

**MAP, Mouvements alternatifs pluriels :
une hypnose instantanée qui prend soin de la relation »***Formation de spécialisation en hypnose médicale et thérapeutique*

Dans la pratique de soin et face aux vécus de souffrance des patients, comment fournir un contexte qui leur permette de se reconnecter avec leurs ressources et leur capacité à faire face aux événements de vie et aux émotions qui leur « tombent dessus » ? L'émotion, tel un véritable système immunitaire relationnel, appelle à notre capacité d'adaptation et mobilise la ressource pour faire face, au monde et aux autres. Or dans le discours et les croyances des patients, et des soignants aussi parfois, il est plus souvent question de « gérer » nos émotions que de les écouter, de les contrôler plutôt que de se laisser guider par elles, de les éviter plutôt que de les traverser. L'individu met alors en place une multitude de stratégies, bien ingénieuses, pour tenter de faire taire une émotion qui lui apparaît comme trop douloureuse pour l'éprouver tout simplement.

Si les analyses et les « thérapies analytiques » inspirées par Freud cherchent à comprendre les causes passées et « pourquoi » les choses sont ce qu'elles sont, les thérapies issues de l'École de Palo Alto et du travail de Milton Erickson (hypnose ericksonienne), cherchent à comprendre le « comment – présent ». Elles utilisent les ressources du patient ici et maintenant. Par cette orientation du travail et du langage vers les solutions, l'idée centrale est de tout faire pour que le patient se réapproprie son pouvoir sur sa vie et reprenne confiance en ses capacités.

L'appellation « Mouvements Alternatifs Pluriels - MAP », est représentative d'une approche thérapeutique combinant mouvements alternatifs avec hypnose ericksonienne, thérapie stratégique, thérapie solutionniste, thérapie narrative, et ce, en plaçant au centre des processus une vision coopérative de la relation. Elle y joint les études sur l'attachement (Bowlby, Miljkovitch), les trois dissociations dans l'émotion (Betbèze) et la collaboration versus la rivalité mimétique (Girard). Il s'agit d'EMDR de 3e génération applicables dans un contexte post-traumatique avec une sécurité accrue, l'élargissement des indications (troubles de l'attachement, traumatismes complexes, troubles anxieux, dépression, douleur, symptômes corporels, etc.) et une efficacité renforcée. L'utilisation des Mouvements Alternatifs Pluriels se conjugue ainsi à la façon de voir et d'agir des thérapies brèves plurielles et de l'hypnose dans une approche qui se veut simple, collaborative et visant l'autonomie relationnelle du patient « plus je suis librement en relation avec l'autre, plus je suis en relation avec moi ».

Objectifs pédagogiques :

A la fin de l'action de formation, le professionnel sera capable dans un abord systémique et bref de :

Partie 1

- identifier la place des émotions dans la psychopathologie
- comprendre et repérer la dissociation, source de psychopathologie
- différencier symptôme et problème, en identifiant l'intention positive du symptôme
- identifier la place des mouvements alternatifs dans la pratique de l'hypnose
- reconnaître et installer des ressources chez le patient pour faire face au problème

Partie 2

- identifier les différents mouvements alternatifs et leur application clinique
- identifier les différents critères qui participent à la construction de l'histoire traumatique
- structurer une intervention MAP et utiliser l'outil dans le traitement du PTSD et au-delà
- identifier les signes de « résistance » du patient dans le processus MAP et en faire une ressource de coopération à l'aide des mouvements alternatifs
- repérer en tant que soignant ses propres attentes ou volontés pour le patient qui menacent la sécurité relationnelle
- faire émerger la résilience du patient et l'ancrer à l'aide des mouvements alternatifs pluriels

Déroulé pédagogique :

Partie 1 (30, 31 mars et 1^{er} avril 2023)

Jour 1

Attachement et trauma, gestion des émotions et dissociations

- dimension relationnelle du psychotraumatisme
- axe protection – exploration : autonomie relationnelle
- vision relationnelle de la clinique
- ressources de sécurité
- Les 3 associations et les 3 dissociations Place des MAP dans le soin
- portes d'entrée du patient : corporelle, comportementale, cognitive ou émotionnelle

Exercices et mises en situation Mandat circulaire thérapeutique

- collaboration plutôt que rivalité avec le patient
- espace de sécurité
- expérience correctrice émotionnelle
- trois types de relation : à soi, aux autres, au monde
- ressources internes et externes

Exercices et mises en situation

Mouvements alternatifs pluriels

- Outils et des prémisses de l'hypnose éricksonienne
- Outils et des prémisses des thérapies brèves : systémique (Gregory Bateson), orientée solution (Steve de Shazer) et narrative (Michael White) Exercices et mises en situation Débriefing

