

COMPTE RENDU COLLOQUE SUR L'ÉTAT DE STRESS POST TRAUMATIQUE CHEZ LES MINEURS VICTIMES

organisé par l'Association Chrysallis Drôme le 20 septembre 2019 – Salle Jean Cocteau à Bourg de Péage

INTERVENANTE : Agnès GONNET – Psychologue clinicienne (intervenante auprès de l'IFTAC – Institut de formation et d'application des thérapies de communication à Lyon).

Dans un premier temps, il faut différencier deux types de stress :

- **Le stress adaptatif** : dans ce cas il est fonctionnel/salvateur
- **Le stress dépassé** : dans ce cas il est dysfonctionnel, l'enfant sort de sa fenêtre de tolérance ce qui va déclencher une **hyper-activation** ou une **hypo-activation**.

Le traumatisme correspond au bouleversement psychologique, à l'effraction des défenses psychiques, à la confrontation inopinée avec le réel de la mort (l'appareil psychique de la personne est intrusé, effracté, en une fraction de second elle est projetée loin dans le stress dépassé).

Lorsque le stress est dépassé, l'enfant va entrer dans un **trouble dissociatif** qui va se traduire soit par l'état **d'hyper-activation** qui peut s'identifier par cinq états (*PE paniquée, PE sidérée, PE de fuite, PE de combat, PE imitant l'agresseur*) soit par l'état d'hypo-activation (PE soumise, par exemple l'enfant s'évanoui).

Il faut savoir que l'attachement d'origine peut-être un facteur protecteur ou de risque du Trauma. *En effet :*

- **Lorsque l'attachement est sécure** : l'enfant va avoir confiance en l'adulte en cas de détresse et recherche de la proximité, il sera en capacité à recevoir de l'apaisement et à s'autoréguler.
- **Lorsque l'attachement est insécure évitant** : l'enfant ne va pas chercher de réconfort et d'interaction avec l'adulte, il va par exemple se focaliser sur un jouet/activité pour s'auto-réguler.

- **Lorsque l'attachement est inséculaire ambivalent/résistant** : l'enfant est ambivalent aux retrouvailles par exemple il se colle puis rejette, il sera difficilement réconfortable et a du mal à s'autoréguler.
- **Lorsque l'attachement est inséculaire désorganisé** : les parents sont impuissants-abdiquant, effrayés-effrayants ou négatifs-intrusifs. L'attachement est contradictoire ou la situation est sans résolution pour l'enfant car le niveau de stress est trop élevé. Échec des autorégulations émotionnelles et il sera en état de désespoir. Il y a un risque important de dissociation.

Madame Agnès GONNET nous a ensuite éclairés sur les symptômes à identifier pour conclure à un diagnostic de trauma. *Raquel Cohen a procédé à une classification des victimes :*

- **Victime primaire** : morts, blessé physique ou psychique, rescapés
- **Victime secondaire** : parents, endeuillés hors-site
- **Victime de 3^{ème} niveau** : sauveteurs, soignants, témoins
- **Victime de 4^{ème} niveau** : médias et décideurs
- **Victime de 5^{ème} niveau** : le public qui a souffert par empathie

Il existe deux types de traumas. Le premier est **l'histoire traumatique brève** : catastrophe naturelle ou acte criminel (agression, viol). Le second type concerne **les traumas répétés et intentionnels** : maltraitements physiques et sexuelle, carence de soin, négligence, situation de guerre, réfugié.

→ <http://traumapsy.com/Les-evenements-traumatogenes-par.html>

En cas de stress post traumatique, il y a deux priorités :

- **Assurer la sécurité dans le contexte de vie présent** (information préoccupante)
 - **Restauration de la fonction contenante des parents** car c'est dans un lien d'attachement que peut se faire la résilience. Il faut donc traiter d'abord les parents, si possible, pour qu'ils deviennent, ensuite, co-thérapeutes.
- <https://www.yapaka.be/campagne/campagne-la-dispute-des-parents-frappe-les-enfants>
- <https://www.yapaka.be/texte/texte-comment-aider-les-enfants-en-cas-devenement-tragique>
- <https://www.yapaka.be/texte/texte-lenfant-face-a-la-mort>

**CHEZ L'ENFANT EN ÉTAT DE STRESS POST-TRAUMATIQUE PLUSIEURS
SYMPTÔMES PEUVENT ALERTE :**

Le symptôme intrusif : la reviviscence

- L'enfant fait des cauchemars, fait des jeux avec des répétitions compulsives, rejoue la situation traumatique, le jeu est moins élaboré et moins imaginatif qu'avant, souvenirs intrusifs, moment d'absence et des flashbacks.

Le symptôme d'évitement :

- Manque d'élan vital l'enfant est introverti, il a peu d'expression des émotions, moins de jeu, baisse de l'intérêt, évitement de la relation humaine au profit de plus d'activités avec les objets ou encore régression dans certains secteurs du développement comme le langage ou la propreté.

