

## 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.

## Gant magique

**Technique du gant magique** = suggérer à l'enfant que son bras est protégé par une protection imaginaire

**Désensibilisation sensorielle** = permettre une réduction de la perception (bruits environnants, odeurs, goûts, kinesthésique)

- Pour réduire la douleur : proposer au patient de percevoir différemment la sensation du toucher
- Il faut : utiliser des suggestions visant à **modifier la sensation kinesthésique**; utiliser des **mots positifs**; permettre à **ces mots d'avoir la première place** chez l'enfant et de **modifier ses perceptions**

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 la suggestion du bras protégé par le gant** (pendant la procédure) tout en insistant sur la suggestion de bien-être et de détente

### Séquence d'une séance de soin avec la technique du gant magique



#### 1. Introduction du gant magique

- Expliquer à l'enfant qu'on va lui apprendre le gant magique et que ça va l'aider à changer les sensations de son bras
- Éviter de dire à l'enfant qu'il ne ressentira aucune douleur (les suggestions avec une négation génèrent du stress)
- Demander au patient de mettre sa main (ou son bras) dans la nôtre
- S'assurer que le patient a relâché son bras en prenant le poids de ce bras dans notre main



#### 2. Présentation du gant magique à l'enfant

- Demander à l'enfant le type de gant magique qu'il aimerait avoir et de nous le décrire
- Faire semblant de sortir le gant magique décrit par l'enfant de notre poche et le mettre sur sa main
- Commencer avec les doigts de l'enfant en les caressant avec la paume de notre autre main avec de douces caresses jusqu'au poignet (ou la zone cubitale)
- S'assurer d'avoir bien délimité la fin du gant à chaque caresse pour chaque doigt de la main
- Effectuer ces caresses plusieurs fois en parlant sans cesse à l'enfant pour qu'il imagine le gant sur son bras



#### 3. Désensibilisation du bras et pratique de la procédure

- Parler du processus pendant qu'on place le gant magique
- Presser doucement le haut du bras après la dernière caresse
- Tester le gant magique
  - **Main sans gant** : appuyer sur le dos de la main et dire que ceci est une pleine sensation de 10
  - **Main avec le gant** : appuyer sur le dos de la main et demander au patient d'évaluer la sensation sur 10 ( $\leq 5$  = parfait)
- Si le nombre est élevé : répéter les caresses et tester à nouveau
  - $< 10$  : renforcer le patient et effectuer la procédure



#### 4. Fin du soin

- Retirer le gant magique lorsque la procédure est terminée en caressant le bras dans le sens inverse
- S'assurer que la pleine sensation est revenue dans la main
- Demander au patient de se frotter les mains comme s'il était en train de les laver afin de normaliser les sensations
- Continuer jusqu'au moment où le patient confirme que les sensations sont bien revenues