

De l'Hypnose aux TAC

Dans les addictions

- **Dr Jean Becchio**
- **USP Paul Brousse (Villejuif)**
- **Unité Psychiatrie Bicêtre**
- **Directeur DIU Techniques d'Activation de Conscience (TAC) Paris-Saclay**



Trois conflits d'intérêt

- Amitié avec Dr Didier Touzeau
- La santé des patients
- Information de mes collègues



Bienvenue sur notre site

Centre d'Hypnose Anti Tabac

Notre Métier : l'Hypnose au service d'une addiction, le Tabac.



Dr Jean-Marc Benhalem

Pour tous ceux
qui n'y arrivent pas...

**Oubliez
le tabac!**

par l'hypnose

albin michel

**HYPNOSE
ANTI TABAC**
par Gaëtan KLEIN

CESSER de FUMER
devient facile

avec l'hypnose
et la sonothérapie
selon la méthode de Dany Dan Debeix



**STOPPER LE TABAC
En 1 SÉANCE**
**AVEC L'HYPNOSE
C'EST TELLEMENT SIMPLE !**



MARRÉ DE
LA CHANOTLINE ??
Pour l'argent ?
Les enfants ?
Le travail ?
Les courses ?
Le sexe ?
Les amis ?
La famille ?
Le sport ?
L'ordre ?

Stress
personnalisé
et adapté
à vos motivations
personnelles

"Stopper le tabac en 1 séance" est une combinaison de PNL (Programmation Neuve Linguistique) et d'hypnose thérapeutique qui offre un taux de réussite de 80% en une seule séance. C'est faire considérablement plus que simplement l'efficacité de l'hypnose.

Christal Bien-être - Tél 85.92.63
facebook.com/stopperletabacmontral

OLIVIER LOCKERT

Collection HypnoPoches



**LIBEREZ-VOUS
DU TABAC
AVEC L'HYPNOSE**

Votre thérapeute de poche

Hypnose thérapeutique

**Arrêt du Tabac
GRATUIT**
Devenez non fumeur grâce à l'hypnose

Evidence Based Medicine 1984

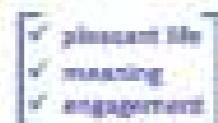
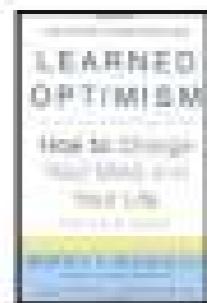


Gordon Guyatt
McMaster University
Hamilton, Ontario.

Troisième vague de psychothérapie

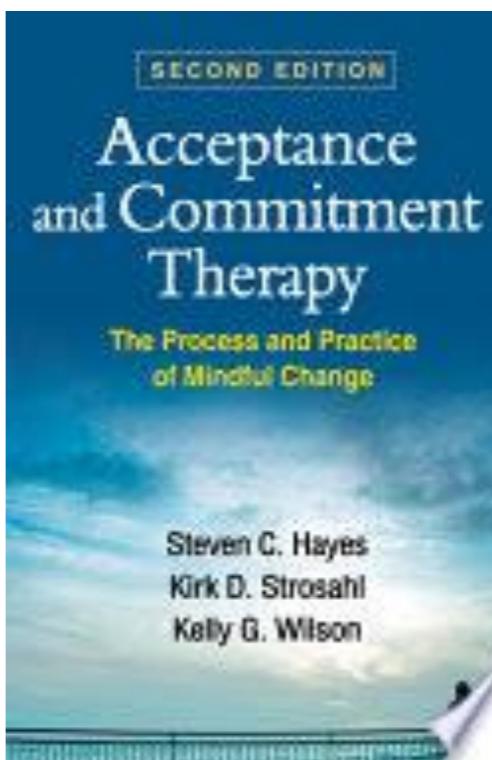
E.B.M 1990-2019

ACT



Martin Seligman

- psycho = réparation des blessures
 - malheureux -> moins malheureux
- et si on s'intéressait autant aux forces de construction du bonheur ?
 - « meilleures choses » de la vie,
 - -> une vie d'accomplissements ?
- « The skills of happiness [...] are different from the skills of relieving misery »



Medline Search results

Items: 1 to 20 of 44<< First< PrevPage

1

of 3Next >Last >>

1.

[Recommendations for smoking cessation in Colombia].

LH, Murillo R, Becerra N, Páez N, Cañas A, Mosquera C, Castillo JS, Camacho N, Gómez J, García-Herreros P, Bernal Biomedica. 2013 Apr-Jun;33(2):186-204. Review. Spanish.

PMID: 24652129 Free Article

Similar articles

Select item 24559809

2.

notherapy is more effective than nicotine replacement therapy for smoking cessation: results of a randomized controlled

Hasan FM, Zagarins SE, Pischke KM, Saiyed S, Bettencourt AM, Beal L, Macys D, Aurora S, McCleary N.

Complement Ther Med. 2014 Feb;22(1):1-8. doi: 10.1016/j.ctim.2013.12.012. Epub 2014 Jan 6.

PMID: 24559809

Similar articles

Select item 24359177

3.

based complementary and alternative medicine by adult smokers in the United States: Comparison from the 2002 and 20

Hamm E, Muramoto ML, Howerter A, Floden L, Govindarajan L.

Am J Health Promot. 2014 Nov-Dec;29(2):127-31. doi: 10.4278/ajhp.121116-QUAN-559. Epub 2014 Jan 16.

PMID: 24359177

Similar articles

Select item 24340824

4.

No sisyphean task: how the FDA can regulate electronic cigarettes.

Paradise J.



Hypnose et tabac = Effet placebo

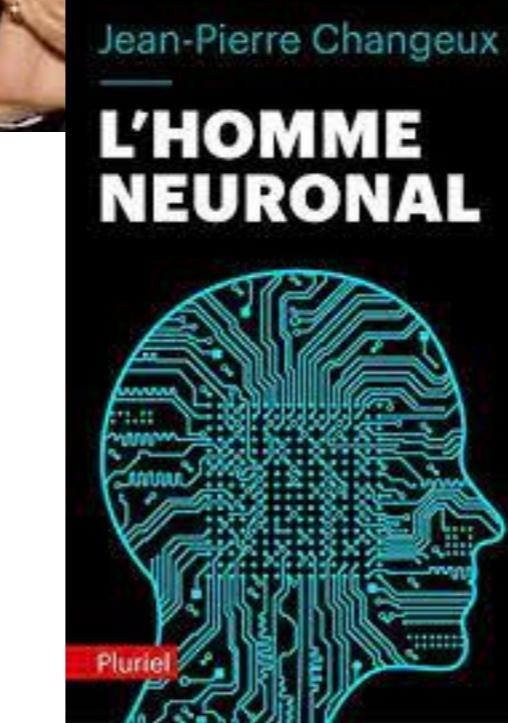
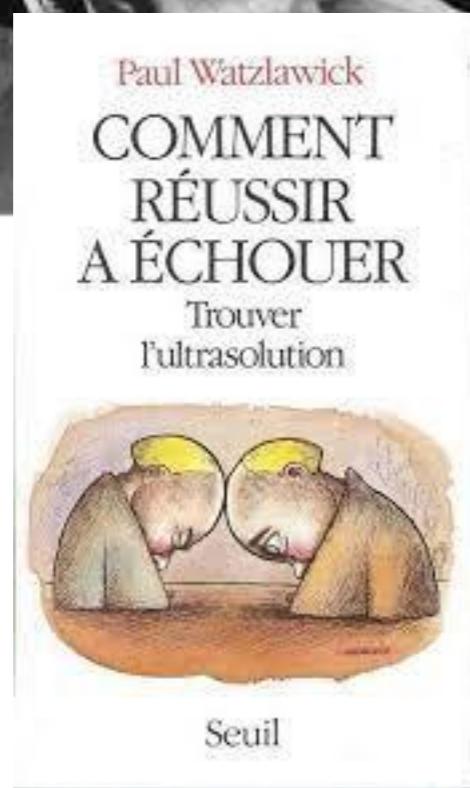
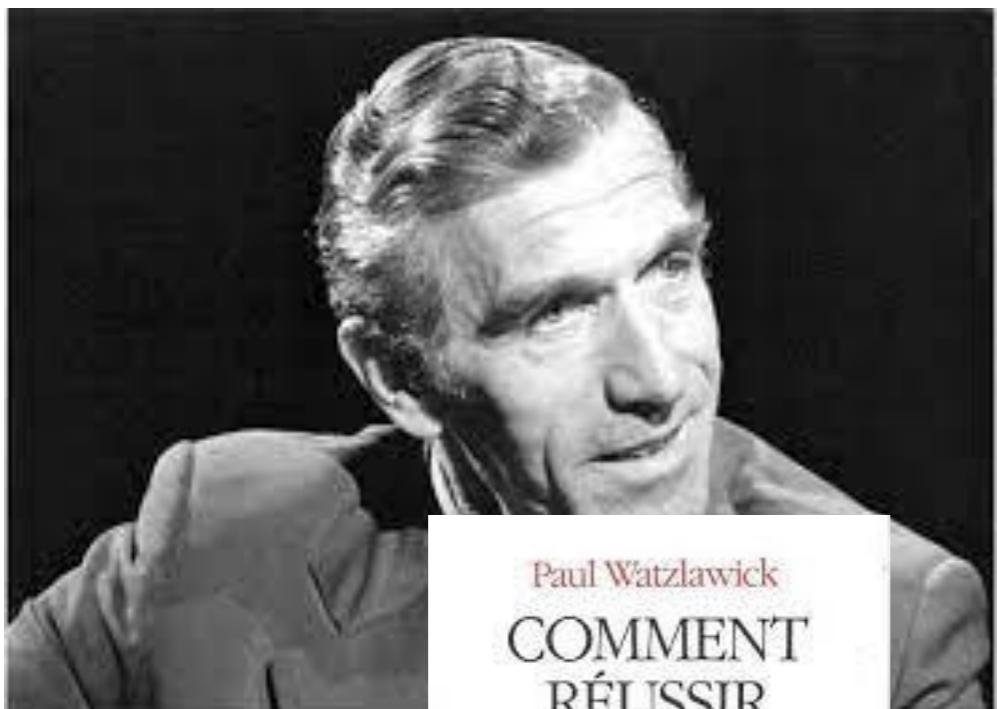


