

Aspects relationnels

Communication hypnotique = technique de communication dérivée de l'hypnose clinique s'effectuant par du **contenu verbal** (mots) et par du **non-verbal** (attitudes, gestuelle, intonation de la voix, etc.)

Communication verbale



Mots dés-identifiés

Mots qui renvoient à la distinction entre « être quelque chose » et « avoir quelque chose »

Ex. : L'enfant a un stress. ✓
L'enfant est stressé. ✗

Mots simples

Mots qui seront compris par l'enfant et appropriés à son âge développemental

PAS de jargon médical

Ex. : Tristesse ✓
Détresse ✗

Mots positifs

Mots qui ont un impact positif sur l'enfant tant au niveau physique qu'émotionnel

Ex. : Chercher la détente ✓
Gérer le stress ✗

RECADRAGE = Recadrer son langage pour modifier le sens de l'expérience désagréable

- Utiliser des mots positifs
- Éviter des mots négatifs avec une négation

Ex. : « ça va bien se passer », « ça va te soulager », « ça va te soigner » ✓
« ça ne va pas faire mal » ✗



SUGGESTION = amener une idée au patient pour qu'elle soit acceptée sans forcer

Choisir les bonnes suggestions
Émettre les bonnes suggestions



MÉTAPHORES = analogies imagées qui vont aider l'enfant à atteindre un objectif

Ex. : Détente = expérience dans un spa et utilisation de mots comme « relaxation », « bien-être », etc.

Communication non-verbale



Sons environnants

Insistance sur les mots
Pauses dans le discours
Silences dans la relation
Ton de la voix

Proximité dans la relation
Positionnement du corps

Contact corporel

Contact visuel
Mouvements de tête
Émotions du visage
Mouvements des mains

SYNCHRONISATION = observer les comportements du patient et les reproduire de façon discrète

- Donner l'impression au patient qu'on est dans le même état d'esprit que lui
- Créer une confiance

L'intervenant doit être comme un caméléon!



PACING = marcher dans les pas de l'autre

Ex. :

- Calquer la respiration du patient
- Adopter un comportement en miroir
- Adopter le vocabulaire de l'enfant
- etc.



LEADING = reprendre la direction en emmenant le patient où l'on souhaite l'emmener

Ex. :

- Proposer une respiration plus calme
- Permettre au patient de se représenter le soin autrement
- etc.

Endroit agréable

Technique de l'endroit agréable = proposer à l'enfant de visiter un endroit en faisant appel à ses cinq sens et son imaginaire

VAKOG = Visuel, Auditif, Kinesthésique, Olfactif et Gustatif

- Proposer à l'enfant de visiter l'endroit agréable à l'aide de ses cinq sens (dans la mesure du possible)
- Demander à l'enfant : de **voir** ce qui est autour de lui; d'**entendre** l'ambiance sonore de l'endroit; de **sentir** les odeurs agréables; de **ressentir** la température; de **goûter** les saveurs de certains aliments

Pendant la séance :

- (1) **Maintenir un regard soutenu** de l'enfant afin de focaliser son attention et maintenir une présence rassurante
- (2) **Parler beaucoup** afin de maintenir l'attention de l'enfant sur l'expérience
- (3) **Focaliser l'enfant sur un autre sens que le toucher** (pendant la procédure) tout en insistant sur la suggestion de bien-être et de détente

Séquence d'une séance de soin avec la technique de l'endroit agréable



1. Introduction de l'endroit agréable


- Aider l'enfant à trouver son endroit agréable
- Poser des questions afin que l'enfant précise l'endroit qu'il a à l'esprit

Ex. : « *Tu sais que tout le monde a un endroit agréable qu'il aime visiter dans sa tête pour se sentir bien. Et toi, en as-tu un ?* »



2. Enrichir les expériences avec le VAKOG

- Inviter l'enfant à faire comme s'il était dans cet endroit et vivait une aventure
- Interroger :
 - **Visuel** (Ex. : « *Regarde l'endroit avec tes yeux. Décris-le-moi.* »)
 - **Auditif** (Ex. : « *Entends-tu les sons de l'endroit ?* »)
 - **Kinesthésique** (Ex. : « *Et la température ? Fait-il frais ? Fait-il chaud ? C'est agréable ?* »)
 - **Olfactif** (Ex. : « *Et les odeurs ? Est-ce que ça sent bon dans cet endroit ?* »)
 - **Gustatif** (Ex. : « *Est-ce que tu manges quelque chose de salé dans cet endroit ? De sucré ? Certainement quelque chose de bon.* »)



3. Focaliser l'attention de l'enfant et pratique de la procédure

- Prendre la direction de la situation (*leading*)
- Faire preuve de créativité
- Raconter une histoire dans l'endroit
- Demander à l'enfant de participer et d'intervenir pour compléter l'histoire
- Effectuer la procédure au moment le plus propice lors de l'évocation du kinesthésique
 - Observer si l'enfant est inspiré par l'aventure (raconte la suite de l'histoire ou est très attentif à l'histoire)



4. Fin du soin : préparation de la séance suivante

- Terminer l'histoire
- Proposer à l'enfant de réfléchir à une autre histoire dans cet endroit (ou un autre) pour la prochaine séance
- Expliquer qu'on vivra une autre expérience la prochaine fois qu'on se verra