

# HYPNOSE CHEZ L'ENFANT

## LE JEU DU « COMME SI »

Chantal Wood, Antoine Bioy

L'hypnose est un outil fabuleux lorsqu'on travaille avec les enfants. En effet, l'enfant est déjà dans un monde imaginaire et va pouvoir adhérer d'autant plus facilement à ces techniques et apprendre à faire face à sa douleur ou ses problèmes.

Dans notre hôpital, l'hypnose est largement utilisée par un bon nombre des soignants : l'équipe de l'Unité d'évaluation et de traitement de la douleur ; les infirmières des différents services qui utilisent des techniques d'imagerie visuelle lors des soins ; mais aussi dans les services de chirurgie, pour les soins dentaires, pour la chirurgie plastique et pour la kinésithérapie précoce des enfants infirmes moteurs cérébraux qui sont opérés en multisites.

Cette technique est aussi utilisée lors d'hospitalisations de jour pour les soins douloureux ou pour les échanges transfusionnels.

Pour cela, nous avons mis en place différentes formations : une formation sur la douleur en général d'une durée de 3 jours, dont une journée est réservée à l'hypnose et au toucher massage, une formation longue en hypno-analgésie sur une période de 2 ans (IFH), une formation courte en hypno-analgésie sur une période de 7 jours (IFH avec A. Bioy), une formation de 4 heures pour les brancardiers sur la douleur et les techniques de communication et distraction.

### QUELLE DÉFINITION DONNE-T-ON À L'HYPNOSE ?

Au 10<sup>e</sup> Congrès de l'Association internationale pour l'étude de la douleur (IASP), Ronald Large donnait la définition suivante : « 1. Un sentiment de détente et de relaxation (un laisser-aller des tensions ou l'impression de devenir détendu). 2. Une attention soutenue et une absorption centrée ou focalisée sur une ou plusieurs cibles. 3. Une

absence de jugement, de contrôle et de censure. 4. Une suspension de l'orientation temporo-spatiale habituelle et du sens de soi. 5. L'expérience d'un accès à des réponses automatiques (sans effort, ni délibération). »

Il existe une forte interrelation entre ces différents éléments, c'est-à-dire que la relaxation produit le substrat qui permet l'apparition des critères de l'attention relevés au point 2. L'état en question est naturel, puisqu'il peut se produire dans des contextes de fascination (jeux vidéo, observation des ondulations de l'eau ou du mouvement de va-et-vient des vagues, etc.). On passe dans ces situations d'une forme active de concentration à une forme passive, qui vient modifier la perception de l'attention et qui génère la troisième caractéristique de l'état hypnotique citée. Ainsi, les suggestions hypnotiques seront plus facilement acceptées par le patient. L'induction hypnotique ainsi créée donne accès aux critères 4 et 5. A noter que la désorientation temporo-spatiale est variable selon le degré de profondeur de l'état hypnotique. Durant ce temps, si l'hypnothérapeute suggère une sensation ou une absence de sensation, le sujet s'identifie simplement et automatiquement à ce qui est suggéré, et le fait sans effort. Ceci permet l'incorporation de suggestions hypnotiques dont cel-

CHANTAL WOOD

Médecin pédiatre, anesthésiste-réanimateur, responsable de l'Unité d'Évaluation et de Traitement de la Douleur de l'Hôpital Robert Debré à Paris. Enseignante (DU et Capacité Douleur, DIU de Soins Palliatifs) et formatrice à l'Institut Français d'Hypnose et l'Association Française d'Hypnose.

Traductrice d'Allison Twycross, Antony Moriarty et Tracy Betts.



Chantal Wood

### BIBLIOGRAPHIE

*Prise en charge de la douleur de l'enfant : une approche multidisciplinaire*, Abrégés Masson, 2002.

chantal.wood@rdb.aphp.fr

ANTOINE BIOY

Maître de Conférences en Psychologie Clinique à l'Université de Bourgogne, psychologue clinicien et hypnothérapeute au CHU Bicêtre (Unité Douleur et Soins Palliatifs). Administrateur de la Société Française d'Étude et de Traitement de la Douleur (SFETD), fondateur du Groupe d'Hypnose Clinique (CHU Bicêtre) et formateur à l'Institut Française d'Hypnose.



Antoine Bioy

### BIBLIOGRAPHIE

Co-auteur de *Souvenirs d'anorexie, dialogue entre une mère et sa fille*, 2006, éditions K&B.

*Agressions et maltraitements*, 2006, Masson.

*Se former à la relation d'aide*, 2003, Dunod.

antoine.bioy@bct.aphp.fr