

# Hypnose - M3 : prise en charge de la douleur physique et psychologique (M1 prérequis)

## Contexte

---

La pratique de l'hypnose prend de plus en plus de place dans la prise en charge des patients et résidents dans les établissements de santé. De nombreuses études cliniques montrent l'intérêt thérapeutique de l'hypnose. Intégré au soin, le processus hypnotique est précis. Il ne s'improvise pas et nécessite d'être pensé en équipe pluriprofessionnelle et justifie, en conséquence, le développement de compétences spécifiques pour assurer une prise en charge sécurisée.

Cette pratique n'étant pas réglementée et ne faisant l'objet d'aucun contrôle d'instances, comme c'est le cas pour les médecins ou les infirmiers responsables devant leurs Ordres, la formation des professionnels étant amenés à pratiquer l'hypnose est d'autant plus importante. C'est dans cette optique que les instances régionales de l'ANFH ont décidé de mettre à disposition de nos établissements adhérents une offre de formations sur les techniques de l'hypnose au service du soin.

## Objectifs

---

- Déterminer les pratiques hypnotiques les plus adaptées en fonction des différents types de douleur (de l'hypnose conversationnelle à la transe profonde)
- Connaître les principes d'hypnosédation et leurs impacts positifs
- Connaître les outils d'évaluation de la douleur
- Découvrir le champ d'intervention des techniques d'hypnose et leurs limites
- Connaître les spécificités de la prise en charge de l'enfant / adolescent
- Être capable d'élaborer une charte éthique sur les bonnes pratiques de l'hypnose dans la prise en charge

## Renseignements complémentaires

---

**Contact :** Pôle Formation - [rhone.formation@anfh.fr](mailto:rhone.formation@anfh.fr)

## Programme

---

### JOUR 1 :

- Les différents types d'hypnose thérapeutique et leurs principes d'application : Hypnoanxiolyse / Hypnoanalgesie / Hypnosédation / Hypnothérapie
- La douleur et l'hypnose
- Les outils d'évaluation de la douleur en milieu hospitalier

- Spécificités, intérêts et limites des différentes approche hypnotiques
- La prise en charge de la douleur et de l'anxiété en contexte pédiatrique

## **JOUR 2 :**

- Les techniques d'hypnose opérationnelles et adaptables :
  - Les suggestions de protection et d'analgésie
  - Les suggestions de réification de la douleur (dimension physiologique et psychologique)
- De l'hypnose conversationnelle à la transe profonde en hypnose formelle : « j'adapte mon hypnose »

## **JOUR 3 :**

- Analyse de la pratique et des travaux d'intersession
- Quelle hypnose pour quelle douleur, quel objectif et quel contexte de soin : stratégie et pertinence clinique
- Atelier réflexif : élaboration d'une charte de bonnes pratiques en hypnose thérapeutique

### **Public**

**Agents issus des établissements sanitaires, sociaux et médico-sociaux (professionnels impliqués dans la gestion de la douleur)**

**Exercice  
2026**

**Nature  
AFC**

**Organisé par  
INSTITUT FRANCAIS D'HYPNOSE**

**Durée  
21 heures**

**Typologie  
Formation continue ou Développement des connaissances et des compétences**