

DÉCULPABILISER LE CORPS

Yves LE MARTELOT

Masseur-kinésithérapeute
Ostéopathe

Du 1^{er} au 3 mai 2014

5^e CONGRES INTERNATIONAL

**HYPNOSE
&
DOULEUR**

De l'art de prévenir à l'art de guérir



Palais des Congrès - La Rochelle

1982 – 1985 : ÉTUDES DE KINÉSITHÉRAPIE

- Psychologie : 10 H
 - Névroses, psychoses, machinchesos ...
 - Maladie ? Souffrance ? Douleur ? Handicap ? Mort ?
 - Relation thérapeutique ?
- Un leitmotiv : « Respecter la douleur »
- Stages

STAGES

En pratique :

- Techniques douloureuses
- Gestes brutaux
- Discours anxiogène et culpabilisant
- Des attitudes bienveillantes et d'autres distantes, indifférentes, hautaines, irrespectueuses voire sadiques.

FORMATION CONTINUE

- Méthode Mézières
- Bindegewebsmassage
- Ostéopathie
 - ◆ Méthodes holistiques, stratégie globale pour traiter la pathologie, le corps est considéré comme une unité fonctionnelle.
 - ◆ Libération somato-émotionnelle, catharsis.

COMMUNICATION THÉRAPEUTIQUE

Découverte de la communication thérapeutique au cours d'un atelier de l'association « Accompag...né »

- Intervention de Gilles BESSON
- Être « cobaye »
- Confrontation avec les stagiaires

COMMUNICATION THÉRAPEUTIQUE

*Vos yeux beaux d'amour
me font, belle Marquise,
mourir*



« Me font vos yeux
beaux mourir,
belle Marquise,
d'amour »

*Mourir vos beaux
yeux, belle Marquise,
d'amour me font*

FORMATION À L'HYPNOSE

- Mise en pratique des principes de communication thérapeutique
- Émergences RENNES
 - ◆ « Hypnose et médecine physique »
 - ◆ « Douleurs chroniques »
- Application à ma pratique en kinésithérapie et en ostéopathie
 - ◆ au C.H. de Guingamp (USC, Chirurgie, SSPC) et au cabinet

LE NOUVEAU PATIENT

Grand Corps Malade
Patients



LE NOUVEAU PATIENT

Grand Corps Malade
Patients



LE PATIENT

- Apparition de symptômes sans cause retrouvée
- Traumatisme, cause retrouvée au souvenir douloureux, parfois obsédant, voire refoulé
- ◆ Incompréhension, recherche de cause, interprétation
 - ◆ Dévalorisation
 - ◆ Culpabilité
 - ◆ Conséquences personnelles, familiales, sociales, professionnelles ...

INCOMPRÉHENSION

- Je ne sais pas ce qui m'arrive
- Je n'ai rien fait de spécial
- C'est arrivé bêtement
- Je ne sais pas comment j'ai fait mon compte
- Si je vous le dit, vous n'allez pas me croire ...

DÉVALORISATION

- Voilà ce que c'est de faire des imprudences, qu'est-ce qui m'a pris d'aller faire ça ?
- Je voulais faire le jeune homme, je deviens vieux, c'est la vieillesse
- Je me suis étalé de tout mon long, je suis tombé comme une masse, comme un poids mort, sans pouvoir réagir
- Je n'ai pas eu le temps de comprendre

CULPABILITÉ

- Au lieu d'aller aux urgences immédiatement, j'ai attendu le lendemain en me disant que ça allait passer.
- Le pire c'est que je me suis relevé et que j'ai continué comme j'ai pu / comme si de rien n'était.
- J'ai dû me détraquer encore plus.
- J'aurais mieux fait de venir vous voir tout de suite au lieu d'attendre une semaine.
- C'est de ma faute si ça s'est aggravé.

AU TOTAL

douleur immédiate
+ incompréhension
+ dévalorisation
+ culpabilité
+ chronicité

= installation d'une transe négative

ATTITUDE DU PRATICIEN

- Accueillir et ratifier la plainte
- La douleur est un signal d'alerte, un signe d'intelligence du corps qui se protège
- Faire du traumatisme initial un fait positif
 - ♦ Vous êtes tombé mais ...
 - ♦ Vous avez eu un accident mais ...

VOUS ÊTES TOMBÉ MAIS ...

