Centre Hospitalier Universitaire de Nice

UNIVERSITÉ CÔTE D'AZUR

Langage et communication en hypnose médicale

Dr Marina Millêtre-Bernardin
Département Douleur Hôpital Cimiez CHU Nice
Responsable pédagogique du DU d'Hypnose
Université Nice Sophia Antipolis

cfhtb
confédération francophone d'hypnose et thérapies brèves

AAH ACADÉMIE AZURÉENNE D'HYPNOSE

Langage et communication en hypnose médicale

La personne rencontrée dans le contexte d' un soin présente un état de **conscienc**e qui doit être pris en compte et compris par le soignant Mais qu' elle est la définition de la conscience

Au sens psychologique, elle se définit comme la « relation intériorisée immédiate ou médiate qu'un être est capable d'établir avec le monde où il vit ou avec lui-même »

Christian Godin : Dictionnaire de philosophie

Chez le sujet que l' on approche pour un soin les pensées, sensations, émotions de son état de conscience actuel sont importantes à ressentir par le soignant

Grâce au langage de l 'hypnose communicationnelle une communication de qualité thérapeutique peut s' installer

Langage et Communication en hypnose médicale

Pourquoi la connaissance de cette thématique est-elle importante et pour quels objectifs?

Amener les patients qui sont craintifs, anxieux , parfois douloureux, d ‘un état de **conscience critique**, à un état plus calme et détendu qualifié de **conscience hypnotique,** grâce à notre parole et notre comportement

Langage et Communication en hypnose médicale

Amener le patient d'un état de conscience critique à un état de conscience hypnotique

