

JHB 2022

Programme des différents ateliers proposés lors de la formation :

Dr BOCQUET Jérôme, psychiatre - Nice : **La régression en âge : les tours de magie de la mémoire.**

Parmi les cinq phénomènes spécifiques de la transe, la régression en âge est celui qui est probablement le plus survolé dans les cursus de formation en hypnose. Comme la lévitation ou la catalepsie, il est soit provoqué par le thérapeute, soit spontané, réalisé par le sujet lui-même au décours de sa transe. En réalité c'est un phénomène intrinsèquement lié et indissociable de toute transe. MHE a décrit un cas célèbre : « l'homme de février », en montrant l'implantation volontaire et thérapeutique de faux souvenirs chez une patiente. En pratique, la régression en âge fait appel à la mémoire, à l'instar de toute représentation mentale de l'être humain. Tout sujet utilise nécessairement sa mémoire, dans la transe hypnotique comme dans la vie quotidienne. De l'accompagnement d'un souvenir agréable, à la place sécurisée, jusqu'aux approches des thérapies orientées solution et narrative, la régression en âge est partout au sein de la thérapie, spontanée si ce n'est provoquée par le thérapeute, particulièrement utile dans les syndromes post-traumatiques, mais totalement indissociable de toute approche thérapeutique quel que soit le problème identifié.

Dr BOUZINAC Arnaud : anesthésiste réanimateur – Toulouse : **"Les mains de Rossi pour les Nuls"**

« Les mains de Rossi » est sans doute la technique la plus connue d'Ernest Rossi. Il en propose au fil de ses ouvrages plusieurs versions, plus ou moins complexes. Nous verrons dans cet atelier comment, par cette méthode, aider le patient à construire un « espace de travail inconscient ».

Pr CASTELNAU Pierre, neuropédiatre - Tours : **Conférence d'ouverture et de fermeture – Les biais cognitifs.**

Mme CHAMI Pascale, psychologue clinicienne - Paris : **« Le piano olfactif »** Une femme adoptée à l'âge de quatre ans se souvient, aujourd'hui encore, du parfum de la directrice de l'orphelinat. Seul ancrage mnésique resté de cette période de sa vie. L'homme traumatisé par l'attentat hallucine l'odeur du feu, malgré le temps passé. Le nouveau-né reconnaît sa mère parmi d'autres grâce à son odeur.

L'odorat, notre sens le plus archaïque, nous permet de savoir, de deviner, de « sentir » une situation ou une personne au-delà du simple mode opératoire logique, au-delà de nos habitudes cartésiennes. En lien direct avec notre instinct, l'odorat nous fait ressentir aussi bien le danger que la confiance. Il est le rythme du vivant, le lien entre l'intérieur et l'extérieur.

Lorsque l'odorat vient à manquer tous nos autres sens en sont affectés. Récemment, les patients qui en ont souffert en témoignent : perplexité, perte de repère, d'envie, de vie... Car nous goûtons également avec le nez et nous sentons des couleurs.

L'odeur est la signature d'un lieu, d'un événement, d'une personne. Elle traduit nos états émotionnels. Il y a l'odeur de l'angoisse et de la peur mais de la sérénité également.

L'atelier du « piano olfactif » est l'utilisation de cet outil en thérapie pour : Tester une induction ultra rapide et intuitive - Partager une autohypnose guidée - Retrouver l'instinct - Ouvrir à d'autres sens et favoriser de nouvelles connexions thérapeutiques - Expérimenter une régression en âge spontanée, source de ressources - Laisser le parfum guider et accompagner le patient dans la transe - Retrouver les ancrages heureux

Dr ESPINOSA Jean-Claude, psychiatre - Perpignan : **TikTok**

J'ai volontairement choisi comme titre le système de communication préféré des ados pour aborder une pathologie très lourde et très invalidante : Les Tics et les Tocs

Cet atelier se propose de passer en revue tous les outils hypnotiques utilisés et ainsi pouvoir peut-être échapper à la prise en charge médicamenteuse habituelle souvent très décevante et mal supportée par le sujet et par la famille ?