- vous avez su vous protéger,
- vous avez amorti la chute,
- vous savez tomber comme les judokas
- les côtes sont aussi là pour protéger le cœur et les poumons
- la contracture a protégé vos disques et votre colonne vertébrale

EXAMEN ET INSTALLATION DU PATIENT

- Examen debout, à la marche, en position assise
- Mimer le patient pour prise de conscience
- A chaque étape, sentir les appuis, percevoir le mouvement, mobilisation globale
= dissociation, confusion
- Installation sur la table (tapis volant, vaisseau spatial), prise de repères.

EXAMEN ET INSTALLATION DU PATIENT

- Dédramatiser
- Faire prendre conscience des capacités
- Corriger les idées fausses, les fausses croyances
- Engager un changement d'attitude
- Percevoir le changement entre le début et la fin de la séance

= réassociation

PARLEZ-MOI DE PHYSIOLOGIE

- Parler de physiologie = évoquer une articulation saine et fonctionnelle avec tout son potentiel.
- Focalisation sur la récupération à venir.
- Utiliser des métaphores pour faire comprendre le mouvement.

LEVER LES INTERDITS

- Il est interdit d'interdire ...
 - ... autant que possible
- Transformer les interdictions en autorisations
 - pour stimuler le changement
 - pour échapper aux limitations de l'entourage
 - pour se projeter au-delà de l'interdit temporaire
 - être à l'écoute de ses sensations

UTILISER LES MÉTAPHORES

Un inventaire à la ...

Prise en berceau, papillon, cerf volant, marionnette à fil, ailes, éponge, savonnettes, soufflet, éventail ou accordéon, ressort, balançoire, arbre, carapace de tortue ...

UTILISER LES MÉTAPHORES

Un inventaire à la ... Sacha Distel

Et des scoubidous bi ou ah

Le scoubidou qui se mobilise dans tous les sens

Flexion, extension, inclinaison, rotation



UNE ACCUMULATION D'ÉNERGIE

- Accumulation d'énergie au niveau du traumatisme
 - ♦ énergie qui ne demande qu'à circuler et à se répandre dans le reste du corps.
- Réification avec recherche sur la couleur.
- Densification de la couleur
 - ♦ comme il y a densification de l'énergie.
- Remettre l'énergie en mouvement
 - ♦ en amenant une diffusion de la couleur vers le reste du corps.

OMBRE ET LUMIÈRE

→ Incapacité à définir la couleur.

« Comme si c'était transparent ?

- Oui, transparent. »

→ Utilisation d'une métaphore sur la lumière

qui traverse la zone douloureuse, qui se diffuse dans tout le corps, qui illumine tout son être ...

→ A l'opposé, métaphores sur l'ombre.

PROCESSUS IDÉO-MOTEURS

- Catalepsie, « auto-catalepsie » ou « catalepsie spontanée ».
 - Utiliser ce que nous propose le patient.
 - Mettre l'accent sur la force déployée et la maîtrise de la posture.
- Lévitations classiques des membres.
 - Il se passe toujours quelque chose
- Processus idéo-moteurs du tronc.
« lévitations du tronc »

LÉVITATIONS DU TRONC

- Induction de la rotation cervicale
 - ♦ en regardant un paysage,
 - ♦ en regardant passer un oiseau
 - ♦ en voyageant en tapis volant, en ballon ...
- Se dégager de la table
 - ♦ comme un chat ou un chien se roulant dans l'herbe

ASSOCIER LE GESTE ET LA PAROLE

- Utiliser la respiration
- Mobilisation pendant une transe
 - entraîner un mouvement en chaîne
 - intégrer le bon geste, le beau geste
- Réification et correction
 - le fil vert fluo s'éteint au moment de la mobilisation
- Le cocon
 - enveloppement et lieu sûr

DÉCULPABILISER LE CORPS

→ OURSES

→ Expliquer

→ Autoriser

→ Réifier, léviter

CONCLUSION

- Intégrer l'hypnose aux soins. L'hypnose, c'est tout le temps et partout
 - ♦ des patients surpris par l'alliance et qui oublient leur appréhension,
 - ♦ des mobilisations pratiquées dans un cadre détendu.
- Une prise de conscience des capacités du corps.
- Un praticien plus à l'écoute
 - ♦ qui ne se réfugie pas dans le silence
 - ♦ ou qui ne se perd plus dans des explications sans fin.

REMERCIEMENTS

→ À Gilles BESSON

qui a été le déclencheur et qui, depuis, a régulièrement répondu à mes questionnements.

→ À Claude VIROT

et à toute l'équipe d'Émergences.

→ À Jean-Christophe LE DANVIC

qui m'a aidé à oser à mon tour.

→ À toi, public.