



## Programme des JHB 2025

Intervenants et ateliers proposés :

- **Dr Bocquet Jérôme**, psychiatre – Nice

Mes mains ont la parole : Les mains sont souvent le premier élément de la mise en relation entre le patient et le thérapeute : au-delà de la poignée de main, premier lien qui souvent s'installe, elles expriment dans le non verbal des informations utiles, au cours du dialogue, comme au cours de la transe. Certaines techniques peuvent s'avérer d'un immense secours pour le thérapeute, comme pour le patient. Laissons les mains s'exprimer comme miroir de l'inconscient corporel et hypnotique.

- **Pr Castelnau Pierre**, neuropédiatre, Tours

Comment gérer la fatigue compassionnelle chez les soignants ? un guide pratique pour tous les professionnels de santé : . Tous les professionnels de santé sont exposés à ce que l'on appelle désormais la fatigue compassionnelle. Différent du burn-out, ce syndrome également appelé stress par procuration ou trauma vicariant, apparaît lorsque la souffrance des patients contamine insidieusement la psychologie et l'équilibre émotionnel de leurs soignants. Comment repérer les premiers symptômes ? Quelles stratégies pour y faire face et quels principes de prévention simples adopter pour s'en protéger ? Cet atelier pratique permettra de présenter les mécanismes intimes de cette catégorie de troubles, aujourd'hui mieux reconnus, et de proposer des outils de protection indispensables pour tous les soignants exposés. Même en hypnose : " Charité bien ordonnée commence par soi-même "...

- **M. Halfon Yves**, psychologue clinicien – Rouen

"L'hypnose : un outil au service de la psychothérapie" : L'hypnose est un outil en psychothérapie, mais pas une thérapie en soi. Elle permet au patient de suspendre ses croyances limitantes et d'explorer de nouvelles perspectives pour rétablir un équilibre psychique. Lors des séances, l'hypnose aide à traiter les événements passés non résolus en accédant aux ressources internes du patient. Le rôle du thérapeute est de guider ce processus de transformation, en utilisant les émotions et les résistances du patient. L'atelier propose d'apprendre à utiliser l'hypnose pour favoriser un changement durable et la résilience. L'atelier vise à : Comprendre le rôle de l'hypnose en thérapie, Adopter une approche centrée sur la plainte et les désirs du patient, Aider le patient à mobiliser ses ressources pour un changement durable, Utiliser l'état hypnotique pour surmonter les croyances limitantes et favoriser la résilience.

- **Dr Honoré Frédérique**, anesthésiste réanimateur – Biarritz

L'INTUITION : Une merveilleuse qualité dissimulée en chacun d'entre NOUS : Laissons nous inspirer par nous-même : notre intuition est notre meilleur atout, comment s'en rendre compte pour l'utiliser, c'est l'objectif de cet atelier uniquement pratique.

Oser se servir de notre intuition nous dégage de la pression de résultat : Comment allons-nous procéder, exercices d'hypnose intuitive en trinôme : apprendre à utiliser très facilement sa propre intuition en toute simplicité.

- **Dr Josse Claire**, médecin – Amiens

Intérêt des groupes d'apprentissage de l'autohypnose en oncologie. On abordera les symptômes difficiles propres à l'oncologie, on définira l'autohypnose, on mettra des groupes pour travailler des simulations.

- **Dr Meglé Dominique**, psychiatre – Ollioules

Hypnose contre hypnose - La thérapie est un combat

Expérience de misère et de solitude, la souffrance du patient focalise tellement son attention qu'elle le met dans une hypnose pathologique qui entretient et aggrave celle-ci. Exemples. Pour l'en déprendre, le thérapeute doit capter l'attention du sujet plus fortement que ne le fait sa souffrance : alors, le patient se sent rejoint, n'est plus seul, reprend confiance en l'avenir et il est soulagé. C'est une lutte dans laquelle le soignant doit gagner : hypnose thérapeutique contre hypnose pathologique. Qui gagnera, du thérapeute ou de la souffrance ? Limites du bisounours et de la nounouthérapie. Les quatre degrés d'hypnose et les cinq moyens de rendre disponible le patient au soulagement de sa souffrance. Démonstration et exercice.

- **Dr Monnier Agnès**, rhumatologue, Bayonne

Suggestions d'hypnoanalgésie pour un soin douloureux : stylo magique ou gant magique en mode ericksonien en en mode inductions rapides ... 2 méthodes, deux ambiances !

- **Dr Pourchet Sylvain** , médecin, Paris

Les TAC : Modèle de l'avenir souhaité : Pavlov ? tout le monde connaît la notion du "réflexe conditionnel » qui valut à ce grand scientifique son prix Nobel en 1904. Mais qui connaît Nikolai Berstein ? Ses théories contredisantes celles de Pavlov, reçurent moins d'honneur... mais plus de postérité : il est le père de la biomécanique et des théories de l'apprentissage moteur à l'origine de la cybernétique. Les Techniques d'Activation de la Conscience, qui mettent en avant l'activation réciproque de l'esprit et du corps à travers la proprioception, ne pouvaient trouver meilleure inspiration que ce « modèle » de l'avenir souhaité, aujourd'hui confirmés par les derniers travaux des neurosciences...et que nous mettrons en pratique au cours de cet atelier

- **Dr Quin Daniel**, médecin généraliste – Strasbourg

La régression en âge : On appelle régression en âge, le phénomène hypnotique par lequel une personne retrouve des souvenirs oubliés, et, contrairement à l'hypermnésie, se comporte comme si elle se retrouvait et se vivait effectivement à une période passée de sa vie.

