

# JRHYS

5<sup>èmes</sup> journées romandes d'hypnose suisse

7 - 9 octobre 2010 /// Crêt-Bérard

## HYPNOSE: CO-CONSTRUCTION D'UNE RELATION D'AIDE

Conférences et séminaires professionnels  
Ateliers ouverts au public

Institut Romand d'Hypnose Suisse

# HYPNOSE: CO-CONSTRUCTION D'UNE RELATION D'AIDE

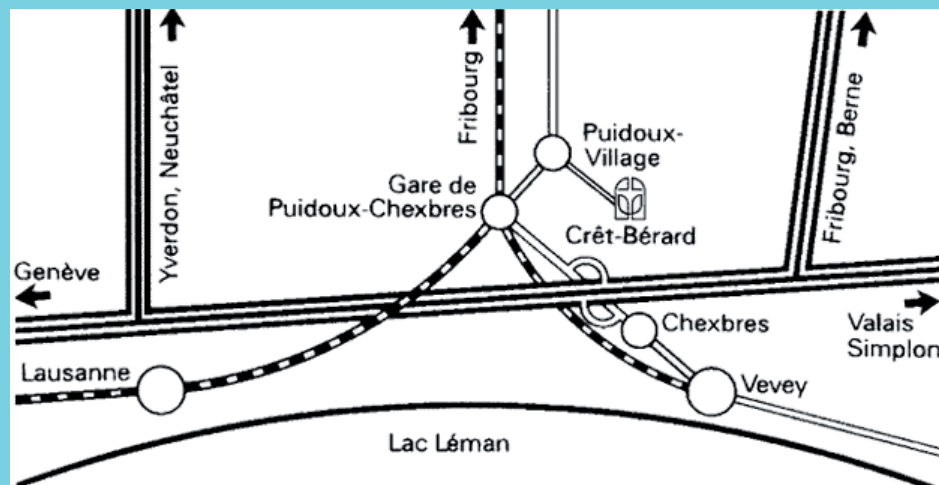
## PRÉSENTATION

Du 7 au 9 octobre 2010, l'Institut Romand d'Hypnose Suisse a le plaisir de vous accueillir aux 5èmes journées romandes d'hypnose suisse qui se dérouleront à Crêt-Bérard à Puidoux.

Les journées du jeudi 7 et du vendredi 8 octobre seront consacrées aux séminaires

professionnels uniquement. Le samedi 9 octobre sera également ouvert au public désirant faire connaissance avec les techniques de l'auto-hypnose.

Nous nous réjouissons d'ores et déjà de votre participation!



## JEUDI 7 OCTOBRE

*Journée professionnelle*

8h15-8h45 Accueil et ouverture

8h45-9h30 Conférence

**«Les hypnotistes en blouse blanche: regard anthropologique sur l'hypnose pratiquée par des médecins en Suisse romande»**  
*Mme Denise Wenger (Suisse)*

Le mariage thérapeutique entre hypnose et médecine dite conventionnelle peut surprendre nombre de non-initié(e)s, tant parmi les professionnel(le)s de la santé que du grand public. Ces pratiques ne reposent-elles pas sur des paradigmes fort différents? Comment les médecins-hypnotistes les articulent-ils dans leur quotidien médical?

Sur la base d'entretiens menés avec des médecins-hypnotistes de diverses spécialisations, l'objectif de cette présentation est de questionner la place qu'occupe l'hypnose dans la pratique et les représentations des médecins-hypnotistes, ainsi que plus généralement dans le système médical actuel.

9h45-12h45 Séminaires

**1. «Prescription de lectures: pré-induction, suggestion pré-hypnotique ou présence d'un tiers au cœur de la relation thérapeutique»**  
*Dr Antoine Delaly (Suisse)*

L'atelier tentera d'illustrer comment le cadre de la relation thérapeutique peut être élargi par la prescription de lectures ou la

référence à certains textes, pour favoriser la manifestation de ressources dégagées des représentations convenues absorbées par nos imaginaires.

