

LE SAUPOUDRAGE

Glisser au sein d'une communication verbale des mots choisis pour susciter indirectement un état de **calme** et la **détente**.

Le saupoudrage consiste à **marquer** et à **appuyer** certains mots d'une phrase, qui mis bout à bout forment des suggestions destinées à l'inconscient du sujet.



LE SAUPOUDRAGE

Le saupoudrage peut-être :

- Visuel : en associant des mots saupoudrés à un geste
- Auditif : en prononçant les mots saupoudrés de façon légèrement différentes des autres mots de la phrase et en plaçant un brève silence avant et après
- Kinesthésique : en touchant physiquement la personne à chaque mots saupoudrés (certains le font spontanément!)





La partie du cerveau qui
fonctionne en
mode hypnotique n'entend pas
la négation

Le patient n'entend pas la négation

Ne vous inquiétez pas

Parce qu'il faut que je m'inquiète?

Vous n'aurez pas mal

Parce que ça peut faire mal?



Phrases à éviter et...à remplacer par...



Ne vous inquiétez pas, n'ayez pas peur	Soyez rassuré
Ne bougez pas votre bras	Vous pouvez laisser poser votre bras poser là sans bouger, tranquillement
Je vous aspire	Je fais ce qu'il faut pour vous aider à respirer plus tranquillement
Ne prenez pas vos comprimés en mangeant	Prenez vos comprimés avant le repas
Avez-vous mal?	Êtes-vous soulagé?
Vous n'avez pas froid?	Avez-vous suffisamment chaud?
Attention, je pique...	Respirer tranquillement

Encourager et motiver les patients, valider les aidants

« *Super!* »

« *Merci* »

Utiliser largement les compliments verbaux et non verbaux



Pour entretenir **l'alliance thérapeutique**



Pour renforcer **l'estime de soi** du patient



Pour entretenir la **motivation au changement**



« *Très bien* »

« *C'est génial, vous avez réussi, bravo!* »

LE CHOIX ILLUSOIRE

Quand ?

Avant de débuter un soin

Au moment de l'installation avant de réaliser un geste

Pourquoi?

Permettre au patient d'être acteur dans le soin

Favoriser l'autonomie

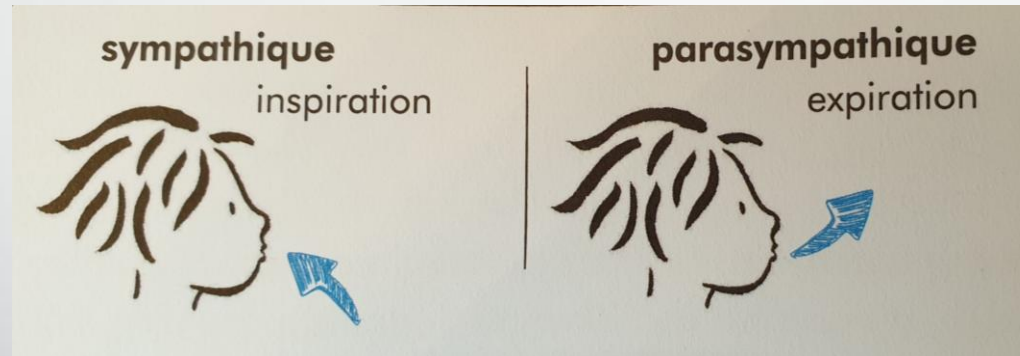
Favoriser l'adhésion au soin



LE PACING RESPIRATOIRE

- Patient et soignant en phase, pour mieux ressentir les émotions
- Communiquer suivant le rythme respiratoire du patient
- Parler sur l'expiration du patient