Le symptôme d'activation et de réactivité perturbés :

- L'enfant est irritable, en colère voire en crise de rage, il peut avoir des problèmes de sommeil, de somnambulisme, de la maniaquerie, des rituels, une diminution d'attention et de concentration, baisse des performances scolaires ou encore une hyper-activation, une hypervigilance au danger, réaction de sursaut excessives.

Le symptôme de nouvelles peurs ou de trouble du comportement :

- L'enfant a peur d'aller aux toilettes, peur des étrangers, il développe de nouvelles phobies et des crises d'angoisses ou encore des nouveaux comportements agressifs, impulsifs ou sexuels (exhibition, masturbation compulsive, mise en danger ou passage à l'acte).

Observation des symptômes pendant le jeu :

- L'enfant rejoue le trauma de façon répété, il a moins d'imagination, utilise moins de jeu, des thèmes de destructions, il rejoue ses cauchemars.
- Il éprouve de la détresse, des peurs, angoisse de séparation, honte ou culpabilité, agressivité, retrait et manque de vitalité.
- Il a des difficultés de concentration, des questions répétitives, une hyperactivation avec des réactions de sursauts excessives, il est parfois sidéré, a des moments d'absences et des comportements régressifs.

Évolution de l'Etat de Stress Post Traumatique (ESPT) :

Les complications et comorbidités : trouble anxieux, dépression, TS ou suicide, addictions, boulimie, trouble de l'attention, trouble psychosomatique, baisse des résultats scolaires et orientation négative de la trajectoire psycho-sociale.

Changement dans la personnalité :

Il y a un « avant » et un « après », un changement des relations humaines :

- **Avec soi-même** : insécurité, honte, culpabilité, perte d'estime de soi, sentiment d'impuissance ou de vide intérieur
- **Avec les autres, atteinte du système d'attachement** : retrait émotionnel, irritabilité, méfiance, agressivité, sentiment d'être incompris.
- **Avec le monde** : perte de sécurité de base, choc de la réalité de la mort, perte d'espoir, impression d'un avenir bouché.

Ce qui permet la résilience :

Être dans un attachement sûr qui permet d'apaiser l'émotion puis de donner du sens dans un récit.

→ <https://www.yapaka.be/video/video-il-y-a-resilience-et-resilience>

Problèmes de régulation des affects :

Attaque de panique, agressivité contre soi-même/les autres, faible capacité à s'auto-apaiser, méthode auto-destructrice pour contrôler les émotions (drogue, alcool, scarification, TS, comportement à risque). Installation d'alternatives pour se stabiliser ou bien engourdissement émotionnel (tristesse, désespoir, perte des références).

Problème avec les relations :

Attitude de méfiance, construire la confiance prend du temps, l'image de soi abimée, honte, culpabilité, sentiment d'être sale, d'impuissance, de solitude.

Il y a une identification et une idéalisation de l'agresseur avec le risque de la remise en acte de comportements agressifs et un risque de re-victimisation. On assiste à des comportements à risques avec la difficulté à ajuster la distance sexuelle.

Problèmes avec les souvenirs traumatiques :

Troubles de la conscience, amnésie, épisodes dissociatifs, passage d'un état de la personnalité à un autre, plaintes somatiques et peur des maladies. Il peut y avoir un trouble dissociatif de l'identité.

→ <https://www.youtube.com/watch?v=WuzUO697Iw8>

2018 – MIPROF – Parole d'experts – Muriel Salmona : les conséquences psycho-traumatiques des violences : la sidération, la dissociation, la mémoire.

La troisième partie du colloque porte sur l'accompagnement des enfants en état de stress post-traumatique. L'objectif est de permettre un accompagnement plus efficient et adapté à un enfant mineur victime. Madame Agnès GONNET a présenté différents courants d'accompagnement.

Les principales approches thérapeutiques psychologique :

La psychothérapie intégrative : *La Psychothérapie Intégrative inclut une attitude envers la pratique de la psychothérapie qui affirme la valeur inhérente de chaque individu. C'est une psychothérapie unifiante qui répond de façon appropriée et effective à la personne sur les niveaux de fonctionnement affectif, comportemental, cognitif et physiologique et adresse également la dimension spirituelle de la vie.*

Elle tient compte de beaucoup de façons d'approcher le fonctionnement humain : thérapie psycho-dynamique (Mélanie Klein), centrées sur le client (Carl Rogers), comportementales, cognitives, familiales systémique (Ecole de Palo ALTO), Gestalt thérapie, psychothérapie corporelle, hypnothérapie Eriksonnienne, EMDR, self-psychologie psychanalytique, ...

Chacune de ces approches fournit une explication partielle du comportement et chacune est renforcée lorsqu'elle est ponctuellement intégrée en continuité avec d'autres aspects de l'approche du thérapeute.

