

FORMATION DE SPÉCIALISATION



HYPNOANALGÉSIE

PRISE EN CHARGE DE LA DOULEUR PAR L'HYPNOSE

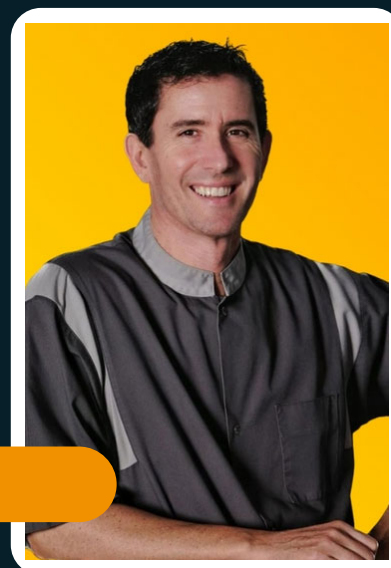
Neurosciences actualisées · Pratique intensive
Douleur aiguë et chronique

Programme sur 3 jours · Présentation et évaluation

3 JOURS

21 HEURES

450 €



12, 13 & 14 NOVEMBRE 2026

Formateur : Olivier Benarroche

CHANGER DE REGARD

Et si nous changions notre regard sur la douleur ?

La douleur n'est pas un simple signal qui monte des tissus vers le cerveau : c'est une expérience complexe que le cerveau construit à partir de nos perceptions, de nos émotions, de nos attentes et de ce que nous comprenons.



C'est précisément là que l'hypnose agit : sur l'expérience, l'attention, l'anticipation, le sens et les réponses du corps.

Cette formation propose une approche actualisée de l'hypnoanalgésie, nourrie par les neurosciences récentes et directement reliée à la pratique clinique.

UNE COMPÉTENCE QUI COMPTE

Originale, fondée sur les preuves et immédiatement applicable, la formation donne les moyens de transformer sa communication, ses gestes et sa relation au patient - et souvent de réduire la souffrance là où les médicaments seuls ne suffisent pas. Dans le contexte de la crise des opioïdes, cette compétence compte.

Votre voix, vos mots et votre présence sont déjà des outils thérapeutiques.

REPÈRES ACTUALISÉS

Comprendre la douleur autrement

La formation actualise les modèles de compréhension de la douleur et situe l'hypnoanalgésie dans son niveau de preuve actuel, ses indications et ses limites.

01

FIN DE LA « MATRICE »

Sortir d'une vision unique et localisée de la douleur.

02

CERVEAU PRÉDICTIF

Comprendre le rôle des attentes, du contexte et de l'anticipation.

03

DOULEUR NOCIPLASTIQUE

Repérer une douleur liée à une altération du traitement nociceptif.

04

NEUROPLASTICITÉ

Penser les possibilités d'apprentissage et de changement.

Les données issues des méta-analyses permettent de relier les mécanismes étudiés à une pratique fondée sur les preuves et cliniquement située.

UNE FORMATION QUI SE VIT

Neurosciences & pratique intensive

Chaque journée alterne apports neuroscientifiques, démonstrations et mise en pratique.

DÉMONSTRATIONS

EXERCICES EN BINÔME

MISES EN SITUATION

ÉCRITURE DE SUGGESTIONS

AUTO-HYPNOSE

ANALYSE DE PRATIQUE

DEUX CHAMPS D'APPLICATION

DOULEUR AIGUË

Urgences, soins, gestes, douleur procédurale : focalisation, dissociation et recadrage.

DOULEUR CHRONIQUE

Fibromyalgie, lombalgie, retentissement et traumatisme : reconceptualisation, suggestions et auto-hypnose.

TRANSFORMER LA RELATION AU PATIENT

La voix, les mots et la présence

L'hypnoanalgésie ne se limite pas à une technique formelle. Elle commence dans la façon d'entrer en relation, de légitimer l'expérience et de choisir des mots qui n'augmentent pas l'anticipation négative.

1

ALLIANCE

Créer un cadre relationnel sûr.

2

LÉGITIMATION

Reconnaître l'expérience du patient.

3

SAFE LANGUAGE

Choisir une communication sécurisante.

4

PRÉVENTION DU NOCEBO

Éviter les formulations qui renforcent la menace.

L'objectif : utiliser la communication, les gestes et la présence pour réduire la menace perçue et soutenir le soulagement.

À L'ISSUE DE LA FORMATION

Six compétences opérationnelles

01

Distinguer nociception et douleur et expliquer sa nature multidimensionnelle et cérébrale.

02

Actualiser ses repères : réseaux de saillance, cerveau prédictif, douleur nociplastique et neuroplasticité.

03

Situer l'hypnoalgésie dans son niveau de preuve actuel et ses indications.

04

Maîtriser alliance, légitimation, safe language et prévention du nocebo.

05

Conduire une prise en charge de la douleur aiguë et procédurale.

06

Construire une stratégie pour la douleur chronique et transmettre l'auto-hypnose.

UN PARCOURS STRUCTURÉ SUR 3 JOURS

Apprendre, expérimenter, mesurer la progression

**OLIVIER BENARROCHE**

Formateur

PUBLIC

Soignants impliqués dans la prise en charge de la douleur : médecins, infirmiers, sages-femmes, kinésithérapeutes, dentistes et psychologues.

FORMAT

3 jours - 21 heures
Alternance de théorie, pratique intensive et analyse de situations.

ÉVALUATION

QCM pré-test au Jour 1 et QCM final miroir au Jour 3 afin de mesurer la progression.

LE FIL DES 3 JOURS**JOUR 1**

QCM pré-test

CHAQUE JOUR

Neurosciences + pratique

JOUR 3

QCM final miroir



Comprendre la douleur.

Transformer l'expérience.

Développer des instruments de soulagement.

3 JOURS

21 heures

DOULEUR AIGÜE

soins & gestes

DOULEUR CHRONIQUE

stratégies & autonomie

DATES

12, 13 & 14 novembre 2026

FORMATEUR

Olivier Benarroche

TARIF

450 €

INFORMATIONS & INSCRIPTION

imhel.lu | maurice@imhel.lu