

JUILLET 2020 / VOLUME 12 / 19€

WWW.DUNOD.COM

TR^aNSES

LA REVUE DE L'HYPNOSE ET DE LA SANTÉ

PRATIQUES CLINIQUES

HYPNOSE POUR
CÉSARIENNE

PROXÉMIE :
HABITER SON CORPS

DOSSIER

LA COMMUNICATION THÉRAPEUTIQUE

LE BIOFEEDBACK DE
VARIABILITÉ CARDIAQUE

HYPNOSE
ET ORTHOPHONIE

DUNOD

Éditorial Transes 12

L'hypnose est-elle écologique ?

L'éclosion de la crise du Covid, et ses liens fortement présumés avec la mise en danger environnementale de notre planète réactivent d'une manière renouvelée une question déjà ancienne : l'hypnose est-elle écologique ?

Parmi les différents courants de sa pratique, un examen le plus simple de cette question peut concerner l'hypnose éricksonienne. On connaît la grande proximité qu'Erickson vivait avec la nature, l'importance qu'il y accordait dans sa vie et dans sa pratique thérapeutique, à la fois pendant ses séances et sous forme de tâches à accomplir avant le début de la thérapie (l'ascension du célèbre Squaw Peak), pendant, et à la fin (le cas célèbre également de la dame aux violettes¹).

Façon d'aller à la rencontre de notre inconscient, la fréquentation de la nature, en imagination hypnotique ou dans la réalité, était pour Erickson un moyen de se reconnecter avec le bon sens, une intelligence concrète, tout comme une créativité souterraine, comme Roustang a pu aussi l'envisager en termes de veille généralisée. Concernant la symbolique des animaux en thérapie, je m'étais entendu dire – par un formateur éricksonien ; je ne me rappelle plus malheureusement lequel – : « Si tu veux utiliser la symbolique des animaux, commence par savoir comment l'animal vit, mange,

évacue, etc. » Ce propos, dont j'atténue la crudité, m'avait frappé de façon salvatrice et fait décider, moi qui m'y étais peu intéressé jusque-là, de commencer une étude du règne animal. Une démarche qui bien évidemment n'est pas encore terminée aujourd'hui. Je ne faisais que mettre mes pas à côté de ceux de Patrick Bellet, passionné par le végétal, arbres et plantes, herbes folles.

D'un point de vue livresque, on devra se référer à la célèbre « écologie de l'esprit² » de Grégory Bateson, ami pas très proche d'Erickson – son épouse de l'époque, la célèbre anthropologue Margaret Mead l'étant davantage. De lecture difficile, on complètera la démarche par le visionnage du beau film de sa fille Nora « *An ecology of Mind*³ », dont on ne sera pas étonné de voir qu'il se déroule constamment dans la nature.

Sous un autre angle, celle de l'écologie des relations entre les humains, l'hypnose d'orientation écologique prend sa source à la suite de Puysegur, plus qu'à celle de Mesmer, trop mondain. L'attention qu'il accorde, le crédit qu'il prête aux paroles d'un petit paysan analphabète fait du marquis l'ancêtre d'Erickson et de nous tous qui, avec François Roustang⁴, mettons nos pas dans les siens. Tout comme dans ceux de Joseph Philippe François Deleuze, naturaliste-assistant au



Thierry Servillat est psychiatre, ancien chef de clinique assistant des Hôpitaux. Il exerce au Centre Interdisciplinaire de Thérapie Intégrative à Rezé, dans la banlieue nantaise. Il y dirige l'Institut Milton H. Erickson (RIME44).

1. Haley J. *Un thérapeute hors du commun* [1973], Paris : Desclée de Brouwer ; 2007.

2. Bateson G. *Vers une écologie de l'esprit*, [1972], 2 tomes, Paris : Points Essais ; 1995.

3. Bateson N. *An Ecology of Mind*, Bullfrog Films, 2011.

4. Roustang F. *Qu'est-ce que l'hypnose ?* [1994], Paris : Minuit ; 2003.

Museum d'histoire naturelle de Paris et auteur majeur concernant le magnétisme animal.

