

Sommaire

Avant-propos : Dr Joyce Mills	9
Introduction	15
1 L'HYPNOSE ET L'ENFANT	25
1. Qu'est-ce que l'hypnose ?	27
Une thérapie de l'attention	30
Un processus hypnotique avec des étapes	32
Une façon d'être en relation avec soi-même, une façon d'être en relation au monde	39
Un nouvel apprentissage	41
Un art de vivre avec l'auto-hypnose	42
Les idées fausses sur l'hypnose	43
Ce que les neurosciences, la psychologie, l'anthropologie nous apprennent sur l'hypnose	45
Brève histoire de l'hypnose	53
2. La communication hypnotique : apprendre à mieux communiquer avec l'enfant et sa famille	55
Mise en valeur et utilisation des ressources de l'enfant	57
Une attention particulière du praticien pour s'ajuster et s'adapter à l'enfant	60
Le recadrage	68
Redonner à l'enfant sa place de sujet	71

3. Quelques particularités de l'hypnose chez l'enfant	73
Faire émerger la demande de l'enfant	73
Utilisation des outils de communication habituels de l'enfant (jeu, dessin, conte...)	75
Pourquoi privilégier l'imagination, le retour au travail corporel plutôt que des interprétations dans ce type de thérapie ?	77
Importance de l'auto-hypnose	82
La place des parents	83

2 L'HYPNOSE, COMME ART DE LA COMMUNICATION ET ART DE VIVRE POUR LES ENFANTS ET LES PARENTS

Réflexions et exercices pour apprendre aux enfants avec l'hypnose	85
1. Permettre à l'enfant d'activer ses propres ressources et de mieux se connaître	87
2. Développer un fort sentiment de sécurité intérieure	93
3. Traverser les émotions et revenir à un sentiment de sécurité intérieure	97
4. Être présent ici et maintenant, à soi, aux autres	111
5. Explorer le lâcher-prise	115
6. Développer l'estime de soi	119

3 TECHNIQUES HYPNOTIQUES ADAPTÉES À L'ENFANT

1. L'induction	125
Différentes techniques d'induction en fonction de l'âge	126
Différentes inductions en fonction du canal sensoriel préférentiel de l'enfant	128

2. Suggestions	133
3. Métaphores	139
4. Suggestion post-hypnotique	141
5. L'autohypnose pour les enfants : un outil de prévention	143

4 LES INDICATIONS **147**

1. Dans le champ de la psychothérapie **149**

Les troubles anxieux	150
Retard du développement et des apprentissages	157
Troubles de l'attention et troubles perturbateurs	160
Troubles du contrôle sphinctérien	165

2. Dans le champ de l'hypnoalgésie **171**

Douleurs chroniques	172
Dans l'accompagnement des soins douloureux	182

3. Autre bénéfice de l'hypnoalgésie **191**

4. Les contre-indications **193**

5 TÉMOIGNAGES DE PROFESSIONNELS DE LA SANTÉ UTILISANT L'HYPNOSE **195**

1. Une psychologue pour enfant	197
2. Une infirmière-anesthésiste	203
3. Une pédiatre aux urgences pédiatriques	207
4. Un puériculteur infirmier anesthésiste	213
5. Une anesthésiste spécialiste des chirurgies éveillées	217

Conclusion	225
------------	-----

Questions pratiques	229
---------------------	-----

Bibliographie	233
---------------	-----