Dr Brigitte GUEGUEN
09 09 2015

Inserm
U669
Institut national
de la santé et de la recherche médicale

Hypnose est-elle efficace ? Réponses avec le Pr Bruno Falissard, psy

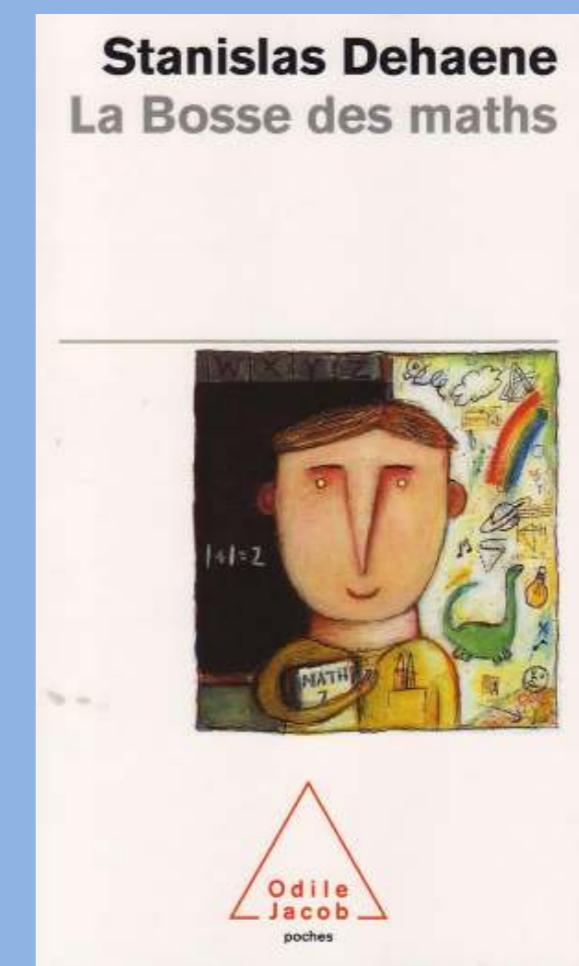
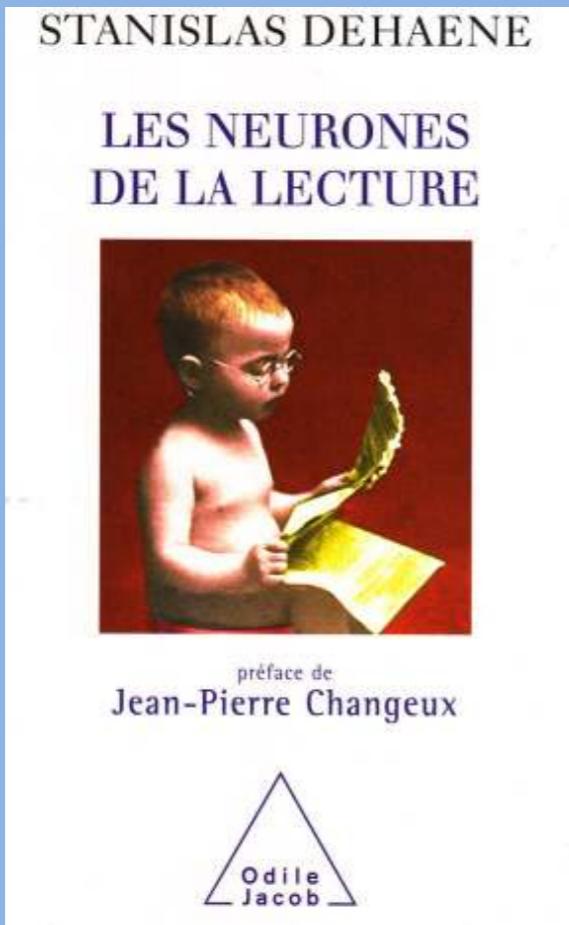
Nos mentors



ALAIN BERTHOZ
LA SIMPLEXITÉ



Pr Stanislas Dehaene, Collège de France
Chaire de Psychologie Neuro-Cognitive, Ministère
de l'Education Nationale (Jean Michel Blanquer)
INSERM U562 Neuro-Imagerie Cognitive, www.unicog.org



NeuroSpin

France

3 IRM pour le cerveau humain:
3T, 7T, et bientôt 11.7 T



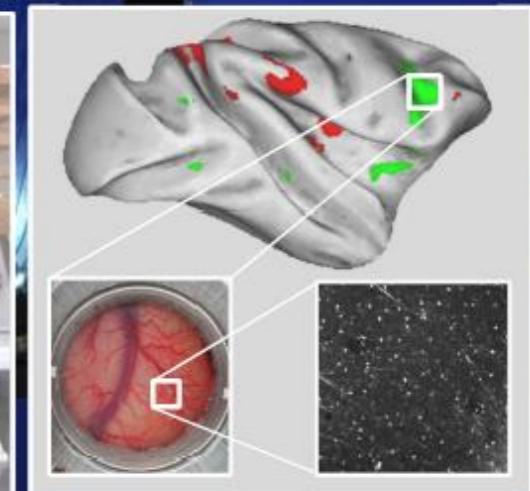
Electro- et
magnéto-encéphalographie



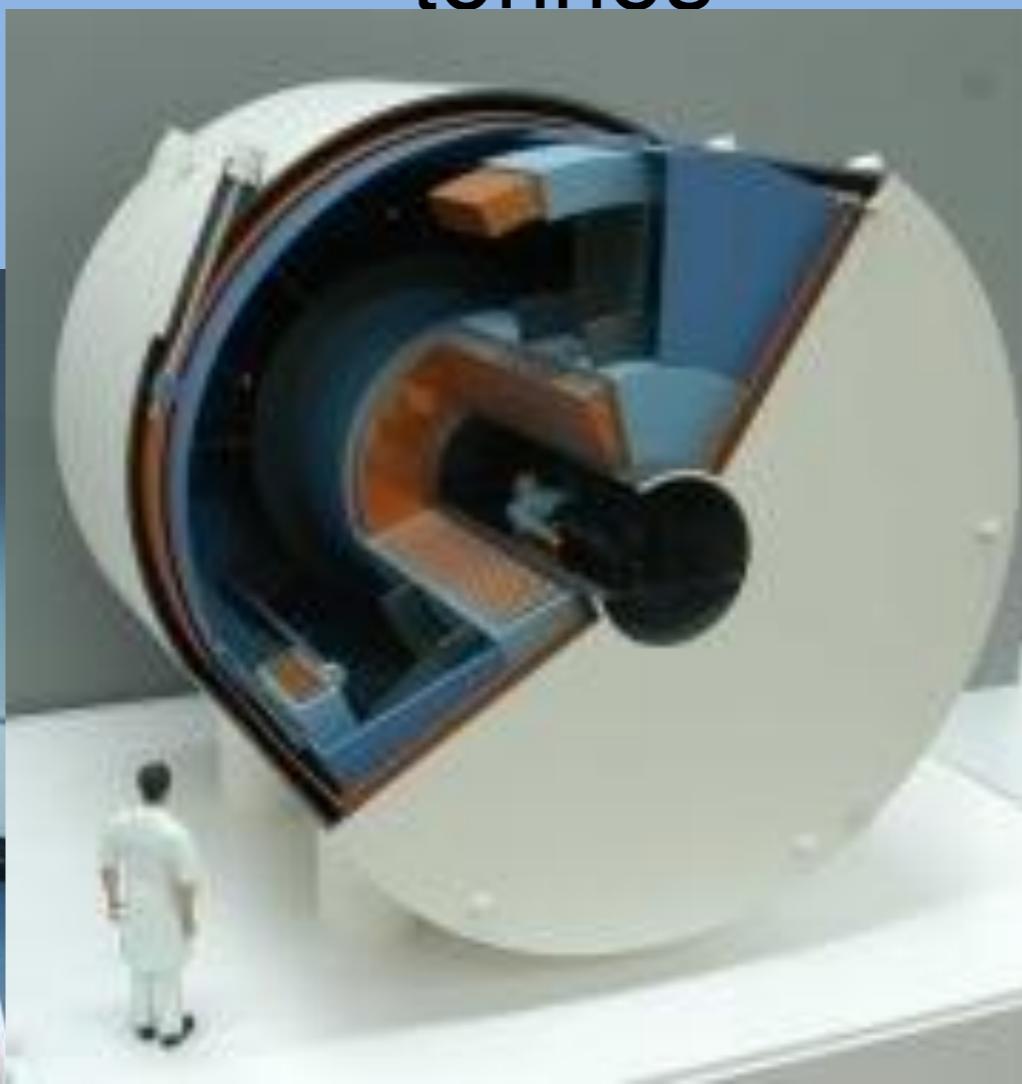
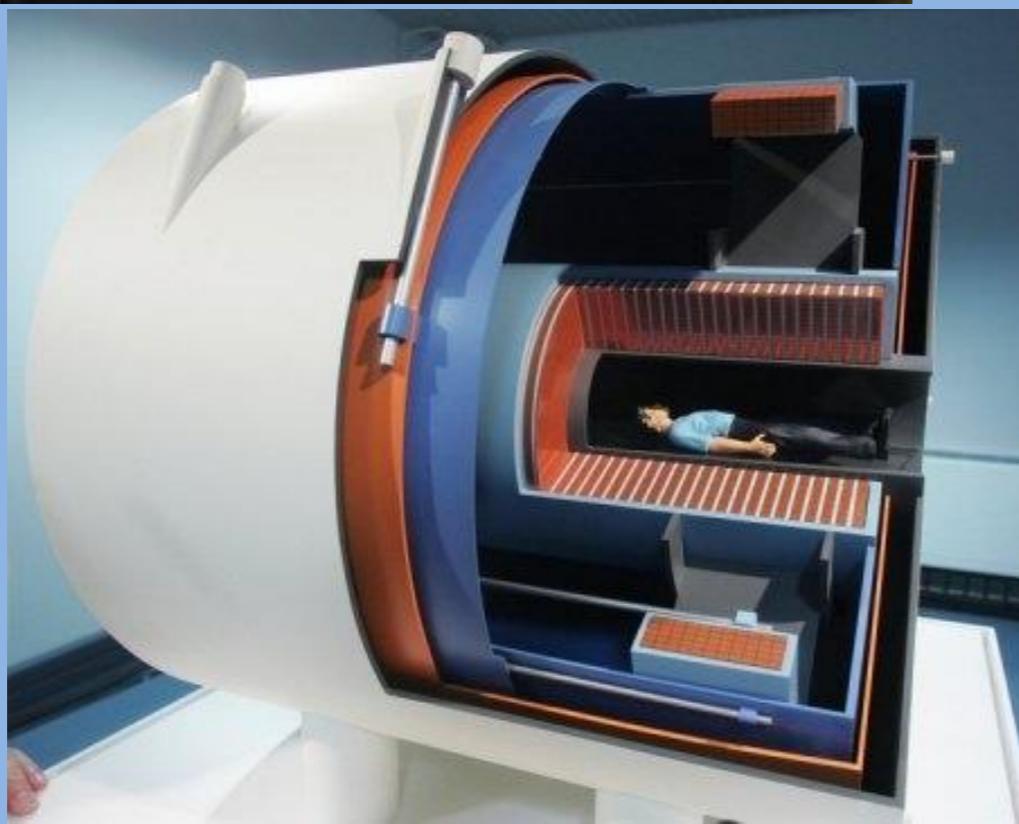
3 IRM pour le petit animal:
7T, 11.7T et 17T