Jour 2

Travail des ressources : • Alliance

- Base résiliente
- Équipement du patient
 - Par L'autre : le Tiers sécurisant ☐ Main dans la main
 - ☐ Tiers sécurisant externe
 - ☐ Remembering ➤ Par soi : Épaissir le soi
 - ☐ Compliments indirects et initiatives
 - ☐ Externalisation des ressources et métaphores
 - Par le contexte : l'acceptation ou le « malgré tout », l'inclusion

Jour 3

Clinique du traumatisme

- Les 3 mondes et leurs interactions
- Pathologie traumatique et types de réponses : stress et détresse, stress post-traumatique

Travail du traumatisme

- Protocole trauma Exercices et mises en situation

- Indications et contre-indications
- Protocole problème de Shapiro : cible, choix de la croyance négative, choix de la cognition positive, échelle subjective de la validation de la cognition positive (VOC), émotion-sentiment-affect, échelle du vécu émotionnel et corporel (SUD), localisation corporelle, installation de la conviction positive, travail de la conviction positive

Exercices et mises en situation Questions-réponses de clôture

Partie 2 (11, 12 et 13 mai 2023)

Jour 4

Shapiro modifié : exercice Problème

- Externalisation du monde plutôt qu'une cible traumatique Exercices et mises en situation
- Empilement des ressources sur les mondes en 5 étapes

- Cible et externalisation
- Activation et tissage des ressources
- Ancrage corporel
- Scanner cible et ressource
- Projection dans le futur et tâche
- Exercices et jeux de rôles
- Empilement des objectifs (3 phases de travail d'objectif)
- Objectif ou solution ou état désiré sur problème recadré
- 8 critères
- Progression dans la définition de l'objectif
- Question Miracle
- Exercices et mises en situation Débriefing

Jour 5

MAP MONDE

- Traumatisme, tiers sécurisant et autonomie relationnelle
- Monde étrié, Monde valeur partagée tiers sécurisant, Monde des possibles
- Externalisation du Problème jusqu'à la Valeur et Remembering Exercices et jeux de rôles
- Débriefing
- Travail des peurs anticipatoires non traumatiques
- Travail des phobies d'objet, hypochondrie, phobie d'impulsion...
- Exercices et mises en situation
- Débriefing
- Portes d'entrées corporelles et somatiques :
- travail d'un symptôme physique
- douleur aiguë
- douleur chronique Exercices et mises en situation Débriefing

Jour 6

Mouvements alternatifs : vue d'ensemble
 Cas particuliers: processus de deuil et séparation

- construction d'une grille
- réincorporation de la partie perdue, la ressource
- « dire bonjour à nouveau »

Cas clinique et Arbre décisionnel
 Questions et travail à partir de l'expérience clinique des participants
 Synthèse finale co-créée avec le groupe
 Questions-réponses de clôture et Vérification des attentes et de l'atteinte des objectifs annoncés

Méthode pédagogique :

L'ingénierie de formation sera déployée autour de 4 logiques :

- Didactique : comment bien faire apprendre
- Motivationnelle : comment donner l'envie d'apprendre
- Identitaire : comment adapter la formation aux spécificités des apprenants
- Relationnelle : comment renforcer la dynamique participative

Elle s'appuiera sur 6 déterminants :

1. La relation au contenu : Comment accrocher les apprenants à la thématique
2. Les relations formateur-apprenants : Comment réguler les relations entre formateur et apprenants
3. Les relations entre apprenants : Comment entretenir une dynamique relationnelle favorable au processus formatif
4. Les dispositifs pédagogiques : Comment organiser l'espace-temps matériel et symbolique de la formation
5. Les médiateurs pédagogiques : Comment sélectionner, présenter et utiliser les supports à l'apprentissage
6. La relation à l'évaluation : Comment mobiliser les formes d'évaluation au bénéfice des apprenants et du formateur

L'action de formation sera co-construite avec les participants dans une démarche de pédagogie active qui leur permettra d'être réellement acteurs en amont et en aval de la formation.

- Prise en compte des attentes des participants par un questionnaire auprès du commanditaire.
- Méthodes affirmatives : exposé associant explications théoriques et démonstrations pratiques
- Méthodes interrogatives : questionnement des participants en sous-groupes sur base de cas cliniques apportés par les intervenants pour découvrir et trouver, par induction ou déduction, les connaissances à acquérir puis les partager avec les autres sous-groupes
- Méthodes actives (ou expérientielles) : travail des situations cliniques apportées par les participants en binômes et/ou en sous-groupes et/ou en jeu de rôles.

