

Tatiana Videau
Orthophoniste

Année 2019-2020
Promotion Hirondelles

Apports de l'hypnose dans ma pratique orthophonique



Formateur : Amer Safieddine

Centre de formation : EThHYC CFHTB

Remerciements

En premier lieu je remercie de tout mon cœur Amer qui est un formateur exceptionnel, bienveillant et à l'écoute de nos moindres doutes et interrogations. Je le remercie aussi bien pour ses apports théoriques et cliniques propres à notre formation que pour son aide personnelle. Ces moments partagés me permettent aujourd'hui d'envisager l'avenir avec beaucoup plus de sérénité et de découvrir cette nouvelle vie en compagnie d'un petit oisillon (hirondelle bien évidemment) qui continuera j'en suis sûre à me faire grandir et à enjoliver ma pratique.

Je remercie aussi chaleureusement toute ma promotion d'hirondelles qui m'a permis de faire ce voyage migratoire et qui m'a accompagnée durant ces deux années. J'y ai fait de merveilleuses rencontres, Christelle et Dominique plus particulièrement, nul doute que cette expérience nous a enrichies et liées d'une manière certaine.

A ma siamoise qui m'a accompagnée dans ces remises en questions perpétuelles et ces week-ends toulousains toujours pleins de bonne humeur. On ne savait pas qu'il y avait encore un peu de distance à combler entre nous deux, alors on l'a fait !

A ma famille et mon Mathieu qui m'ont accompagnée dans cette expérience avec tout leur amour et leur soutien.

A mes patients qui contribuent chaque jour à me remettre en question et à m'améliorer tant sur le plan professionnel que personnel.

Sommaire

Introduction

Pourquoi l'hypnose ?

I/ Premières expériences

La relaxation : Premières joies et premières remises en question

- Léo
- Kévin

II/ Le traitement thérapeutique par l'hypnose – Etudes de cas

Déglutition primaire

- Eve
- Hermance

Troubles cognitifs

- Mr F
- Mme L
- Enzo

III/ Analyse de ma pratique

Les apports de l'hypnose pour ma pratique

Le chemin qu'il reste à parcourir

IV/ Conclusion

V/ Bibliographie

Introduction

Pourquoi l'hypnose ? :

Cette question, aussi insignifiante qu'elle puisse paraître, est en fait le fruit d'une très longue réflexion. Et il m'est toujours un peu difficile d'y répondre car elle mêle forcément des aspects professionnels à des aspects plus personnels.

Mon chemin vers l'hypnose a commencé bien avant l'obtention de mon diplôme d'orthophoniste, ayant toujours été attirée par les rééducations dites « non conventionnelles » - toutes les autres pistes que celles déjà étudiées par des dizaines et des centaines de personnes qui en arrivent toujours à la même réflexion après plusieurs années d'exercices « on s'enlise et ça ne marche pas pour tous les patients ».

En ce sens, je me suis déjà formée à la médiation animale qui me permet de joindre l'utile à l'agréable au quotidien en travaillant auprès de mes patients tout en étant auprès de mon chien.

Le changement de regard de la part des patients qui entrent dans mon cabinet est positivement surprenant. Il en ressort souvent une confiance thérapeutique plus rapide (dès lors que les patients aiment les animaux) et une ambiance de travail plus apaisée. Cette confiance peut s'expliquer par « J'ai un chien, elle a un chien, on a déjà un point commun ». L'adhésion à la prise en charge est aussi plus rapide pour les enfants « Super, elle a un chien et on va travailler avec lui ! », l'intérêt pour la prise en charge et le lien émotionnel sont déjà en place dès la première rencontre.

Suite à cette expérience positive et prometteuse, nous nous sommes mises, ma siamoise Delphine et moi-même, en quête d'une formation sur l'hypnose. Et le destin nous a fait atterrir ici, à Toulouse, où il ne restait plus que deux places pour la prochaine session de formation qui commençait...deux semaines plus tard.

Je ne savais pas trop à quoi m'attendre vis à vis de cette formation, si ce n'est ajouter un outil de plus à ma mallette orthophonique, dans laquelle je pioche au gré des besoins et des liens que je fais entre le fonctionnement de mes patients et leur trouble.

Je ne m'attendais pas à une recette miracle applicable à chaque patient, mais plutôt à un outil qui me permettrait de travailler avec eux au-delà des troubles objectivés et des diagnostics, pour faciliter leur quotidien en prenant en charge ce qui les gêne réellement et ce qui les empêche justement de s'investir pleinement et d'atteindre leurs potentialités au sein de leur prise en charge.

Notre pratique orthophonique est trop souvent décrite et perçue comme une suite d'exercices laborieux et répétitifs qui ne font qu'appuyer là où ça fait mal, mais toujours pour le bien du patient. Il est vrai qu'il est plus facile d'appliquer une recette toute prête, protocolaire, en ayant la certitude que cela va fonctionner, que cela nous permettra d'aider le patient, d'écourter son temps de prise en charge et de diminuer notre charge mentale par la même occasion. Mais nous devons toujours garder à l'esprit que nous travaillons justement avec l'esprit de nos patients, et que ce qui fait réellement ce qu'ils sont doit également être pris en compte, au même titre que leurs symptômes.

Ces fameuses 'recettes toutes prêtes', que j'ai moi aussi utilisées au début de mon exercice, nous permettent d'être sûr de soi et par la même occasion d'économiser notre esprit.

Ne dit-on pas d'ailleurs que les habitudes sont bénéfiques pour notre attention, en permettant de diminuer notre seuil de vigilance et en permettant à notre esprit de vagabonder au-delà de notre activité, là où bon lui semble, et généralement là où il fait bon se retrouver. Et c'est à cet endroit même et à ce fonctionnement particulier que l'hypnose fait référence pour moi. Dans le sens où notre cerveau et notre inconscient connaissent les clés et les solutions qui se trouvent déjà en nous. Nous ne sommes qu'assez peu conscients de nos ressources et de nos limites, nous les minimisons toujours, de peur de trop en vouloir ou d'être déçu.

L'hypnose nous pousse hors des sentiers battus, hors de nos retranchements pour puiser en nous les ressources nécessaires à notre guérison.

Ce mémoire est donc le fruit de ma réflexion et de mon cheminement personnel vers une autre pratique orthophonique, plus humaine et plus près des désirs de mes patients. Je suis sûre qu'il me reste encore un long chemin à parcourir pour maîtriser tous les rouages de l'hypnose, et pour que cette pratique s'inscrive pleinement dans mes prises en charge, mais le fait est que plus je la pratique et plus j'en éprouve une satisfaction aussi bien personnelle que professionnelle.

Le chemin est encore long mais comme mes quelques voyages me l'ont appris : peu importe la destination, seuls comptent le chemin emprunté pour y arriver et les personnes dont on a su s'entourer pour nous accompagner...