On sait combien, alors qu'en ces temps d'épidémie de nombreux soignants ressentent le besoin de prendre soin d'eux tout comme de leurs patients en se servant notamment des apports de l'hypnose et de l'autohypnose, l'intégration de celle-ci dans le fonctionnement d'un service ou d'une institution est amenée à modifier le fonctionnement de ces derniers. Comment l'hypnose facilite les liens inter humains au sein des soignants, et bien sûr entre soignants et soignés. Comment le

partenariat avec les familles est favorisé ? Comment une coopération peut-elle s'établir ? Qui reconnaît à chacun les compétences et les domaines de décision ?

La question du caractère écologique de l'hypnose mériterait un long dossier. Mais il y a urgence et pour cela, disons-le clairement : conjointement à de nombreuses autres approches, l'hypnose thérapeutique est fondamentalement écologique et peut contribuer grandement au sauvetage de notre planète ainsi qu'à une indispensable rénovation du système de santé qui doit se mettre en place rapidement.

Sommaire

Éditorial

Thierry Servillat

1

Trances Lucide

Une étude et un bilan

Antoine Bioy, Rémi Etienne, Silvia Morar

5

Libre court

Embodiment et Hypnose

Marie-Anne Jolly

9

Trances Formation

Hypnose pour césarienne en urgence

Arnaud Gouchet

17

Proxémie : habiter son corps, habiter le « non », et poser ses limites

Julie De Bouteiller

19

Trances Action

Retour vers le présent : comment utiliser le futur en autohypnose pour répondre aux questions du présent

Isabelle Federspiel

22

Trances Mission

Être à la page

Nicolas Gouin, Christian Barbier, Rémi Étienne et Antoine Bioy

25

DOSSIER : LA COMMUNICATION THÉRAPEUTIQUE

De la difficulté à communiquer

Arnaud Gouchet

30

La communication professionnelle en santé

Claude Richard

et Marie-Thérèse Lussier

33

Sémantique générale et communication thérapeutique

Jane Turner et Bernard Hévin

45

La relation (thérapeutique) au service du paradoxe ou le paradoxe au service de la relation (thérapeutique) ?

Irène Bouaziz

56

La communication en soins palliatifs

Karine Didi

67

Trances Culturel

Il fait parler les murs

Marielle Paravano

76

Trances Figure

Madeleine Richeport-Haley

Jean-Claude Lavaud

80

Trances Codeur

Le biofeedback de variabilité cardiaque.

Résonance ou cohérence du cœur

Dominique Servant

86

Libre court

Quand l'hypnose Transe-forme l'orthophonie

Blandine Rossi-Bouchet

93

Libre court

Quand de l'or jaillit de la psychothérapie...

Frédérique Menard

102

Trances Sport

Pierre Bouillon

112

La force de la conviction est aussi une question de synchronisme

Trances Paraître

Les leviers du changement

Bogdan Pavlovici

118

Trances Versales

HYPNO-CONTEX®

Patrick Bellet

121

Trances sur le net

Pierre-Henri Garnier

124

Trances Paraître

Marie-Anne Jolly

125

Trances Humances

126

Ateliers pratiques **Ipnosia.fr rubrique « événements »**



Christine Chalut-Natal Morin, sage femme
Le Périnée : au coeur du temple
Paris, 18 et 19 septembre 2020

Dr Silvia Morar, neurochirurgien
*Apports de la neurophysiologie de l'hypnose à la
pratique clinique - Paris, 25 et 26 septembre 2020*



Emmanuel Soutrenon, psychologue
Hypnose et tabac - Apprendre à faire du sur-mesure
Paris, 21 et 22 novembre 2020

Dr Nicolas Gouin, psychiatre
Pierre-Henri Garnier, psychologue
Le réveil créatif! - Nantes, 9 octobre 2020



Gaston Brosseau

*« L'hypnose 2.0 : Savoir explorer l'inventivité
de votre patient en lui proposant de
l'accompagner dans des exercices qui
sollicitent sa stimulation sensorielle pour le
ramener instantanément en temps présent »*



Bordeaux - 23 & 24 octobre 2020
*« Hypnose 2.0 :
en route vers le silence thérapeutique »*

Renseignements : secretariat@ipnosia.fr et ipnosia.fr

Une étude et un bilan

Ce trimestre, votre rubrique est inédite puisque nous vous présentons une étude encore non publiée¹. Il faut dire que les résultats en sont intéressants, car inattendus !