**2. «Thérapeutique des métaphores dans la transe hypnotique directe ou indirecte»**  
*Dresse Corinne Marti et Mme Catherine Haenni (Suisse)*

A travers les métaphores, nous nous adressons à l'inconscient du patient et mobilisons ses ressources. Ceci peut se faire autant par des trances hypnotiques explicites que de façon indirecte. Pratiquer la transe, raconter des histoires, faire des exercices et échanger avec le groupe et les enseignantes afin de ressentir, actualiser, enrichir ou découvrir la notion de métaphore thérapeutique est le but de cet atelier.

**3. «Rôle de l'hypnose dans le traitement des stress post-traumatiques et des troubles de l'adaptation»**  
*Dr Daniel Smaga (Suisse)*

Lors de stress post-traumatiques ou des troubles de l'adaptation, il n'y a plus de différence entre penser à la situation anxiogène et la vivre. Le traitement par l'hypnose peut permettre au patient de retrouver un espace entre penser et vivre une situation anxiogène.

**4. «Hypnose et soins palliatifs»**  
*Dr Boris Cantin (Suisse)*

La vie est comme une mélodie. Elle bouscule notre être et nous fait vibrer. Elle est parfois agréable, elle peut parfois nous faire mal. Joies, peines, rêves et

désillusions. On est bercé ou bouleversé par son rythme, ses sons. Chacun l'écoute à sa manière. Mais que se passe-t-il quand on sait que la musique va s'arrêter doucement ou brutalement? Quel accompagnement peut offrir l'hypnose pour les soignés et les soignants confrontés à la fin de vie?

12h45-14h15 Repas

14h15-15h00 Conférence

**«A la source de la Ressource»**  
*Dr Lucien Gamba (Suisse)*

La transe, sous des formes très diverses, fait partie de toutes les cultures et ceci depuis la nuit des temps ; c'est bien qu'elle fait référence à une dimension «fondamentale» de l'être, celle qui régit tout ce qui est vie et dont la science appliquée est la cybernétique. Au travers de cette «science des systèmes», comprendre les mécanismes qui sont «à la source de nos ressources», et saisir ainsi toute l'efficacité et l'étendue de l'éventail hypnothérapeutique.

15h15-18h15 Séminaires

**5. «L'hypnose comme liant et déliant en médecine psychosomatique»**  
*Dresse Simone Schlegel et Dr Laurent Schaller (Suisse)*

Dans l'espace de laboratoire relationnel qu'est le cabinet de médecine générale, quels sont les ingrédients, les astuces mises à disposition par l'hypnose pour pouvoir concocter avec nos patients la meilleure recette visant à les soulager? De multiples exemples et exercices jalonnent ce séminaire pratique.

**6. «La pratique de l'hypnose clinique dans le domaine des addictions»**

*Dr Miguel Marset (Suisse)*

Nous allons aborder les bases théoriques et les techniques hypnotiques que nous pouvons utiliser dans le domaine des addictions. L'hypnose peut jouer un rôle essentiel comme outil thérapeutique, aussi bien dans le cadre de traitements ciblés sur des aspects concrets de la clinique (gestion du craving, des émotions et du stress, prévention de rechutes, traitement des comorbidités...) que de manière plus globale dans le cadre de processus psychothérapeutiques.

**7. «Approcher la source de nos ressources par la transe de mouvement»**

*Dr Lucien Gamba (Suisse)*

«Sous la garde» alternée de la moitié des participants, les autres entrent dans une transe de mouvement sur fond de rythme musical vers une totale liberté à l'expression corporelle ; ce «lâcher-prise» permet à chacun de recevoir les «phénomènes vécus», s'y confirmant sa ressource fondamentale de pouvoir «viscéralement» dire «oui» aux vécus adéquats, comme de dire «non» à ceux qui ne le sont pas, vers l'équilibre inné homéostatique.

## VENDREDI 8 OCTOBRE

*Journée professionnelle*

8h15-8h45 Accueil et ouverture

8h45-9h30 Conférence

**«L'hypnose: outil ou objet d'étude pour les neurosciences?»**  
*M. Yves François et M. Jeremy Grivel (Suisse)*

Durant cette conférence, nous passerons en revue quelques résultats d'études neuroscientifiques pour lesquelles l'hypnose est un objet d'étude, c'est-à-dire des recherches dont le but est d'explorer la nature cognitive et cérébrale de l'hypnose naturelle (sans suggestion) en tant que telle. Nous nous intéresserons également, dans un deuxième temps, à des études où l'hypnose est utilisée comme outil d'exploration des processus psychologiques et plus particulièrement au champ de la neuropsychologie expérimentale pour lequel les suggestions hypnotiques peuvent permettre de créer des «analogues expérimentaux» de troubles neuropsychologiques et psychiatriques.