I/ Premières expériences :

La relaxation : Premières joies et premières remises en question

Mes premiers pas au cours du cycle initiation m'ont permis de me familiariser avec le plan de fonctionnement d'une séance d'hypnose et de commencer à pratiquer auprès de mes jeunes patients.

J'ai alors pu proposer à certains d'entre eux des séances de relaxation afin de diminuer leur agitation aussi bien motrice que cognitive.

Les patients avec lesquels j'ai aussitôt pratiqué montrent tous deux une certaine fuite de la pensée associée à une agitation motrice importante, leur corps est toujours en mouvement, tout comme leur pensée et souvent leur parole.

- **Léo**

Léo est un jeune adolescent âgé de 12 ans suivi en orthophonie depuis de nombreuses années pour une dyslexie/dysorthographe sévère.

Il est arrivé dans mon cabinet ne sachant pas décoder, les conversions grapho-phonémiques n'étaient pas encore en place et l'écriture lui demandait un effort cognitif considérable.

Léo a un tempérament impulsif et peut répondre à un mauvais regard par une attaque verbale ou physique parfois très violente. Les intentions des autres ne sont pas toujours bien interprétées si bien qu'il sur-réagit souvent et finit régulièrement puni voire exclu de son établissement scolaire.

Il est actuellement suivi par une psychologue pour apprendre à gérer ces accès de colère et mieux déchiffrer et comprendre les intentions des autres.

C'est un enfant très attachant et d'une profonde gentillesse à l'imaginaire très riche qui peut parler des heures de ses hobbies.

Je lui ai proposé notre première séance de relaxation un soir où il arrivait dans mon cabinet, agacé et en colère contre certains de ses professeurs et de ses camarades, si bien qu'il n'avait aucune disposition pour travailler les exercices que je lui avais préparés.

A quoi bon vouloir absolument faire une séance sur des apprentissages précis si le patient n'est lui-même pas disponible psychologiquement pour les investir et les réutiliser par la suite ? Pourquoi se contenter de faire des jeux et des exercices sur des notions déjà connues et maîtrisées sous prétexte que nous ne pouvons pas aborder de nouvelles notions ce jour-ci ?

Le patient n'en serait pas dupe.

Je choisis donc de lui proposer une séance de relaxation pour diminuer son énervement et retrouver un certain apaisement au fil de la séance. Mon objectif était de diminuer ses ruminations intérieures et de lui permettre de passer une belle fin de soirée sereine et apaisée en compagnie de sa famille.

Avant de commencer la séance, je lui ai tout d'abord demandé à combien il évaluait son bien-être sur une échelle de 1 à 10, puis de me raconter un souvenir agréable.

C'est au cours de cette séance que j'ai pu voir certains des premiers signes minimaux de transe dans mon cabinet. La tension musculaire intense dans tout le corps de Léo laissait peu à peu la place à une détente de plus en plus prononcée.

J'ai été tout aussi décontenancée quand je me suis aperçue qu'il roulait ses yeux de droite à gauche sur le rythme de la trotteuse située juste au-dessus de sa tête. Avec mon inexpérience de l'époque j'étais persuadée d'avoir mal exécuté mon induction et que l'horloge parasitait notre séance.

Le recul sur cette expérience m'amène désormais à penser qu'il se servait probablement de cette rythmique corporelle pour rester en transe et l'approfondir, tout comme pourrait le faire un balancement.

La sortie de transe et le retour à l'ici et maintenant s'est fait avec un immense sourire sur la visage de Léo et un joyeux « C'était super ! ». La réévaluation de son bien-être sur une échelle de 1 à 10 montrait une amélioration significative.

C'est ainsi qu'à plusieurs reprises Léo a demandé à retourner sur le fauteuil lorsqu'il paraissait dépassé par ses ressentis et ses pensées négatives.

Cette expérience a été tout aussi bénéfique pour moi que pour Léo car elle m'a montré tout le confort que l'on pouvait apporter à nos patients en y consacrant quelques séances, dès lors qu'ils en ressentaient le besoin. Il est pour moi tout aussi important de travailler des axes thérapeutiques cliniques, étalonnés et objectivables, que les aspects plus émotionnels de nos patients. Car sans un réel apaisement émotionnel et sans pensée fluide aucun apprentissage ne pourra se faire.

C'est en ce sens que la thérapie brève orientée solution me permet de travailler au plus près des souhaits et des envies de mes patients pour leur redonner confiance, confiance souvent mise à mal par des années d'apprentissages laborieux.

- **Kévin**

Kévin est un enfant de 10 ans au vécu douloureux.

Placé chez sa grand-mère depuis plusieurs années par manque de soin de la part de ses parents, il est également suivi par une éducatrice spécialisée à domicile pour aider la grand-mère dans son quotidien.

Sa mère suit actuellement une prise en charge psychiatrique, ordonnée par le juge des enfants, pour dépression chronique afin de pouvoir à nouveau obtenir sa garde.

Kévin est ainsi sans cesse ballotté entre ses parents, sa grand-mère et sa tante qui s'occupent alternativement de lui au gré de leurs disponibilités.

C'est un petit garçon aux yeux rieurs mais souvent mélancolique, qui raconte régulièrement un quotidien fantasmé dans lequel il s'invente des possessions extrêmement coûteuses comme le dernier ordinateur à la mode ou des voyages au bout du monde.

Il est actuellement suivi pour une dysorthographe et peut présenter des épisodes de bégaiement plus ou moins intenses qui sont extrêmement dépendants de son vécu personnel au temps T. Il présente également un retard de parole et de langage dus à la pauvreté de son bain de langage quotidien.

Fort de ma première expérience auprès de Léo, je lui proposais donc une séance de relaxation un jour où son bégaiement était particulièrement présent.

Je commençais donc par lui demander un souvenir agréable...

L'élaboration de la pensée chez ce patient étant difficile il est vrai que le recueil du souvenir fut laborieux et que le récit était plutôt pauvre.

Cette première partie m'a permis de me rendre compte comment certains mots utilisés au cours de mon entretien peuvent ne pas revêtir le même sens pour certains patients, surtout pour des enfants, et qu'ils peuvent même parfois être vides de sens. Le terme même de « souvenir agréable » était trop abstrait pour Kévin, il m'a fallu alors adapter mon vocabulaire et adapter mes explications en conséquence. Il me semble alors lui avoir défini en utilisant les termes de « moment joyeux », « moment de plaisir », « qui est resté dans ta mémoire parce que c'était bien ».

La séance au fauteuil fut particulièrement épique, surtout pour ma part. Kévin n'a eu de cesse de bouger sur le fauteuil, d'ouvrir et de fermer les yeux, jusqu'à demander quand est-ce que cela s'arrêterait.

Le retour à l'ici et maintenant a paru le soulager. Notre discussion sur cette séance la semaine suivante m'a permis de comprendre qu'il avait accepté cette séance plus par complaisance que par envie et qu'il ne supportait que difficilement d'avoir les yeux fermés.

