



L'accompagnement par l'hypnose au service des jeunes en situation de handicap

SESSAD de Laval (53)

Le Service d'Education et de Soins Spécialisés à Domicile (SESSAD) accompagne des enfants et adolescents de 0 à 25 ans, en situation de handicap moteur aux origines diverses (paralysie cérébrale, maladies neurodégénératives, accidents, etc.).

Les psychologues, intervenant en SESSAD, entendent régulièrement les enfants ou les adolescents exprimer leurs peurs ou leur impuissance face à des soins souvent éprouvants ou des douleurs chroniques ou aiguës (ex : injection de toxines botuliques, opérations diverses). Cette réalité impacte tout autant la famille et les proches, qui peuvent se sentir démunis face aux craintes exprimées par les jeunes.

Pour tenter d'y apporter une réponse, le SESSAD de Laval s'est engagé, depuis 2017, dans la mise en œuvre d'une prise en charge thérapeutique par l'hypnose, tant à l'égard des enfants et adolescents accompagnés, que de leur famille. Cette pratique peut également bénéficier aux professionnels.

Qu'est-ce que l'hypnose ?

« L'hypnose est un mode de fonctionnement psychologique par lequel un sujet, en relation avec un praticien, fait l'expérience d'un champ de conscience élargi. Cette définition implique que **la pratique de l'hypnose recouvre deux dimensions : à la fois un état de conscience modifiée que l'on nomme état hypnotique mais aussi une relation singulière**. L'état hypnotique a été caractérisé à la fois par les neurosciences (imagerie cérébrale) et par la psychologie (théorie de la dissociation psychique). Quant à la dimension de la relation, elle renvoie à une communication thérapeutique telle que l'a développée par exemple Erickson et à une dimension intersubjective particulièrement étudiée par les hypnoanalyses » (Antoine Bioy, responsable scientifique de l'IFH).

Lorsqu'une personne est dans un état d'hypnose, c'est-à-dire entre la veille et le sommeil, ses perceptions sont modifiées par rapport à son état ordinaire. Cet état peut être induit par un professionnel mais aussi par la personne elle-même (autohypnose).

L'apport de l'hypnose auprès des jeunes et des familles

L'hypnose aide l'enfant ou l'adolescent atteint de handicap à utiliser ses propres ressources pour aller mieux, dans un contexte parfois complexe (divers soins médicaux, rééducations, opérations, etc.). Elle permet aux jeunes de s'apaiser, se soulager et se rassurer, grâce à différents outils tels que : la réification, l'anticipation du futur ou la mentalisation du mouvement. Cette pratique permet de les outiller afin d'amener du confort corporel et émotionnel.

Les bienfaits ne concernent pas que l'enfant ou l'adolescent, mais ils profitent également à son entourage. En effet, l'hypnose thérapeutique auprès des parents ou la fratrie permet :

- D'apaiser les événements traumatiques,
- De faire face à un quotidien parfois complexe,
- De se ressourcer.

Cette pratique thérapeutique, bien qu'elle ne puisse pas guérir, aide chaque individu à utiliser ses propres ressources pour se sentir mieux.

« L'autohypnose m'a fait rêver et m'a aussi aidée à me sentir mieux quand on me fait des injections. »
Anna, 9 ans

« Apaisement garanti dans sa propre bulle par ses propres expériences. »
Jean, 18 ans

Les facteurs clés de réussite

Afin que ce projet voie le jour, le SESSAD de Laval a participé au financement d'une formation longue en hypnose et thérapies brèves, pour l'une des psychologues du service, qui se sont déroulées sur trois ans (2016-2018 : 30 jours et 2019 : 12 jours).

Au total, la formation a coûté 6000 €, mais a permis une reconnaissance et une meilleure visibilité du SESSAD dans le secteur, qui intervient aujourd'hui régulièrement dans des congrès pour présenter cet accompagnement.

Depuis 2017 et selon les besoins des personnes accompagnées et de leur contexte médical, le service a proposé l'hypnose et l'autohypnose à :

19 enfants et adolescents âgés de 6 à 23 ans

8 familles (parents et fratrie)

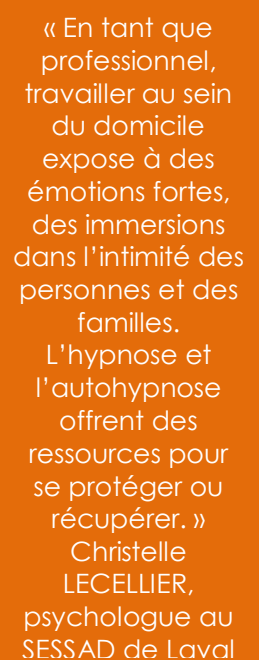
Les séances peuvent se dérouler au domicile des usagers, ce qui concourt à la réussite de ce projet, car les personnes accompagnées se sentent rassurées par le cadre familial. Elles peuvent également avoir lieu au SESSAD ou sur les lieux de rencontre des enfants.

Quelques exemples concrets :

Aborder des soins anxigènes : devant la peur de passer un scanner ou de recevoir des soins du bouton de stomie par exemple le travail thérapeutique en hypnose permet d'aider l'enfant à s'apaiser mais également d'accéder à des techniques d'autohypnose, qui lui permettront de se rassurer au moment de l'examen ou de mieux accepter que le soin soit réalisé.

La peur de l'avenir chez l'adolescent : la prise en charge thérapeutique en hypnose permet de travailler sur la sécurité et l'anticipation de l'avenir. En réutilisant cet ancrage de sécurité, le jeune peut se faire confiance pour vivre ses prises d'autonomie et un départ de la famille.

Enfin, du point de vue du professionnel, l'utilisation de l'autohypnose permet de prendre soin de soi et de lutter contre l'épuisement professionnel, en apprenant à se ressourcer et à se protéger.



« En tant que professionnel, travailler au sein du domicile expose à des émotions fortes, des immersions dans l'intimité des personnes et des familles. L'hypnose et l'autohypnose offrent des ressources pour se protéger ou récupérer. »
Christelle LECELLIER,
psychologue au SESSAD de Laval

Quelles suites ?

Ce projet qui est en place depuis déjà quelques années, a vocation à se développer davantage, avec par exemple :

- La mise en place plus large de groupes d'autohypnose,
- La programmation de nouvelles formations auprès des professionnels de l'équipe,
- La parution d'un article « Hypnose et handicap, du traumatisme à la créativité », Revue Hypnose et thérapies brèves,
- L'animation d'ateliers en 2021 lors du Congrès International « Hypnose & Douleur – de l'ombre à la lumière ».

Grâce à cela, d'autres jeunes pourront bénéficier de cette pratique, s'ils le souhaitent. Aussi, les multiples interventions lors de congrès ou colloque sont autant d'occasion de montrer au secteur médico-social que la pratique de l'hypnose peut venir en complément d'un accompagnement plus « classique ».



L'ensemble des fiches innovation est accessible sur l'Intranet d'APF France handicap
Auteurs : Christelle Lecellier & Christelle Codé

Porteur du projet : Catherine Côme
Fonction : Directrice, SESSAD de Laval (53)
Tél. : 02 43 66 98 72
Email : Catherine.come@apf.asso.fr
Diffusion : Octobre 2020