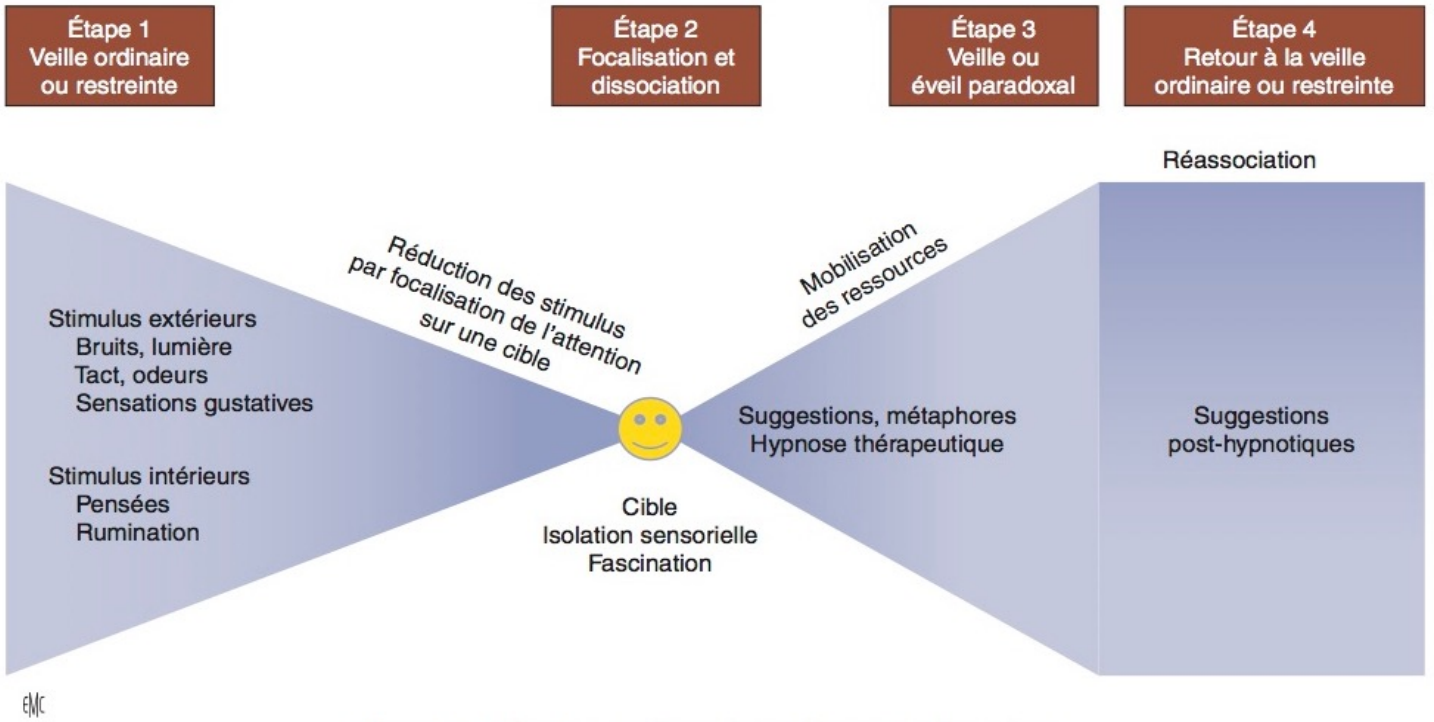


Figure 3. Déroulement d'une séance d'hypnose thérapeutique.

Schéma emprunté à :Lakdja F, Sztark F. Hypnose dans le contexte de l'anesthésie. EMC - Anesthésie-Réanimation 2017;0(0):1-9 [Article 36-330-A-10].

Langage et Communication en hypnose médicale

Etat de conscience hypnotique (transe)

Spontanée par phénomène d'auto-hypnose ou

Induite par un professionnel , l 'état de transe consiste à se focaliser et fixer son attention sur des sensations agréables , ici et maintenant .

Pour induire un état de transe à visée soignante plusieurs modalités

Hypnose conversationnelle

Hypnose formelle

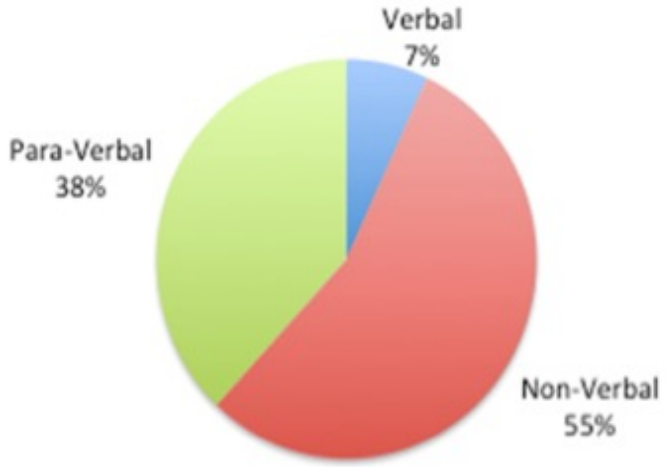
Auto-hypnose

le soignant accompagne avec une **alliance thérapeutique** , il **personnalise** la relation**, il explique** pour installer un climat de sécurité

Langage et Communication en hypnose médicale

Dans une inter relation

- Le **langage non verbal** (gestes) est majoritaire: **55%**
- Le **langage para-verbal** (modulation de la voix): **38%**
- Le **langage verbal**: **7%**



La faible place du verbal dans la communication – Albert Meharabian

Langage et Communication en hypnose médicale

Langage non verbal.

Le langage non verbal correspond à l'ensemble des informations que nous délivrons à un interlocuteur et qui ne sont pas transmises par des mots. Il s'agit donc de gestes, de postures, d'expressions du visage, intensité du contact visuel, toucher, langage corporel, position ou encore, par exemple, de manifestations physiologiques de l'organisme.

