

# ELECTRA



4-5 DÉCEMBRE 2021

HOTEL VILLA M.  
MARSEILLE | FRANCE

1<sup>È</sup>mes journées françaises  
pratiques de rythmologie  
& de stimulation cardiaque

## COMITÉ D'ORGANISATION

Frédéric FOSSATI, Lille

Maxime GUENOUN, Marseille

Arnaud LAZARUS, Paris

Nicolas LELLOUCHE, Créteil

Jacques MANSOURATI, Brest

Jérôme TAÏEB, Aix-en-Provence

[CONGRES-ELECTRA.COM](http://CONGRES-ELECTRA.COM)





# ELECTRA



4-5 DÉCEMBRE 2025

VILLA M. - MARSEILLE | FRANCE

19<sup>èmes</sup> journées françaises  
pratiques de rythmologie  
& de stimulation cardiaque

[WWW.CONGRES-ELECTRA.COM](http://WWW.CONGRES-ELECTRA.COM)

## HYPNOSE CONVERSATIONNELLE : LE POUVOIR EXTRAORDINAIRE DES MOTS

**1** Qu'est ce que  
l'hypnose  
conversationnelle ?

**2** Comment choisir  
les mots pour  
induire un contexte  
positif

**3** La science reste  
sans voie mais pas  
100 mots



Carine PIN, IDE et formatrice en hypnose médicale



# ELECTRA



4-5 DÉCEMBRE 2025

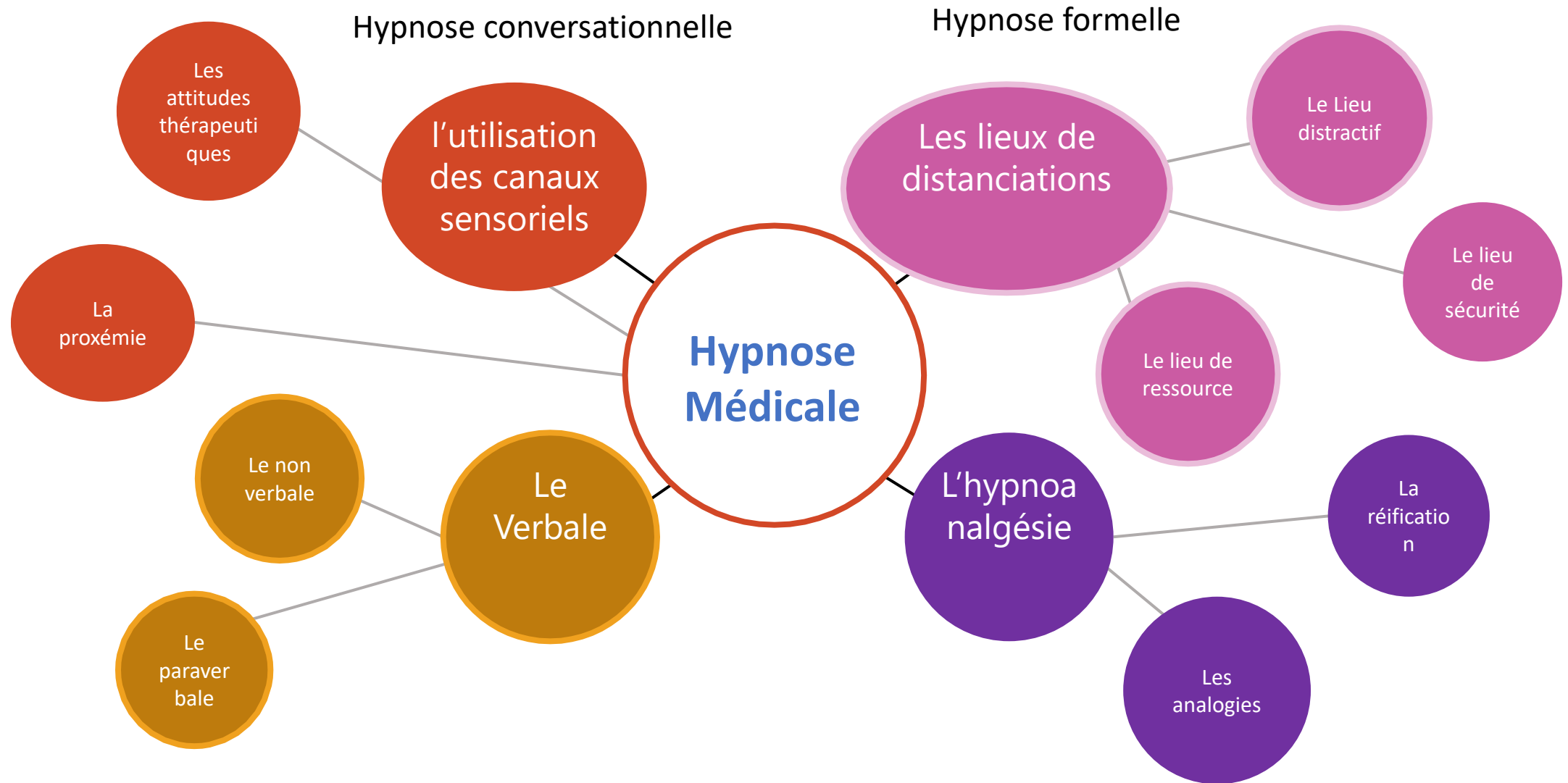
VILLA M. - MARSEILLE | FRANCE

19<sup>èmes</sup> journées françaises  
pratiques de rythmologie  
& de stimulation cardiaque

[WWW.CONGRES-ELECTRA.COM](http://WWW.CONGRES-ELECTRA.COM)

Je n'ai aucun conflit d'intérêt réels ou potentiels  
