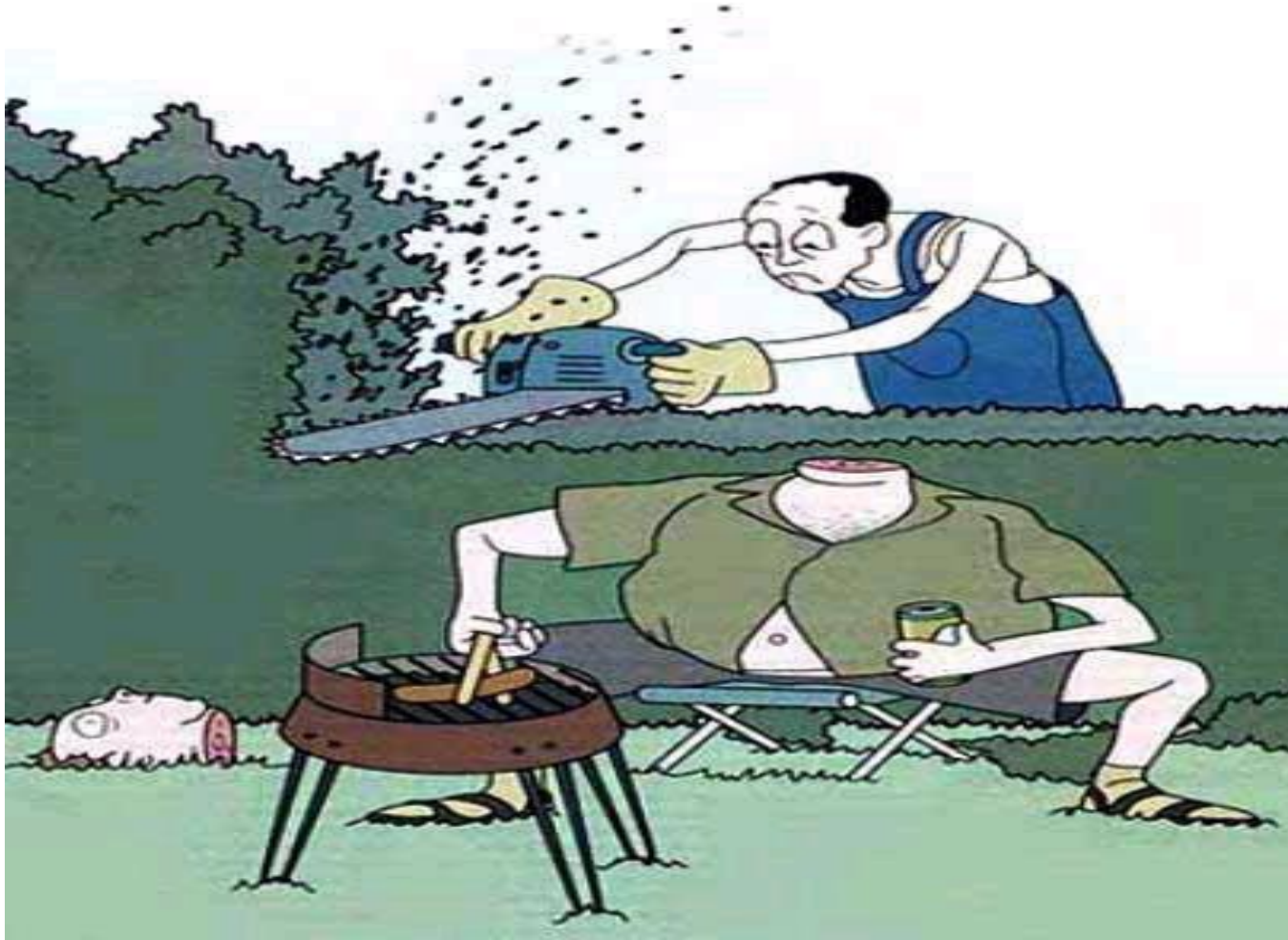


PREVENTION DU STRESS POST TRAUMATIQUE



DEFINITION

- Ensemble de réactions ou symptômes survenant après un événement le plus souvent inattendu, où la mort a été « vécue » ou même ressentie fortement pour soi-même ou pour des « proches » (accident, agression violente, viol, hold-up, prise d'otage, incendie, tremblement de terre, inondation).

