



# Gestion de la douleur, du stress et de l'angoisse – Hypnose niveau 2 (Perfectionnement)

INTRA

<b>Prérequis</b>	Professionnels de santé ayant suivi la formation : Gestion de la douleur _ Initiation à l'hypnose (niveau 1)
<b>Compétences visées</b>	Mettre en œuvre une prise en soin des patients par une approche non médicamenteuse en intégrant dans leur pratique l'hypnose pour une meilleure gestion des conséquences physiques, psychologiques et émotionnelles des actes de soins chirurgicaux ou non chirurgicaux.
<b>Aptitudes</b>	Connaître les techniques pour limiter la douleur et diminuer le stress et la peur des soins ou d'un examen

## Objectifs

Rappeler les acquis de la communication hypnotique et de la gestion de la douleur

Reconnaître le stress et l'angoisse chez le patient pour améliorer sa prise en soin

Expérimenter les techniques pour diminuer le stress, la peur et la douleur des soins ou d'un examen chez le patient

Utiliser la bonne technique dans un contexte de soins

## Contenus

- ▶ Partage de retour d'expériences
- ▶ C'est quoi l'hypnose ?
- ▶ Rappel sur la douleur
- ▶ Les techniques pour construire une relation de confiance avec son patient et se positionner en tant que soignant
- ▶ La détermination d'un objectif thérapeutique en 7 points
- ▶ Définitions :
  - des émotions,
  - du stress
  - et de l'angoisse
- ▶ Les techniques et pratiques en lien avec la gestion du stress et de l'angoisse (ex. technique du sac à dos, du jardin, de la commode et du tableau...)
- ▶ Les techniques et pratiques en lien avec la gestion de la douleur (ex. métaphores, réification de la douleur et induction crâne de verre etc.)
- ▶ Quelles techniques pour quelles problématiques ?



### Durée - Horaires

3 jours (Programmation toute l'année)  
9h-12h30 / 13h30-17h



### Encadrement

Professionnel·le diplômé·e d'Etat et/ou ayant obtenu un titre universitaire dans le domaine de la santé



### Méthodes mobilisées

Formation en Présentiel, observation, mise en œuvre, travaux de groupe, jeux de rôle, métaplan, cas cliniques, échanges interactifs, pratique en binôme...



### Modalités d'évaluation

Evaluation en début et fin de formation (Quiz)



### Suivi de la formation

Feuille d'émargement signée par les stagiaires chaque demi-journée, Certificat de réalisation nominatif délivré à l'établissement en fin de formation



### Coût de la formation

Demandez votre devis



### Votre contact

Service Formation  
04 78 47 55 60  
esford@esford.fr  
Esford.org