Langage et Communication en hypnose médicale

Langage non verbal

C'est le langage du premier contact ,le plus important en communication soignante orientée dans un accompagnement en hypnose communicationnelle

-Poignée de main

-Habillement

-Mimique, sourire ,regard

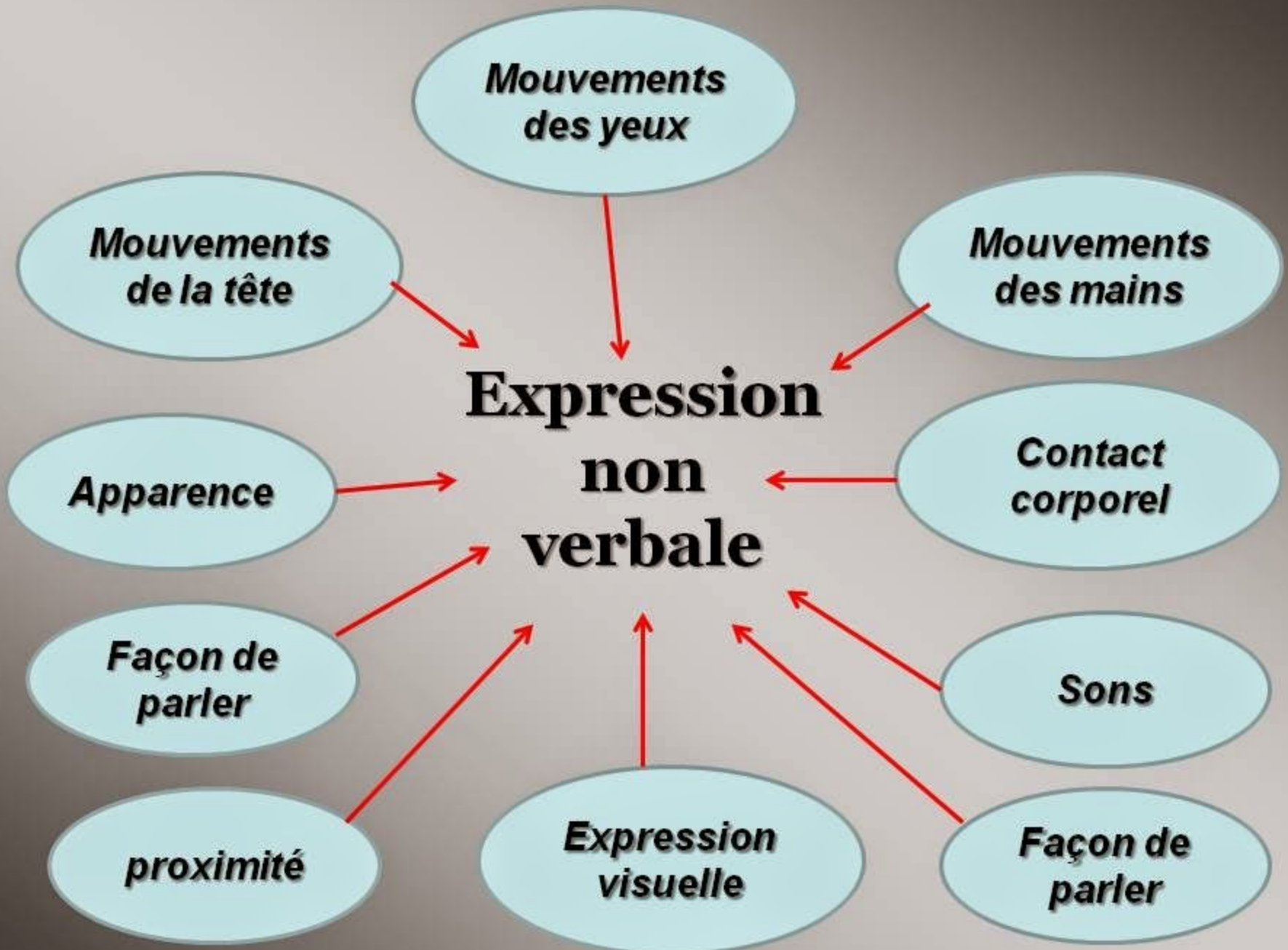
-Mouvements

-Ratification

-Mirroring

-Posture

-Proxémie


Mouvements des yeux
Mouvements de la tête
Mouvements des mains
Expression non verbale
Apparence
Contact corporel
Façon de parler
Sons
proximité
Expression visuelle
Façon de parler

