

# Manuel Rel@x



Formation à la communication hypnotique

*Partie 2*

*Aspects techniques*

## Le gant magique



# 1

## Introduction

Technique du gant magique



# Introduction



Suite à la relation de synchronisation créée avec l'enfant, l'intervenant est prêt à utiliser des techniques de communication hypnotique pour atteindre son objectif : réduire la sensation douloureuse et la détresse procédurale des gestes médicaux effectués sur son jeune patient. Ce manuel a pour but d'introduire le gant magique.

**Le gant magique** est très utilisé dans l'accompagnement hypnotique. Cette technique permet au patient de s'imaginer un gant protecteur autour du bras et ainsi réduire les sensations désagréables lors d'une procédure de soin douloureuse.



# Objectifs



Le projet Rel@x a pour objectif principal d'entraîner des infirmiers(ères) à des techniques simples de communication hypnotique, leur permettant ainsi de les intégrer dans leur pratique quotidienne. De cette manière, ce projet vise à réduire la douleur procédurale et la détresse associées à des soins invasifs pratiqués quotidiennement en pédiatrie.

Le manuel « **technique du gant magique** » a pour objectif principal de former l'intervenant au protocole utilisé dans l'utilisation de la technique du gant magique pour réduire la douleur de l'enfant.

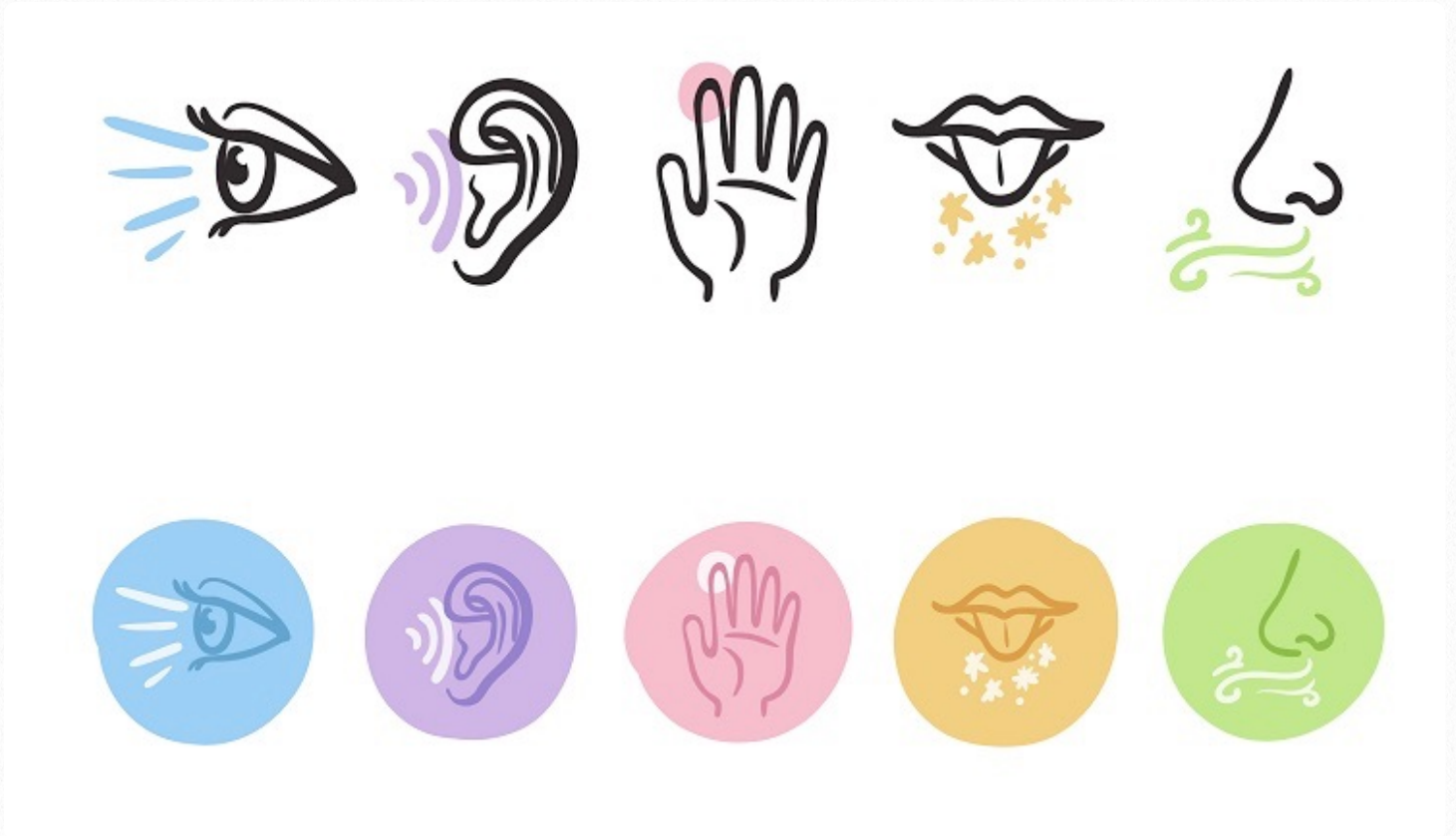
# 3

## La désensibilisation

Désensibilisation sensorielle



# La désensibilisation



La **désensibilisation sensorielle** permet une réduction de la perception par la communication hypnotique. Il est donc possible de réduire la perception du patient quant aux bruits environnants, aux odeurs, aux goûts et au kinesthésique. Pour réduire la douleur, il est donc très utile d'utiliser ce phénomène en proposant au patient de percevoir différemment la sensation du toucher.