en lien avec le contenu de cette présentation

# Qu'est ce que l'hypnose conversationnelle ?





# ELECTRA



4-5 DÉCEMBRE 2025

VILLA M. - MARSEILLE | FRANCE

19<sup>èmes</sup> journées françaises  
pratiques de rythmologie  
& de stimulation cardiaque

[WWW.CONGRES-ELECTRA.COM](http://WWW.CONGRES-ELECTRA.COM)

## QU'EST CE QUE L'HYPNOSE CONVERSATIONNELLE ?

- Technique de communication qui aide la personne à se défocaliser du vécu négatif d'une situation pour orienter son attention vers des émotions ou sensations positives.
- **1 Accueillir et reconnaître les émotions négatives** sans les nier.
- **2 Rediriger progressivement l'attention** vers des éléments plus apaisants en **mobilisant les ressources internes du patient** (souvenirs, capacités, forces, images positives).
- **Objectifs** : réduire le stress et la douleur, renforcer le sentiment de contrôle, améliorer le confort, la confiance et la relation de soin.  
**Important car les patients retiennent le vécu émotionnel du soin**



# ELECTRA



4-5 DÉCEMBRE 2025

VILLA M. - MARSEILLE | FRANCE

19<sup>èmes</sup> journées françaises  
pratiques de rythmologie  
& de stimulation cardiaque

[WWW.CONGRES-ELECTRA.COM](http://WWW.CONGRES-ELECTRA.COM)