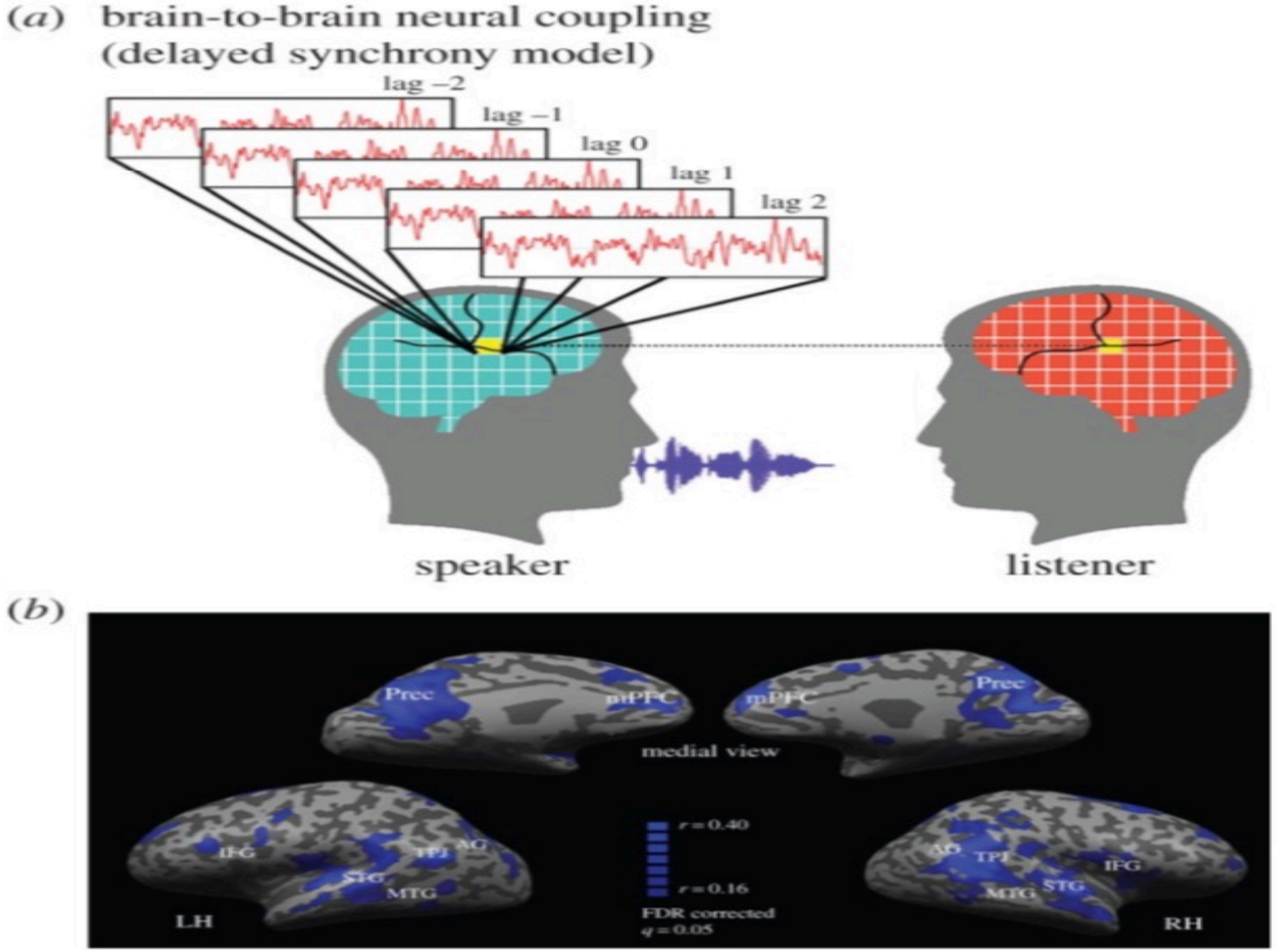
Langage et Communication en hypnose médicale