Il m'a expressément demandé de ne plus refaire de séance de relaxation et nous en sommes restés là jusqu'à aujourd'hui.

Le retour sur cette expérience a été pour moi une vraie leçon d'humilité. En effet, armée de toute ma bienveillance, je suis désormais persuadée de n'avoir pas bien interprété les mots et les comportements de Kévin lorsque je lui ai demandé s'il était d'accord pour faire cette séance ensemble.

Je sais maintenant combien l'acceptation de la part du patient est un élément clé pour le travail en hypnose car rien ne peut se faire sans son entier accord. Ce retour m'a permis d'être plus vigilante aux réponses données par les enfants, notamment les plus jeunes, et d'apprendre à proposer cette thérapie autrement, tout en répondant aux questions de manière la plus claire et la plus précise possible.

Je laisse désormais toujours un temps de latence entre mes explications, pour leur permettre de poser des questions, et je leur indique qu'ils peuvent m'en poser à leur tour s'ils en ressentent le besoin. Je leur laisse également toujours le soin de refuser et de m'en reparler plus tard s'ils le souhaitent car certains d'entre eux ont besoin de plus

de temps pour surmonter leurs réticences premières et pouvoir s'investir totalement dans la démarche (Cas clinique d'Hermance).

II/ Le traitement thérapeutique par l'hypnose – Etudes de cas :

Déglutition primaire :

- **Eve**

Eve est une adolescente de 12 ans qui vient en consultation sur demande de son orthodontiste. Le bilan objective une déglutition primaire associée à une position de repos pathologique avec une langue en interposition incisive franche.

Notre protocole de rééducation s'est déroulé classiquement : 10 séances étalonnées sur 7 mois. Deux ans plus tard, je retrouve Eve accompagnée de sa mère qui m'explique qu'elle l'a entendue téter sa langue plusieurs fois dans la nuit lorsqu'elles ont eu à partager une chambre en vacances.

Bien évidemment cette particularité ne m'avait jamais été énoncée et Eve en était la première surprise. Etant donné qu'Eve avait totalement automatisé le geste de déglutition mature ainsi que la position de repos physiologique, et que ses difficultés ne survenaient que lors des temps de sommeil, je lui ai proposé d'emblée d'effectuer une séance d'hypnose formelle, ce qu'elle s'est empressée d'accepter.

Je lui laisse quelques jours de réflexion puis elle me confirme son envie et revient me voir pour me raconter un souvenir agréable dont voici les éléments relevés :

- Une séance d'entraînement de handball particulière pour Eve car elle était composée de plusieurs plateaux d'exercices un peu à la manière du Crossfit.

Objectif positif : Etre jolie.

Résultats souhaités : Etre contente et soulagée (angoisse de devoir reporter un appareil dentaire).

Métaphores relevées : « Faire comme une grande » - le fait de téter sa langue étant associé au monde de l'enfance et des bébés,

« Aller au bout de mes forces »

Métaphore imbriquée : Changement de l'atmosphère de la salle de sport, air sec et doux se transformant peu à peu en air humide et moite.

Ressources : Le handball, la course et le théâtre.

Vakog : Essentiellement kinesthésique et visuel.

Séance d'hypnose au fauteuil :

En voici quelques extraits précisant l'utilisation de ses métaphores et les liens créés entre sa pratique du sport et sa déglutition :

« La séance est composée de différents exercices et cela te plaît. C'est une sorte de parcours mêlant endurance et cardio, un peu comme l'acquisition d'un nouveau geste technique, d'une nouvelle habitude, qui passe à la fois par un apprentissage parfois intensif puis un rappel régulier sur plusieurs années, plusieurs heures voire plusieurs mois. (...)

C'est un nouveau type d'entraînement, plus ludique, un peu comme du Crossfit mais en moins soutenu. C'est un changement positif, tout comme le tien, tu as toi aussi changé positivement au cours de ces mois, de ces années de pratique, tu as grandi et tu es devenue de plus en plus précise dans tes mouvements, tes passes sont mieux cadrées, tes placements sur le terrain plus fluides, tous ces gestes se font désormais automatiquement, sans que tu y penses consciemment. Toujours le bon geste, au bon endroit et au bon moment, avec l'intensité juste.

(...) Tu es soulagée car tu as réussi à faire tous ces ateliers les uns à la suite des autres, progressivement au bon rythme, au bon moment, d'une manière coordonnée. Tu es fière de toi car tu es allée au bout de tes forces, comme tu aimes le faire, tu as tout donné, tu n'as jamais abandonné et tu as continué sur ta lancée progressivement. »

Cette séance a eu une mise en route plutôt épique. En effet, Eve apprécie beaucoup mon chien et ce dernier l'apprécie en retour. Une fois installée au fauteuil et l'induction en

cours, il a absolument voulu venir lui faire un câlin en posant sa tête sur ses genoux et en grognant pour qu'elle s'occupe de lui. Après plusieurs essais d'éloignement j'ai donc dû lui demander si elle souhaitait rouvrir les yeux et mettre le chien dans une autre pièce.

Notre induction a donc été de courte durée et très interrompue. Une fois ce problème technique réglé nous avons pu continuer notre induction hypnotique et j'ai pu voir le visage d'Eve se détendre petit à petit.

La transcription du souvenir agréable l'a fait sourire à plusieurs reprises, notamment lorsque je parlais de ses amies. J'en déduis que l'ancrage émotionnel de son souvenir a été instauré. La fin de la séance a été allongée par rapport au script que j'avais préparé car elle était réellement en transe avec les yeux entrouverts, dirigés vers le sol et vers son nez.

J'en ai donc profité pour instiller de nouveau les notions de plaisir, de beauté, de joie et de soulagement tout en la laissant profiter pleinement de ses sensations.

Conclusions :

Cette séance avec une première induction chaotique m'a permis de me remettre en question quant à la présence de mon animal lors de ces séances d'hypnose.

Je préfère désormais réaménager mon emploi du temps et proposer des séances formelles en dehors de mes horaires de consultation habituels pour être sûre de n'être pas dérangée par mes collègues ou leurs patients dans la salle d'attente.

Cet arrêt dans l'induction m'a permis de faire face à certaines craintes, notamment l'obligation que je me faisais de suivre le fil conducteur d'une séance sans jamais en déroger, et m'a permis de dédramatiser mes erreurs de débutante.

J'en ai appris que même si certaines choses ne se passent pas comme prévu, si on les prend avec légèreté tout en respectant les envies du patient cela ne remettait pas forcément en cause notre travail ou son évolution.

Cet arrêt dans l'induction a, je pense, été salvateur car continuer dans ces conditions n'aurait mené à rien.