Une étude !

Contexte

Le patch cutané commercialisé sous le nom de QUTENZA est à forte concentration de Capsaïcine (8%) - composant responsable du goût épicé des piments. Il est indiqué pour le traitement des douleurs neuropathiques périphériques chez les adultes non diabétiques, seul ou en association avec d'autres antalgiques. La douleur aiguë ressentie pendant et après la procédure peut être soulagée par des méthodes de refroidissement local et des analgésiques par voie orale, mais cette douleur demeure néanmoins intense. La question qui se posait était de savoir si l'hypnose, *via* un message hypnotique standardisé, permettrait d'augmenter la tolérance locale du traitement lors de l'application du patch. Il n'existe en effet aucune étude publiée à ce jour, pouvant confirmer ou infirmer cette hypothèse.

L'équipe de recherche de l'Institut de Cancérologie de Lorraine a comparé

la douleur et l'anxiété induites par le patch de QUTENZA® selon trois modalités de prise en charge : pose de patch selon la procédure standard (groupe Standard), pose de patch selon la procédure standard accompagnée d'un message hypnotique standardisé (groupe Hypnose), pose de patch selon la procédure standard accompagnée par de la musicothérapie (groupe Musique). La douleur et l'anxiété étaient évaluées par une échelle numérique (EN), graduée de 0 = absence de douleur/d'anxiété à 10 = douleur intolérable/anxiété très élevée. Les mesures étaient recueillies juste avant et juste après la pose du patch ainsi qu'au moment de son retrait.

Détermination du nombre nécessaire de sujets

L'étude prospective randomisée est proposée aux patients ayant déjà bénéficié d'au moins une application de patch QUTENZA® et dont l'indication est à nouveau posée par un médecin spécialisé dans les soins de support du SSISSPO (Service Interdisciplinaire



1



2



3

1. Étude élaborée et menée par : Rémi Étienne, Myriam Laurent, Dr Hubert Rousselot, Dr Aline Henry, Pr Antoine Bioy, Julia Salleron, Dr Nathalie Crétineau.

de Soins de Supports pour les patients en Oncologie) de l'institut. Les hypothèses retenues pour déterminer le nombre de patients nécessaires étaient d'une part que la douleur moyenne après l'application du patch pouvait être estimée à 6 avec un écart-type de 2 (Backonja M, 2008 ; Irving GA, 2011) et qu'une différence de 2 points ou plus de douleur, pouvait être considérée comme pertinente sur le plan clinique (Backonja M, 2008). Ainsi, 69 sujets au total ont été recrutés².

Résultats

Vingt-trois patients par groupe ont donc été analysés. Pour le groupe Hypnose, (23 patients), le message hypnotique n'a pas été écouté en totalité chez 1 patient. Dans ce même groupe, une distorsion temporelle a été observée avec une estimation médiane du temps de pose par le patient de moins 15 minutes par rapport à la réalité ($p < 0,01$) et de moins 12 minutes dans le groupe musique ($p < 0,01$). Aucune distorsion temporelle n'a été observée dans le groupe « Prise en charge standard ». Concernant le ressenti douloureux, aucune différence significative n'a été observée entre les trois groupes ($p = 0,35$) avec une augmentation de la douleur ressentie au cours de la pose de 1,9 (+/- 2,6) dans le groupe Standard, de 1,3 (+/- 2,9) dans le groupe Hypnose et de 1,8 (+/- 2,5) dans le groupe Musique. Par contre, un niveau d'anxiété significativement moins important au moment du retrait du patch a été observé dans le groupe Hypnose (1,5 +/- 0,4) comparative-ment au groupe Standard (3,2 +/- 0,4, $p < 0,01$) tandis qu'il n'était pas

différent pour le groupe Musique (2,3 +/- 0,4, $p = 0,16$). Par ailleurs, les patients des groupes Hypnose et Musique avaient des scores d'anxiété moins importants juste avant la pose du patch ($p = 0,018$), moment où ils sont informés du bras de recherche auquel ils appartiennent (et qu'ils allaient donc bénéficier d'une procédure d'aide à la pose du patch). Ce phénomène peut potentiellement s'expliquer par une attente plus importante de soulagement de la part des patients et par un probable effet « label » déjà décrit par Oakley et Gandhi (2005).