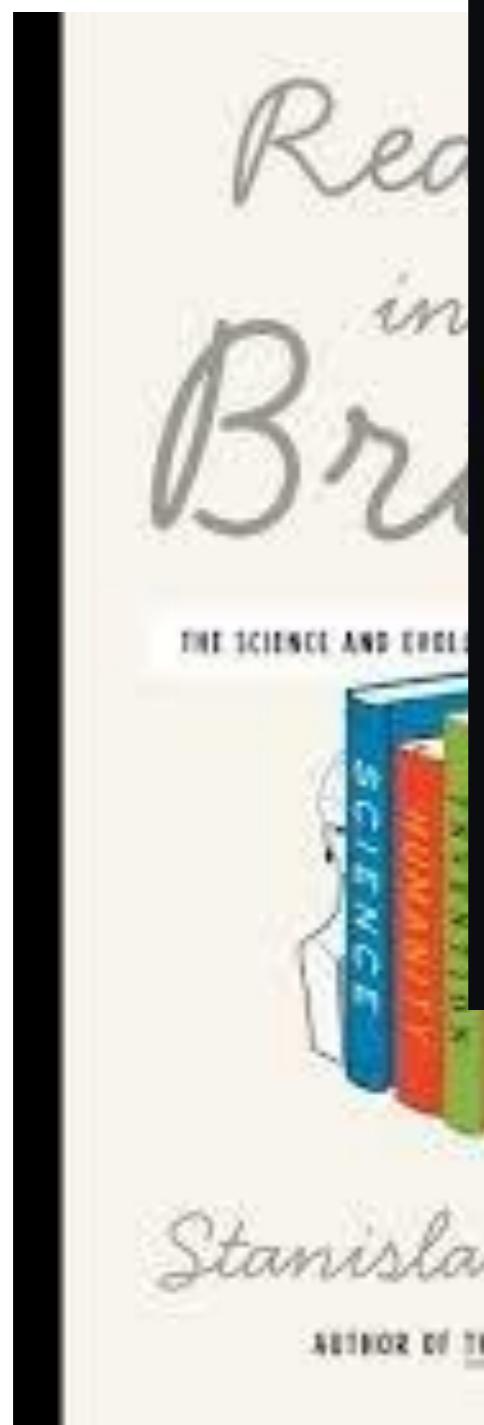


Electrophysiologie et imagerie
3 photons de l'animal éveillé



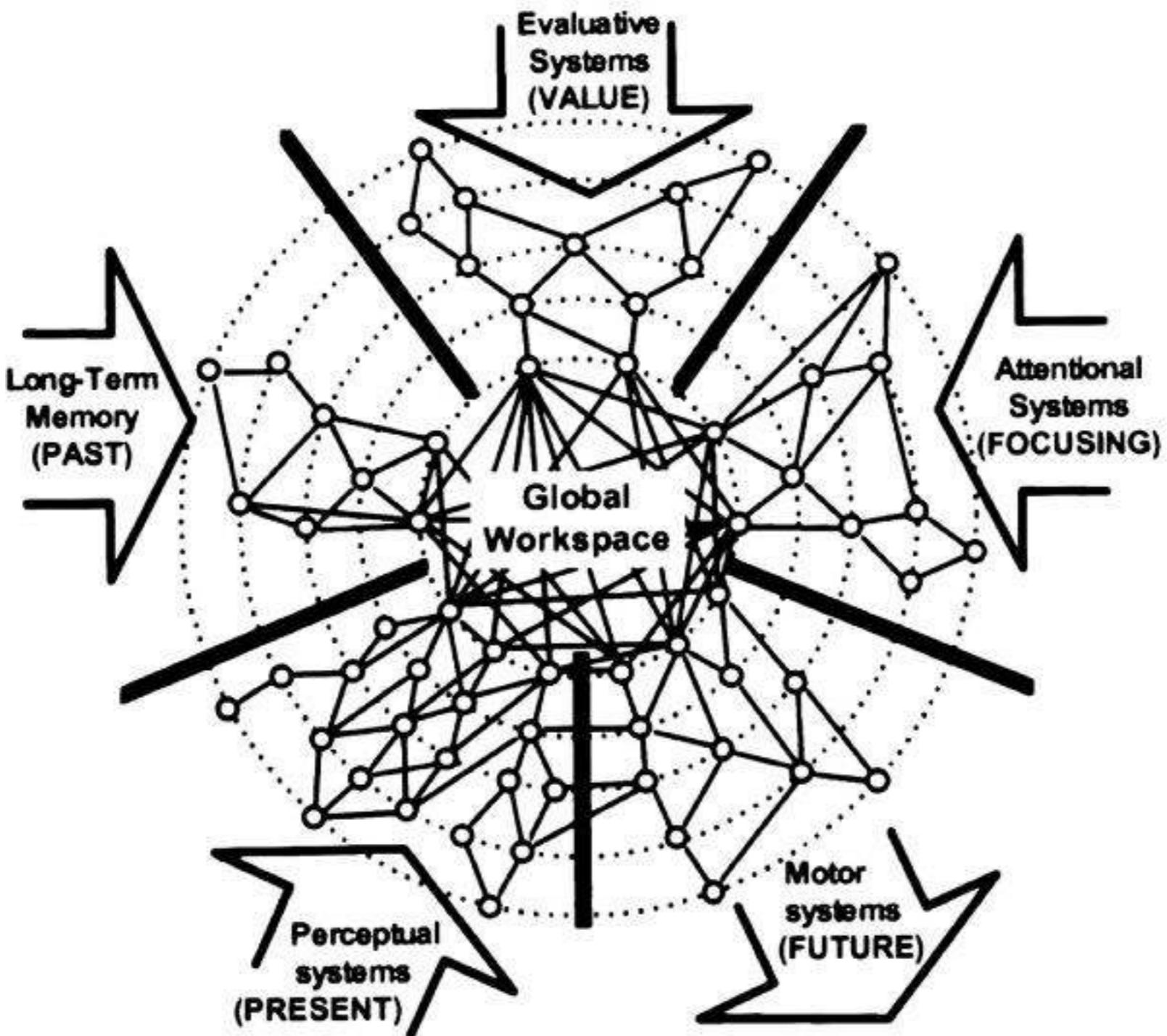
NeuroSpin, CEA-
Saclay
Janvier 2019
Iseult IRM 130
tonnes