Concernant l'évolution de la patiente, il m'est compliqué d'en juger car plus personne n'a dormi avec elle depuis. J'ai alors missionné la maman de surveiller sa fille en allant se coucher pour écouter si elle entendait à nouveau des signes de tétée ou pas.

Je n'ai pas eu de retour de sa part depuis...

- **Hermance**

Hermance est une jeune fille de 14 ans lorsque je la rencontre pour la première fois. Elle est envoyée par son orthodontiste et le bilan réalisé nous permet de diagnostiquer une déglutition primaire avec une interposition linguale canine et prémolaire franche pour assurer l'étanchéité du bolus.

Nous notons également une participation active des lèvres lors de la déglutition, un sigmatisme interdental à la parole et une position de repos pathologique avec une langue en position basse et en interposition latérale.

La prise en charge orthophonique de la déglutition s'est déroulée classiquement, le geste de déglutition est en place, le sigmatisme interdental a disparu ainsi que son interposition linguale au repos.

Une séance de contrôle quelques mois plus tard nous montre qu'Hermance peine à automatiser son geste de déglutition et que cette dernière n'est correctement effectuée que lorsqu'elle le conscientise. Or, on ne peut pas lui demander de penser consciemment à sa déglutition chaque fois qu'elle en a besoin !

Je lui ai alors proposé une séance d'hypnose formelle pour l'aider dans l'automatisation de son geste. Ce qu'elle a spontanément refusé « Ha non mais ça marchera jamais sur moi, je vais pas faire ça ! ».

Je lui explique alors les différents éléments qui m'amènent à lui proposer cette thérapie particulière et lui dis que je reste à sa disposition si jamais elle avait des questions à ce sujet. En parallèle, je préviens la maman de ses difficultés d'automatisation et de cette proposition qui reste en suspens.

Quelques semaines plus tard, suite à un rendez vous manqué, je contacte de nouveau la mère qui m'informe qu'Hermance a changé d'avis et souhaite faire une séance d'hypnose.

S'en suivent un rendez-vous pour recueillir son anamnèse puis quelques semaines à attendre un retour concernant son souvenir agréable...

Objectif positif : Etre belle.

Résultats souhaités : Etre libre et soulagée (de ne plus y penser constamment).

Métaphores relevées : Pas de métaphores à proprement parler mais plutôt des notions de verticalité et de changement des habitudes.

Métaphore imbriquée : Le changement du rythme des vagues sous le bateau et des couleurs de la ville lors de sa balade à Bilbao.

Ressources : L'architecture (futur métier), ses amies, les langues et le shopping.

Vakog : Préférentiellement visuel et secondairement kinesthésique.

Séance d'hypnose au fauteuil :

Voici quelques extraits de la séance mélangeant ses mots clés, son Vakog et les liens avec son mouvement de déglutition adulte :

J'ai choisi d'utiliser une induction pour résistant que nous avons travaillée quelques semaines auparavant car je sais qu'Hermance émet des doutes sur l'utilité de l'hypnose et ses effets.

Une fois l'induction faite Hermance a voulu garder les yeux ouverts, ce que j'ai ratifié durant toute la séance. Ses yeux, fixes mais clignant, se sont peu à peu apaisés et ont fini par ne plus du tout cligner, son regard apparaissait alors vague et distant.

Le retour à l'ici et maintenant s'est fait rapidement et sans difficulté.

« Vous vous arrêtez admirer le flysch, cette **magnifique** formation géologique, tout en **lignes parallèles, verticales, régulières**.

Puis tu manges sur la plage bordée par l'océan en **mouvement perpétuel**, ses vagues **qui montent puis se creusent** avant de venir **lécher** le sable à un rythme régulier, habituel, infatigable.

Arrive la Golden Hour, tu montes en bateau et là, tu **goûtes** aux vues magnifiques que cette balade te donne à voir. Et pendant que **tu trouves le bon angle**, le **bon endroit**, **précis** pour prendre des photos, tu ressens les embruns de l'océan qui viennent te

caresser le visage, tu retrouves cet air frais qui emplit tes poumons et que tes oreilles voient également.

Pendant que tes pieds sont en contact avec le sol du bateau qui oscille perpétuellement de haut en bas au rythme du roulis des vagues.

(...)

Puis vient le moment de visiter Bilbao et son musée Guggenheim. C'est beau et comme tu le sais Hermance, tout ce qui est beau est agréable à voir, à toucher et à sentir. Tout comme cette architecture d'une beauté particulière, pleine de courbes qui montent vers le ciel dans un mouvement que l'on découvre fluide. L'artiste a su laisser parler sa créativité pour se libérer des limites imposées par sa conscience. Ces plaques d'acier argentée, alignées, les unes à côtés des autres, recouvrant chaque élément de cette structure pour les maintenir ensemble, à la bonne place. » (métaphore de ses bagues).

Conclusions :

Le fait qu'Hermance n'ait pas souhaité fermer les yeux m'a étonnée mais ne m'a pas déçue autant que je l'aurais cru. La seule déception que j'ai sur cette séance est que j'aurais voulu faire une catalepsie pour associer un ancrage corporel à la séance. Mais ses yeux étant ouverts, je n'ai pas osé la faire.

Le fait que ses yeux diminuent progressivement leur clignement m'a informée qu'à défaut d'une transe profonde, une relaxation s'initiait, ce qui pouvait être confirmé par le fait que sa respiration a fini par être quasi imperceptible.

Malgré ces écueils j'ai réussi à intégrer plusieurs bruits environnants à la séance, ce que j'avais beaucoup de mal à faire jusqu'ici : une voiture qui passe devant la fenêtre, les bruits de pas de la collègue ou des travaux chez les voisins.

Le retour d'Héloïse quand à cette séance s'est fait 15 jours plus tard par téléphone. Elle m'a annoncé qu'elle se posait moins de questions sur le placement de sa langue. Ainsi, elle la retrouve la majeure partie du temps, collée au palais sans en avoir conscientisé le geste. Le fait qu'elle n'ait plus à y penser, ou moins, valide son objectif de liberté et de soulagement.

Si prochaine séance il y a j'utiliserai alors la technique de la double fermeture des yeux lors de l'induction afin de faciliter son entrée en transe et je souhaiterais faire une catalepsie pour ancrer corporellement la séance.

Troubles cognitifs :

- **Mr F**

Mr F vient en consultation pour la première fois en janvier 2015. C'est un patient curieux, sensible et attachant pour lequel un diagnostic de maladie de Parkinson a été posé en décembre 2013. A ce moment-là il consulte en orthophonie de sa propre initiative pour des troubles de la voix, une micrographie ainsi que des difficultés de mémoire, de concentration et d'attention.

La rééducation orthophonique s'est déroulée classiquement jusqu'à cette formation en hypnose. Dès le début du cycle de perfectionnement j'ai pu lui proposer une séance d'hypnose sur le thème qui lui tenait à cœur.