## EXEMPLE EN VIDÉO : ACCUEILLIR LA DOULEUR ET SE REDIRIGER VERS UNE SENSATION DE CONFORT



- FOCUS SUR :
  - L'attitude
  - Les mots
  - La tournure de phrase



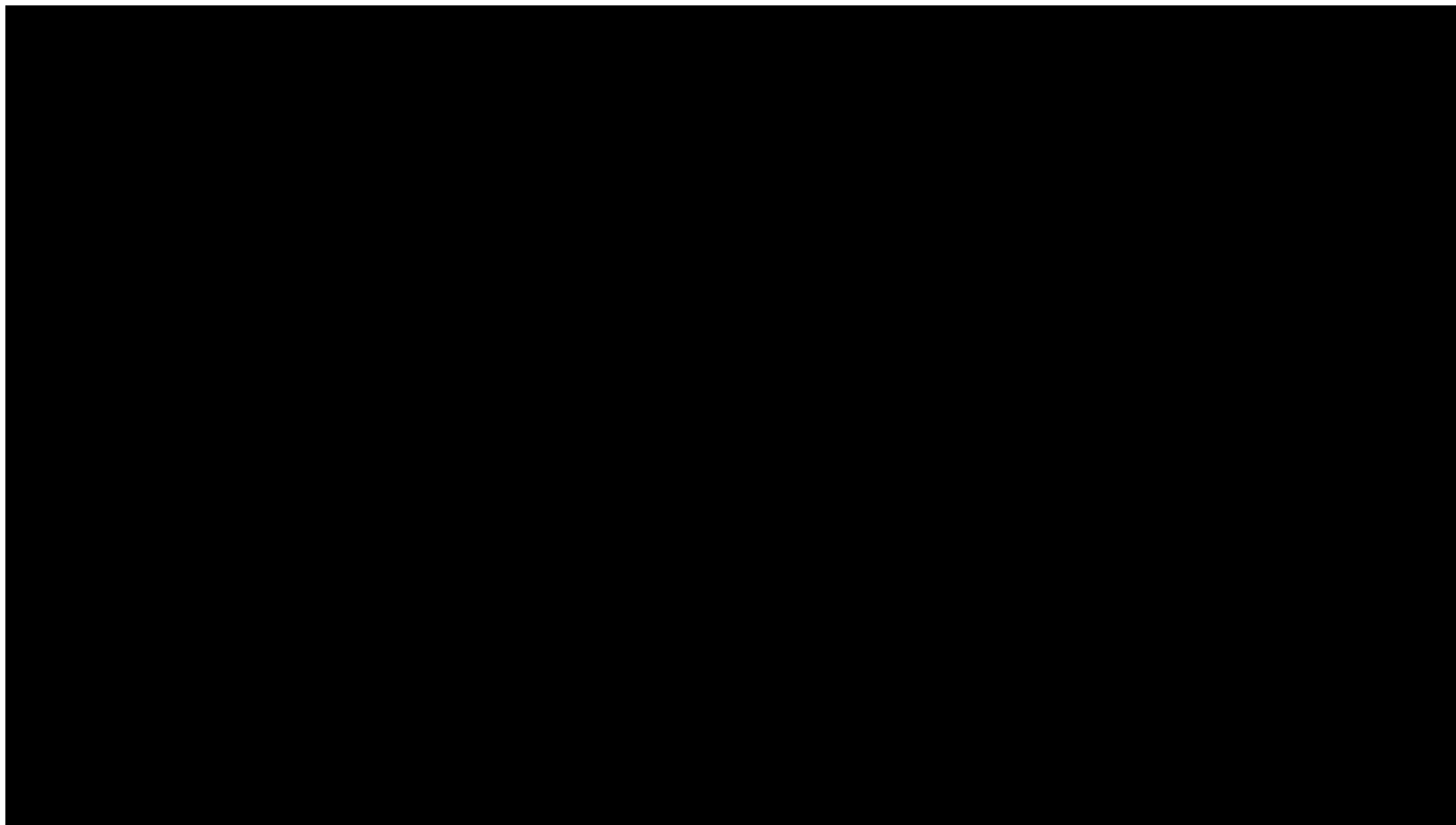
# ELECTRA

4-5 DÉCEMBRE 2025

VILLA M. - MARSEILLE | FRANCE

19<sup>èmes</sup> journées françaises  
pratiques de rythmologie  
& de stimulation cardiaque

[WWW.CONGRES-ELECTRA.COM](http://WWW.CONGRES-ELECTRA.COM)





# ELECTRA



4-5 DÉCEMBRE 2025

VILLA M. - MARSEILLE | FRANCE

19<sup>èmes</sup> journées françaises  
pratiques de rythmologie  
& de stimulation cardiaque

[WWW.CONGRES-ELECTRA.COM](http://WWW.CONGRES-ELECTRA.COM)

