



# HYPNOSE EN SOINS PALLIATIFS: QUELLES POSSIBILITES?

Véronique Ellies Martin

Psychologue

Pôle de gérontologie clinique CHU de Bordeaux

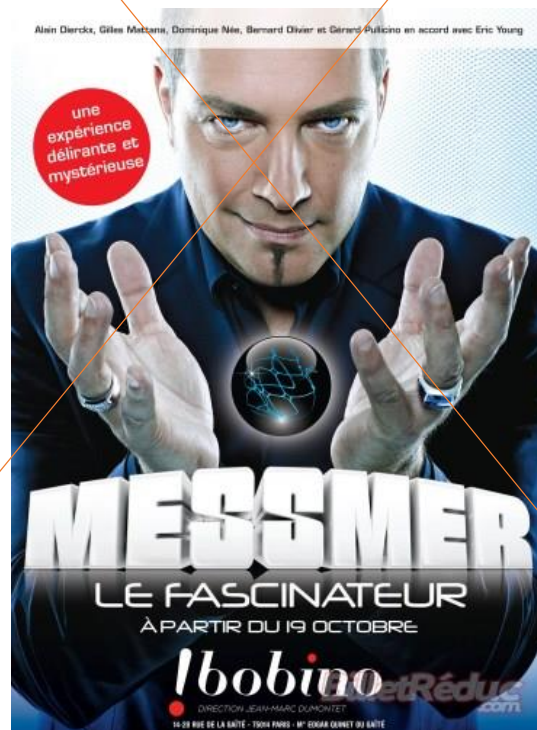


## L'hypnose n'est pas...





Non plus...





## Idées reçues

- Perte de conscience
- Pouvoir de l' « hypnotiseur »
- Agir ou dire contre sa volonté



## Qu'est-ce que l'hypnose?

- Étymologie: d'Hypno, le sommeil
- Une dynamique,
- Une adaptation de la communication et du comportement
- Un mode de communication, de relation ( détournement de l'attention, hypnose conversationnelle)
- Un outil supplémentaire de soin, thérapeutique
- Un état de veille paradoxal:
  - veille intense
  - Un état modifié de conscience et de relation
  - Quitter l'extérieur pour aller à l'intérieur
  - Chercher ses ressources internes: l'imaginaire prime sur le réel



## Définition de Roustang (1994)

« l’hypnose est décrite comme un état de veille paradoxal (état de sommeil apparent et activité électrique cérébrale de veille), c’est un phénomène naturel et actif où il y a augmentation de contrôle de soi et non une perte »



## L'état hypnotique

- Processus naturel pouvant survenir chaque fois que l'attention est focalisée sur quelque chose
- Ex:
  - Absorption dans un livre
  - Conduite automobile
- Dispositif commun donc tous hypnotisables pas de la même façon en fonction:
  - circonstances
  - Lieu
  - Situation
  - Dynamique de la personnalité de chacun



## Caractéristiques de fonctionnement de l'hypnose

- Pour le patient
    - Sensation de détente et de relaxation (laisser aller des tensions)
    - Attention soutenue et absorption centrée ou focalisée sur plusieurs cibles: bruit, ressenti, odeur, souvenirs,...
    - Suspension de l'orientation temporo spatiale
  - Pour le thérapeute
    - empathie
    - Absence de jugement, de contrôle et de censure
- ➔ Code d'éthique et de bonnes pratiques de l'Hypnose Médicale





## Caractéristiques de la relation en hypnose

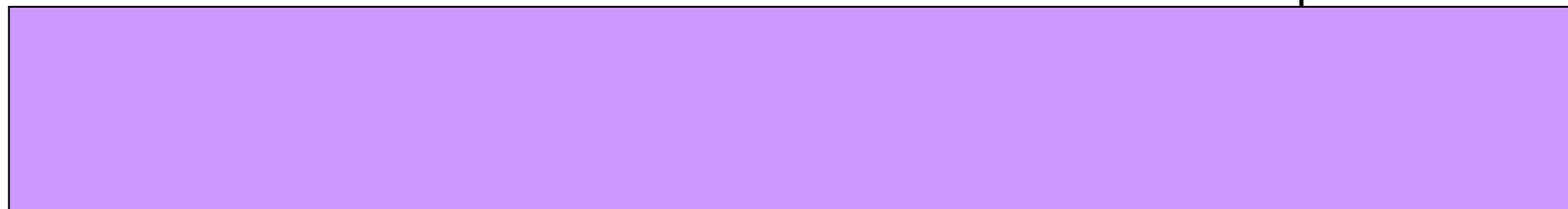
- Construction à deux: patient – thérapeute afin de reconnaître la subjectivité de l'un et de l'autre et de favoriser:
  - Réveil des ressources internes du patient
  - Utilisation et appui sur des expériences de vie
  - Imaginaire qui va progressivement devenir réel par des suggestions de changement, modification de sensations corporelles...
  - Utilisation de métaphores, d'images symbolisant la situation
  - Mobilisation vers le changement ...