Dehaene

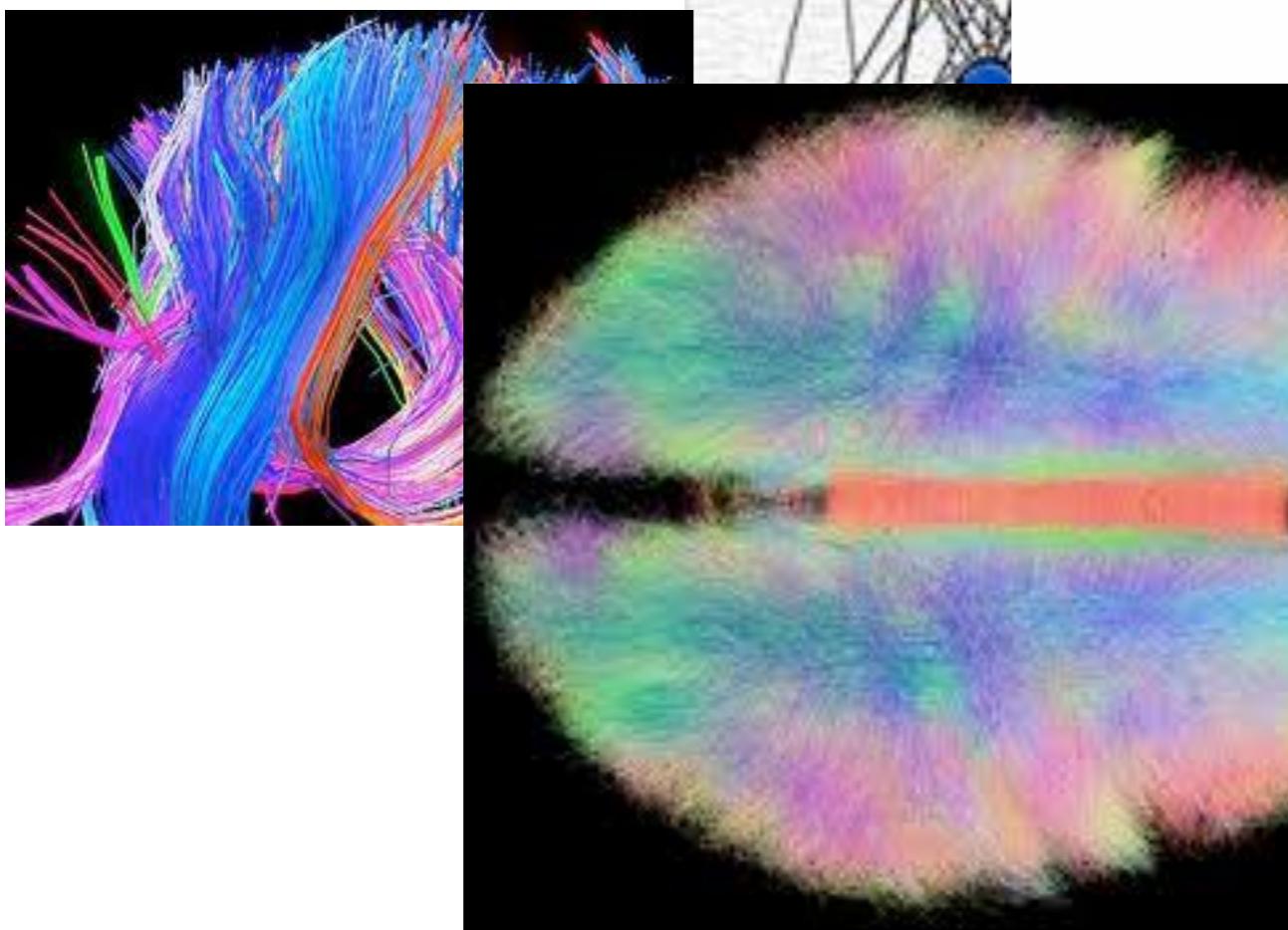
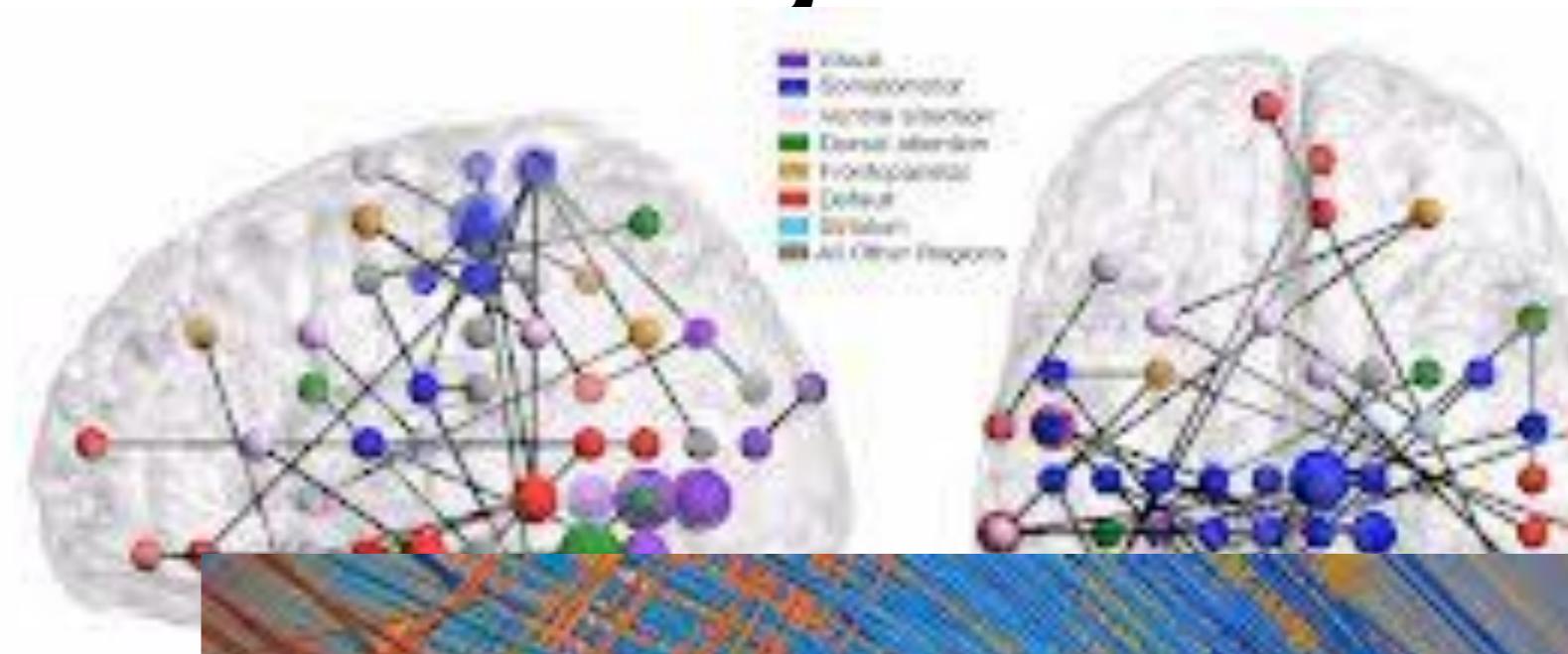
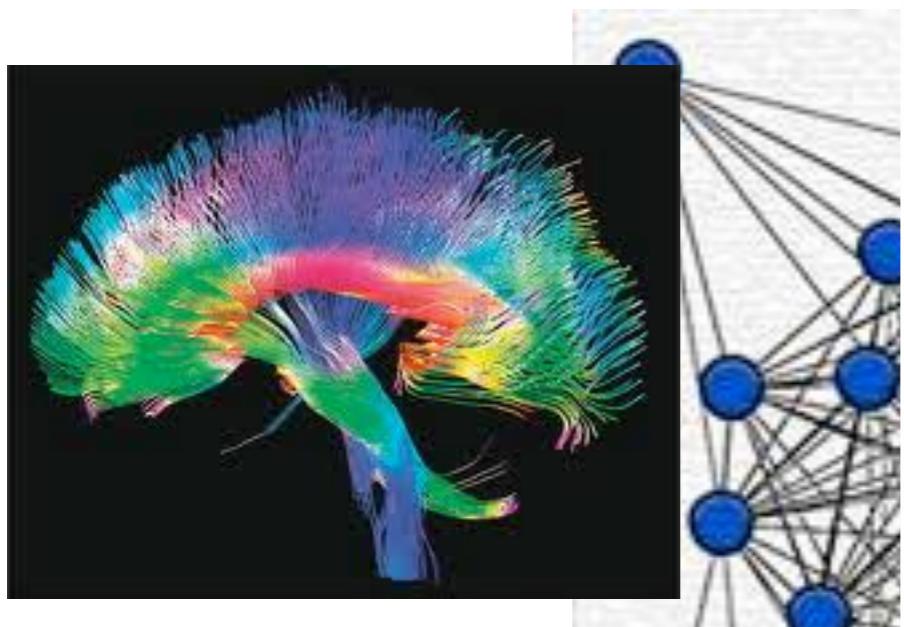
BRAIN
Material