Selon certaines études, 8 à 10 % de la population souffrirait à un moment ou à un autre de leur vie d'un état de stress post-traumatique. Son signe pathognomonique est le syndrome de répétition.

MECANISME PSYCHIQUE

- REEL
 - IMAGINAIRE
 - SYMBOLIQUE
 - → LE TRAIN
-
- Les sens ont été sollicités à leur insu.

SYMPTÔMES → changement de comportements.

- Pensées obsédantes, rêves répétitifs et envahissants, comportements répétitifs (reviviscences, réminiscences → écho). → troubles du sommeil, difficultés de concentration.
- Flash-back → comme si l'événement allait se reproduire de façon imminente (remise en action possible).
- Temps suspendu et extrême précision de certains souvenirs.
- Évitement de situations proches.
- Hyperactivité, hypervigilance, réaction de sursaut exagérée.
- Irritabilité ou accès de colère.
- Sentiment intense de détresse psychique et/ou réactivité physiologique face à des indices (dates anniversaires, temps froid ou chaud, lieux, scènes à la télévision...)
- Persistance au-delà d'un mois, sinon il s'agit d'un stress aigu.

MANIFESTATIONS

- Efforts pour éviter les pensées, les sentiments, les conversations, les lieux, les activités, les gens... associés au traumatisme.
- Incapacité à se rappeler un aspect important du traumatisme.
- Réduction nette de l'intérêt pour des activités importantes associé à une restriction des affects.
- Impression de détachement. Etrangé à ce qui lui arrive.
- Renoncement général (pas d'avenir, « à quoi bon »...).

EVOLUTION

- Persistance au-delà d'un mois, sinon il s'agit d'un stress aigu.
- Les symptômes débutent habituellement dans les trois premiers mois après le traumatisme. La phase de latence peut être plus longue.
- La durée des symptômes est variable. La guérison complète survient en trois mois dans environ la moitié des cas. De nombreux autres sujets ont des symptômes qui persistent plus de douze mois après le traumatisme → syndrome de répétition, avec risques de dépression et d'addictions.

SOURCES

- PsychoMédia <http://www.psychomedia.qc.ca/pn>
- L'URL est:
- <http://www.psychomedia.qc.ca/pn/modules.php?name=News&file=article&sid=126>
- « Maîtriser l'évènements par le récit ». Thierry Cruz, Mémoire de DU « Stress et traumatismes majeurs ». Université Pierre et Marie Curie. 1999.
- « L'impact psychologique des attentats sur les professionnels de santé de l'AP-HP ayant accueilli les victimes, le soir du 13 novembre 2015, à Paris ». Mémoire de recherche par Elsa Finkelstein, école de psychologues praticiens, 2018.



Mais aussi...



