

HYPNO-MÉDIC

Inductions rapides et hypnose en contexte d'urgence

Module 3 Exercices de suggestibilité





HYPNO-MÉDIC - Inductions rapides et hypnose en
contexte d'urgence

Titre de l'ouvrage : HYPNO-MÉDIC – Inductions rapides et hypnose en contexte
d'urgence / Module 3

Auteur : Jean-François Allard

Édition 2024

Éditeur : Les Éditions EFPHQ

410 Saint-Nicolas, suite 236

Montréal, Québec, H2Y 2P5

(514) 374-0364

TABLE DES MATIERES

| | |
|---|----------------------------|
| <u>EXERCICES DE SUGGESTIBILITÉ</u> | 2 |
| 1. <u>Exercice des bras</u> | 2 |
| 2. <u>Exercice des aimants avec le corps du patient</u> | Erreur! Signet non défini. |
| 3. <u>Exercice de la chute arrière et avant</u> | Erreur! Signet non défini. |
| 4. <u>Exercice de la tête de cristal</u> | Erreur! Signet non défini. |
| 5. <u>Exercice des doigts collés</u> | Erreur! Signet non défini. |
| 6. <u>Résistance</u> | Erreur! Signet non défini. |
| <u>VARIANTE ET SUITE DES EXERCICES DE SUGGESTIBILITÉ:</u> | Erreur! Signet non défini. |

EXERCICES DE SUGGESTIBILITÉ

Inductions rapides et hypnose en contexte d'urgence

Bien que nous ayons étudié et pratiqué les 5 « tests » de suggestibilités ensemble, il s'agira plutôt de bien comprendre les principes, les pratiquer et surtout les adapter en situation d'urgence ou dans un contexte médical ou avec un patient ayant des limitations physiques ou dans un état de stress, peur ou anxiété. Nous ne testerons pas la suggestibilité ou « l'hypnotisabilité » du patient, le but n'est en effet pas de tester, mais d'ancrer en eux la certitude absolue du résultat ainsi qu'une opportunité de renforcer leur compétence et leur confiance à aller dans un état d'hypnose.

Une fois bien intégré ces exercices, il vous sera facile de les adapter aux circonstances, aux patients, aux lieux, etc...différentes variantes sont expliquées dans le MODULE PRATIQUE pour compléter ce module.

1. Exercice des bras

Pour vérifier le niveau de détente et de lâcher-prise du patient; on signale que plus une personne est détendue et plus il est facile d'aller en hypnose. Cet exercice des bras peut être fait avec les deux ou simplement un bras avec le patient assis ou couché.

- 1.1. **Vérifier si le client a des douleurs aux épaules ou dos.** Il peut être fait assis ou couché facilement et adapté à la situation en milieu hospitalier. Il pourrait aussi être fait avec un seul bras ou un avant-bras si le besoin est.
- 1.2. Mettre un bras devant le client.
- 1.3. Inviter le client à poser les bras sur le sien.

- 1.4. « Je vais te demander de te détendre, de détendre tes bras, plus tu seras détendu, plus il sera facile d'entrer en hypnose. »

Tiré à part