## COMMENT CHOISIRS LES MOTS POUR INDUIRE UN CONTEXTE POSITIF ?

### Premier passage : Valider + sécuriser

- Validation du vécu : « Vous avez mal. »
- Explication de l'échelle de douleur → nouvelle validation
- Douleur rapportée : **8–9 / 10**
- Création d'un climat sécurisant (saupoudrage positif) :
  - « On s'occupe de vous tout de suite »
  - « Vous êtes rassurée »



# ELECTRA



4-5 DÉCEMBRE 2025

VILLA M. - MARSEILLE | FRANCE

19<sup>èmes</sup> journées françaises  
pratiques de rythmologie  
& de stimulation cardiaque

[WWW.CONGRES-ELECTRA.COM](http://WWW.CONGRES-ELECTRA.COM)

## COMMENT CHOISIRS LES MOTS POUR INDUIRE UN CONTEXTE POSITIF ?

### Deuxième passage : Transformer en confort

- Attitude positive : « Ça va mieux maintenant ? »
- Douleur après antalgique : **6 / 10** (→ gain de 3 points)
- Passage à l'échelle de confort :  
→ « Vous avez gagné 3 points de confort »
- Projection positive :  
→ « On regardera si ce confort augmente tout à l'heure »



# ELECTRA



4-5 DÉCEMBRE 2025

VILLA M. - MARSEILLE | FRANCE

19<sup>èmes</sup> journées françaises  
pratiques de rythmologie  
& de stimulation cardiaque

[WWW.CONGRES-ELECTRA.COM](http://WWW.CONGRES-ELECTRA.COM)

## COMMENT CHOISIRS LES MOTS POUR INDUIRE UN CONTEXTE POSITIF ?

- **Troisième passage : Travailler uniquement sur le confort**
- Rappel : « Vous étiez à 3 en confort tout à l'heure »
- Question orientée solution :  
→ « Maintenant, vous avez gagné combien en points de confort ? »
- Validation :  
→ « 6 ou 7 en confort ? Très bien »



# ELECTRA



4-5 DÉCEMBRE 2025

VILLA M. - MARSEILLE | FRANCE

19<sup>èmes</sup> journées françaises  
pratiques de rythmologie  
& de stimulation cardiaque

[WWW.CONGRES-ELECTRA.COM](http://WWW.CONGRES-ELECTRA.COM)

## LA SCIENCE RESTE SANS VOIE MAIS PAS 100 MOTS

- 1 Evaluer l'impact des mots sur la perception de la douleur et l'anxiété des patients lors de soins invasifs
- 2 Hypnose formelle Hypnose conversationnelle VS procédure standard. Comparaison des effets en radiologie interventionnelle.
- 3 Impact des mots : le placebo honnête

# « Can words hurt ? »: Etude du Dr Elvira Lang (*radiologue*)

Evaluer l'impact des mots sur la perception de la douleur et l'anxiété des patients lors de soins invasifs.

OBJECTIF DE L'ETUDE

ACTES CIBLES

Radiologie interventionnelle.  
Durée moyenne: 81 mn

159 patients adultes (*filmés*) avec PCA de Fentanyl ( $50\mu$ ) et midazolam ( $1mg$ )

INCLUSION

REPARTITION

En 2 groupes randomisés :

- « Prise en charge standard »
- « Avec attention structurée »

## • Méthodologie

- Auto-évaluation EN douleur et anxiété (0-10) avant et après l'acte et toutes les 15 mn
- Base de données avec mots et expressions « chargés négativement »
- 3 "chercheurs" indépendants ont visualisés les vidéos.



# « Can words hurt ? »: Etude du Dr Elvira Lang (*radiologue*)

## • Résultats

- 33 patients confrontés à 86 suggestions chargées négativement avant ou après un stimulus (*une piqûre par exemple*) composées d'avertissements et de marques de compassion après l'acte.