On va dans le passé pour y trouver une ressource utile dans le présent en non pas pour l'analyser.

Avant de procéder à la technique de désorientation de MHE, qui consiste à promener le sujet de façon désordonnée dans le temps, il s'agit de familiariser le sujet avec la transe profonde, les apprentissages en transe, comme de parler en transe.

La dissociation des émotions de la cognition, lors de trances fractionnées, permet de reprogrammer un chemin de vie. Les mauvais souvenirs sont ainsi relativisés et la personne peut en tirer d'autres conclusions pour aujourd'hui.

- **M. Sartini Thibault**, cadre de santé, Paris

Les nanos inductions : Les nanos inductions vous permettent d'obtenir un état d'hypnose de façon rapide et efficace. Cet atelier a pour objectif de vous familiariser avec des techniques simples et pratiques que vous pourrez aisément intégrer à votre quotidien professionnel.

La nano induction est une méthode hypnotique qui permet de réduire considérablement le temps nécessaire pour induire la transe hypnotique. Grâce à cette rapidité, le thérapeute évite de générer des résistances chez son patient, permettant ainsi une entrée immédiate et efficace dans l'état hypnotique.

Le cœur de cette approche repose sur la technique du « Yes-set ». Il s'agit de proposer au patient des suggestions directes et indirectes qui induisent systématiquement des réponses positives, tant verbales que non verbales. Chaque réponse affirmative du patient renforce

progressivement son adhésion au processus hypnotique, facilitant ainsi son entrée rapide en transe.

Lors de l'atelier, vous découvrirez comment construire des « Yes-sets » efficaces en utilisant des questions ou des consignes simples qui engagent plusieurs validations successives chez le patient.

- **Dr Sochat Marine**, chirurgien-dentiste - La Baule et

- **Dr Watelet Laure**, médecin urgentiste - Belgique

« Les métaphores en renfort : un véritable jeu d'improvisation pour trouver l'inspiration » : Les métaphores sont de puissants leviers pour annoncer des diagnostics et accompagner les patient-e-s. Celles-ci permettent aussi d'apaiser les émotions et de favoriser des changements positifs. Mais comment les créer de manière fluide et spontanée, parfois en situation d'urgence ou de stress ? Cet atelier interactif de 1h30, animé par une dentiste et une urgentiste, vous propose d'explorer l'art des métaphores à travers des exercices d'improvisation ludiques et dynamiques. Vous découvrirez comment :

- Transformer des situations cliniques complexes en récits inspirants et adaptés à vos patient-e-s,
- Stimuler votre créativité pour générer des images évocatrices sur le vif,
- Utiliser des métaphores simples mais percutantes pour enrichir votre pratique quotidienne.

Venez avec votre curiosité et repartez avec des outils concrets pour renforcer votre relation thérapeutique, quelle que soit votre spécialité. Préparez-vous à jouer, expérimenter... et à improviser !

**Pr Straus Christian**, pneumologue, Paris

Conférence d'ouverture : L'hypnose avant la parole

Le souffle est vital pour la vie biologique, mais aussi pour la vie affective et sociale. Il est dès lors naturel qu'il occupe une place toute particulière dans l'hypnose. Des études récentes suggèrent d'ailleurs qu'elle serait efficace contre la dyspnée, aiguë ou chronique, une souffrance intense et souvent sous-estimée. Quoi d'étonnant finalement lorsque les données scientifiques suggèrent que l'hypnose pourrait bien prendre l'une de ses sources dans la synchronisation respiratoire. Cette dernière n'est pourtant qu'un prolongement du mimétisme dont les études démontrent le rôle bénéfique pour les relations humaines et thérapeutiques. La conférence montrera ainsi que, dans le regard de la science, l'hypnose naît du souffle et du corps bien avant d'émerger de la parole.

Conférence de clôture : Amorcer la parole dans l'hypnose

Si le mimétisme et la synchronisation respiratoire fournissent certaines des fondations les plus solides de l'hypnose, la parole en est une composante naturelle. Les études montrent ainsi que cette dernière agit réellement sur la physiologie aussi bien que sur la cognition. La conférence proposera ainsi une lecture scientifique de certains mécanismes de la suggestion et elle donnera la parole de conclusion à quelques patients.

**Mme Wurz de Baets Marie Clotilde** : psychologue clinicienne – Monaco

DU RECYCLAGE à L'HYPNOSE... : Un atelier pratique pour découvrir comment recycler, en hypnose, l'univers du patient. Cet atelier vous permettra d'enrichir vos pratiques hypnotiques. Il vous apprendra à mettre de l'hypnose au cœur de ce qui fait de plus en plus partie du quotidien de nos patients : les short vidéos des réseaux sociaux, les expressions avec l'hypnose corporelle, les ateliers thérapeutiques, savoir que faire des images et des ressentis du thérapeute ... etc. Un melting-pot où rien ne se perd et tout se transforme.

À travers des exemples concrets et des expérimentations, nous explorerons comment intégrer ces éléments hétéroclites dans le processus hypnotique. Venez découvrir et tester une autre façon de rencontrer l'autre en hypnose — une hypnose vivante, profondément créative. Une Hypnose au service de nos patients d'aujourd'hui.