9h45-12h45 Séminaires

**8. «Hypnose et problèmes scolaires»**  
*Mme Marlyse Schweizer (Suisse)*

Problèmes d'apprentissage, de concentration, de mémorisation, stress des épreuves et des examens, difficultés à se mettre au travail... L'approche métaphorique combinée avec une approche stratégique permettent de remotiver et de redonner plaisir aux apprenants, aussi bien jeunes que moins jeunes. L'hypnose est une voie efficace pour les apprentissages

de tous ordres. Atelier orienté sur l'expérimentation pratique.

**9. «Comment résoudre ses problèmes sexuels grâce à l'hypnose?»**

*Dr Victor Simon (France)*

L'hypnose ericksonienne mobilise les émotions connues ou refoulées et active instantanément les mémoires du corps. Elle permet, au cours de la transe, par le biais de la régression en âge, de l'hypnose par le corps et le travail métaphorique de pratiquer l'hypnose individuelle ou en couple, apprendre également l'auto-hypnose au couple afin qu'il puisse se prendre en charge pour une résolution rapide du problème. La thérapie brève permet enfin de recadrer définitivement le ou les problèmes. Nombreux exercices au sein du groupe. Appel à des patients pour des démonstrations cliniques.

**10. «Technique mixte liant Hypnose – Dessin - EMDR (adultes et enfants)»**

*Mme Martine Oswald et Dr Mike (Suisse)*

La réunion d'Hypnose, d'EMDR, de TCC et d'autres approches thérapeutiques dans une technique simple et complexe, utilisée par des thérapeutes avec une certaine expérience. Elle est applicable: a) aux personnes lors de situations avec symptômes physiques et émotionnels intenses ayant besoin d'une approche qui fractionne la thérapie en petites unités ; ceci permet une collaboration active du patient et garantit le contrôle de la situation par le patient accompagné du thérapeute, b) aux situations moins aiguës liées au passé, au présent et au futur (y compris les rêves).

## 11. «Abre los ojos ! Des réveils, de l'Eveil et des suggestions post hypnotiques...»

*Dr Maurice Stauffacher (Suisse)*

Une problématique passionnante et souvent négligée, spécialement dans l'hypnose de couple. Comment aménager le réveil, les temps d'arrêt, le rythme, les vacances? Il s'agirait de nous exercer à une pratique de l'éveil, dans ses différentes formes et implications psychothérapeutiques. Pourquoi pas en s'inspirant des stratégies implicites des rêves et en relisant Hypnotic realities de M.H.Erickson.

12h45-14h15 Repas

14h15-15h00 Conférence

## «L'hypnose à l'hôpital: Pratique infirmière au Centre Romand des Grands Brûlés»

*Mme Maryse Davadant (Suisse)*

Introduite en 2006, l'hypnose fait aujourd'hui partie intégrante du traitement des patients gravement brûlés du CHUV. Des Soins Intensifs à la sortie de l'hôpital, elle est pratiquée par des infirmières spécialisées. Cette nouvelle prise en charge a été évaluée et montre des bénéfices multiples, tant pour les patients que pour l'institution.

15h15-18h15 Séminaires

## 12. «Hypnose et sexualité»

*Dr Lakshmi Waber (Suisse)*

L'hypnose comme la sexualité évoque la résonance entre le corps et l'esprit, ce qui en fait une approche de choix dans les difficultés sexuelles.

A l'aide de quelques apports théorique et de vignettes cliniques, nous aborderons l'utilisation de l'hypnose en thérapie sexologique.

## 13. «Prendre soin de soi au travers des 4 éléments»

*Mme Janique Sciboz et Mme Marie-Jeanne Rohr (Suisse)*

Prendre soin de soi, prendre soin des autres... Comment nous ressourcer en tant que thérapeute? Comment nous reconnecter à la nature... à notre nature...? Comment trouver notre équilibre? Cette thématique sera travaillée au travers les 4 éléments: Eau, Terre, Feu, Air... mais aussi 4 saisons, 4 directions... Cet atelier se veut éminemment pratique et selon la météo, en partie en plein air.