Conclusion

L'écoute d'un message hypnotique permet de réduire de façon significative l'anxiété lors de l'application d'un patch de QUTENZA®, mais ne permet pas une réduction significative de la douleur induite contrairement à ce qui était attendu. À terme, ce message hypnotique enregistré pourra être proposé systématiquement à tous les patients afin d'améliorer leur ressenti.

Rémi Étienne et Antoine Bioy

Compilation des recherches époustouflantes 2019 en neurosciences

L'accélération des technologies amène chaque année à des découvertes de plus en plus étonnantes. On a assisté à la récente naissance de l'atlas du cerveau « hybride » qui interroge la fonction cérébrale à plusieurs niveaux (génétique, moléculaire et câblage), synthétisant des cartes individuelles en plusieurs couches. Des interfaces

². Vingt-trois sujets par groupe étaient nécessaires pour mettre en évidence une différence significative avec une puissance de 80 % et un risque de première espèce à 1,6 % (correction de Bonferroni nécessaire due à la comparaison de trois groupes), soit 69 patients au total.

cerveau-ordinateur ont été mises au point avec l'espoir de réparer les circuits cérébraux lésés sans faire appel à la neurochirurgie.

Une des études les plus étonnantes de l'année 2019 est peut-être celle qui repousse les limites de la mort. Une équipe de l'université de Yale a réussi à détecter des signaux électriques dans les cerveaux des porcs 4 heures après leur séparation du corps. Il leur a été impossible de déterminer si les cerveaux en question étaient conscients. De toute façon, dès que l'équipe a constaté une activité coordonnée généralisée (qui est la signature de la conscience) une anesthésie générale a été installée pour bloquer l'émergence de la conscience dans ces cerveaux séparés de leur corps, afin d'éviter qu'ils deviennent « conscients » du fait d'être ressuscités.

Un premier pas vers les territoires de la mort ?

On peut maintenant relier les esprits humains à un « esprit » ruche pour résoudre des problèmes. Le chercheur Miguel Nicolelis avait déjà relié des cerveaux d'animaux à un réseau semblable à l'Internet ce qui a permis à chaque animal de travailler sur un problème commun. Cette année, il a appliqué cette expérience sur des cerveaux humains en utilisant des encéphalographes et la stimulation magnétique transcrânienne (donc des moyens complètement non invasifs). La résolution d'une tâche commune a été positive à 80 % ce qui prouve qu'il est possible de relier nos esprits en réseau. Les sujets franchissent les barrières linguistiques et améliorent leurs performances cognitives lors de

la réalisation de la tâche. Ces résultats sont enthousiasmants, mais la question qui se pose concerne la perte de l'autonomie de la vie privée si nous ouvrons le sanctuaire de nos esprits. Toujours dans le champ de l'intrusion des nouvelles techniques dans nos esprits, rappelons les avancées dans la lecture et le codage neuronal : en captant les signaux émis par le cortex auditif, une IA (intelligence artificielle) reconstruit un discours que le sujet est seulement en train d'écouter. Heureusement ce système ne peut pas décoder les pensées. Mais à partir de ces travaux, une équipe russe (Neurobotics), a développé une IA qui peut décoder ce qu'une personne regarde en utilisant uniquement ses ondes cérébrales. Ils ont obtenu des images de visages humains, de sport et de paysages, mais heureusement ce système ne peut pas encore décoder les pensées abstraites. Ce décodeur peut également savoir ce qu'un sujet essaye de dire en lisant son activité cérébrale. Dans le futur, on pourra envoyer des SMS uniquement en pensant le texte... Les pensées abstraites restent pour l'instant hors de portée de l'IA, mais pour combien de temps ? Les praticiens du futur (en hypnose) n'auront plus besoin de déclencher des mouvements idéomoteurs (par exemple) pour avoir des réponses des patients. Ils pourront suivre en direct la matérialisation de leurs suggestions.