Les mots utilisés par les soignants sont intéressants :

« Cela pique ici », « ...et encore une piqure... Excusez-moi! », «... vous ne sentirez qu'une toute petite pression... » « comme une piqure d'abeille.. ! », « ...vous ne devriez rien sentir du tout... », « ...cela va brûler un peu... », « ...si cela vous fait mal dites le moi... » « ...je sais que cela est difficile à supporter mais ne bougez surtout pas! »

**Avertir** le patient **d'une douleur** ou de sensations indésirables **a engendré une douleur plus forte et une anxiété plus importante** que si on ne l'avait pas fait,

**Compatir** avec le patient après un acte douloureux **n'a pas augmenté la douleur** rapportée par le patient ensuite, mais **a entraîné une plus grande anxiété**,



# Hypnose et radiologie interventionnelle

THE LANCET

## Radiologie interventionnelle avec midazolam/fentanyl à la demande

241 patients randomisés

Procédure standard (S) VS

Procédure standard + Attention structurée (E) VS

Procédure standard + Hypnose (script standardisé) (H)

- ↘ Anxiété
- ↘ douleur
- ↘ consommation de médicaments
- ↘ durée de procédure
- ↗ stabilité hémodynamique

Hypnoanalgésie

=

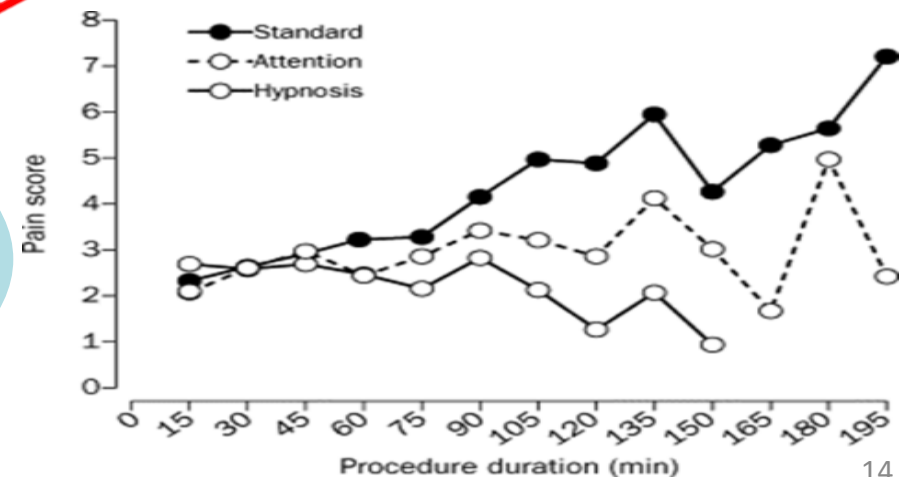
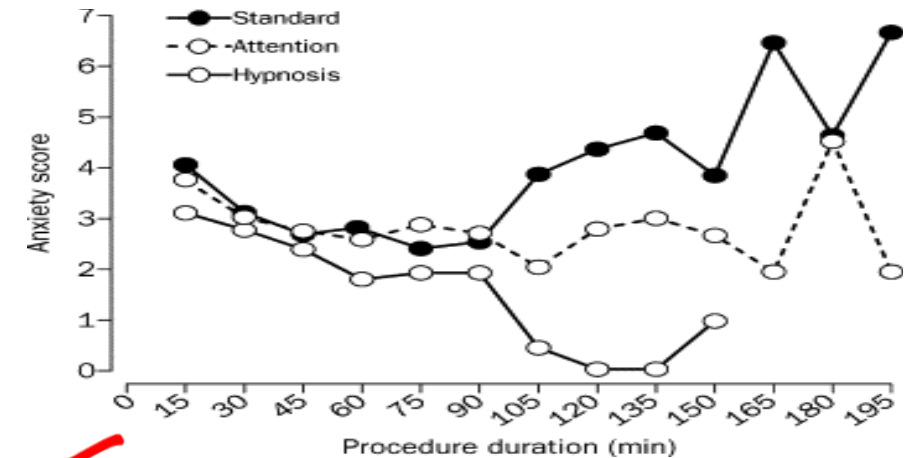
Bénéfices supérieurs

Douleur / anxiété / stabilité

Adjunctive non-pharmacological analgesia for invasive medical procedures: a randomised trial

Dr Elvira V Lang, MD Eric G Benotsch, PhD Lauri J Fick, BS Susan Lutgendorf, PhD Michael L Berbaum, PhD Kevin S Berbaum, PhD et al.