Le système nerveux autonome



Fréquence cardiaque



Fréquence respiratoire



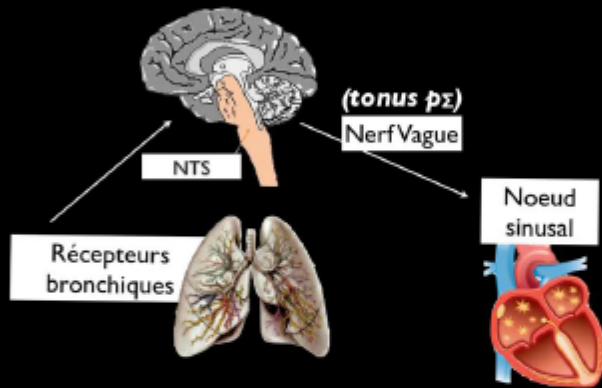
Fréquence cardiaque



Fréquence respiratoire

La synchronisation permet d'agir sur la respiration du patient

La boucle réflexe $p\Sigma$



Diminuer le rythme respiratoire



Activation Système para Σ

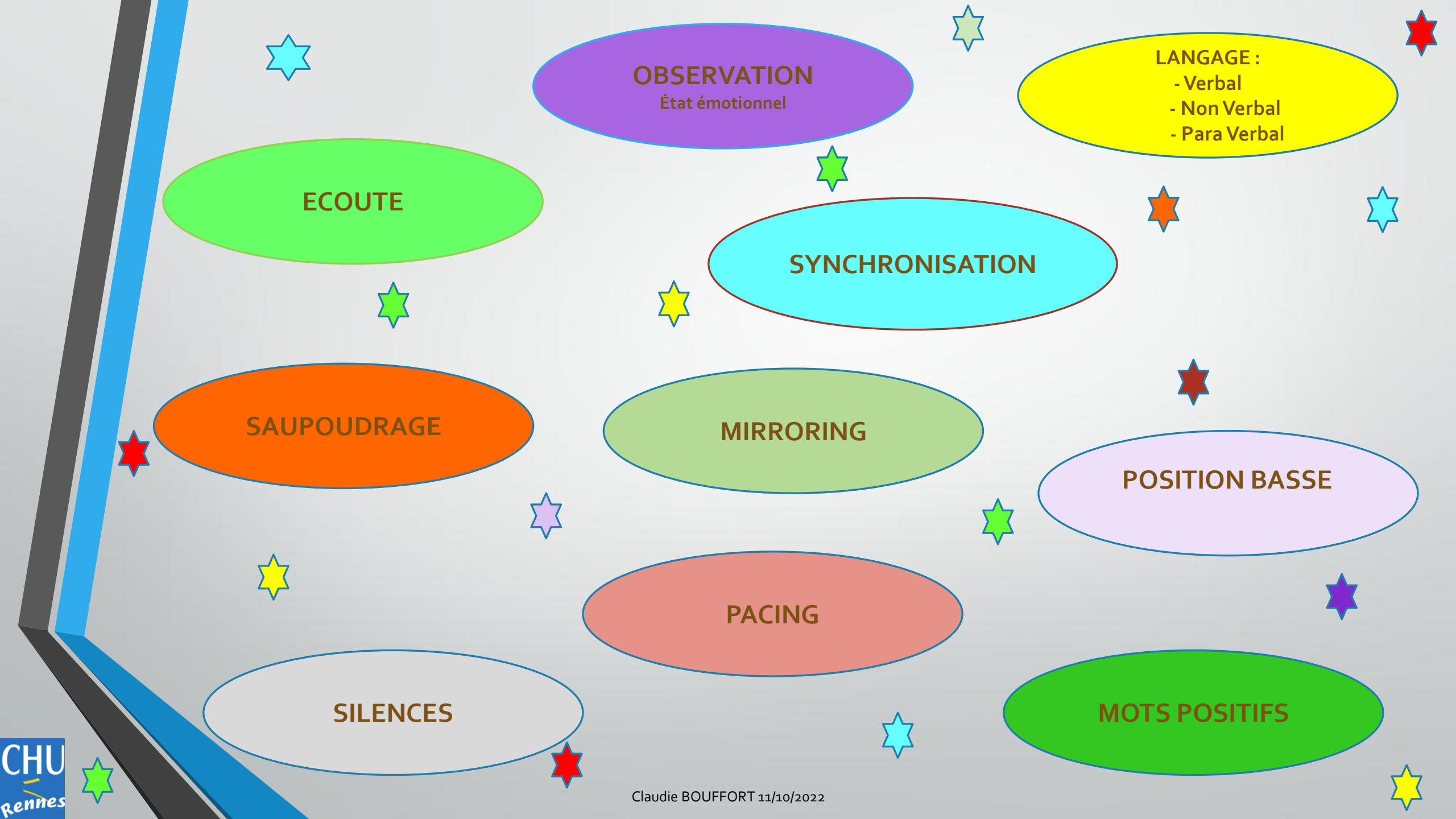


**Diminution des composantes
affective (émotionnelle) & sensori-
discriminative de la perception douloureuse**



LIEU DE SÉCURITÉ





A diagram showing nine NLP techniques in colored ovals: OBSERVATION (purple), ECOUTE (green), SAUPOUDRAGE (orange), SILENCES (light grey), SYNCHRONISATION (cyan), MIRRORING (light green), PACING (red), POSITION BASSE (light purple), and MOTS POSITIFS (dark green). The ovals are arranged in a grid-like fashion. Various colored stars (red, green, blue, yellow, purple) are scattered around the ovals. On the left, there is a blue and grey diagonal bar. The background is a light grey gradient.