# Etapes d'une séance

Veille ordinaire

Veille paradoxale



Le réel

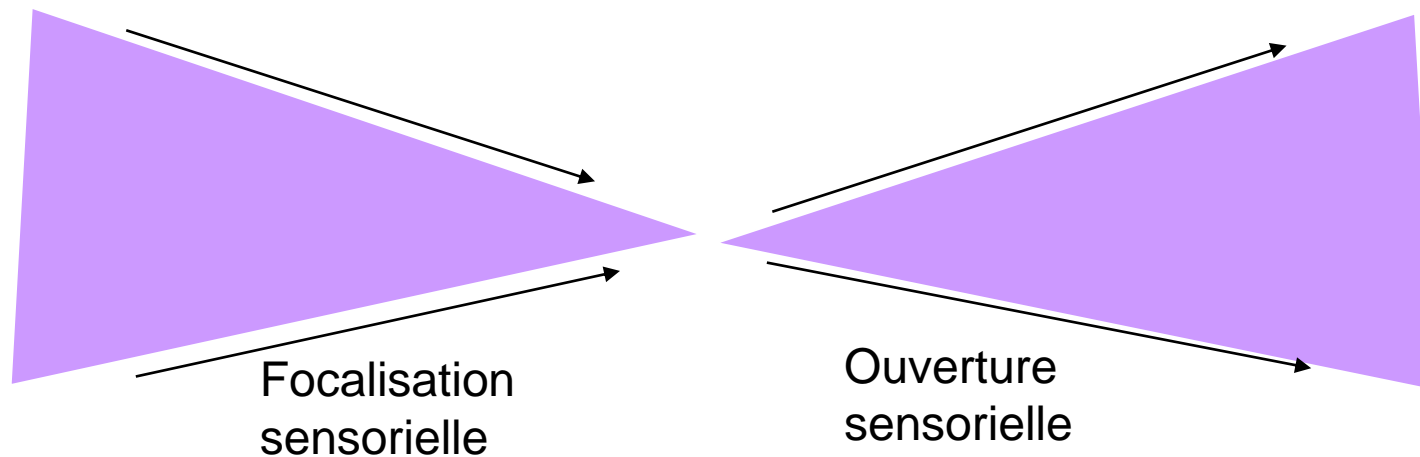
Le réel est  
virtuel

Le virtuel est  
réel

induction

Dissociation

perceptude





## Les possibilités de l'hypnose en soins palliatifs

- Adapté à un accompagnement individualisé dans la prise en soin globale
- La connaissance du patient, son VAKOG
- L'action sur les symptômes en fin de vie associés à des traitements médicamenteux:
  - L'anxiété
  - La douleur et les douleurs induites par les soins
  - La dyspnée
  - Les nausées et vomissements...
- L'autohypnose est parfois plus difficile mais dès que la phase d'induction est proposée, le patient s'installe et entre en dissociation plus rapidement.



## Expériences avec des patients

- La rencontre laisse exprimer une co-construction et une synchronisation à deux qui va mobiliser les capacités du patient vers un soulagement
- La douleur:
  - Possibilité de suggérer un changement des sensations et perceptions douloureuses
  - « peut être que toutes ces sensations désagréables peuvent petit à petit s'atténuer jusqu'à vous permettre de ressentir des sensations agréables dans tout votre corps, ... une légèreté, ...un confort »



## Expériences avec des patients

- L'anxiété et l'insomnie:
  - Possibilité d'apaisement du degré d'anxiété avec détente, zone sécurisée ou bulle de bien-être qui peut entraîner l'endormissement du patient.
- La dyspnée:
  - Possibilité d'utiliser des métaphores: « comme un coureur qui vient de faire le marathon, comme un cheval au galop »
  - Travailler avec le mirroring



## Conclusion

**L'hypnose est une méthode ressource  
complémentaire pour accompagner le patient à  
vivre sa fin de vie dans sa subjectivité propre.**