Langage non verbal : spécificités en hypnose communicationnelle

Mirroring: Technique qui permet d 'établir un début de synchronisation avec le patient . Cela passe par son observation et l' imitation des éléments principaux de la gestuelle de l' interlocuteur

Ratification: En hypnose conversationnelle ou formelle

Dire au patient que l' on a bien observé et compris de ce qu il montre dans sa gestuelle consciente ou inconsciente


(a) brain-to-brain neural coupling
(delayed synchrony model)
lag −2
lag −1
lag 0
lag 1
lag 2
speaker
listener
(b)
Prec
mPFC
medial view
IFG
TPJ
AG
STG
MTG
LH
r = 0.40
r = 0.16
FDR corrected
q = 0.05
RH

Langage et Communication en hypnose médicale

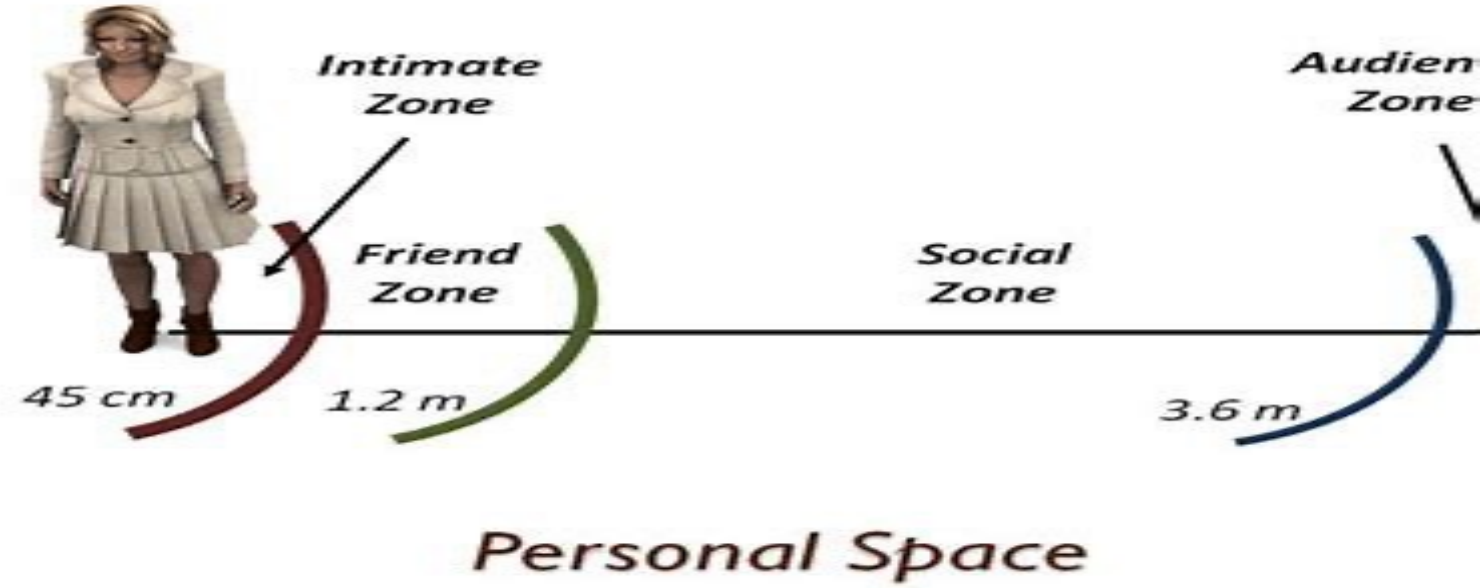
Langage non verbal spécificités en hypnose communicationnelle

Posture: symétrique , basse , haute en fonction des circonstances mais modulable et respectueuse

Proxémie: c' est l'étude des distances sociales entre les individus. Selon Edward T. Hall (1971), il existe 4 distances sociales lors de l'interaction entre personnes : 1. Distance intime 2. Distance personnelle 3. Distance sociale 4. Distance publique

Langage et Communication en hypnose médicale

PROXEMIE



En hypnose communicationnelle , on se rapproche pour être à la limite inférieure de la zone amicale ..

