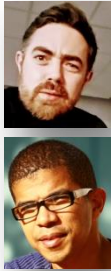




## SAMEDI 13 MAI 2017 – 11h15-12h45

### ATELIER FORMATION



#### ✓ Morgan GODARD

Médecine générale

Nantes

E-mail : morgangodard@gmail.com

CO-AUTEURS : Dr Idrissa N'DIAYE

### *Pas de porte, pas de côté.*

**OBJECTIFS :** Redécouvrir, explorer, repenser ensemble cet espace et ce temps particuliers entre deux patients... Et rendre ce moment charnière encore plus utile !

**CONTENU :** Ca y est. Cette consultation est terminée. Ce fut une séance délicate, complexe, et vous refermez pour un instant la porte de votre bureau... À cet instant, la main encore sur la poignée de cette porte que vous connaissez si bien, vous vous octroyez un instant... Votre bureau se transforme en un sas. Un sas "entre deux portes". Et votre esprit est encore dans l'instant d'avant, se préparant à l'instant d'après... Dans ce temps suspendu, entre deux temps, vous faites peut-être ce que vous savez bon pour vous. Ou au moins y pensez-vous et c'est très bien...

Pourtant l'heure tourne !

Mais que se passe-t-il dans cette parenthèse vitale, intime ? Votre inconscient fait son travail de digestion, de rangement, de décantation, dans une absence utile... Utile...

L'autohypnose est connue pour ses effets préventifs sur le burn out, et nous croyons parfois manquer de temps pour prendre soin de nous de cette façon... Et si nous pouvions utiliser ce court instant de manière encore plus efficace, pour notre propre confort ?

Et si nous rendions ce moment encore plus utile ?

**EN CAS DE PROPOSITION D'ATELIER, DETAILS :** Faire l'expérience hypnotique et métaphorique du thérapeute que je suis, dans cet espace qui est le mien, en particulier quand je suis en difficulté.

Faire l'expérience hypnotique de cet espace et ce temps entre deux patients, avec ses contraintes, pour y trouver de nouvelles ressources utiles à ma pratique.

**MOTS CLES :** autohypnose - prevention du burn out