ECOUTE

OBSERVATION
État émotionnel

LANGAGE :
- Verbal
- Non Verbal
- Para Verbal

SYNCHRONISATION

SAUPOUDRAGE

MIRRORING

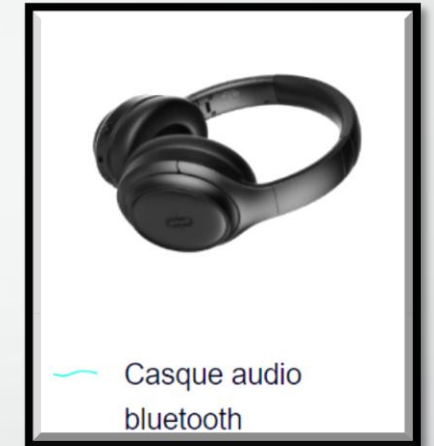
POSITION BASSE

PACING

SILENCES

MOTS POSITIFS

Le casque de réalité virtuelle



UTILISATION DU CASQUE EN CHIRURGIE VASCULAIRE

CONSULTATION PANSEMENT SERVICE D'HOSPITALISATION

- Patient anxieux qui appréhende le soin
- Soins induisant des douleurs : détersion des plaies (curette, scalpel, jetox)
Gougeages d'os, Soins de nursing...
- Geste d'amputation par chirurgien (évitant une hospitalisation)
- Détente, relaxation du patient
- Par les soignants (détente...)

- En association des autres techniques antalgiques : TTT par voie orale
anesthésiant local, Méopa,...

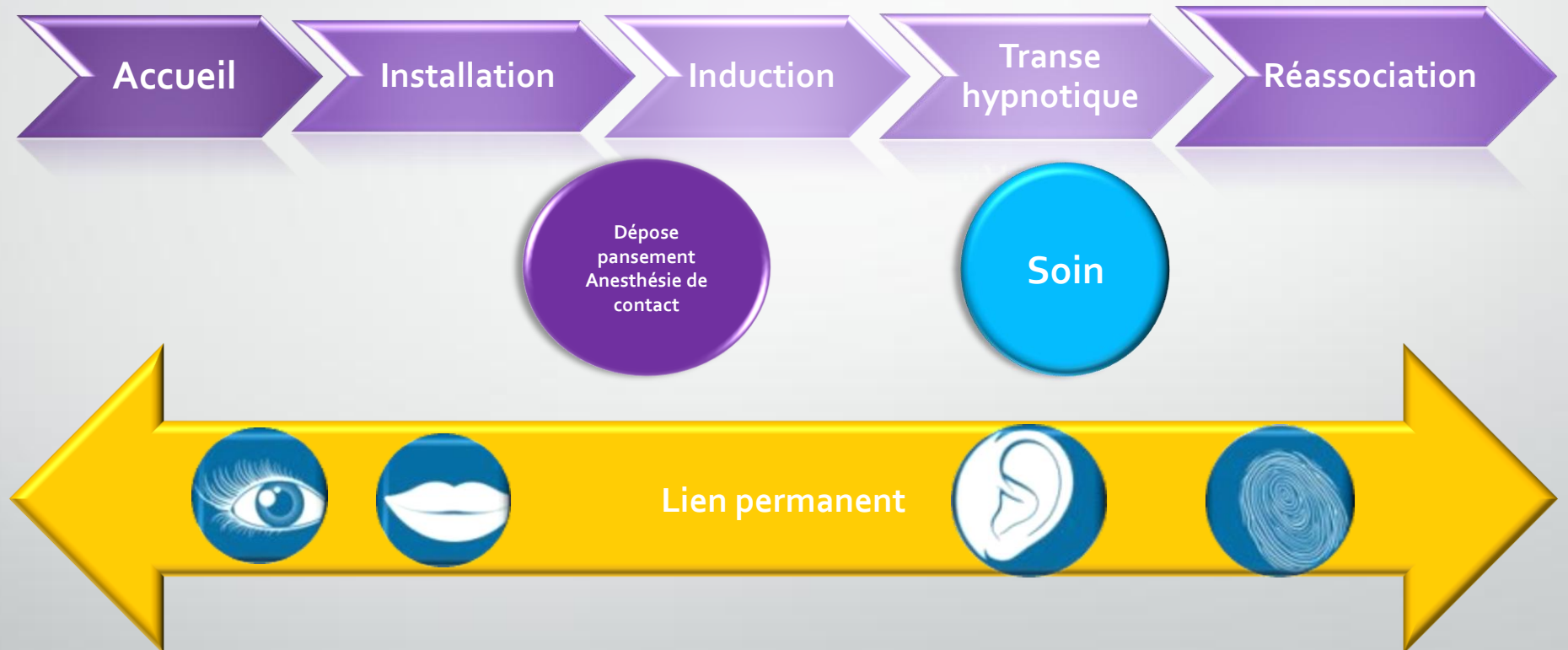
CONTRE INDICATIONS

- Ce sont les mêmes que pour l'hypnose : impossibilité « technique » chez les patients au profil psychotique, le délire en phase active, troubles bipolaires..
- Refus du patient

LIMITATIONS



Déroulé du soin avec l'hypnose



FORMATIONS

- Formations institutionnelles en communication thérapeutique
- Instituts de formations : Emergences – RENNES <https://www.hypnoses.com/>
- Institut Français d'Hypnose IFH : <https://www.hypnose.fr/nos-formations/communication-therapeutique/>

LECTURES



Claudie BOUFFORT 11/10/2022

A cluster of overlapping, semi-transparent squares in various colors including blue, orange, pink, yellow, green, and purple. The word "MERCI!" is centered over this cluster in a large, white, 3D-style font.

MERCI!