

Formulaire de soumission du résumé de l'intervention

À renvoyer avant le vendredi 2 décembre 2022 – minuit à :
feron.f@trancescience.org & breton.a@trancescience.org

Impact of self-hypnosis, mindful self-compassion meditation, and self-induced cognitive trance on the quality of life and neurophysiology of patients with cancer

Impact de l'auto-hypnose, la méditation d'autocompassion et la transe cognitive auto-induite sur la qualité de vie et la neurophysiologie de patients en oncologie

Auteurs: C. Grégoire^{a,*}, N. Marie^{a,*}, C. Sombrun^b, M.-E. Faymonville^{a,c}, V. van Nitsen^d, S. de Ribaucourt^d, G. Jerusalem^e, A. Vanhauzenhuyse^{a,f,**}, O. Gosseries^{a,g,h,**}.

^a Sensation and Perception Research Group, GIGA Consciousness, Université de Liège, Belgique

^b TranceScience Institute, Paris, France

^c Institut de Cancérologie Arsène Burny, CHU de Liège, Liège, Belgique

^d Association Emergences, Bruxelles, Belgique

^e Service d'Oncologie médicale, CHU de Liège, Belgique

^f Centre Interdisciplinaire d'Algologie, CHU de Liège, Belgique

^g Coma Science Group, GIGA Consciousness, Université de Liège, Belgique

^h Centre du Cerveau², CHU de Liège, Belgique

* Co-premiers auteurs

** Co-derniers auteurs

Mots-clés / Key words: Oncologie, qualité de vie, hypnose, transe cognitive auto-induite, méditation d'autocompassion

Bloc thématique pressenti / souhaité (Chiffre entre 1 et 8) : 5

Texte de l'abstract en anglais / du résumé en français en un seul paragraphe

Après un cancer, les patients peuvent présenter plusieurs symptômes, comme de la douleur, de la fatigue, des difficultés de sommeil ou cognitives, ou encore de la détresse émotionnelle. Plusieurs interventions psychologiques ont été testées afin de diminuer ces symptômes, principalement à court terme et chez des patientes atteintes d'un cancer du sein. L'apprentissage de l'auto-hypnose combinée à l'auto-bienveillance a ainsi montré des résultats

prometteurs à ce niveau. L'hypnose est un état de conscience non ordinaire caractérisé par une attention focalisée, une augmentation de la suggestibilité, de la dissociation et de l'absorption. La méditation, notamment la méditation d'autocompassion, est également un état de conscience non ordinaire, auto-induit et volontaire, caractérisé par un ensemble de processus attentionnels et de pratiques visant à auto-réguler le corps et l'esprit. La méditation d'autocompassion est particulièrement axée sur la bienveillance envers soi-même. Elle commence également à montrer des effets positifs sur la qualité de vie en oncologie. La transe cognitive auto-induite (TCAI) est héritée de la pratique traditionnelle chamanique mongole et peut être induite par des mouvements corporels, des vocalisations et du chant. Elle est encore très peu connue et ses éventuels bénéfices thérapeutiques en oncologie n'ont jamais été étudiés de façon rigoureuse. Grâce à un protocole longitudinal, contrôlé et basé sur les préférences des participants (chacun choisissant à quelle intervention il participe), notre étude vise à évaluer l'impact de trois interventions de groupe basées sur ces états de conscience non ordinaires (hypnose, méditation et TCAI) pour des patients ayant terminé leurs traitements oncologiques. Plus précisément, leur impact respectif sera étudié sur différentes variables psychologiques (la douleur, la fatigue, les difficultés de sommeil, la détresse émotionnelle et les difficultés cognitives, notamment), phénoménologiques et neurophysiologiques. Des exercices pratiques seront proposés aux participants pour leur enseigner la technique choisie et ils seront encouragés à s'entraîner à domicile. Les participants seront évalués au moyen de questionnaires et de différentes mesures neurobiologiques (EEG, EMG, ECG, respiration, température corporelle, marqueurs tumoraux), avant les séances de groupe, juste après, à 3 mois et à 1 an. Cela nous permettra d'évaluer les éventuels changements apportés par ces trois interventions et contribuera à l'amélioration de la prise en charge des patients oncologiques après leurs traitements. Des résultats préliminaires en termes d'impact sur la qualité de vie et de données phénoménologiques seront présentés lors du congrès.