Il se trouve que Mr F souffre de troubles du sommeil récurrents :

« Les difficultés d'endormissement datent de plus de 20 ans, mais c'est dans le contexte de la maladie de Parkinson, depuis quelques années, que ces problèmes apparaissent de plus en plus pénalisants, une nuit sans sommeil réparateur signifie quasi systématiquement un lendemain difficile avec de la fatigue et l'augmentation de tous les autres symptômes de la maladie. »

Son sommeil est entrecoupé de longues phases de réveils et le ré-endormissement est souvent compliqué à cause de douleurs diffuses dans les articulations.

J'ai accepté de travailler cet aspect là, bien qu'il ne soit pas purement orthophonique, car il est connu et reconnu que le sommeil influence nos capacités cognitives, la mise en mémoire des souvenirs et la consolidation de nos apprentissages. J'avais donc comme objectif orthophonique une amélioration des fonctions exécutives supérieures par l'amélioration de la qualité du sommeil.

Je tiens à rajouter que malgré un « esprit cartésien d'ingénieur », Mr F est très au fait de toutes les thérapies alternatives qui peuvent s'offrir à lui. Il pratique la méditation et se renseigne énormément sur toutes les thérapies autres que médicamenteuses pour traiter ses différents symptômes.

Objectif positif : Avoir des nuits calmes.

Résultats souhaités :

- Se réveiller un minimum de temps,
- Etre reposé,
- Diminution des douleurs,
- Satisfaction, fierté reconnaissance et apaisement.

Métaphores relevées : « Comme si j'avais couru un marathon la veille », « Cerveau en ébullition permanente », « Le poids de la responsabilité ».

Mots clés : Lassitude, agacement, colère et tristesse ≠ satisfaction, fierté apaisement, reconnaissance.

Ressources : L'art sous toutes ses formes, le spectacle de la nature, apprendre, comprendre.

Les personnes importantes pour lui sont ses 3 enfants, ses amis de collège et ses amis du service militaire.

Vakog : Visuel et kinesthésique.

Séance d'hypnose au fauteuil :

J'ai choisi d'utiliser une régression dans les moments de joie car ses difficultés datent d'une vingtaine d'années. La régression avec des personnes de confiance dans des moments heureux et partagés nous a permis de remonter le temps jusqu'à des moments où les difficultés de sommeil n'existaient pas encore.

Le premier souvenir agréable que je lui ai demandé concernait un moment de l'année passée partagé avec ses trois enfants. Ces derniers sont désormais grands et les jumeaux viennent de « quitter le nid » et de déménager à Toulouse. Je savais d'avance que ce moment allait être chargé émotionnellement.

Le deuxième souvenir que je lui ai demandé est un moment de son service militaire partagé avec ses amis.

Le troisième concerne un moment partagé avec ses amis au collège.

Lors de la séance j'ai pu constater un apaisement progressif de la respiration, les mouvements d'inspiration devenaient de plus en plus faibles. De même, j'ai pu assister à des mouvements de tête de droite à gauche et une diminution importante des clignements de paupière m'indiquant lorsque la transe était complète.

Ces mouvements de paupière me permettaient de jauger le temps nécessaire pour le laisser profiter de ses sensations, pensées et émotions, avant de passer au souvenir suivant.

Conclusions :

Le retour sur cette séance s'est fait 2 à 3 semaines plus tard. Mr F était ravi et avait noté des bienfaits immédiats au niveau du confort du sommeil, avec un impact positif sur sa qualité de vie générale. Les réveils étaient moins fréquents et les endormissements plus rapides. Il avait pu passer 15 jours sans prendre de médicaments pour traiter ses douleurs à l'endormissement.

Il a pu m'indiquer qu'il se sentait « plus serein, moins agacé et se mettait moins la pression pour assurer le lendemain ».

Au niveau cognitif, mes questionnements ont mis au jour des capacités d'organisation plus fluides, une meilleure récupération des éléments en mémoire et une concentration sensiblement améliorée.

Lui qui est toujours en recherche de solutions et d'explications est arrivé un matin en me disant « Je ne sais pas si c'est vous ou non mais je dors beaucoup mieux et je dois vous raconter mon rêve de cette nuit ! » :

Il se réveillait d'un sommeil long et réparateur, en pleine forme, dans un monde post-apocalyptique désertique (les sujets écologiques et environnementaux l'intéressent énormément). Il était accompagné de ses collègues de l'armée et ces derniers, amassés autour du feu, lui demandaient d'aller chercher du bois aux alentours « mais pas trop loin car il y a des groupes louches qui rôdent ». « Bizarrement je me sentais en sécurité car je savais qu'ils veillaient sur moi et j'avais confiance, j'étais serein ».

Ce rêve qu'il m'a offert a été pour moi un beau cadeau, tout y était : la sérénité, la nuit calme, la confiance et ses personnes ressources.

Il a conclu son récit en m'avouant son incrédulité : « Il faut me dire comment ça marche parce que là je comprends pas ! ». Je lui ai alors donné des explications cartésiennes sur

le lien entre le cerveau émotionnel, les souvenirs et nos sensations tout en laissant une part de mystère nécessaire pour laisser travailler son imagination.

Au fil de nos rencontres j'ai pu m'apercevoir que la qualité de son sommeil s'était globalement améliorée malgré des moments plus compliqués, dus en grande partie à des problèmes de couple. En dehors de ces périodes Mr F continuait à me rapporter des nuits de meilleure qualité et des lendemains plus performants sur le plan cognitif. Ses douleurs à l'endormissement ont désormais quasiment disparu et les douleurs résiduelles sont sans commune mesure avec celles d'avant.

- **Mme L**

Je rencontre Mme L pour la première fois en juin 2019. Elle est adressée par un centre de rééducation dans le cadre d'un AIT survenu en novembre 2017.

Lors de notre premier entretien Mme L se plaint de troubles de la mémoire, d'organisation et de difficultés de concentration. Elle a du mal à suivre une conversation, à se repérer dans le temps et sa mémoire immédiate lui fait défaut. Elle peut ainsi oublier le prénom de ses interlocuteurs, ses rendez-vous médicaux et fond en larmes régulièrement par anxiété et conscience de ses difficultés.

La rééducation orthophonique, partagée avec ma collègue, se déroule deux fois par semaine avec pour objectif une amélioration des compétences mnésiques et des fonctions cognitives supérieures d'attention, de planification et de concentration.

Au cours de notre suivi orthophonique Mme L m'informe qu'elle souffre également de profondes angoisses dès qu'elle quitte son appartement. Elle me décrit des symptômes physiques importants associés à une perte de repères. Je lui propose donc plusieurs séances de relaxation au fauteuil qu'elle s'empresse d'accepter.

Ces deux séances lui ont permis de « relâcher la pression » comme elle aime à le dire et « de se retrouver ailleurs ». Le retour à l'ici et maintenant a donné lieu à de grands sourires et des retours tels que « Je voulais pas revenir », « Qu'est ce que j'étais bien », « C'était génial ! ».