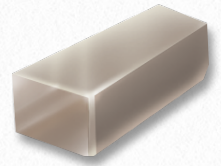
## Comment ?

- En utilisant des suggestions qui visent à modifier la sensation kinesthésique.
- En utilisant des mots positifs (voir le manuel sur les aspects relationnels) ayant un rôle majeur pour ces techniques.
- En permettant à ces mots d'avoir la première place chez l'enfant et de modifier ses perceptions.

# La désensibilisation

## Exercice en duo

Demandez à votre partenaire de fermer les yeux et de centrer son attention sur la main de son choix. L'objectif de cet exercice est de donner le sentiment que cette main est insensible.



**VERBATIM** : Ferme les yeux et concentre-toi sur ta main (droite ou gauche) ... sur cette main (la toucher). C'est très bien. Imagine que cette main (la toucher) est comme une barre métallique, une barre de fer ... qu'elle devient dure et lourde, très lourde. C'est très bien ! Tu peux derrière tes yeux fermés imaginer cette barre de fer (touchez la main). Lui donner une couleur, une taille. C'est peut-être comme un tuyau ou comme un ... (énumérez des objets en fer). C'est parfait ! Voilà ! Laisse cette barre de fer (touchez la main) devenir plus dure, plus lourde, plus insensible. Tu fais cela parce que tu as envie d'apprendre comment on peut faire pour désensibiliser ! Parce que tu as envie d'apprendre, tu peux vraiment laisser-faire, laisser cette barre de fer (touchez la main) devenir de plus en plus insensible, de plus en plus dure, de plus en plus lourde... (Répétez sans cesse ces suggestions en touchant la main).

Notes :

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



# 4

## La créativité de l'enfant

Gant magique



# L'enfant peut s'absorber dans son imaginaire



Chacun d'entre nous avons de la créativité. On a tous la possibilité d'inventer une histoire et d'imaginer qu'une partie de notre corps soit protégée par une armure ou quelque chose d'indestructible. Lorsque l'on est enfant, on peut s'imaginer être un superhéros ou une princesse par exemple, avoir des superpouvoirs. Enfants, nous avons tous imaginé être quelqu'un d'autre ou être un autre personnage.

L'utilisation de la technique du gant magique utilise cette créativité de l'enfant. Elle permet ainsi d'imaginer une protection sur le bras, qui empêchera l'enfant de ressentir la sensation désagréable, un peu comme un superhéros peut être protégé par son armure. Voyons à présente comment l'intervenant pourrait-il faire pour faciliter la perception de ce gant au patient.

# L'enfant peut s'absorber dans son imaginaire

## Exercice en duo

Demandez à votre partenaire de fermer les yeux et d'imaginer une expérience où il serait un aventurier. Demandez à votre partenaire de raconter avec le plus de détails l'aventure qu'il est en train de vivre en suivant le verbatim suivant.

**VERBATIM:** Ferme les yeux et ne fais rien. Laisse juste venir à ton esprit une histoire ... Celle où tu serais comme un(e) aventurier(ère) ou un(e) prince(esse), ce que tu préfères être ... c'est toi qui décides. N'essaye surtout pas de forcer, laisse venir à ton esprit une histoire, comme cela ... naturellement ... un peu comme si tu étais devant ta télévision et que tu te mettais dans la peau de (reprendre le choix de l'enfant) que tu es en train de regarder .... Voilà .... Très bien. Sans rien faire. Juste laisser-faire. Laisse venir cette histoire à ton esprit. Et dès que tu as le scénario en tête .... que tu t'imagines être ce personnage ... ce (préciser) ... alors décris moi en détail ce que tu es en train d'expérimenter ... raconte-moi cette histoire fabuleuse .... cette aventure bien réelle dans ton esprit, voire même très agréable. Prends ton temps ... simplement, indique-moi le moment où tu seras prêt à me raconter, à partager avec moi cette créativité.

Posez des questions au fur et à mesure à votre partenaire afin de lui permettre de vous raconter la scène qu'il est en train de vivre.

Notes :

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

# 5

## Le gant magique dans la communication

Technique du gant magique



# Le gant magique dans la communication



Dans le cadre d'une ponction, la technique dérivée de l'hypnose présentée dans ce manuel peut être utilisée par l'intervenant sous la forme d'une communication. Dans ce cas, l'intervenant utilise la même configuration que celle décrite précédemment et suit les recommandations suivantes :

- 1 – L'intervenant **maintient un regard soutenu** de l'enfant afin de focaliser son attention et maintenir une présence rassurante.
- 2 – L'intervenant **parle** afin de maintenir l'attention de l'enfant sur l'expérience.
- 3 – Lors de l'injection, l'intervenant focalise l'enfant sur la **suggestion du bras protégé par le gant** tout en insistant sur la suggestion de bien-être et de détente.