En finir avec le « *hard problem* »

Ce qu'on nomme le *hard problem* est la difficulté d'expliquer l'émergence de la conscience malgré toutes les avancées scientifiques. L'année

1. Antoine Bioy

est professeur des universités (université Paris 8), docteur en psychologie clinique et psychopathologie. Il est également expert scientifique du centre de formation et d'étude en hypnose IPNOSIA (www.ipnosia.fr).

2. Silvia Morar

est neurochirurgienne, référente au Centre de Coordination des Maladies Rares. Elle enseigne l'hypnose et l'hypnoanalgésie à l'université Paris-Sud, qu'elle pratique en neurochirurgie et dans le traitement des douleurs neuropathiques.

3. Rémi Étienne

est infirmier en équipe mobile de soins palliatifs, référent en plaies et cicatrisation et hypnopraticien au sein de l'Institut de Cancérologie de Lorraine. Il est également codirecteur du centre de formation et d'étude en hypnose IPNOSIA à Nancy.

2019 est charnière dans ce domaine, non pas pour avoir trouvé la réponse (on est encore bien loin), mais pour avoir démarré un projet de recherche de 20 millions de dollars qui va notamment départager les deux théories rivales concernant l'origine physique de la pensée consciente du cerveau. Même si la réponse définitive ne sera pas là, ce projet présente le bénéfice d'écarter et réduire à terme les théories incorrectes. Le parrainage par la Templeton World Charity Foundation (TWCF) alimente déjà les premières controverses, car cette institution n'élimine pas la spiritualité et la foi, ce qui la situe dans une position peu orthodoxe dans le domaine scientifique. Les deux théories en compétition sont : celle de l'espace de travail global (GWT) soutenue par Dr Stanislas Dehaene du Collège de France et celle de la théorie de l'information intégrée (IIT), soutenue par Giulio Tononi de l'Université de Winsconsin à Madison. La GWT envisage le passage à l'espace conscient un peu comme les ordinateurs, ayant une fonction algorithmique

avec un nœud principal en frontal. Cette fonction algorithmique se base sur des entrées/sorties (donc piratable) qui proviennent de plusieurs sources (par exemple, la vision, l'audition et la rumination) ; ces informations une fois combinées vont traverser un goulot d'étranglement central pour se matérialiser finalement dans l'espace conscient. Le passage se fait « un pas après l'autre », donc une information à la fois. Le conscient doit se libérer d'une information pour pouvoir recevoir la suivante. L'IIT en échange situe le nœud principal dans la partie postérieure du cerveau et considère l'émergence de la conscience comme une résultante de l'interconnectivité intrinsèque des réseaux ; les neurones se connectent de la « bonne » manière dans les « bonnes » circonstances pour créer la conscience. Cet énorme projet réunit six laboratoires à travers le monde en incluant environ 500 volontaires qui vont être soumis à divers tests qui seront analysés en IRM fonctionnelle et EEG.

Silvia Morar

Bibliographie

Backonja M, *et al.* NGX-4010, a high concentration capsaicin patch, for the treatment of postherpetic neuralgia : A randomised, double-blind study. *Lancet Neurol* 2008 ; 7(12) : 1106-1112.

Gandhi B. et Oakley D.A. "Does 'hypnosis' by any other name smell as sweet ? The efficacy of 'hypnotic' inductions depends on the label 'hypnosis'". *Consciousness and Cognition* 14 (2005) 304-305.

Irving GA, Backonja, Duntzman E, *et al.* Randomized, Double-Blind, Controlled Study of NGX-4010, a High-Concentration capsaicin Patch, for the Treatment of Postherpetic Neuralgia *Pain Medicine* 2011 ; 12:99-109.