Langage et Communication en hypnose médicale

Le langage para verbal

Si le langage non verbal est constitué par des gestes, mimiques ou postures, le langage para verbal est lui constitué de signaux vocaux , intonation de la voix, silence , hésitation …

Particularités du para verbal en hypnose communicationnelle:

Rythme ralenti, timbre de voix plus grave , moduler avec baisse de la voix en fin de phrase, pauses et silences , répétition de mots

(saupoudrage)

Pacing :Synchroniser sa parole sur le rythme expiratoire du sujet

Faire ralentir la respiration

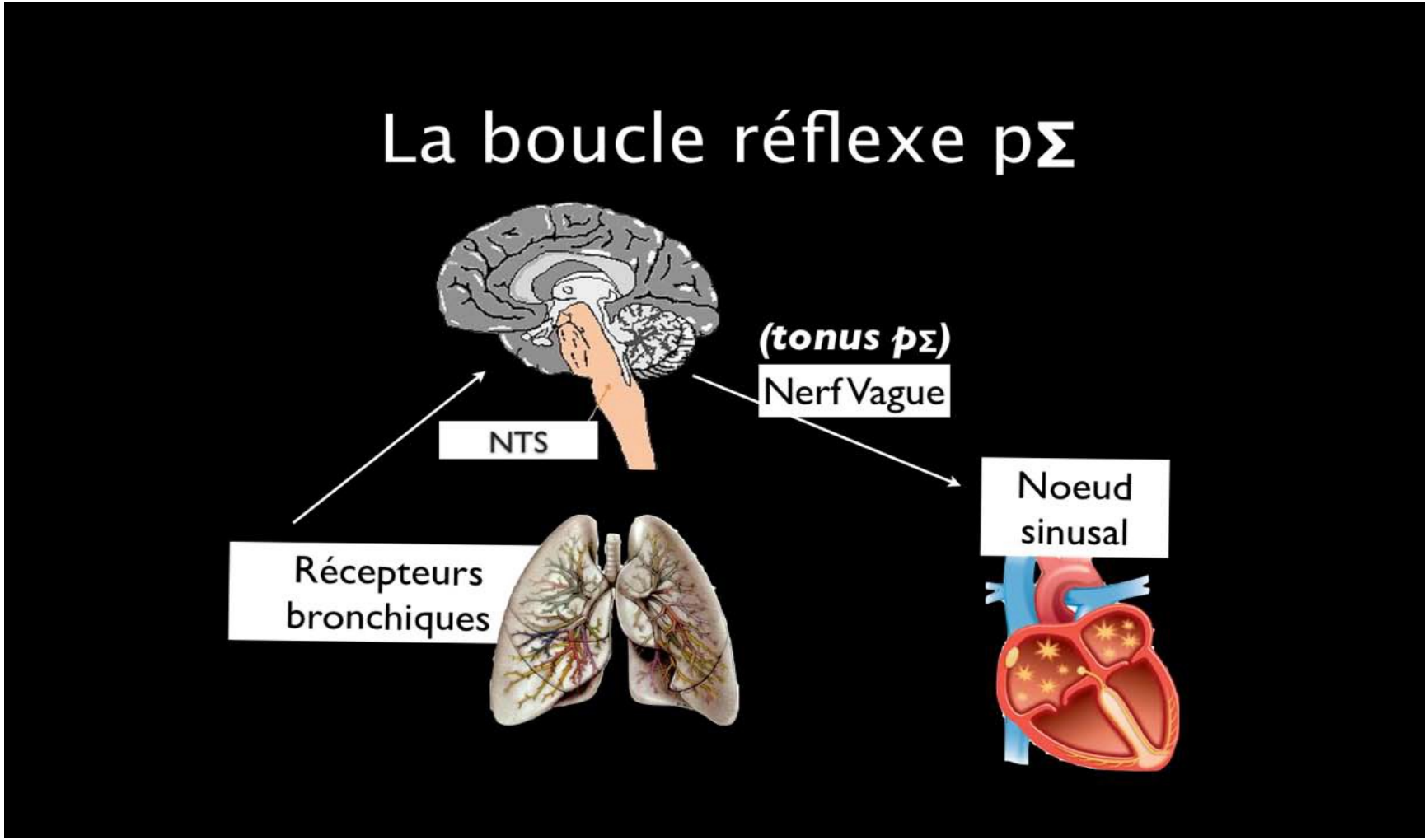


Schéma emprunté à Franck Bernard expliquant que la synchronisation avec la respiration ralentie et le pacing agit sur l' activation du para sympatjhique et diminue les composantes affectives et sensori discriminatives de la perception douloureuse

Langage et Communication en hypnose médicale

Le langage verbal

Les mots utilisés pendant des soins peuvent être très néfastes pour les patients et leur vécu

1-Lang EV, Hatsiopoulou, Koch T, et al.

Can words hurt? Patient-providor interactions during invasive procedures. Pain 2005;114:303–9.

2-Richter M,Eck J et coll

Do words hurt? Brain activation during the processing of pain related words Pain 2010 ;148 198-205

Langage et Communication en hypnose médicale

Le langage verbal en hypnose

-Ne pas utiliser de négation car le cerveau n'entend pas la négation et ne retient que les mots qui suivent

Phrase classique

« Ne pensez pas à un éléphant rose »

Le cerveau ne retient que ce qui est souligné ci-dessus

Techniques verbales

Phrases à éviter

- N’ayez pas peur
- Ne bougez pas
- Vous n’avez pas froid?
- Etes-vous encore douloureux?
- Que faites-vous quand vous êtes angoissé comme ça?