Volume 355, ISSUE 9214, P1486-1490, April 29, 2000



# Le placebo honnête, efficace ? A. Lembo 2021

## OBJECTIF DE L'ETUDE

Déterminer si **un placebo annoncé comme tel** peut **améliorer les symptômes** de la colopathie fonctionnelle grâce au **contexte thérapeutique**.

## INCLUSION

**261 adultes** ayant un syndrome de l'intestin irritable. Age moyen : 42 ans

## REPARTITION

En 3 groupes randomisés :

- . « Placebo ouvert » ils savent
- . « Placebo double-aveugle »
- . « Groupe contrôle » : pas de traitement

## • Méthodologie

. Pilule : **1 comprimé, 3 fois par jour**, 30 min avant repas

. Discours placebo ouvert :

→ « Cette pilule est un placebo, mais le simple fait de la prendre peut déclencher une réponse automatique du corps et améliorer vos symptômes. »

. **Durée : 6 semaines**

. Évaluation : **score IBS-SSS**



# Le placebo honnête, efficace ? A. Lembo

2021

## • Résultats

### Résultats :

Après **6 semaines**, l'amélioration des symptômes était **significativement plus importante** dans le groupe **placebo ouvert** que dans le groupe **sans pilule**.

Le **placebo annoncé** a produit des effets **similaires** au placebo « standard » en **double-aveugle**.

### Pourquoi ça fonctionne ?

Les **mots** et le **discours du soignant** influencent directement la réponse du patient :

« **Votre corps peut réagir automatiquement** » → crée une **attente positive**.

« **Le placebo est puissant** » → augmente la **confiance** dans le traitement.

« **Prenez la pilule 3 fois par jour** » → instaure un **rituel thérapeutique**.

Une communication **empathique et sérieuse** → renforce la **relation soignant-patient** et amplifie l'effet.

# ELECTRA



4-5 DÉCEMBRE 2025

VILLA M. - MARSEILLE | FRANCE

19<sup>èmes</sup> journées françaises  
pratiques de rythmologie  
& de stimulation cardiaque

[WWW.CONGRES-ELECTRA.COM](http://WWW.CONGRES-ELECTRA.COM)

## Conclusion : Le rôle du soignant

**L'hypnose conversationnelle n'est pas un don : c'est une compétence.**

- Elle **s'apprend**, se **pratique**, se **perfectionne**
- Elle transforme :
  - ce que le patient **ressent**,
  - ce qu'il **comprend**,
  - ce qu'il **mémorise**,
  - et la manière dont il **vit sa maladie**

**Elle renforce la relation soignant - soigné**





# ELECTRA



4-5 DÉCEMBRE 2025

VILLA M. - MARSEILLE | FRANCE

19<sup>èmes</sup> journées françaises  
pratiques de rythmologie  
& de stimulation cardiaque

[WWW.CONGRES-ELECTRA.COM](http://WWW.CONGRES-ELECTRA.COM)

## Conclusion : Le pouvoir des mots

« Les mots ont un pouvoir extraordinaire. »

- Ils peuvent **aggraver** douleur & anxiété (*Can Words Hurt?*)
- Ils peuvent **apaiser** et transformer le vécu du soin (hypnose conversationnelle)
- Ils peuvent produire un **effet thérapeutique mesurable**, même sans molécule (placebo en ouvert)

- **En résumé :**

Les mots peuvent blesser

Les mots peuvent soulager

Les mots peuvent réellement soigner



# ELECTRA

**4-5 DÉCEMBRE 2025**

VILLA M. - MARSEILLE | FRANCE

**19<sup>èmes</sup> journées françaises  
pratiques de rythmologie  
& de stimulation cardiaque**

**[WWW.CONGRES-ELECTRA.COM](http://WWW.CONGRES-ELECTRA.COM)**

**Quand la technique soigne le corps,  
les mots et l'attitude soignent l'expérience.**

**Merci pour votre écoute**