

INTRODUCTION

Selon l'OMS, l'Éducation Thérapeutique vise à aider les patients à acquérir ou à maintenir les compétences dont ils ont besoin pour gérer au mieux leur quotidien avec une maladie chronique. Celles-ci pourront être utilisées tout au long de leur parcours qui regroupe beaucoup de situations angoissantes. En effet, plus de 75 % des patients nécessitant une prise en charge en dialyse décrivent une qualité de vie altérée. Ces atteintes sont multiples : limitation des activités, douleurs physiques, diminution de la vitalité, dégradation des relations avec les autres, détérioration de la santé psychique...

L'hypnose ericksonnienne est un outil puissant pour accepter et améliorer le stress, le sommeil et la douleur. La dimension éducative de cette approche constitue le nœud de la relation tissée avec le patient.

Elle positionne le patient comme un gestionnaire de sa santé.

METHODES

L'hypnose est tout à fait adaptée à une approche groupale car elle offre la possibilité d'identification entre les patients puisqu'ils partagent un même vécu.

Sur la base du volontariat, nous avons proposé une séance de découverte à tous les patients de notre structure. Puis, un groupe thérapeutique a pu se constituer.

Une séance, animée par un ou deux praticiens, est réalisée tous les 15 jours sur une période de 4 mois.

L'apprentissage de l'autohypnose est proposé aux patients.

Une fois le groupe constitué, aucune nouvelle personne ne peut intégrer le groupe en cours de travail.



RESULTATS

Les premiers résultats semblent montrer : une diminution des douleurs, une amélioration de la qualité du sommeil, une dynamique d'écoute. **Le groupe devient une entité à part entière. Il est capable d'élaborer des solutions aux problèmes individuels.** On remarque une libération de la parole, une bienveillance, un désir de partager ensemble autre chose que la maladie. Le patient se saisit de l'outil hypnotique afin de pouvoir, ensuite pratiquer l'autohypnose.

BILAN 2017-2018

- 2 groupes par an
- 8 patients volontaires et investis (transport non pris en charge)
- 18 séances de groupes (1h30 par séance) réalisées
- 100 % de satisfaction et d'amélioration de la qualité de vie
- Acquisition de l'autohypnose

«J'espère que cet atelier va continuer pour d'autres patients...»

«Ce que j'ai préféré, c'est l'adhésion du groupe, l'ambiance, la convivialité... de belles rencontres»

«Pendant les séances, j'oublie mes douleurs»

«Le bien-être après chaque séance est bien réel»

«Grâce à l'autohypnose, je parviens à mieux dormir»

DISCUSSION

Nous faisons alors l'hypothèse que la pratique de l'hypnose en groupe permet aux patients d'envisager une meilleure adhésion à leurs projets de soin et aux messages éducatifs. Ces séances procurent aux patients une amélioration de l'image d'eux même, permettent de modifier également leurs représentations de la maladie, de gérer leurs émotions et de donner du sens aux symptômes ainsi qu'à la maladie grâce à une meilleure acceptation.

Cette proposition d'hypnose en groupe chez les patients atteints de maladie rénale chronique est originale, elle est bénéfique au patient, mais aussi, au soignant en faisant appel à sa créativité.