- Réveillez-vous, tout est fini

Phrases à utiliser

- Soyez rassuré
- Restez calme, tranquille
- Vous avez assez chaud?
- Etes-vous suffisamment calmé?
- Comment faites-vous habituellement pour vous détendre?
- L’opération est terminée, et tout va bien

Langage et Communication en hypnose médicale

Langage verbal en situation soignante

1- Phrases courtes , rythme de phrasé lent et calme

2-Suggestions directes ou indirectes

3- Mots positifs : Chaleur , douceur, bien-être, confort

4- Saupoudrage :

5- Allusions

6- Questionnement et Yes Set

7-Choix illusoire : laisser au patient le choix du côté à perfuser

8-Permissivité

9- Confusion et langage dissociatif

Langage et Communication en hypnose médicale: Les suggestions

<u>Suggestions directes</u>: autoritaire

utiles en urgence mais peuvent entraîner de la résistance

« *fermez les yeux et … pendant que je m'occupe de vous…vous n'écoutez que ma voix…»*

Des exemples sont donnés dans les scripts sur hypnose de soin et hypnose en urgence

Langage et Communication en hypnose médicale:Les suggestions

Suggestions indirectes

Utiliser « Tandis que , Alors que, Pendant que »

Exemple : *tandis que vous écoutez ce que je dis, vous pouvez laisser votre esprit se promener ailleurs…*

Suggestions qui associent 2 éléments sans lien logique

Langage et Communication en hypnose médicale:les suggestions

Suggestions indirectes

-Utiliser « peut-être , je ne sais pas … »

Suggestion ouverte: le patient choisit ce qui lui plaît dans un cadre posé

« *1 sensation nouvelle va peut-être apparaître à un moment ou dans quelques instants…* »

Langage et Communication en hypnose médicale

Comment apprendre et progresser en communication thérapeutique soignante???