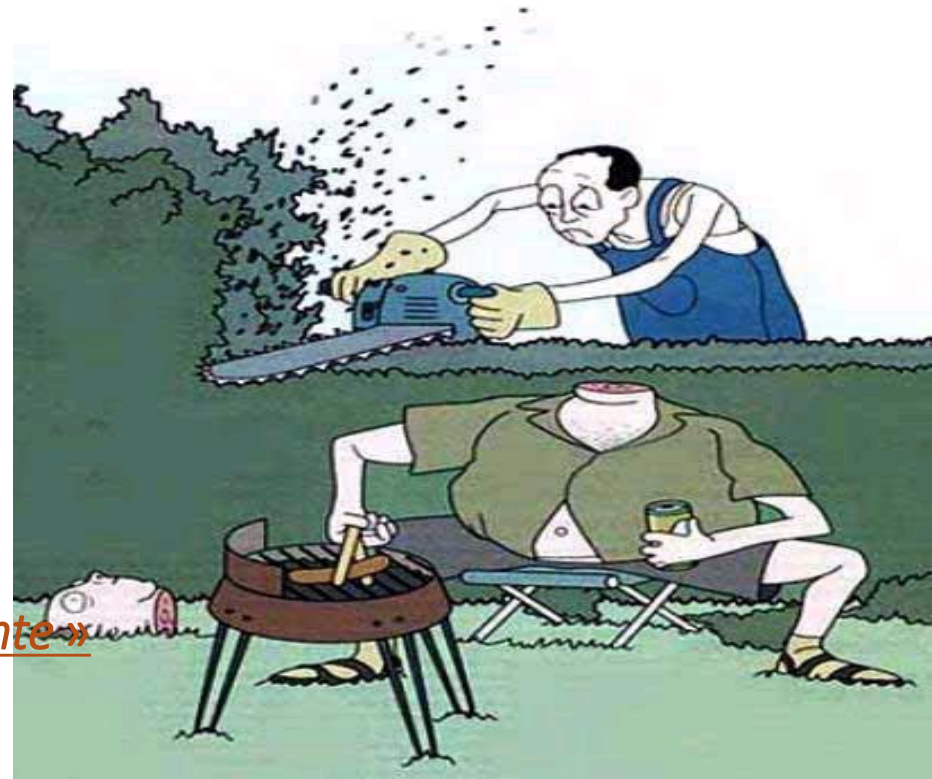




Le traumatisme psychique

« Rencontre avec la mort dans son horreur surprenante »

- Ce qui n'a pas de sens
- Ce qui s'impose au psychisme
- Ce qui fait effraction /effroi
- Ce qui ne se représente pas /
 - c'est hors représentation
- Ce qui ne parvient pas
 - à se verbaliser
 - à se symboliser
- « La mort dans son horreur surprenante »
- « Ce qui brise la porte avec violence »
- ➔ LE TRAUMA N'EST PAS LE STRESS!!!





Le traumatisme psychique

« Issus de la même promotion, Pierre et Jacques sont camarades depuis l'école de ST. Cyr.

En OPEX en ex-Yougoslavie, ils subissent ensemble un feu nourri de « snipers ».

Pierre est blessé à la hanche, puis évacué rapidement.

Jacques continue la mission et assiste impuissant à l'assassinat d'un enfant de dix ans innocent, blessé au ventre, les viscères à l'extérieur du corps, agonisant dans des souffrances atroces, tenant le bras de Jacques en répétant qu'il ne veut pas mourir.

Pierre continue sa carrière malgré une boiterie. Jacques est obsédé par l'image de cet enfant. Il n'est pas bien apprécié d'une hiérarchie qui souhaite se séparer de lui. »

Médecin en chef Raphael, chef de l'unité de psychologie au centre de recherche du SSA.
Conférence « blessures mentales et blessures corporelles. 15 et 16 mars 2000.

L'EFFRACTION. CE QUI FAIT EFFRACTION.

LA VIOLENCE DE L'ABSENCE DE REPRESENTATIONS ET SA CONSEQUENCE : L'ISOLEMENT.

LES ENFANTS DU TSUNAMI.

DE L'INTERÊT D'EXPRIMER CE QUE L'ON RESSENT.

LE RECIT COLLECTIF POUR CICATRISER.

DEFUSING (DESAMORCAGE).

DEBRIEFING (BILAN).