Dr Yves DOUTRELUGNE, médecin – Lille : **Le Saint Bernard en EHPAD ?**

Une *stratégie de motivation* pour l'équipe soignante et les résidents + l'apport de la médiation animale, ici la présence d'un chien. Dr Pauline TIBERGHIEU et Dr Yves DOUTRELUGNE, Lille

Sensible à la souffrance de résidents en EHPAD, le Docteur Pauline Tiberghien a créé sur le terrain 1001 façons de les aider à se reconnecter à leurs ressources pour faire face aux événements de vie. Elle utilise en cela les stratégies des Thérapies Brèves Plurielles et de l'hypnose conversationnelle appelée ici conversations thérapeutiques passant par le corps.

Elle a constaté les difficultés des soignants, tous métiers confondus, face au marasme (démences, Parkinsons sévères, etc.) , au Covid, aux maltraitances, lesquelles amplifient le découragement et la démotivation. Ce pourquoi elle a mis au point une formation courte pendant laquelle elle fait expérimenter simplement et très pratiquement ses 1001 façons de « faire face malgré tout » afin que CHAQUE membre de l'équipe puisse se les approprier pour travailler au quotidien avec les résidents. Mais aussi pour s'aider soi-même.

L'association lilloise « A l'Evidence » - à laquelle Pauline et Yves collaborent - allie les conversations thérapeutiques à la médiation animale (Chien et Cheval), qui agit comme un catalyseur. Yves s'y forme depuis plusieurs mois.

La séance avec l'animal amène des opportunités pour observer et prendre en soin certains aspects sensori-moteurs. Sur le plan psychique et social, la plupart des études sur la relation avec l'animal mettent en avant une amélioration des interactions sociales et de l'humeur, une baisse de l'anxiété et de l'agressivité, une amélioration des capacités d'empathie et une amélioration de l'estime de soi.

M. HALFON Yves, psychologue clinicien - Rouen : **Demain, c'est aujourd'hui.**

Saint Augustin^[1] : « *Ce qui m'apparaît comme une évidence claire, c'est que ni le futur ni le passé ne sont. C'est donc une impropriété de dire : Il y a trois temps : le passé, le présent et le futur. Il serait sans doute plus correct de dire ; il y a trois temps : le présent du passé, le présent du présent, le présent du futur... Il y a bien dans l'âme ces trois modalités du temps, et je ne les trouve pas ailleurs. Le présent du passé, c'est la mémoire ; le présent du présent c'est la vision directe ; le présent du futur, c'est l'attente.* » Peut-on dire que le futur du patient ou le passé du futur est dans le présent : « *Ça s'est passé comme cela la semaine prochaine...* »^[2] Ensuite, Nous ne pouvons définir l'objectif qu'en reprenant De Shazer : « *La demande de ce qu'il faut changer se forme à partir de l'idée que se fait le client de ce que serait sa vie si la plainte en question n'existait pas* »^[3], c'est à dire demander au patient de se percevoir dans le futur comme si le problème n'avait jamais existé, ou était résolu. Qu'est-ce ce qu'il ferait, qu'il ne fait pas aujourd'hui ? Travailler de cette manière, c'est aborder l'organisation temporelle du patient dans sa réalité psychique, et, c'est réfléchir sur la manière dont nous utilisons cette organisation du temps dans les approches hypnothérapeutiques que nous proposons. Cependant les mêmes questions peuvent se poser dans toutes relations soignant/soigné ; Comment on utilise « *la ligne du temps* »^[4] c'est à dire l'organisation temporelle de la conscience humaine avec ces trois catégories : passé/présent/futur, dans le travail psychothérapeutique.

^[1] « *Les Confessions* », Saint Augustin, Flammarion, poche, Essai, Paris, 2004, livre IX, 14, 17

^[2] « *Tout Alice* », Lewis Carroll, GF Flammarion, Paris, 1979, l'inversion temporelle, p. 27

^[3] « *Clés et solutions en thérapie brève* », Steve De Shazer, Satas, 1999, p 43.

^[4] Il se peut que l'inconscient préfère l'intemporalité. L'inconscient est étranger au temps. Seul l'esprit conscient a besoin de représentation du temps.