Une fois la formation en perfectionnement entamée j'ai pu lui proposer une séance axée sur ses troubles mnésiques dont voici le résumé :

Objectif positif : Que les images viennent devant mes yeux. **Résultats souhaités** : calme, apaisement, sereine, bien dans ma vie.

Métaphores relevées : « Ca part dans les oubliettes, un trou noir sans rien dedans ».

Ressources : « Je suis positive, je ne baisse jamais les bras, »
Marches dans la nature, préférence pour la forêt,
Sa fille, son conjoint et ses parents.

Vakog : Essentiellement visuel et kinesthésique.

Séance d'hypnose au fauteuil :

Avant de faire la séance d'hypnose j'ai demandé à Mme L de remplir le questionnaire Mc Nair d'auto évaluation des difficultés cognitives (*). Son premier questionnaire a donné un résultat de 116/156, soit une plainte cognitive importante.

Les items les plus chutés concernaient les fonctions exécutives supérieures associés aux difficultés motrices dues à son hémiparésie gauche.

Pour cette séance j'ai choisi d'utiliser la technique du compte à rebours des moments de joie partagés avec ses proches.

Pour ce faire, j'ai d'abord commencé par lui demander de laisser venir à elle un moment récent passé avec son compagnon, puis un moment plus ancien accompagnée des ses parents et de finir avec un autre moment passé avec sa fille lorsqu'elle était plus jeune.

J'ai fait appel à ces 4 personnes ressource car ce sont les plus présentes, celles dont elle me parle régulièrement au cours de nos séances, mais aussi celles qui participent majoritairement à son bien-être quotidien.

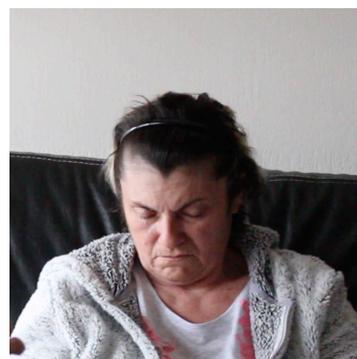
L'utilisation de cette technique m'a permis d'utiliser ses souvenirs plus anciens, autobiographiques, bien conservés. Ainsi, Mme F a pu remonter le temps pour retrouver des souvenirs plaisants, se retrouver en situation neutre, comme avant son AIT et

revivre ces moments entourée de ses proches sans angoisse, stress ou énervement (émotions et sensations souvent décrites lorsqu'elle se rend compte de ses difficultés). Mon objectif secondaire était également de lui faire prendre conscience qu'elle était encore capable de mettre en jeu ses capacités mnésiques afin de lui redonner confiance.

Durant la séance le seul signe extérieur de transe que j'ai pu observer est l'abaissement progressif de la tête vers le buste, jusqu'à finir totalement reposée sur la poitrine. J'ai également pu observer un apaisement croissant de la respiration.

La fin de la séance m'a permis de réinjecter ses propres mots ainsi que ceux en lien avec les compétences mnésiques tels que « **assimiler, connaître, reconnaître, apaisement, pensées claires et limpides** (\neq oubliettes sombres), **détente, émotions sereines** (\neq énervement).

Le retour à l'ici et maintenant s'est fait rapidement dans un grand sourire et un joli « J'étais partie loin ! ».



Affaissement total du visage de la patiente en cours de séance.

Conclusions :

Le retour d'expérience sur cette séance s'est fait 2 à 3 semaines plus tard. Je lui avais demandé de remplir à nouveau le questionnaire de plainte mnésique en pensant à ses capacités actuelles.

Cela nous a permis d'objectiver une amélioration de 36 points sur son questionnaire Mc Nair.

Les domaines améliorés concernent principalement :

- les capacités de concentration qui sont désormais plus longues,
- de meilleures compétences organisationnelles, son agenda est mieux tenu et ses journées sont mieux gérées,

Elle est désormais capable de programmer deux rendez-vous dans la même journée en calculant les temps de trajet et d'attente. Auparavant, elle aurait fixé les deux rendez-vous à deux dates différentes.

- une reconnaissance des visages familiers qui est plus fluide.

En effet, elle qui ne connaissait toujours pas nos prénoms après un an de rééducation hebdomadaire a pu nous appeler par notre prénom dès la rentrée suivante sans nous confondre !

Au-delà de ce questionnaire, ma collègue et moi-même avons ressenti un grand changement dans son attitude et ses compétences. Là où, il y a encore quelques semaines, Mme L se serait sentie débordée pour une manipulation aussi simple que changer des paramètres sur son téléphone, elle se sent désormais plus en confiance pour essayer de le faire seule puis nous demander de vérifier si ce qu'elle a fait fonctionne. Et cela fonctionne !

De même, son agenda est beaucoup mieux organisé et ses rendez-vous, bien que notés, sont également maintenus en mémoire. Elle a ainsi pu me donner la date de ses prochaines analyses médicales ainsi que de ses sorties prévues plusieurs mois après.

C'a été pour nous une grande victoire, elle qui était très anxieuse et angoissée à l'idée d'oublier la moindre information, se détache désormais progressivement de ses aides et arrive même à donner des informations sans y jeter un œil.

A la suite de cette séance, la rééducation orthophonique en a été modifiée. Mme L exécutait les tâches demandées beaucoup plus rapidement, sans même s'en rendre compte, ce qui nous a permis de proposer de nouveaux outils de plus en plus complexes. Elle qui était déjà actrice de sa prise en charge a continué à nous demander de l'aide pour telle ou telle difficulté rencontrée dans son quotidien, comme la conduite automobile ou un choix de sport adapté...

Mme L étant très demandeuse de nouvelles séances d'hypnose, j'axerai alors notre prochain travail sur l'utilisation de sa métaphore des oubliettes dans un souvenir agréable, auquel je souhaiterais ajouter des verbes en accord avec son Vakog visuel et kinesthésique, chose que je n'ai pas encore mise en œuvre avec cette patiente et sur laquelle il faut encore que je m'exerce.

- **Enzo**

Enzo est un petit patient de 10,5 ans très introverti et anxieux qui ne s'ouvre que difficilement.

Il est suivi en orthophonie depuis 1,5 an pour des difficultés de langage écrit. Un diagnostic de trouble de l'attention a été posé depuis maintenant plusieurs années. Plusieurs thérapies ont été effectuées afin de palier les difficultés de mémoire et d'attention d'Enzo.

La rééducation orthophonique s'est attelée à l'automatisation du langage écrit.

La confiance qui s'est installée entre nous deux et la famille m'a permis de lui proposer une séance d'hypnose pour traiter le problème qui lui posait le plus de difficultés en ce moment.

Il m'annonce donc vouloir travailler sur sa concentration et c'est ce que nous avons fait au cours de cette séance.