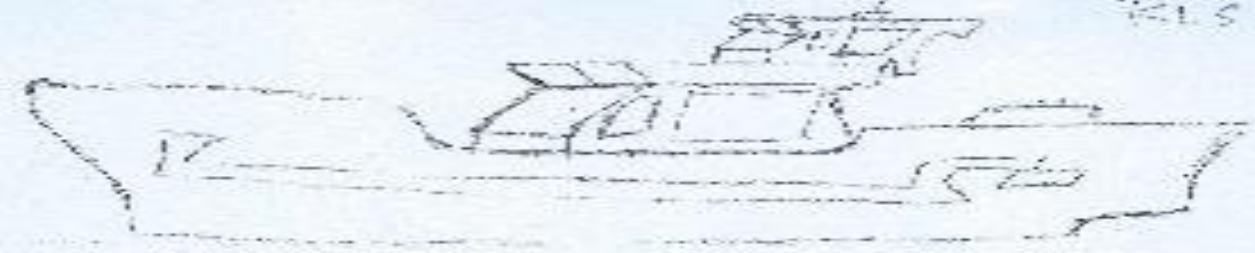
LE DEFICIT D'EMPATHIE.

LES ENFANTS DU TSUNAMI.

LA A NUOVA WOLZIV UMOY 14



Handwritten text at the top right of the page, possibly a date or reference number.



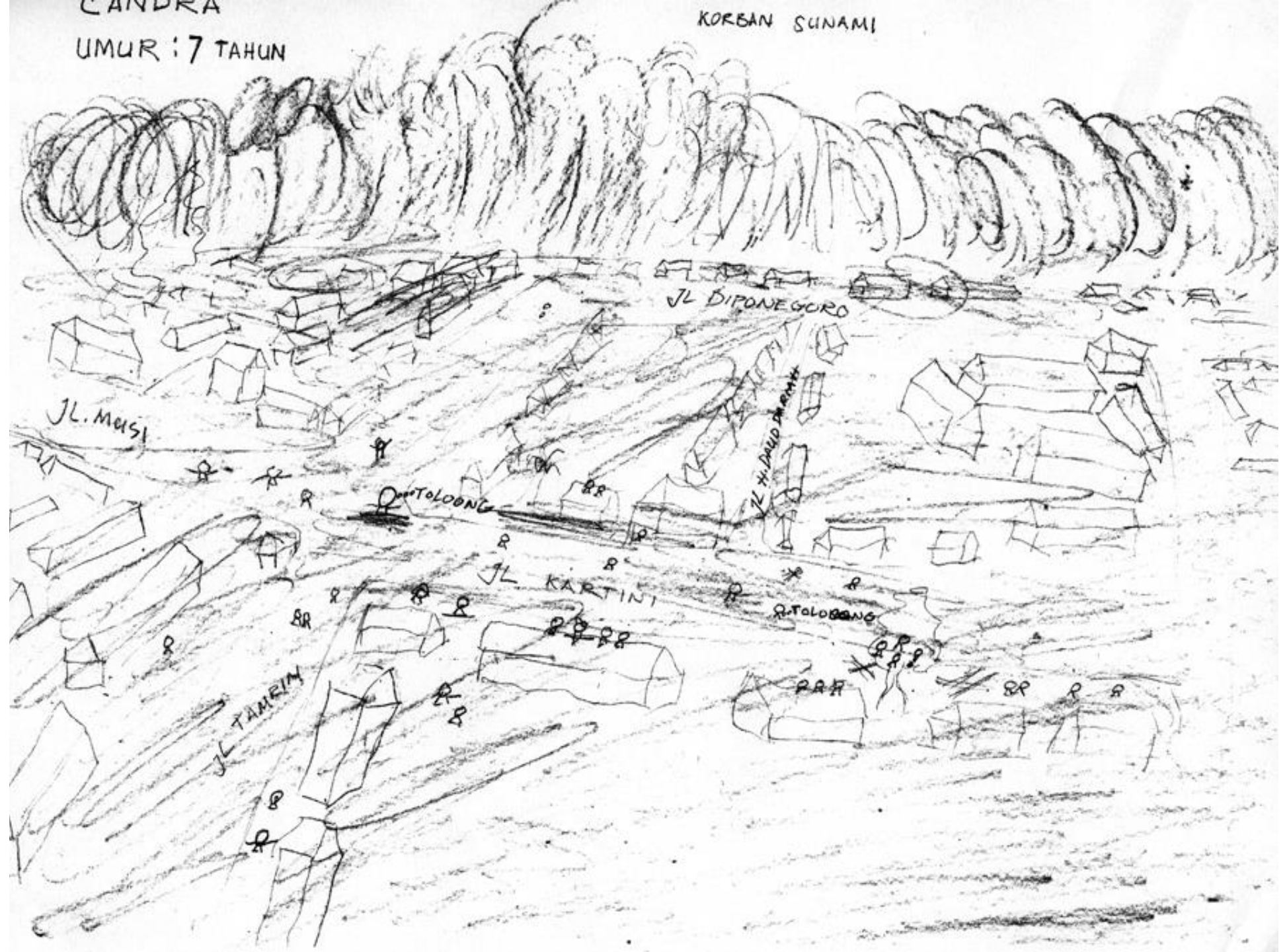
Handwritten text, possibly a name or a label, written in a stylized font.