Dr HONORE Frédérique, anesthésiste réanimateur – Biarritz : **Vidéos démonstrations de consultations**

M. HOURSANGOU Mathieu : Orthophoniste - Dax « **La main à la pâte : Inductions par l'objet en conversation** ». L'objet peut-il induire une transe en conversation ? Si oui, comment ? Partage d'expérience clinique, mais aussi pratique autour de « l'objet » et sa manipulation comme facilitateurs de transe en conversation.

Dr MEGGLE Dominique psychiatre - Ollioules : **La fonction physiologique hypnotique et ses pathologies** : Rôle et mécanisme de la fonction physiologique hypnotique dans les échanges intra- et interpersonnels. L'amnésie, source de l'inspiration et du changement. Les pathologies de l'hypnose : hystérie, traumatisme, anxiété, troubles névrotiques, addictions, dépression et douleur physique. La rééducation hypnotique.

Dr Dominique MENDY anesthésiste réanimateur – Biarritz : **Comment aider les patients à vivre le mieux possible un acte invasif** : Tout acte médical technique entraîne un double stress : d'abord l'angoisse du diagnostic, ensuite la plongée dans ce flou qui oblige à confier son avenir à un inconnu. Notre rôle est donc d'utiliser nos connaissances à rendre ce voyage dans son futur le plus confortable possible.

Mme MOULET Corinne : diététicienne – Dax : **L'hypnose en cuisine** Et si au-delà de manger en pleine conscience, l'hypnose en cuisine pouvez faire découvrir la transe, en ce lieu où le VAKOG résonne naturellement et où l'induction trouve sa place facilement.

C'est un atelier sensoriel qui reconnecte à son vital, son essentiel, son vivant. L'expérience originale d'une auto hypnose collective, sous un fond de mixage de sons et d'un mélange d'odeurs, amènera une perception nouvelle de la manière de se nourrir. La transe en cuisine, donne à l'esprit inconscient la liberté de laisser faire ce qui est nécessaire de faire ou de ne pas faire et laisser faire le tout !

La dissociation par les canaux sensoriels permet d'alimenter ses oreilles, de ravitailler ses yeux, sustenter son nez, de régaler ses papilles et d'absorber l'énergie par la peau. Nourrir sa vie autrement. Le tout saupoudrer de suggestions positives en ajoutant une pincée de ratification et laisser mijoter le tout.

Un voyage introspectif par le biais de l'état hypnotique, permet la reconnexion à soi pour favoriser l'écoute du langage corporel pour harmoniser la relation tête/corps en goûtant à la perception de soi.

Pour éveiller ou réveiller le mangeur intuitif en soi par opposition au mangeur cognitif qui prend trop souvent le pouvoir, puiser dans ses ressources intérieures pour modifier le comportement alimentaire et manger en paix.

Un recadrage de la posture du mangeur pour modifier les habitudes alimentaires au profit d'un changement favorable pour mieux manger et goûter au plaisir du changement.

Indications de l'atelier : TCA, compulsions, comportements addictifs, hyperphagie, perte de goût constatée lors covid-19, relance de la perception sensorielle et autres indications.

Dr Jacques PUICHAUD : Pédopsychiatre – La Rochelle : « **C'est plus fort que moi ! je ne peux pas m'en empêcher !** » Pratique de l'hypnose et des thérapies brèves avec les enfants, les adolescents et les parents. « C'est plus fort que moi, je ne peux pas m'en empêcher », Combien de fois avez-vous entendu ces expressions dans vos consultations ! Devant cet argument choc, donné par les enfants et adolescents, les parents se sentent impuissants. Toutes leurs recommandations raisonnables se

heurtent à cet impératif. Les enfants et adolescents finissent eux même par être emprisonnés par cette croyance forte qui s'impose à eux. Cette expression est transnosographique . Nous la retrouvons en particulier dans les troubles anxieux, les tics et TOC, les peurs, les phobies, les colères, addictions ... Comment faire pour apporter un changement salutaire à une situation et une relation qui s'enveniment avec sentiment de dévalorisation personnelle, et d'incompréhension, accusations, colère, reproches réciproques avec des intentions négatives.