Objectif positif : Etre fier de soi.

Résultats souhaités :

- Mieux apprendre,
- Avoir de meilleurs résultats,
- Etre libre (« beaucoup de pensées dans ma tête qui me préoccupent »),
- Satisfaction, fierté reconnaissance et apaisement.

Métaphores relevées : « Avoir de l'espace dans ma tête pour travailler », « Je suis plus connecté avec la réalité », « Je suis ailleurs », « Je reste bloqué », « Je me reconnecte avec le brouhaha » (quand il se concentre à nouveau), « Ca me met en retard ».

Métaphore imbriquée : Le changement dans les voix entendues au cours de la soirée, variation du « brouhaha ».

Ressources : L'Urban soccer, il est attaquant. Jouer au foot avec son père, aux jeux vidéo avec ses copains, les balades en famille.

Personnes importantes pour lui : Ses parents, sa cousine Salomé et ses copains d'école.

Vakog : Auditif et kinesthésique.

Séance d'hypnose au fauteuil :

Voici quelques extraits de la séance associant ses mots clés, son Vakog et les liens avec ses capacités de concentration :

« Je compte sur toi pour faire toutes les **connexions** nécessaires à la résolution du problème qui est le tien et qui fait en sorte que tu sois là aujourd'hui pour le travailler. Car comme tu le sais Enzo, notre esprit possède des **milliards et des centaines de connexions**, qui nous permettent aussi bien de **rester ici et maintenant concentré** dans la réalité mais elles nous permettent aussi de **rêver**, de nous **envoler** au loin pour rejoindre d'autres endroits, d'autres personnes et tout cela dans le même temps, en toute **liberté**. »
(...)

« Tu es dans le salon de papi et mamie que tu **connais** si bien, tu y as tes **habitudes**. Tu y retrouves tout le monde, il y a tes **parents** avec Louna, mais aussi ton tonton et ta tatie avec leurs filles **Salomé** et Eva.

Papi et mamie sont là aussi pour vous accueillir et ils vous ont **fait de la place** pour partager ce beau moment **tous ensemble**.

Comme tous les ans tu es **excité** et **impatient** d'ouvrir tes cadeaux, car tu le sais Enzo, ce soit tu vas ouvrir tes paquets. Et ces cadeaux tant attendus, depuis des semaines, des heures et des mois sont arrivés **dans les temps** pour ton plus grand plaisir. Car tout ce **qui n'est pas en retard est à l'heure**. Et tu es **fier** de les avoir mérités.

Alors tu commences à les ouvrir (...), et pendant que **tu libères l'espace encombré** par ces paquets, les **conversations** que tu pourrais avoir oubliées, s'animent, chacun commentant ses cadeaux et ceux des autres.

(...)

Tu **pars** directement te **connecter** avec Eva. Vous allez dans ta chambre, dans ton **espace**, tu **écoutes** ses indications pour tout installer et mettre en **place**. Ca y est les **connexions** sont faites. Tu **apprends** déjà à créer ton profil (...). Tu restes **concentré** sur ton écran pour **apprendre** toutes ces nouvelles fonctions. Tu **enregistres** déjà comment construire un mur, tu **apprends** à faire des maps (...)

Tu **t'imagines** déjà en train de te **connecter** pour faire des parties en réseau **libre**, avec tes copains **Roméo, Imanol et Loïc** (...)

Car tu es comme dans un dessin animé, mais c'est bien la **réalité**, les **connexions** de ton cerveau rejoignent l'espace qui les sépare de tes **doigts** qui **ressentent** ce que tes yeux perçoivent alors que tu es en train de faire de nouveaux liens, de nouveaux **apprentissage**s, sans même t'en rendre compte, tout en profitant du **brouhaha** qui t'entoure, de cette soirée qui continue là-bas dans un autre **espace**, au salon.

Tu **reconnais** les voix de tes parents et tu **devines** à peine celle de mamie, un peu plus calme, plus apaisée, mais tout cela n'est pas important car tu es **libre** de continuer à jouer de reste de ta soirée.

Et tu restes **concentré** sur ta mission, tu atteints des niveaux supérieurs avec de **meilleurs résultats** ce qui te rend de plus en plus fort et de plus en plus **fier**.

Conclusions :

Pour cette séance je me suis mis comme objectif d'utiliser plus les ressources et surtout le Vakog du patient. Ce sont deux choses que j'avais un peu de mal à faire et pour lesquelles je dois encore travailler.

Mes recherches m'ont amenée à trouver de nombreux verbes auditifs que j'ai disséminés un peu partout tout au long de la séance ainsi que quelques verbes kinesthésiques.

Concernant les ressources, son souvenir agréable se déroulait entouré de ses personnes ressources donc il était facile de les y intégrer à la séance.

La métaphore de la connexion était intéressante mais j'aurais aimé trouver des mots plus subtils que « connexion » pour l'intégrer au souvenir agréable.

Durant la séance Enzo n'a pas souhaité fermer les yeux. Là encore, j'ai été agréablement surprise de ne pas être totalement décontenancée. La difficulté que j'ai rencontrée se trouve dans le fait que, les yeux ouverts, les patients voient qu'on les observe et Enzo

s'en est trouvé gêné à plusieurs reprises. Son regard se fixait alors sur mon visage, puis repartait sur son point de fixation. Ce que j'ai pris le temps d'accompagner et de ratifier à chaque fois.

Dans le même temps et malgré mon insistance lors de son installation, j'ai remarqué qu'Enzo n'arrivait pas à se détendre totalement. Je rappelle que c'est un enfant de nature anxieuse. Le problème est que lorsqu'il a senti une décontraction musculaire dans son corps, il s'en est trouvé gêné pour s'installer confortablement sur le fauteuil, sa tête est alors partie en arrière et sa position semblait fortement inconfortable. Cette installation, bien que testée en début de séance ne lui a, je pense, pas permis de profiter pleinement de la détente ressentie. Même si j'ai pu noter une diminution de l'amplitude de la respiration et un 'brouillage' de ses yeux sur la fin de la séance qui, je pense, indiquaient tout deux un relâchement voire une transe légère.

Le retour auprès d'Enzo a eu lieu la semaine suivante, au cours de notre rendez-vous hebdomadaire. Enzo m'a annoncé qu'il avait obtenu de meilleurs résultats à ses contrôles de la semaine précédente. Il m'a annoncé cette nouvelle avec de grands yeux étonnés et en a été le premier surpris. Il a conclu par un timide « Ha oui je suis content » tout en retenue.

A notre rendez-vous suivant il m'a annoncé « Je déconnecte moins, et je me reconcentre plus vite », « Je me raccroche plus vite ». Il m'explique qu'il effectue ses devoirs plus rapidement « je m'y mets plus vite et je pars moins et ça va justement plus vite ».

