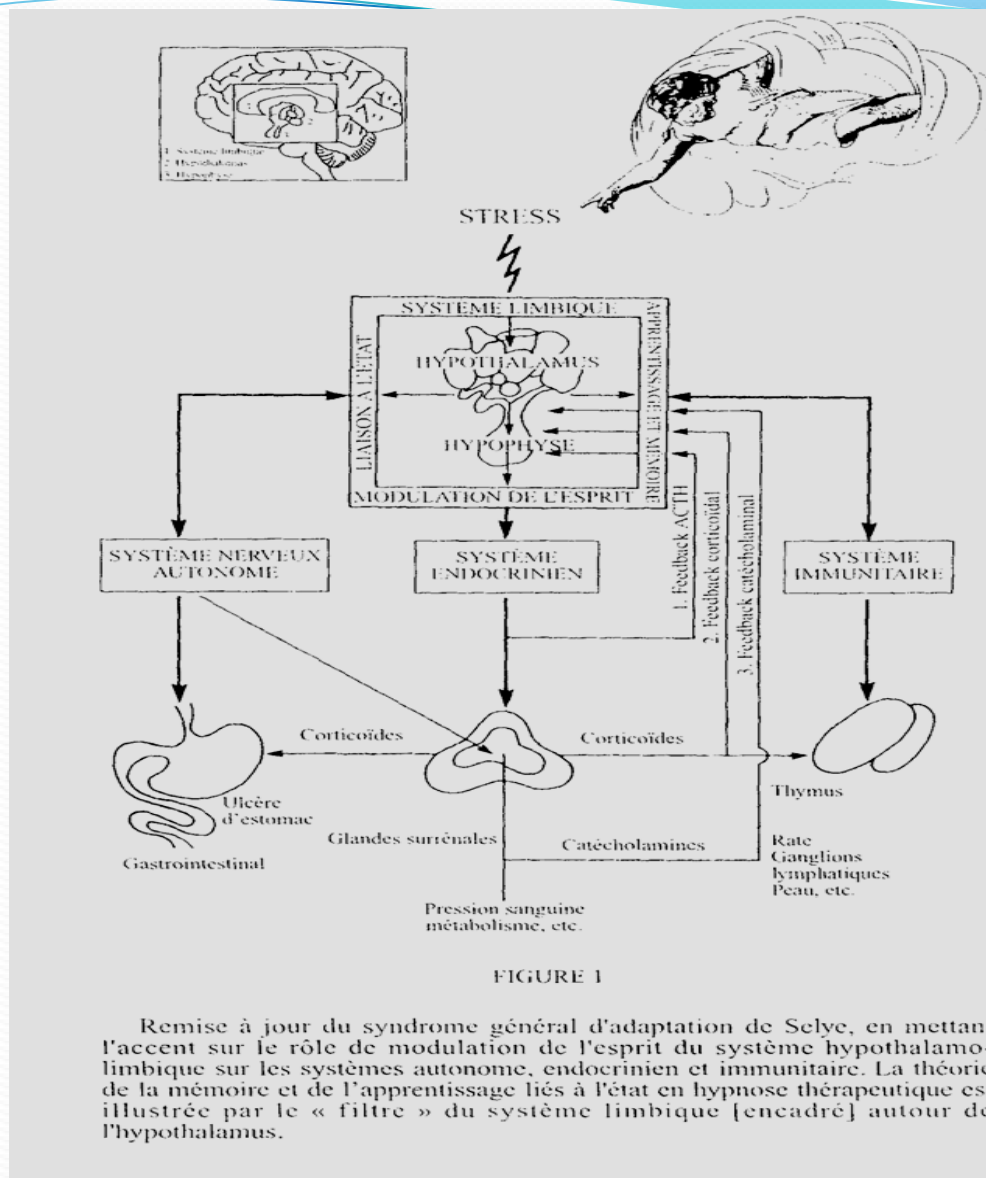



FIGURE 1

Remise à jour du syndrome général d'adaptation de Selye, en mettant l'accent sur le rôle de modulation de l'esprit du système hypothalamo- limbique sur les systèmes autonome, endocrinien et immunitaire. La théorie de la mémoire et de l'apprentissage liés à l'état en hypnose thérapeutique est illustrée par le « filtre » du système limbique [encadré] autour de l'hypothalamus.