# Le gant magique dans la communication

## Scénario de la séance

Le script a été adapté d'une vidéo disponible sur internet par Leora Kuttner.

### Introduction du gant magique

« *J'ai un gant magique pour que ton bras soit bien protégé et qu'il ne ressente rien. Es-tu d'accord pour que je t'explique pourquoi il est magique ?* » L'intervenant explique au patient qu'il va lui apprendre le gant magique en lui précisant que cela va l'aider à changer les sensations de son bras. Il est important d'éviter de dire « *tu ne ressentiras aucune douleur* », car les suggestions avec une négation génèrent du stress comme discuté dans la formation aux aspects relationnels.

Si le parent est présent, l'intervenant leur explique également qu'ils vont utiliser cette stratégie pour le soin.

Ensuite, l'intervenant demande au patient de mettre sa main/son bras dans la sienne et lui suggère « *Détends-toi dans ma main.* » L'intervenant s'assure que le patient a relâché son bras en prenant le poids de ce bras dans sa main.

### Présentation du gant à l'enfant

L'intervenant demande au patient « *Quel type de gant magique aimerais-tu avoir ? Pourrais-tu me le décrire ?* » Il laisse la créativité du patient faire ce travail d'imagination.

Ensuite, l'intervenant fait semblant de sortir le gant magique décrit par le patient de sa poche et le met sur sa main. Il commence avec les doigts du patient puis en les caressant en utilisant la paume de son autre main avec de douces caresses, jusqu'au poignet ou dans la zone cubitale. L'intervenant s'assure d'avoir bien délimité la fin du gant à chaque caresse et cela pour chaque doigt de la main. Il effectue ces caresses plusieurs fois en parlant sans cesse à l'enfant pour qu'il imagine le gant sur son bras.

### Désensibilisation du bras

L'intervenant affirme l'attention sensorielle en parlant du processus pendant qu'il place le gant magique. « *Cela te protégera afin que tu sois au courant de ce qui se passe, mais ne sois pas dérangé par la procédure ... Faisons-le confortable ... Pendant que je mets le gant, tu ressens que cela change, que ton bras est protégé, que tu seras bien protégé par quoi que ce soit ... Ressens-tu à quel point ta main est protégée* ». L'intervenant rappelle sans cesse ces mêmes phrases durant la mise en place du gant magique.

À la fin de la dernière caresse, l'intervenant presse doucement le haut du bras. Il indique « *voilà, le gant magique est bien en place. Maintenant que tu as ton gant magique, tu remarqueras que tu ne seras plus aussi dérangé. Que cela se passera très bien. Que ce sera confortable* ».

# Le gant magique dans la communication

Il est maintenant temps de tester le gant magique : « on va tester le gant pour voir comment tu es bien protégé ». En commençant par la main non gantée et en utilisant un crayon pointu, l'intervenant appuie 3 fois sur le dos de la main en disant : « Ceci est une pleine sensation parce qu'il n'y a pas de gant magique, alors c'est 10. » En appliquant une pression égale, il teste la main avec le gant magique. Il demande au patient d'évaluer la sensation sur 10. Tout 5 ou moins est parfait.

Dans le cas où le patient donnera un nombre plus élevé, l'intervenant dit : « Assurons-nous que le gant est bien en place et bien ajusté » et répète les caresses de main avec sa paume, 3 ou 4 fois. Ensuite, il teste à nouveau. Souvent, il y aura une diminution supplémentaire de la sensation. Quel que soit le nombre que le patient dit (tant qu'il est inférieur à 10), l'intervenant renforce en disant « Bien ! »

## Pratique de la procédure

Maintenant que le gant magique est en place, l'intervenant peut effectuer la procédure. Ici, si nécessaire, l'intervenant va ajouter une autre focalisation de l'attention en invitant le patient à parler de son gant magique et le décrire. Pendant la procédure, il ajoute en rappelant « Remarque comment ce gant te protège ! » Il continue à caresser le bras pour ajuster le gant si nécessaire.

## Fin du soin

L'intervenant retire le gant magique lorsque la procédure est terminée. Il le fait en caressant le bras dans le sens inverse. Il s'assure que la pleine sensation est revenue dans la main. Il demande au patient « frotte-toi les mains comme si tu étais en train de les laver » afin de normaliser les sensations. Il continue cela jusqu'au moment où le patient confirme que les sensations sont bien revenues.

## Résumé de la technique



# 6

## Conclusion

Technique du gant magique



Suite à la mise en place d'une relation synchronisée et l'utilisation de la technique du gant magique,

- l'intervenant est capable de désensibiliser le bras de l'enfant.
- Il peut permettre à l'enfant de vivre plus sereinement la procédure douloureuse.

Il est important que l'intervenant s'entraîne afin de rendre cette technique plus automatique et naturelle.



# Manuel - Gant magique

© David Ogez, Jennifer Aramideh et Serge Sultan, CHU Sainte-Justine