Espace de travail neuronal global

S. Dehaene, *Le code de la conscience*, Odile Jacob, 2014

Human Brain Project

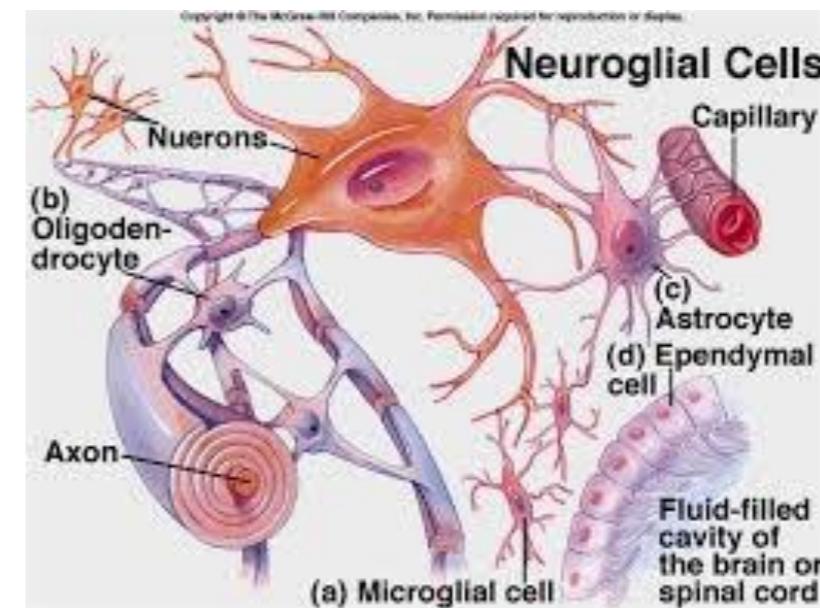
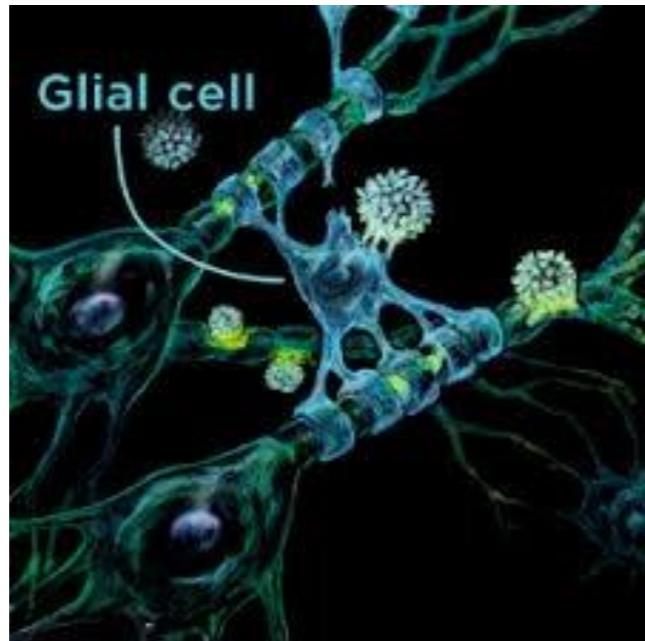


2016 /

Révolution en Neuro- Science

Le cerveau neuro-glia

● Les cellules gliales



PDF

3) Téléchargez le produit GRATUIT

EasyPDFCombine®

Science

AAAS

Home

News

Journals

Topics

Careers

Science

Science Advances

Science Immunology

Science Robotics

Science Signaling

Science Translational Medicine

SHARE

REPORT



0



+ Author Affiliations



0

†Corresponding author. Email: juergen.sandkuehler@meduniwien.ac.at

‡These authors contributed equally to this work.

Science: 02 Dec 2016;
Vol. 354, Issue 6316, pp. 1144-1148
DOI: 10.1126/science.aah5715

Science

02 Dec 2016

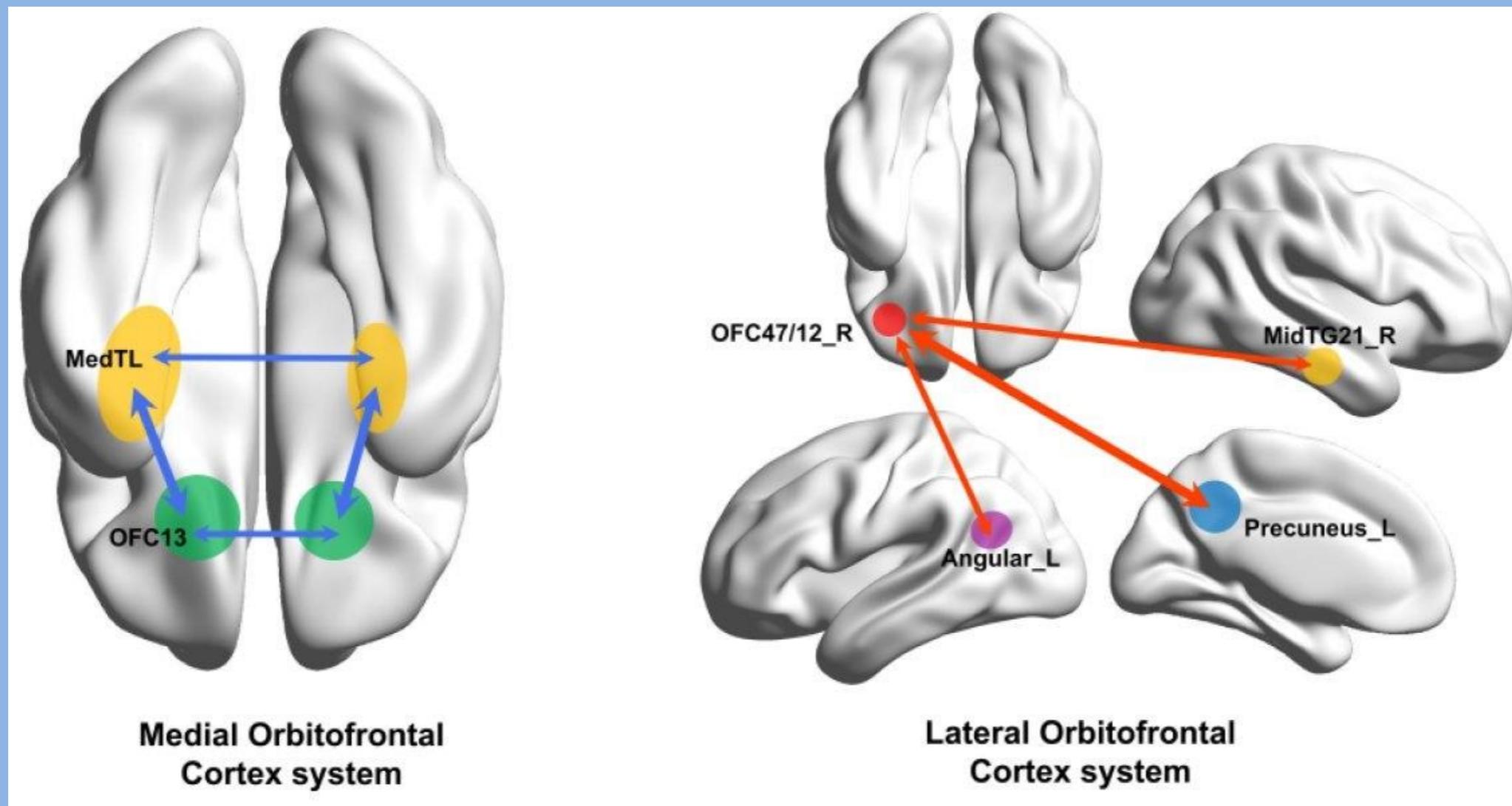
Vol. 354, Issue 6316, pp. 1144-1148

DOI: 10.1126/science.aah5715



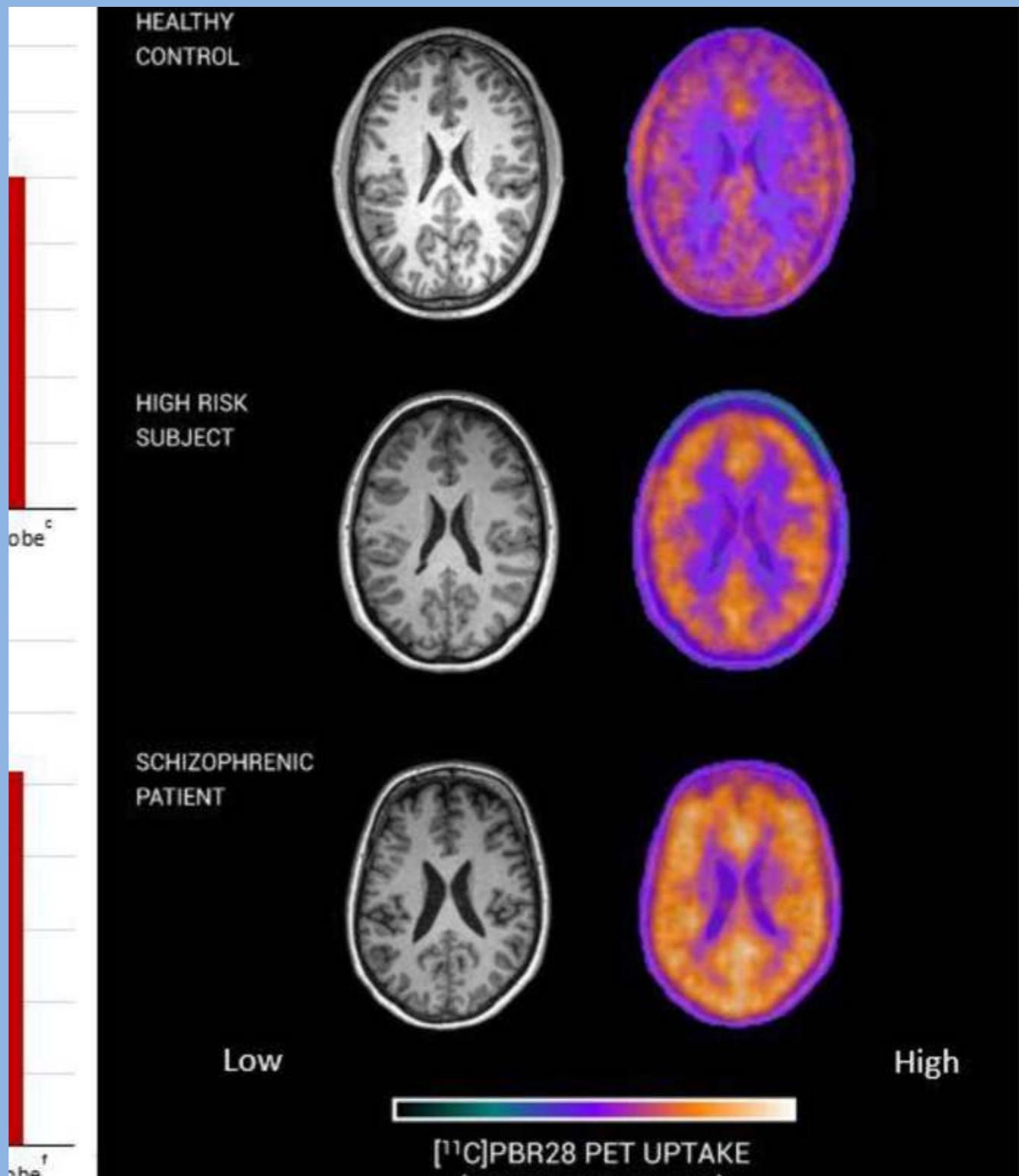
Peer Reviewed
See details

Les modifications du connectome dans la dépression. Wei Cheng et al. Brain, dec 2018