**INDICATIONS
CONTRE INDICATIONS
PRECAUTIONS D EMPLOI**

INDICATIONS

- **Troubles anxieux**
- **Troubles du sommeil**
- **Troubles psychosomatiques (digestifs, cutanés,...)**
- **Troubles sexuels**
- **Gestion de la douleur**
- **Anesthésie**
- **Troubles du comportement alimentaire**
- **Troubles de dépendance**
- **PTSD**
- **Préparation psychologique des sportifs....**

CONTRE-INDICATIONS

- **Dépendent de l'expérience du Praticien**
- **C.I Absolues**
 - **Troubles psychotiques aigus**
 - **Personnalité paranoïaque**
 - **Personnalité psychopathique**
 - **Personnalité perverse**
- **C.I Relatives**
 - **Troubles psychotiques**

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI 1

- L'anamnèse doit préciser les antécédents psychopathologiques et les traumatismes en particuliers
- Discuter de la représentation du patient
- Les consignes de départ doivent être données de façon claires
- Créer une atmosphère de confiance et de sécurité

Trust-**confiance**

Expectation-**attente à orienter**

Attitude nécessaire à la réalisation de l'expérience

Motivation à adapter en fonction du sujet

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI 2

- **LA MEMOIRE**
- Cas particuliers des faux souvenirs
 - Représentation la plus courante sorte de réservoir anatomique ou cellulaire localisé qui stockerait intactes des informations passées qu'une stimulation réflexe permettrait de restituer. En réalité elle est mobile, multicentrique, subjective et reconstruite.
 - « la mémoire est fluide vaporeuse comme les nuages » Chapelle 1999
- Laurence et Perry 1998. « même fiable la mémoire est sujette à des influences ou suggestions »

BIBLIOGRAPHIE

- Benhaiem J. *L'hypnose médicale. Medline*, 2003.
- Bioy, A.Wood, C.. *L'Aide-mémoire d'hypnose - en 50 notions*, Dunod. 2010
- Collot E. *Hypnose et hypnothérapie*. EMC, Psychiatrie, 37820 B50, 2002, 13p.
Editions Scientifiques et Médicales Elsevier.
- Dufour Michel. (1993) *Allégories pour guérir et grandir*, Ed. JCL
- Godin J. *Hypnothérapie*. EMC, Psychiatrie, 37820 B50, 199 1, 1 Op. Editions
Techniques Paris.
- Godin J. *La nouvelle Hypnose*. Editions Albin Michel, Paris, 1992.
- Haley J. *Un thérapeute hors du commun. Desclée de Brouwer*
- Melchior Thierry, *Créer le réel*. Paris : Le Seuil, 1998.
- Michaux D. *La transe et l'hypnose*. Paris,1995.
- Michaux D. *la dissociation et l'hypnose*. Paris, 2005
- Rossi E.L. *La psychobiologie de la guérison*. 1986
- Salem G., Bonvin E. *Soigner par l'hypnose*. Masson. 2002
- Watzlawick, P. *Le langage du changement*, Paris, Seuil, 1980

MOIS	DATES	SEMINAIRES 2011/2012 HOPITAL LARREY	INTERV 1	INTERV 2	INTERV 3	INTERV 4	CONTRÔLE
NOV	05-nov	GENERALITES NEUROPHYSIO DEFINITIONS	M TIBERGE*	LA*	LA*	VIDEOS	
DEC	10-déc	SUBTILITES DE LANGAGES	LA	LA*	LA*	ATELIERS DES MOTS	
JAN	07-janv	PRATIQUES 1	PERROT	PRATIQUES	PRATIQUES	PRATIQUES	
JAN	21-janv	DOULEUR PHYSIOLOGIE ET PEC	N CANTAGREL*	C LESTRADE*	P PAYOUX*	BERGRASER	20 QCM
FEV	04-févr	DOULEUR ET APPLICATION PRATIQUE	G DAWANCE*	MACHAT*		VIDEOS	
FEV	25-févr	TRAUMA+ GROSSESSE	LA		TOUYAROT	PRATIQUES	20 QCM
MARS	24-mars	HYPNOSE ANXIETE DEPRESION ESTIME	A GAVAZZI*	T MELCHIOR*	DEMOS	PRATIQUES	
AVR	28-avr	HYPNOSE PSYCHOSOMATIQUE DEPENDANCE	L SCHMITT*	LA*	F CARTAULT*		
MAI	19-mai	HYPNOSE PEDIATRIE + SEXO+TCA	RICARD	FRANZETTI	ESPINOSA	PRATIQUES	
JUIN	30-juin	PRESENTATION DU MÉMOIRE JOURNEE	COMITE PEDAGOGIQUE		FAC RANGUEIL		20 QCM