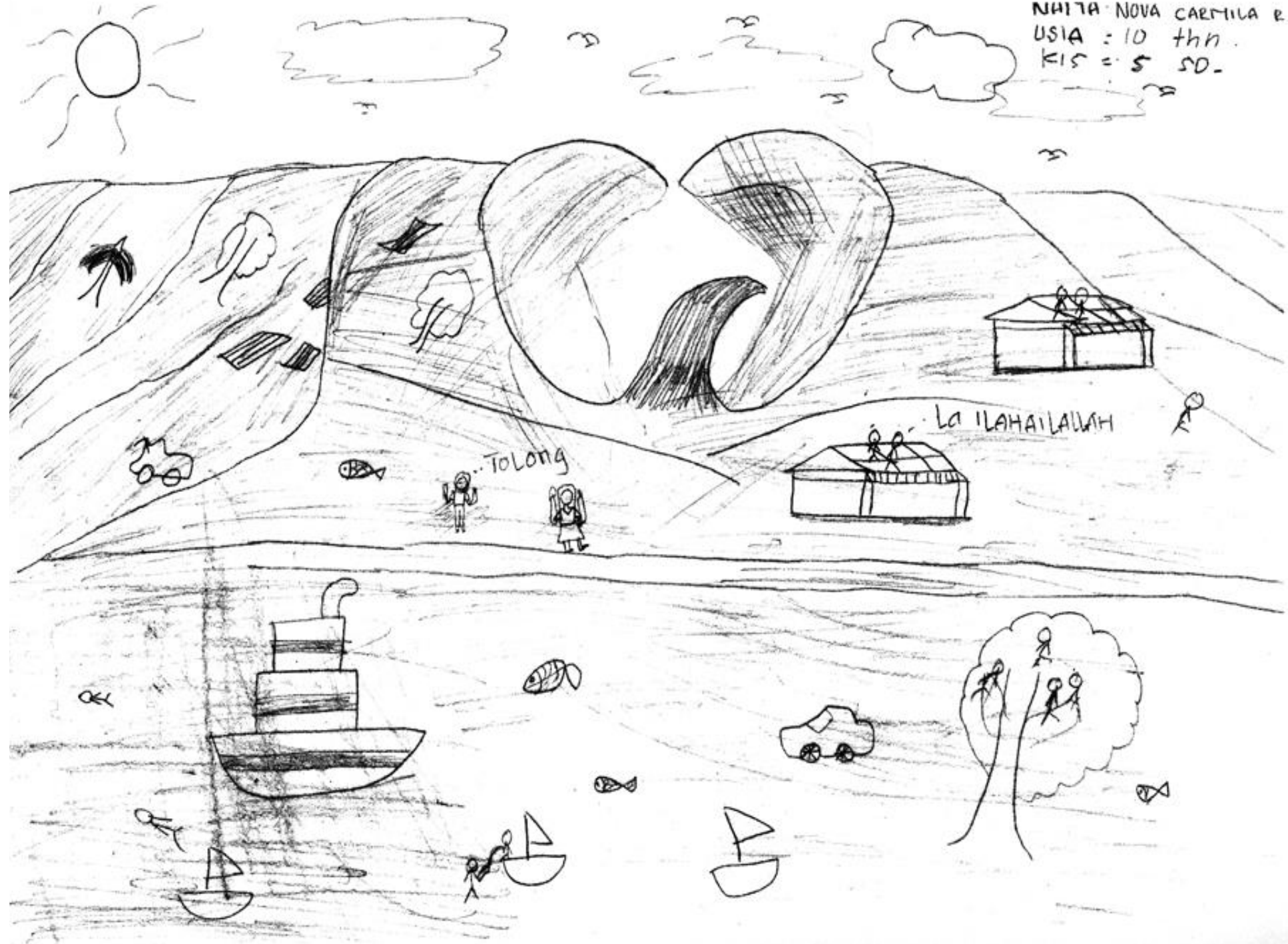
Handwritten text at the bottom of the page, possibly a signature or a date.