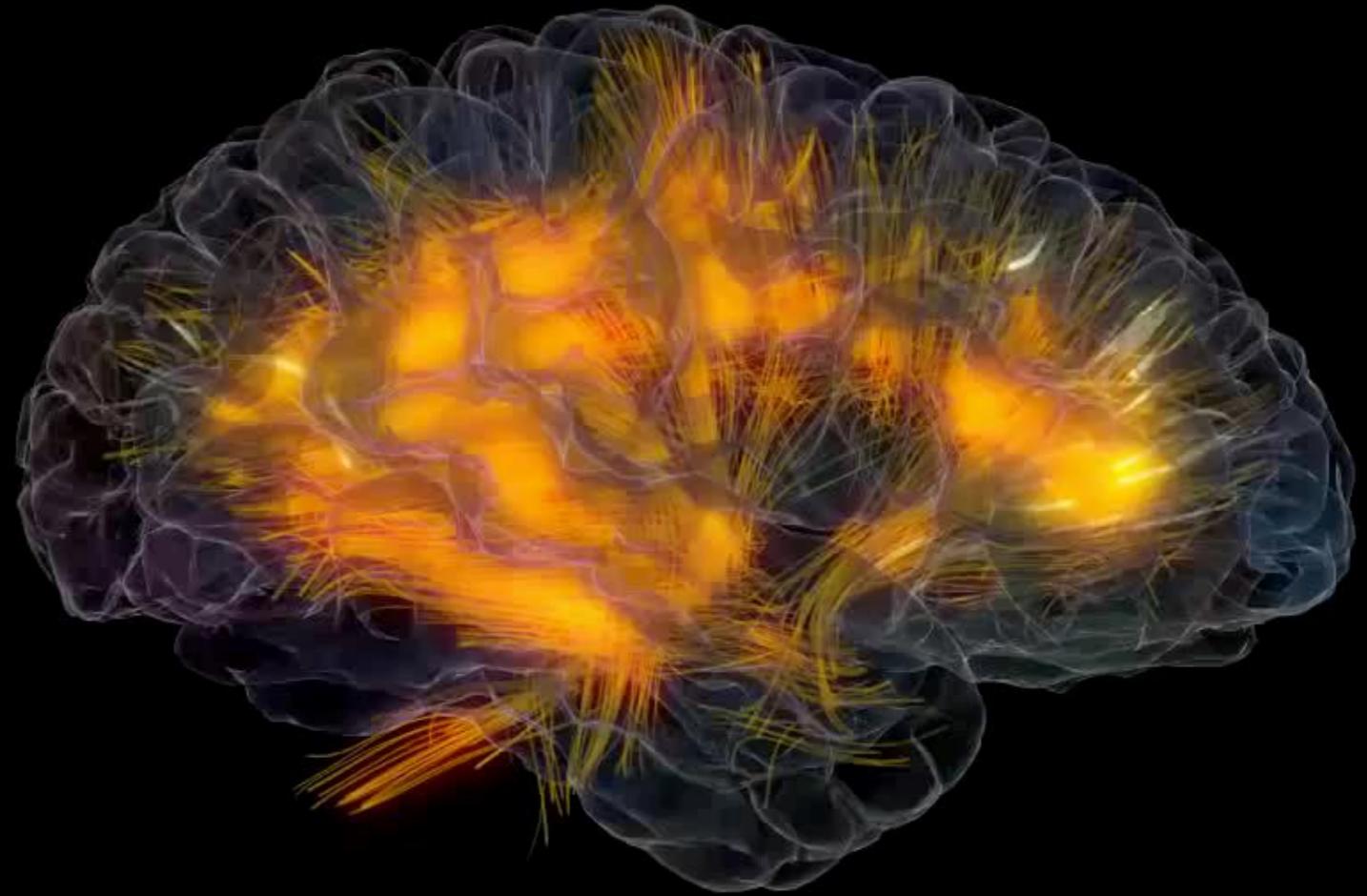
Diagnostic de la neuro-inflammation des cellules gliales dans la schizophrénie

Peter Bloomberg et al. Am J Psychiatry 2016.



Cerveau neuro-glia





- **Nouvelles données sur l'addiction**

Review Neuropharmacology

. 2020 Sep 15;175:108157. doi: 10.1016/j.neuropharm.2020.108157. Epub 2020 May 24.

Glial cells as therapeutic targets for smoking cessation

[Mohit Kumar 1](#), [Adewale Adeluyi 2](#), [Erin L Anderson 3](#), [Jill R Turner 4](#)

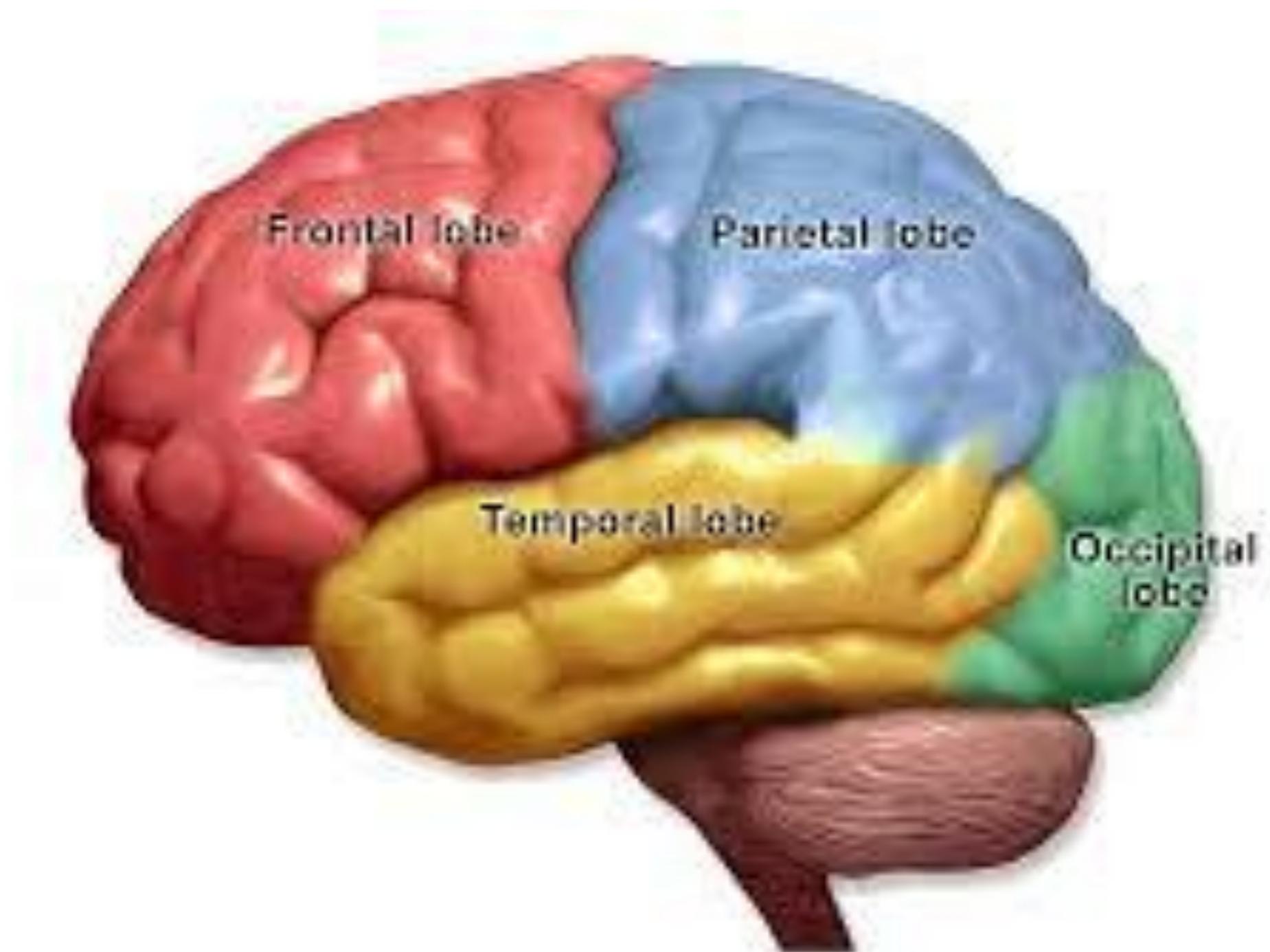
[Glia](#)[Volume 69, Issue 8](#) p. 2037-2053