Un rendez-vous téléphonique avec la maman nous a permis de recueillir les impressions de sa famille. Les retours ont été extrêmement positifs « C'a été fulgurant », « Il a eu de super notes par rapport à d'habitude, on est bluffés ! ».

Les parents ont noté de réels changements dans ses notes scolaires, lui qui obtient généralement des résultats scolaires en dent de scie, les résultats étaient tous au-dessus des notes habituelles et ce dans toutes les matières évaluées.

Nous finissons par conclure un pacte entre la maman, Enzo et moi : lorsque ce dernier sent que ses capacités de concentration déclinent ou ne sont pas aussi performantes qu'il le souhaiterait, il s'engage à m'en parler pour faire « une piqûre de rappel ».

J'ai insisté sur le fait que la demande devrait venir d'Enzo et non pas de son entourage pour l'engager encore plus activement dans sa prise en charge et dans sa recherche de solutions propres. Le but étant de petit à petit lui supprimer toute les béquilles que nous avons pu lui donner pour l'aider à contourner ses difficultés.

L'idée sous-jacente étant que l'hypnose n'est pas une solution miracle à de mauvais résultats scolaires. Si le patient n'est pas motivé et engagé dans la démarche nous n'arriverons à rien.

III/ Analyse de ma pratique :

Les apports de l'hypnose pour ma pratique :

Je finis cette formation en ayant ajouté bien plus qu'un outil dans ma mallette orthophonique. En effet, je venais à cette formation sans attente spéciale mais en me disant que tout ce que je pourrai prendre serait le bienvenu et que cela me permettrait d'appréhender au mieux mes patients.

Je finis ce cycle de perfectionnement plus persuadée que jamais d'avoir fait le bon choix. Même si je n'intègre pas l'hypnose dans ma pratique quotidienne, le fait de pouvoir travailler sur des points précis, demandés par les patients, et de les prendre en charge dans leur globalité est ce qui me correspond le plus.

En effet, après 5 ans de pratique, j'en arrive à la conclusion que travailler seulement sur les symptômes orthophoniques ne suffit pas toujours. Si les patients ont d'autres problèmes en tête, d'autres interrogations, d'autres préoccupations... alors on pourra leur proposer le meilleur travail orthophonique, les acquisitions et les automatismes ne se feront pas.

L'hypnose me permet de mieux comprendre comment chacun d'entre eux se représente son trouble et de pouvoir travailler sur cette image pour en extraire les aspects positifs et les valoriser davantage.

L'hypnose m'a également ouvert les yeux sur l'utilisation du « mot juste ». Chaque mot ayant une signification particulière, le moindre mot utilisé par le patient doit alors être repris, analysé et décortiqué pour en comprendre le sens qu'il y attribue.

Ce questionnement peut parfois être compliqué à mener, les patients ne comprennent pas forcément où on veut en venir (surtout les enfants), mais cela nous permet de faire la part des choses entre ce qu'ils ont entendu de leurs difficultés et ce qu'ils en pensent réellement.

Pour certains d'entre eux, qui ont un manque de vocabulaire flagrant, cet exercice est peut-être le plus difficile. Mais je me rends compte qu'en me forçant moi-même à utiliser des mots précis, justes, et choisis avec soin, cela leur permet d'acquérir de nouveaux mots et de les intégrer progressivement à leur lexique.

De même, cela m'a amenée à adapter les explications à chaque patient pour être sûre de leur compréhension, le mot juste permet de faciliter la compréhension du travail thérapeutique.

Parallèlement, avec les adultes, le choix du mot précis nous permet d'être plus en harmonie. Le fait qu'ils nous voient chercher nos mots pour cerner au mieux leur difficulté et qu'on essaie de comprendre leurs représentations donne, je pense, plus de poids à nos mots et notre accompagnement. Le patient se sent alors écouté et compris, et investit d'autant plus la relation thérapeutique.

Concernant le choix de mes patients j'ai pu observer que j'avais changé mon fusil d'épaule. Moi qui étais en début de parcours plutôt à l'aise avec les enfants, je m'en suis progressivement détaché pour travailler avec les adultes (minorité de ma patientèle). J'ai trouvé que les questions anamnestiques étaient mieux interprétées et compréhensibles par les adultes ce qui m'a facilité mon travail thérapeutique par la suite.

Maintenant que je me sens plus à l'aise avec mes questionnements et que je comprends mieux où je vais et pourquoi, je me remets à travailler et à proposer des séances d'hypnose à des plus jeunes.

En effet, il m'a fallu un temps d'adaptation et de maîtrise du sujet, ce qui m'a poussée à me tourner vers des patients adultes afin de faciliter mes propres apprentissages.

Le chemin qu'il reste à parcourir :

Je me rends compte au fil de mes séances que je n'ai pas encore exploité la totalité des ressources qu'Amer nous a enseignées. Il est vrai que le temps peut me manquer lorsque je dois préparer une séance d'hypnose et que je ne me replonge pas systématiquement dans mes cours. Il me semble désormais important de me pencher plus avant sur le Vakog du patient afin d'intégrer des verbes d'action en accord avec ses ressources et ses perceptions. Je suis persuadée que cela ne rendra la séance que plus vivante et plus vibrante pour le patient.

La pratique me permet peu à peu de mieux maîtriser mon sujet et de m'adapter toujours plus aux propos du patient ce qui est encourageant pour ma pratique future.

De même, le recueil des données anamnestiques est foncièrement différent de tout ce qui nous a été enseigné au cours de nos quatre années d'étude. C'est encore un point sur lequel je dois travailler lors de mes premières rencontres avec mes patients. Je m'adresse désormais davantage au jeune patient, demandant de temps en temps au parent présent son opinion sur telle ou telle difficulté énoncée.

Il faut maintenant que j'automatise mes questionnements sur la représentation que l'enfant a de ses propres difficultés, comment il se l'explique et quelles sont ses ressources pour y faire face.

Les effets positifs que j'ai pu observer au cours de ces quelques séances me poussent désormais à proposer des séances d'hypnose pour des problématiques plus éloignées de l'orthophonie. Il apparaît clair que maintenant que mon anamnèse est plus fouillée cela me permet de mettre au jour d'autres difficultés qui étaient auparavant totalement occultées comme des problèmes d'énurésie nocturne ou de tics durant le sommeil...

Pour conclure, maintenant que j'ai bien cerné, il me semble, les apports que l'hypnose pouvait avoir dans mes soins auprès des adultes, je suis désormais impatiente de continuer le cycle de maîtrise afin de pouvoir m'occuper au mieux de mes jeunes patients et de pouvoir leur proposer des séances différentes et axées sur une particularité de leur difficulté.

Bibliographie

Cours ETHYCC par A. Safieddine. Années 2018- 2019 et 2019-2020 Promotion Hironnelles.

McNair, D. M. et Kahn, R. J. (1983). Self-assessment of cognitive deficits. Version française consensuelle GRECO