## 14. «Comment réussir à être malade et en guérir en 10 leçons». Intérêt de la prise en charge par l'hypnose ericksonienne, de la thérapie brève et de la méditation pleine conscience.

*Dr Victor Simon (France)*

Comment réussir à être malade en 5 leçons: la mise à jour de certains comportements répétitifs, apprentissages et loyautés intra-familiales, de troubles de l'attachement, de l'emprise, des deuils et abandons de la vie permet de mieux prendre conscience des schémas répétitifs qui conduisent à la maladie. Cinq leçons pour guérir: défaire les idées fausses, arrêter la répétition, accepter le changement, passer à l'acte, découvrir la liberté, sont explicitées pour atteindre ce point de non retour: le Changement. Nombreux exercices au sein du groupe. Appel à des patients pour des démonstrations cliniques.

## SAMEDI 9 OCTOBRE

*Journée ouverte au public*

9h00-9h30 Accueil et ouverture

10h30-13h00 Ateliers à thèmes

*Pour les personnes qui ont déjà suivi un atelier d'introduction à l'auto-hypnose:*

9h30-10h15 Débat

### «L'auto-hypnose: source et ressource».

*Mme Virna Signorelli, Mme Isabelle Celestin, Mme Floriane Udressy, Mme Alexandra Mella, Mme Esperança Diogo M. Yves François et M. Daniel Taiana (Suisse et France)*

Qu'est-ce que l'auto-hypnose? Une aptitude naturelle? Un art qui permet de développer ses propres talents? Le partage d'expériences et de vécus individuels ou collectifs nous donnera des éléments de réponses à ces questions.

10h30-13h00 Introduction

*Pour les personnes qui n'ont pas encore suivi une formation à l'auto-hypnose:*

### A) «Atelier d'introduction à l'usage de l'auto-hypnose au quotidien»

*Mme Esperança Diogo M. Yves François et M. Daniel Taiana (Suisse)*

Cet atelier vise à donner des éléments pratiques permettant d'utiliser l'auto-hypnose pour une meilleure relation à soi-même, aux autres et à son environnement. Il souhaite également donner accès aux personnes intéressées à une aptitude naturelle susceptible d'améliorer leur qualité de vie et de santé ainsi qu'un développement personnel plus inventif et une meilleure attention à soi.

### B) «L'auto-hypnose pour s'installer dans le mouvement de sa vie»

*Mme Virna Signorelli (Suisse) et Mme Isabelle Celestin (France)*

Qu'est ce que la transe du chamane peut nous apprendre sur la transe hypnotique, sur ce qui crée le changement chez un individu? Comment s'en inspirer pour développer des exercices d'auto-hypnose, pour s'installer dans le mouvement de notre vie? Durant cet atelier, les animatrices proposeront à partir d'extraits du film «Les portes du changement» réalisée par Isabelle Célestin, d'expérimenter des exercices d'auto-hypnose à partir d'une réflexion sur la façon d'entrer en transe dans la culture chamanique sibérienne.

### C) «Je sens donc je suis»

*Mme Floriane Udressy (Suisse)*

La transe offre un espace de rencontre avec soi et avec l'autre. Ralentir, prendre le temps de la perception et découvrir la richesse des espaces du corps que je suis. Entrer dans la transe et contacter les différents rythmes du vivant: une expérience à partager, tout simplement.

## Institut Romand d'Hypnose Suisse

Rue de la Charmette 24  
1868 Collombey – Suisse

**info@irhys.ch**

**www.irhys.ch**

T +41 (0) 24 471 17 62

F +41 (0) 24 471 56 46

### HÉBERGEMENT

Consultez le site Internet des journées

**www.irhys.ch**

### RENSEIGNEMENTS

**info@irhys.ch**



Schweizerisches Qualitätszertifikat für Weiterbildungsinstitutionen  
Certificat suisse de qualité pour les institutions de formation continue  
Certificato svizzero di qualità per istituzioni di formazione continua