Nicotine induces morphological and functional changes in astrocytes via nicotinic receptor activity

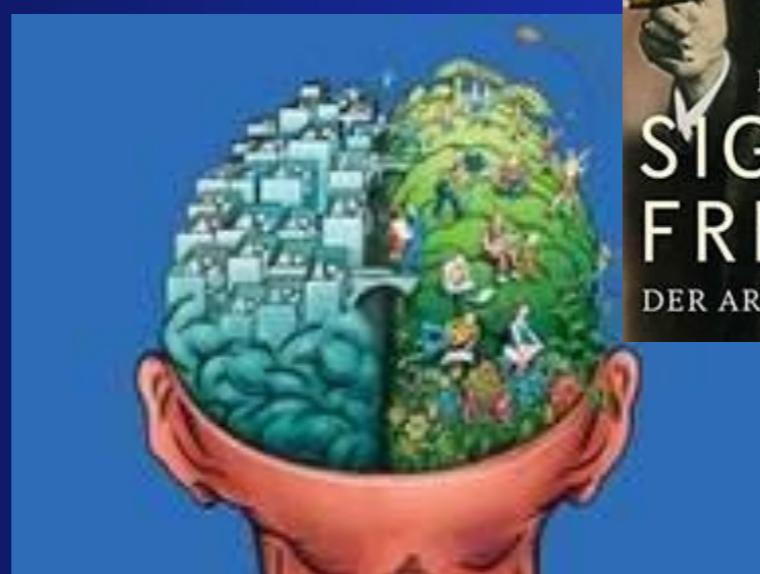
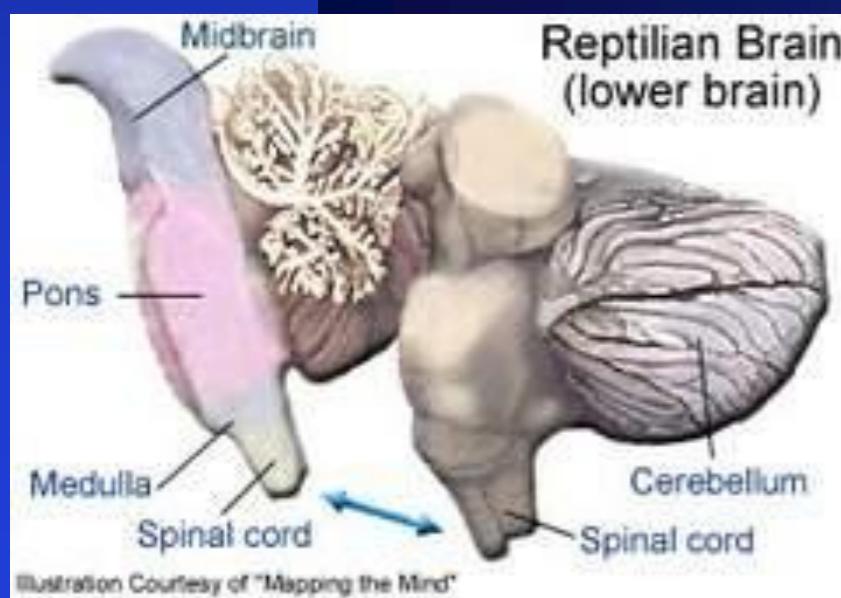
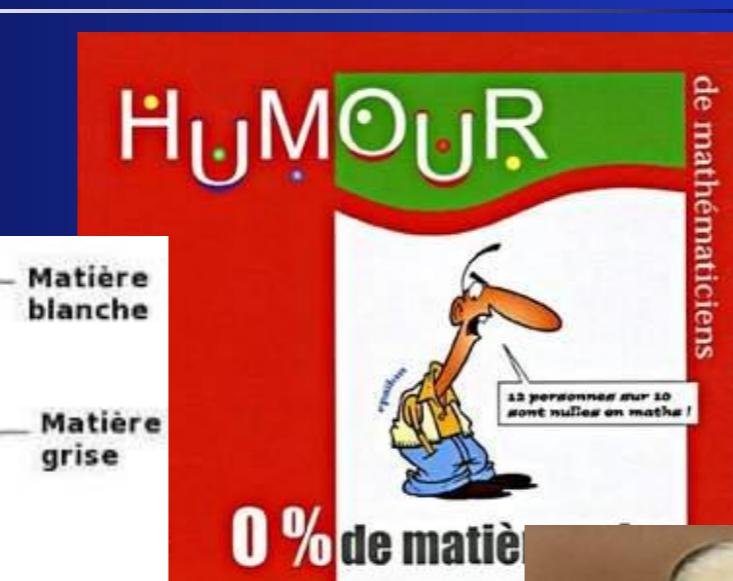
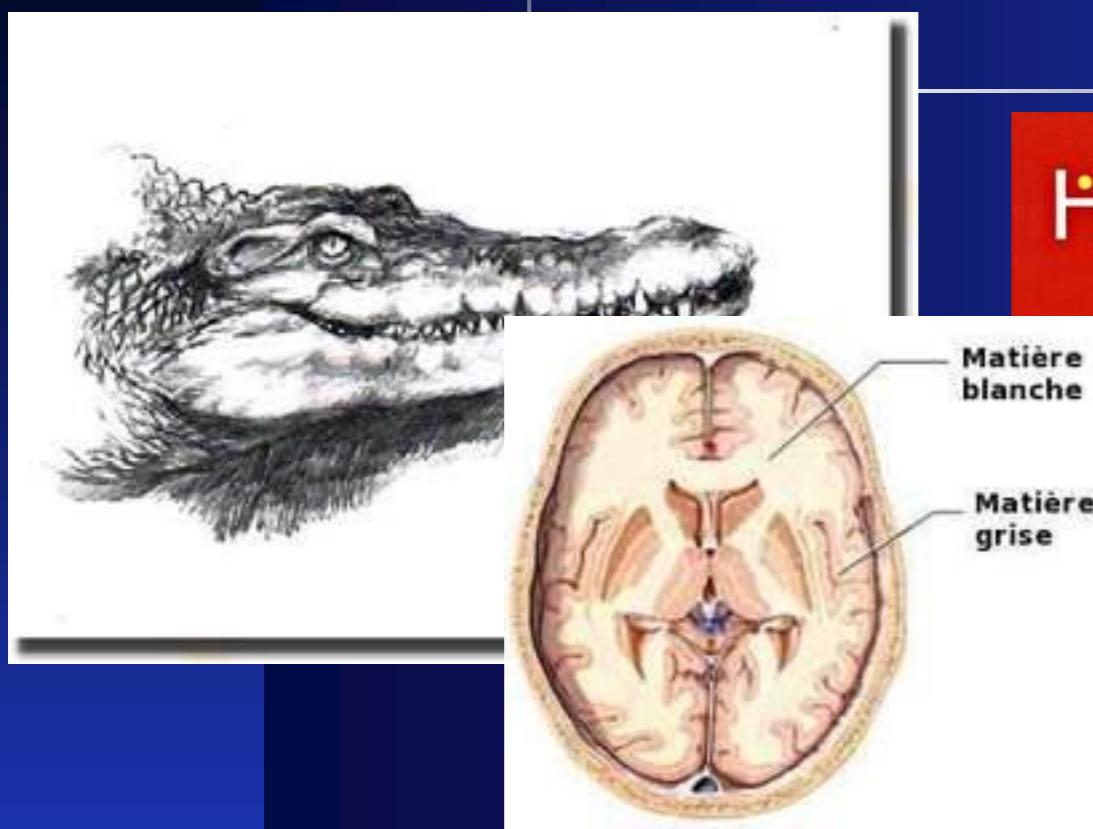
[Surya P. Aryal](#),[Xu Fu](#),[Joree N. Sandin](#),[Khaga R. Neupane](#),[Jourdan E. Lakes](#),[Martha E. Grady](#),[Christopher I. Richards](#)