Le formateur :

- favorisera en amont de la formation l'implication des participants au départ de la collecte des situations vécues, des difficultés rencontrées et des attentes en termes de pratique.
- utilisera les situations vécues pour amener les concepts théoriques, leur donner sens et réalité concrète
- identifiera avec le groupe les enjeux à agir différemment
- veillera à alterner les temps de partage d'expérience, d'analyse et de réflexion avec les temps d'apprentissages théoriques, d'exercices pratiques (mise en situation, jeux de rôles...) et de debriefings.
- facilitera les échanges pour ancrer les apprentissages
- évaluera en aval de la formation la capacité de transfert des apports théoriques dans le contexte professionnel des participants et vérifiera la compréhension des concepts et leur mise en action. Support pédagogique électronique en français.

Formateur :

Dr Yves DOUTRELUGNE - Médecin et praticien en thérapies brèves et hypnose thérapeutique. Fondateur de l'Espace du Possible. Co-auteur, avec le Professeur O. Cottencin et le Docteur J. Betbèze de *Thérapies Brèves plurielles : Principes et outils pratiques* (4^e édition 2019), *Thérapies brèves: situations cliniques* (2009) et *Interventions et thérapies brèves plurielles : 12 stratégies concrètes* (2020) aux éditions Masson, collection *Pratiques en Psychothérapie*. Formateur.

Lecture :

Le formateur recommande aux participants de lire l'ouvrage « *Thérapies brèves plurielles : principes et outils pratiques* », Y. Doutrelugne et al., 4^{ème} éd, Elsevier Masson, 2019.

Bibliographie de référence :

BATESON G. – *La nature et la pensée*. Seuil, Paris, 1979.
 BATESON G., BATESON M. – *La peur des anges*. Seuil, Paris, 1989.
 BENOIT JC. – *Double lien, schizophrénie et croissance : Grégory Bateson à Palo Alto*. Erès, 2000.
 BERG I.K., MILLER S.D. – *Alcool, une approche centrée sur la solution*. Satas, Bruxelles, 1998.
 BIOY A., MICHAUX D. – *Traité d'hypnothérapie*. Edition Dunod, 2007.
 BUDMAN S., GURMAN A.S. – *Theory and practice of brief therapy*. The Guilford Press, New York, 1988.
 COTTENCIN O., VAIVA G., DUCROCQ F., GOUDMAND M. – *Hypnose et traumatisme psychique. Aspects cliniques*. *Revue Francophone du Stress et du Trauma*, 2002, 2 (3), 163-169.
 CUMMINGS N., DORKEN H., PALLAK M.S., HENKE C.J. – *Medicaid, Managed Behavioral Health, and Implications for Public Policy. A report of the HCFA – Hawai Medicaid Project and others readings. Healthcare Utilization and Cost Series, volume 2*, Scottsdale, AZ: Foundation for Behavior Health, 1993.
 DE SHAZER S. – *Explorer les solutions en thérapie brève*. Satas, Bruxelles, 2002.
 DE SHAZER S. – *Clés et solutions en thérapie brève*. Satas, Bruxelles, 1999.
 DE SHAZER S. – *Différence, changements et thérapie brève*. Satas, Bruxelles, 1996.
 DE SHAZER S., DOLAN Y. – *Au-delà du miracle*. Satas, Bruxelles, 2008.
 DOLAN Y. – *Guérir de l'abus sexuel et revivre*. Satas, Bruxelles, 1996.
 DOLAN Y., PICHOT T. – *La thérapie brève centrée solution dans les services médicosociaux*. Satas, Bruxelles, 2010.

ELKAÏM M. – Panorama des thérapies familiales. Seuil, 1996.

EPICTETE – Le Manuel

ERICKSON M.H. – Ma voix t'accompagnera. Hommes et groupes, Paris, 1986.

DOUTRELUGNE Y., COTTENCIN O. – Thérapies brèves plurielles : principes et outils pratiques. Masson : 4^{ème} édition 2019.

DOUTRELUGNE Y., COTTENCIN O. – Interventions et thérapies brèves : 10 stratégies concrètes – Crises et opportunités. Masson : 3^{ème} édition 2016.

FARRELLY F., BRANDSMA J. – Provocative therapy. Meta Publications, Cupertino, Californie, 1989 (nouvelle édition).

FISCH R., SEGAL J., WEAKLAND L. – Tactiques du changement. Seuil, Paris, 1986.