Il faut s'entrainer

Par exemple choisir une catégorie de langage et

l' utiliser tout au long de la journée

«- Aujourd'hui je n' emploie aucune négation

-Aujourd'hui je laisse le choix au patient

-Aujourd'hui j' utilise le pacing… »

Valérie Perron IADE CHU Rennes

Langage et Communication en hypnose médicale

Saupoudrage

Saupoudrer la conversation de mots positifs:

« agréable, confortable, bien-être, détente… »
« C'est bien … Oui ..profitez … »

Allusion

C'est une figure de style oratoire qui permet en plaçant un adverbe tel que calmement , tranquillement,

confortablement..

de faire éprouver au sujet la situation évoquée

« *Je vous invite à vous installer* ***confortablement »***

Langage et Communication en hypnose médicale

Permissivité

Donner le choix au patient

D‘ être assis ou couché

ou debout (pourquoi pas ….)

D’ avoir les yeux ouverts ou fermés ….

Choix illusoire

La suggestion que le patient a un choix augmente la réalisation de la suggestion principale

- *«Laquelle de vos deux mains est la plus légère?»*

Langage et Communication en hypnose médicale

La confusion est très utilisée en hypnose et peut servir à induire l'hypnose, rapidement. On considère qu'elle favorise le passage à la transe hypnotique (Yves Halfon)

On peut confusionner de manière verbale ou non verbale

Dominique Mégglé

« Est-ce que vous ne pensez pas que vous n'êtes pas dans un état hypnotique ou non ? »

Cette triple négation est inductrice de confusion

Mais attention ++ Le patient peut croire qu'on se moque de lui

Langage et Communication en hypnose médicale

Langage dissociatif

La communication en hypnose présente des caractéristiques spécifiques parce que celui qui induit des suggestions met le sujet qui les reçoit dans une position d 'observateur passif du message *

Exemple

« Vos paupières se ferment.. »

« La partie de vous qui produit cette migraine.. »

« Pendant qu'une partie de vous est sur ce lit, une autre est dans cette piscine où vous vous entraînez… »

*Communication hypnotique , sympômes et émotions Melchior T Cairn Info 2002 /2 ,n° 29, 123-138

Le modèle V.A.K.O.G

Visuel

Références visuelles

Langage type visuel :
Je vois, c'est clair, j'imagine que, visiblement, il paraît que ...

Auditif

Références auditives

Langage type auditif :
D'accord, j'entends, ça me parle, bien entendu, ça ne me dit rien ...

V. A. K.O.G.

Kinesthésique

Langage type kinesthésique :
Les pieds sur terre, ça me touche, il est casse-pieds, ça prend corps ...

Olfactif

Langage type olfactif :
Je sens, elle a du flair ...

Gustatif

Langage type gustatif :
C'est joli à croquer, ça me dégoûte ...

Au Total
La communication dans le soin

- se présenter
- évaluer l'état de conscience, critique ou hypnotique
- utiliser la technique du VAKO pour partager des informations

  -inviter le patient à observer le lieu de soin (ici et maintenant , date et heure)
- langage verbal: mots positifs, simples, saupoudrage de confort…
- langage non verbal: gestes
- langage para-verbal: ton calme
- évaluer les connaissances du patient sur sa pathologie par des questions ouvertes
- reformulation, en reprenant les mots du patient
- suggestions de confort et de sécurité pendant et après le soin

F. Bernard 2015

Bibliographie

- J.M. Benhaiem. L'Hypnose médicale.

  Med-Line Editions, 2006.
- F. Bernard, H. Musellec. La communication dans le soin. Arnette, 2015.
- G. Salem. Soigner par l'Hypnose.

  Elsevier-Masson, 2012.
- Cl. Virot, F. Bernard. Hypnose, douleurs aigües et anesthésie. Arnette, 2010.
- P. Watzlawick. Le langage du changement.

  Points-Seuil, 2004.