Dans cet atelier, nous allons ensemble sortir de ce dilemme avec des interventions utilisant des techniques d'hypnose et de thérapies brèves selon « TACT », dont nous avons pu apprécier la rapidité et l'efficacité depuis plusieurs dizaines d'années.

Dr QUIN Daniel médecin généraliste - Strasbourg : **Le devoir de mémoire**

Pour Pierre JANET philosophe, et médecin, figure majeure de la psychologie française du XIXème siècle, une émotion secondaire actuelle peut être reliée à une émotion primaire oubliée.

Le cas de Justine nous aide à comprendre ce qui est en jeu. Cette femme de 44 ans, se présenta en 1890 aux consultations externes de la Salpêtrière. Depuis plusieurs années elle souffrait d'une peur morbide du choléra. Par l'hypnose JANET réussit à faire remonter la peur morbide du choléra, à des expériences de l'enfance de Justine, lorsqu'elle aidait sa mère, infirmière, à soigner des patients atteints de cette maladie.

Alors devant tout trouble anxieux, phobique, addictif qui résiste à des tentatives simples de résolution, nous devons envisager la possibilité d'une émotion primaire liée à un évènement du passé et qui entretient le comportement actuel. Le traitement de celui-ci seul rendra la thérapie efficace. Comment accéder à cette mémoire et la traiter sera l'objet de cet atelier.

Mme ROUSSEAU Floriane, Dr en psychologie - Liège : « L'utilisation des techniques complémentaires aux soins intensifs : hypnose et réalité virtuelle »

Mme Elisa TARTRE, sage-femme : Hypnose et sage-femme : « Et si une épreuve sportive pouvait se préparer comme un accouchement ? » L'accouchement dans la vie d'une femme est une étape intense, aussi bien sur l'état physique que mental. Pour certaines femmes ce sera une épreuve d'endurance et pour d'autre un sprint. Que ce soit un sprint ou une course de fond toutes ces femmes vont avoir une dépense énergétique équivalente à celle d'un marathon. Dans mon activité professionnelle, je propose aux patientes une préparation en hypnose permettant de récupérer plus rapidement entre chaque contraction.

Lors de leurs entrainements ou de leurs compétitions, épreuves, matchs les sportifs mettent en jeu leur état physique mais également leur mental. C'est pourquoi je me suis intéressée à l'utilisation d'une technique similaire pour la préparation des sportifs et des femmes pour leur accouchement afin qu'ils puissent obtenir une récupération du corps et de l'esprit plus optimale.

M. VALLEE Alain : Psychiatre - Nantes : Micro-transes spontanées ou induites.

Nombreux sont ceux parmi nous qui pensent que, pour être efficace, l'hypnose a besoin d'être profonde et prolongée. Pourtant, l'expérience des thérapies brèves et de l'EMDR ou des mouvements alternatifs montre que ce n'est pas toujours le cas. L'atelier permettra de mieux préciser l'observation de ces petits moments. Il permettra aussi d'apprendre à les provoquer afin d'en profiter pour en faire des points de capiton de l'expérience, de la même façon que les deux faces du matelas, le rembourrage et les ressorts sont stabilisés par cette solution technique. Les mots pour le dire, la signification portée par ces mots, l'éprouvé corporel et l'état neurovégétatif de l'instant sont alors stabilisés, ce qui permettra au patient de donner un sens stable à sa situation de vie actuelle, permettant alors de nouvelles ouvertures, de nouveaux choix pour l'avenir. Après quelques informations cliniques, l'atelier sera orienté sur la pratique et l'expérimentation de tels instants.

Mme WURZ de BAETS Marie Clothilde : Psychologue - **Hypnose pour les adolescents actuels et passés : Palette d'outils pour la confiance en soi et le soin des manifestations de stress.**

Au cours de l'atelier nous ferons : Comment aider notre patient à renforcer ses "capacités d'être" et à augmenter ses forces et compétences. Une palette d'outils hypnotiques sera présentée dans le soin les angoisses et des manifestations de stress.

Des histoires cliniques viendront accompagner des démonstrations pratiques.

Ces techniques utiles seront découvertes et expérimentées pendant l'atelier.

Invité d'honneur : Dr Gérard FITOUSSI