CANDRA
UMUR : 7 TAHUN

KORBAN SUNAMI



NAIITA NOVA CARMILA R.
USIA : 10 thn.
KIS = 5 SD.

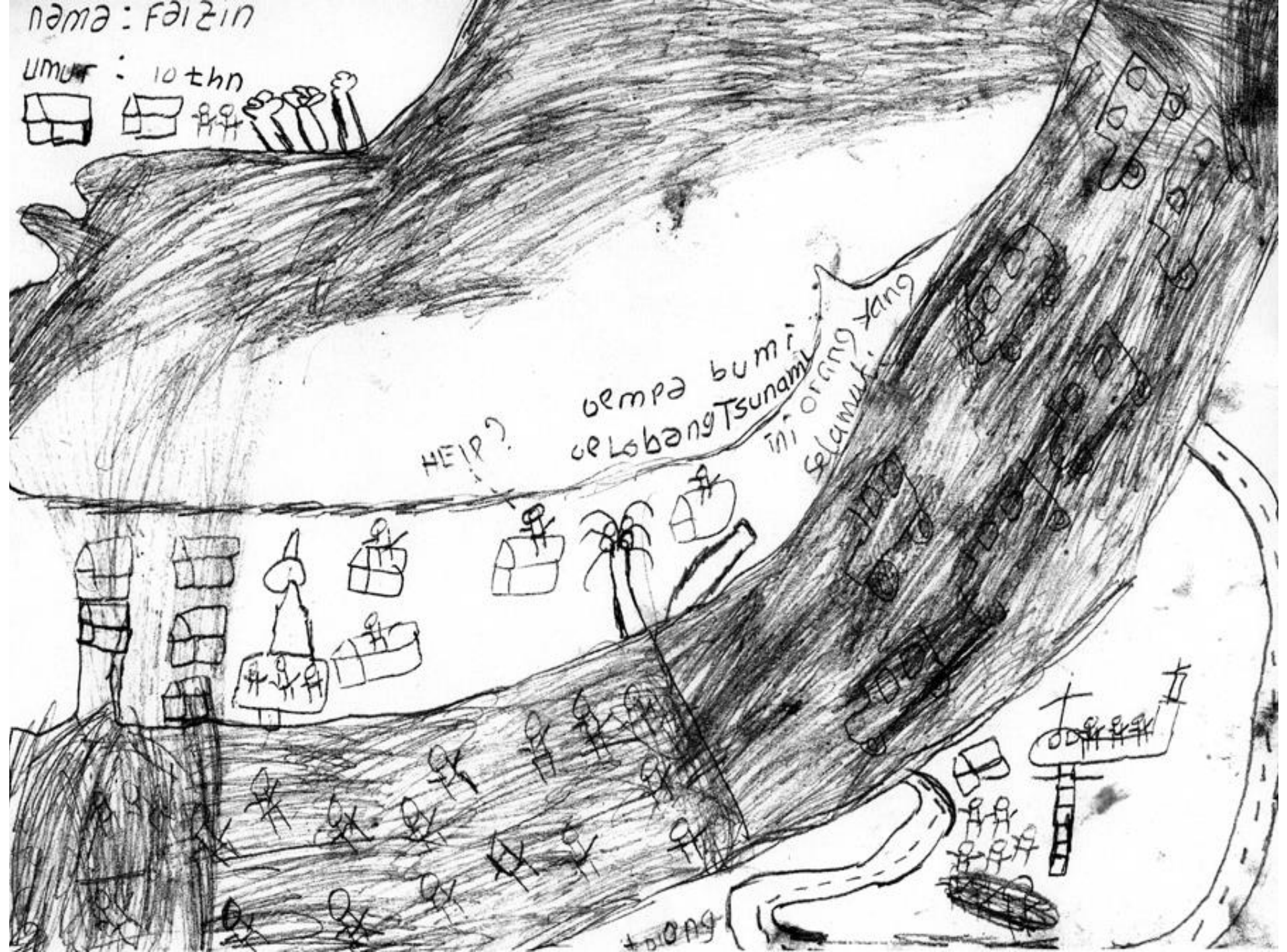
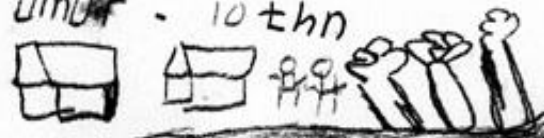