First published: 14 April 2021

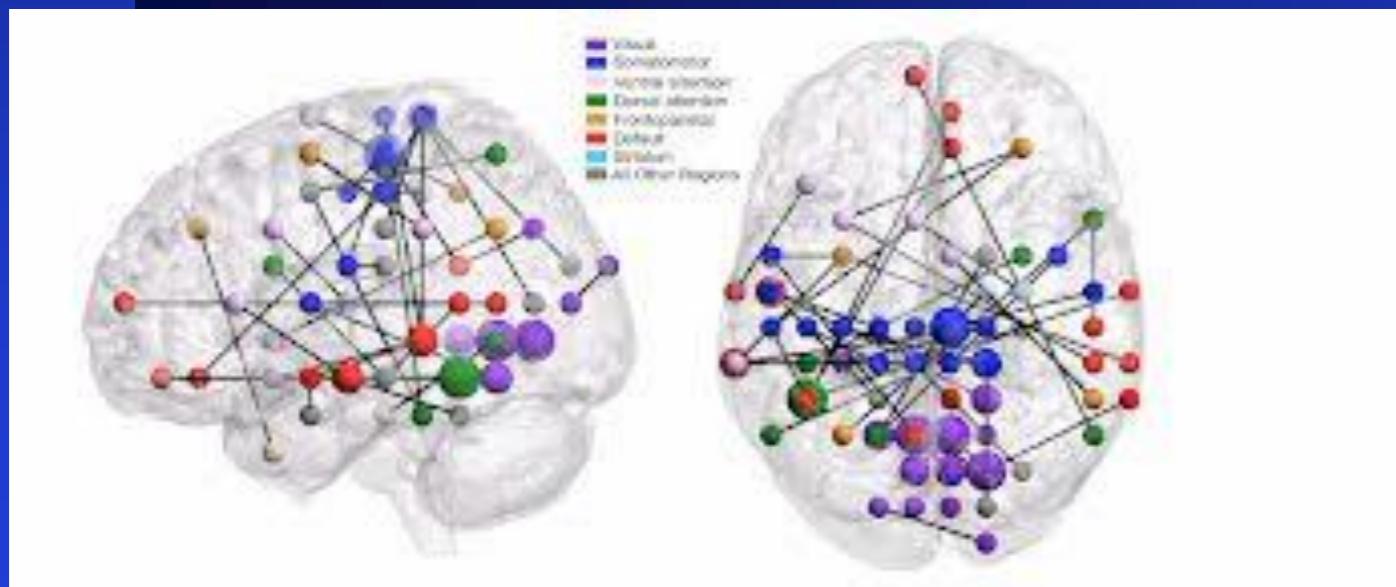
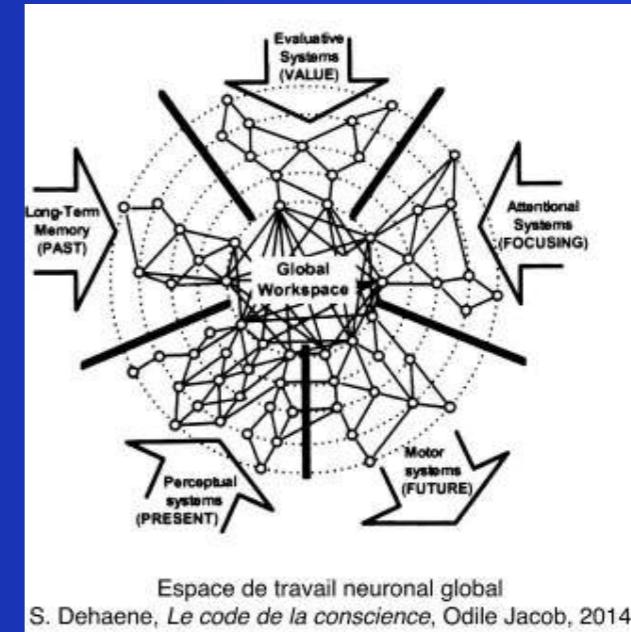
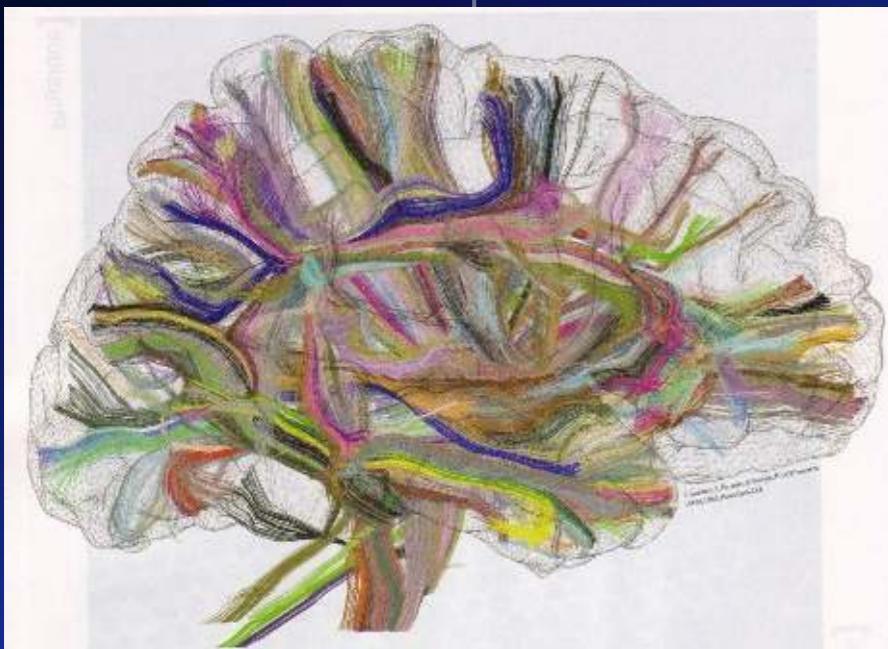
Cerveau du XXème siècle



Vieux dogmes



Nouveaux paradigmes



De l'hypnose aux TAC...

1975

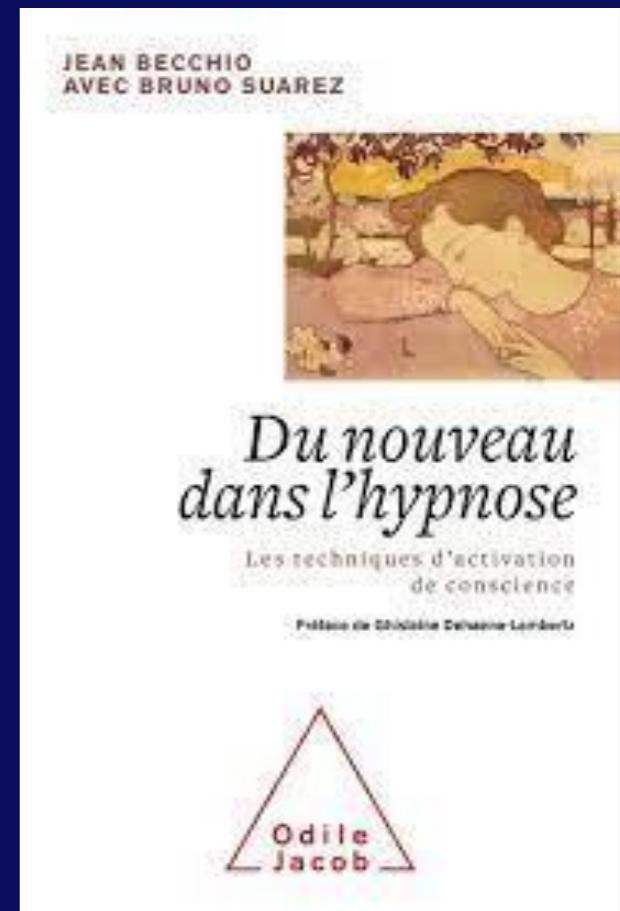
III hypnotism

- Système : conscient/inconscient
- Spécialiste : psychothérapeute
- Outil : sommeil hypnotique
- Action : suggestion directe
- Parole : "de jour en jour, à tous points de vue, je vais de mieux en mieux". E. Coué



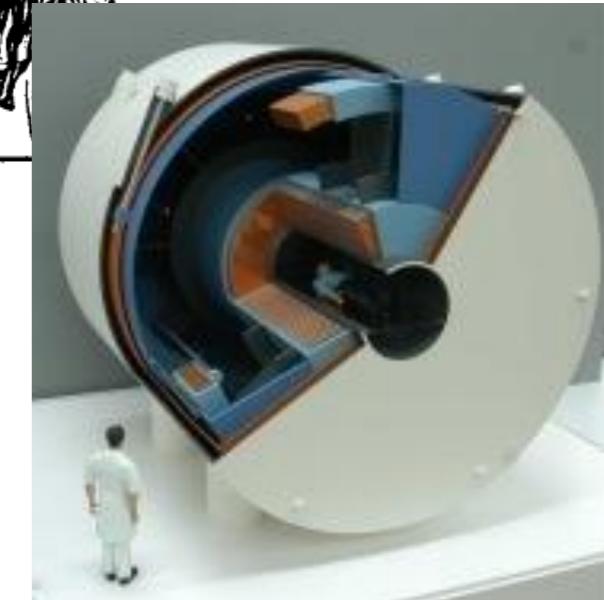
1984

2021



Passé-Actualité-Futur

- De l'hypnose à l'activation de conscience
- Le connectome
- Le cerveau neuro-glial
- Les nouveaux schémas de la conscience
- Les nouvelles données sur l'addiction
- **Les conséquences pour le choix thérapeutique :**



Proposition thérapeutique : Les TAC Techniques d'Activation de Conscience

Stimulation de l'**Agentivité**

- Dix points techniques : **Proprioception - Motricité**
- Sentiment d'**Auto-Efficacité** du patient
- Utilisation des **Ressources** du patient
- Modèle **Vicariant +++**
- Contrat sur **plusieurs mois**
- **Technique évaluée +++**



Conclusion : Quel conseil ?

- Hypnose : équivalente au placebo (15%)
- La Technique d'Activation de la Conscience (TAC) :
Merci pour votre « Active » attention
 - Utile chez les personnes seules « souffrantes »
- - Utile pour travailler la **motivation** (au début)
- - Utile pour **impliquer** le patient (au long cours)
- - Utile en **complément** thérapeutique
- - Action et résultats **évalués**

Rev. méd. Chile vol.144 no.8 Santiago Aug. 2016

<http://dx.doi.org/10.4067/S0034-98872016000800001>

EDITORIAL

Se puede dejar de fumar, con ayuda

Randomized Controlled Trial

It is possible to quit smoking, with help

BMC Public Health

. 2020 Nov 16;20(1):1719. doi: 10.1186/s12889-020-09820-0.

Effectiveness of an individual acceptance and commitment therapy for smoking cessation

Applications cliniques

Mayo Clinic Proceedings 2005;80(4):511-524



Douleurs - soins douloureux
Anesthésie
Phobies Anxio-dépression
Dermatologie eczéma
Oncologie
Addiction alcool
Dyspnée
Nausées Colite fonctionnelle
Rhumatologie Fibromyalgie
Obstétrique
Pneumologie
Préparation des sportifs₃₀