FISKE H. – L'entretien centré solution dans la crise suicidaire. Satas, Bruxelles, 2015.

HALEY J. – Stratégies de la psychothérapie. Erès, Toulouse, 1993.

HALEY J. – Un thérapeute hors du commun : Milton Erickson. Epi, Paris, 1984.

ISEBAERT L., CABIE M.C. – Pour une thérapie brève : le libre choix du patient comme éthique en psychothérapie. Erès, Toulouse, 1997.

ISEBAERT L., CABIE M.C. – Alliance thérapeutique et thérapie brève : le modèle de Bruges, Erès, Toulouse, 2015.

MALAREWICZ JA, GODIN J. – Milton H. Erickson. ESF, Paris, 1986.

MEGGLE D. – La Dépression, comment l'éviter et comment s'en sortir. Presses de la Renaissance, 2002.

MEGGLE D. – Erickson, hypnose et psychothérapie. Retz, Paris, 1998.

MEGGLE D. – Les Thérapies brèves. Satas.

MELCHIOR T. – Créer le Réel, Hypnose et Thérapie. Seuil, Paris, 1998.

NARDONE G. – Peur, panique, phobies. L'esprit du temps, Bordeaux, 2003.

NARDONE G., PORTELLI C. – La connaissance par le changement : l'évolution de la thérapie brève stratégique. Satas : 2012.

NARDONE G., VERBITZ T., MILANESE R., GOURDON V. – Manger beaucoup, à la folie, pas du tout : la thérapie stratégique face aux troubles alimentaires. Seuil, 2004.

NARDONE G., WATZLAWICK P. – L'art du changement. L'esprit du temps, Bordeaux, 1993.

O'HANLON W.H., WEINER-DAVIS M. – L'orientation vers les solutions. Satas, Bruxelles 1995.

O'HANLON W.H., MARTIN M. – L'hypnose orientée vers la solution. Satas, Bruxelles 1995.

ROSEN S. – Ma voix t'accompagnera. EPI, Hommes et groupes, Paris, 2000.

ROUSTANG F. – Savoir attendre pour que la vie change. Odile Jacob, 2006.

ROUSTANG F. – Il suffit d'un geste. Odile Jacob, Paris, 2004.

ROUSTANG F. – La fin de la plainte. Odile Jacob, Paris, 2000.

ROUSTANG F. – Influences. Éditions de minuit, Paris, 1990.

SALEM G., BONVIN E. – Soigner par l'hypnose. Masson, 2001.

SCHLANGER K., FISCH R. – Traiter les cas difficiles, les réussites de la thérapie brève. Seuil, Couleurpsy, 2005.

WATZLAWICK P. (1978) – The Language of Change, New York, Basic Books. Traduction française : Le langage du changement. Paris, Seuil, 1980.

WATZLAWICK P. – L'invention de la réalité, Contributions au constructivisme. Seuil, Paris, 1988 pour la traduction française.

WATZLAWICK P., WEAKLAND J., FISH R. – Changements, paradoxes et psychothérapie. Seuil, Paris, 1981.

WATZLAWICK P., WEAKLAND J., FISH R., FURLAN R. – Changements : paradoxes et psychothérapie. Seuil, 1975.

WHITE M., – Cartes des pratiques narratives. Satas, 2009.

WHITE M., ESPTON D., – Les moyens narratifs au service de la thérapie. Satas, 2009.

Validation :

Ce cours est validé par la Société Médicale Suisse d'Hypnose - SMSH, la Société d'Hypnose Clinique Suisse – SHypS et l'Institut Romand d'Hypnose Suisse – IRHyS.

Participants :

Ce cours est destiné aux médecins, psychologues et psychothérapeutes au bénéfice d'une formation de base en hypnose médicale ou thérapeutique (SMSH-SHypS) ou toute autre formation analogue reconnue par l'IRHyS.

Tarif :

Adhérents IRHyS – SMSH - SHypS : CHF 1'440.-

Autres : CHF 1'720.-

Lieu :

Morges

Dates :

- 30, 31 mars et 1^{er} avril 2023

- 11, 12 et 13 mai 2023

Horaires :

9h00 – 17h00

Renseignements :

Fondation IRHyS, 024 471 17 62 - info@irhys.ch

Inscription :

Prière de remplir et de signer le bulletin d'inscription ci-dessous et de le faire parvenir par fax, mail ou à l'adresse suivante :

IRHyS - Institut Romand d'Hypnose Suisse
Chemin des Lieux 55b
1860 Aigle

Tél. : +41 (0)24 471.17.62
Fax : +41 (0)24 471.56.46