Uraian: ...
Uraian: 12/10 tahun
Gempa Tsunami



nama : FALZIN

UMUR : 10 thn



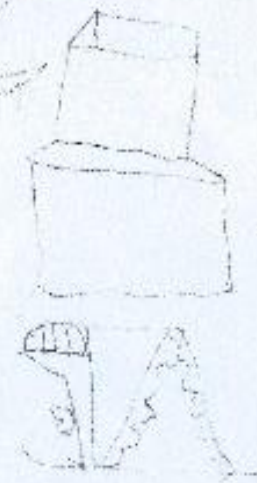
HELP?

tempat bumi
celebong tsunami
ini orang yang
selamat.

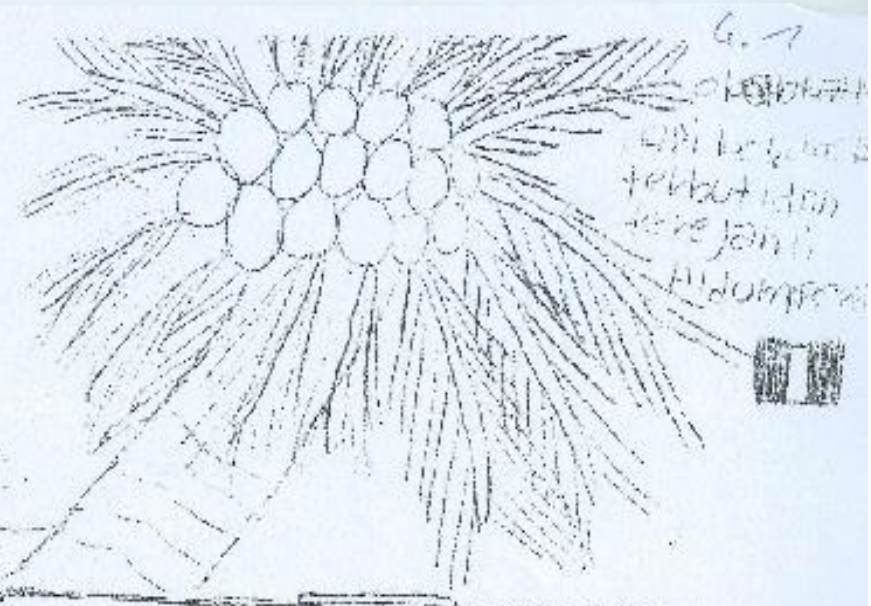
TRONG



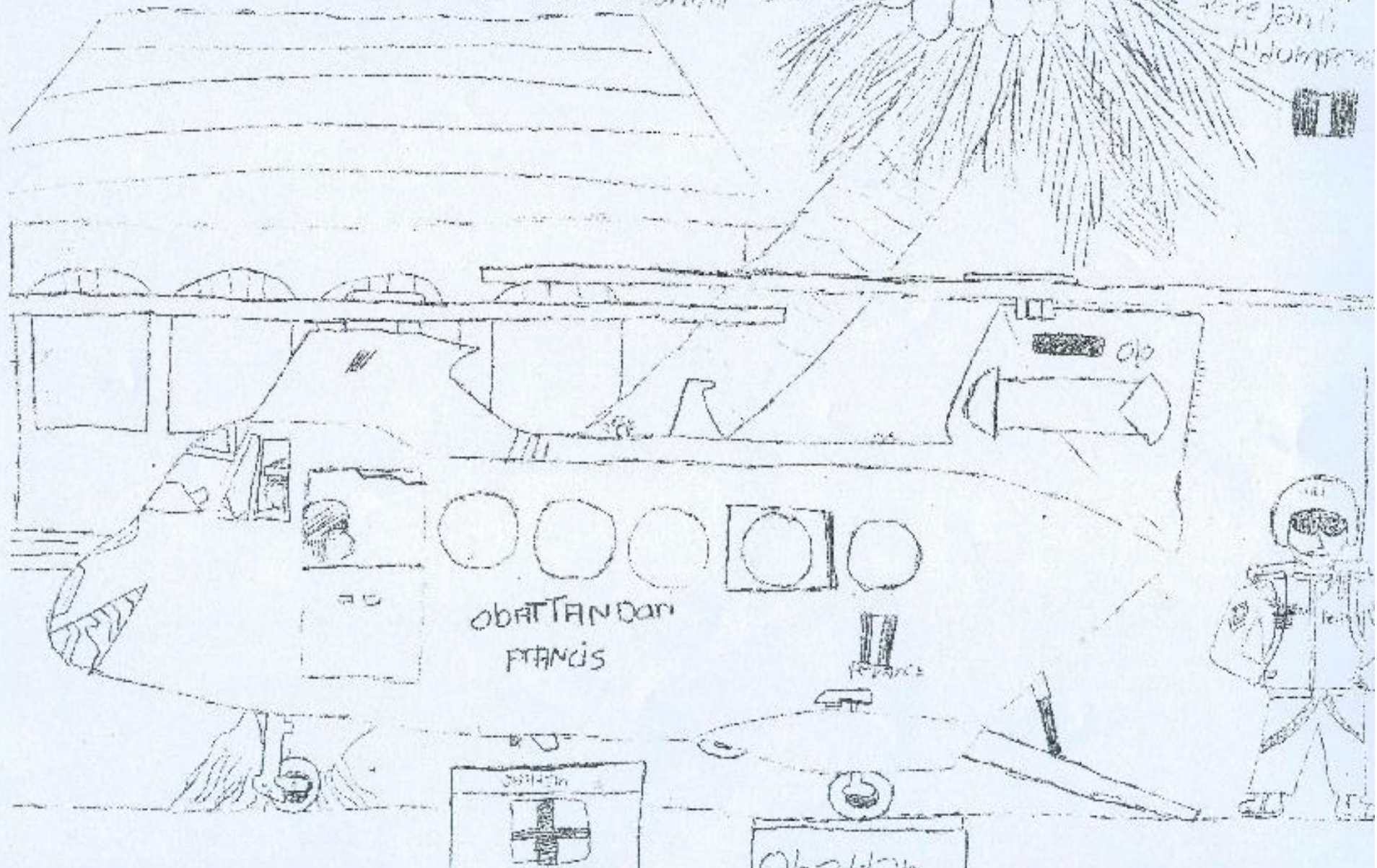
Pulutan. Kacampe
umur : 40 Thn



1. VARIO KEMEROGHAN
dan mengabdikan diri vanis dan obat
vita Genti Genti kumi dan ~~dan~~ Subur dan



G. 1
ok
di kembang
terbut idan
kore jani
hidup



Handwritten text at the top left of the page, possibly a title or date, which is mostly illegible.

5