Le premier type d'accompagnement est le passage par le corps :

- Sport, Yoga, Relaxation, Sophrologie, EFT, QI GONG,
- Respiration abdominale diaphragmatique (cohérence cardiaque)
- L'énergétique chinoise (acupuncture, le Tui Na, Qi Gong, diététique chinoise, la Pharmacopée de plante chinoises)
- L'utilisation du dialogue intérieur (entre hypnose et énergétique chinoise) : utilisation de l'EFT

<https://www.eftunivers.com/apprendre-en-ligne/>

- Le passage par le pré conscient (hypnose Ericksonnienne) :

<https://www.psychologies.com/Therapies/Toutes-les-therapies/Therapies-breves/Articles-et-Dossiers/Methode-L-hypnose-ericksonnienne>

- Travail d'élaboration cognitive et émotionnelle : apprentissage de la communication non-violente : autoanalyse basé sur OSBD : Observer, dire son Sentiment, exprimer son Besoin et Demander.

<https://papapositive.fr/bonhomme-osbd-apprendre-cnv-parents-enfants/>

Un autre type d'accompagne l'EMDR :

Madame Agnès GONNET a présenté le protocole EMDR (**eye movement desensitization and reprocessing** c'est-à-dire désensibilisation et retraitement par les mouvements oculaires).

Pour traiter, le traitement par la parole ne suffit pas, nous devons réactiver ce réseau de souvenirs tout en restant dans la fenêtre de tolérance émotionnelle.

La thérapie EMDR se découpe en 8 phases ; histoire du patient, préparation, évaluation, désensibilisation, installation, scanner du corps, clôture et réévaluation.

Pour les enfants ayant un symptôme de stress post-traumatique complexe, l'EMDR se pratique de la manière suivante. Le protocole commence par une **préparation en individuel** qui correspond à utiliser les parents comme co-thérapeutes (tuteur de résilience la plupart du temps), vérifier la sécurité dans la vie réelle (absence de re-traumatisme, contexte social et relationnel stable), renforcement des ressources de gestion de l'angoisse (lieu sûr, cohérence cardiaque) et donner un maximum de contrôle au patient (explications, signal d'arrêt).

Ensuite, il faut procéder à **l'évaluation de la situation** par des images, cognition négative ou positive, la quantification de VOC, de l'émotion et des sensations physiques.

Après cette phase, la suivante est **la désensibilisation et l'installation**. L'objectif est de déminer le souvenir traumatique de sa charge émotionnelle et le resituer dans la ligne de temps ainsi que restaurer un « sens de soi » positif pour relancer une spirale positive de relations et réalisations.

La dernière étape est le **scanner du corps, la clôture** (procédure inspirée de l'hypnose où on va faire attention aux rêves et réactions émotionnelles) et **la réévaluation**.

→ <http://www.emdr-france.org/>

→ <http://www.ch-le-vinatier.fr/orspere-samdarra/rhizome/anciens-numeros/rhizome-n69-70-soigner-le-traumatisme-decembre-2018-2414.html>

REFERENCES Vie affective et sexuelle -- Violences

Site

<http://lemondeatraversunregard.org/qui-sommes-nous/>

<http://www.yapaka.be/video/video-il-y-a-resilience-et-resilience>

<http://www.yapaka.be/campagne/campagne-la-dispute-des-parents-frappe-les-enfantsvideo>

2018 - MIPROF - Paroles d'experts - Muriel Salmona Convert & Ajoutée le 23 nov. 2018 Les conséquences psycho-traumatiques des violences : la sidération, la dissociation, la mémoire

<https://www.youtube.com/watch?v=WuzUO697Iw8&list=WL&index=2&t=0shttps%3A%2F%2Fwww.facebook.com>

Livres à destinations des enfants (moins de 12 ans) à propos de la violence

Te laisse pas faire ! : Les abus sexuels expliqués aux enfants [Broché] – de Jocelyne Robert - Les Editions de l'Homme

Respecte mon corps de Dr Catherine Dolto, Colline Faure-Poirée, Frédérick Mansot – Edition : Gallimard Jeunesse Giboulées

Ça fait mal la violence Dr Catherine Dolto, Gallimard jeunesse

Lili a été suivie-ainsi va la vie- Dominique de saint Mars-Serge Bloch CALLIGRAM-

Pour les professionnels, Lien entre type d'attachement, intensité du traumatisme et dissociation

Livre l'attachement un lien vital Nicole Guedeney

Livre Gérer la dissociation d'origine traumatique Suzette Boon , Kargy Steele

Famille et résilience Michel Delage , Boris Cyrulnik

Livre les 40 questions Dr Muriel Salmona

Livre Violence et abus sexuels dans la famille Reynaldo Perrone

La sexualité des enfants expliquée aux parents (Frédérique Saint-Pierre) – Edition CHU Ste Justine

La résilience Boris Cyrulnik

Placement

Pascal Papet livre = double-jeu ou you tube émission mille et une vie

Galurin et Mélusine sont placés en famille d'accueil ; Anne sophie Jahi-Saliba et Jekill

Ma vie de courgette ; la BD ; le film d'animation Claude Barras

Sites intéressant et protection internet:

www.atfalouna.gov.lb www.microsoft.com/protect www.getwise.org

www.staysafe.org www.connectsafely.org www.generationcyb.net www.foruminternet.org

<http://www.sexandu.ca/fr/>

www.apprivoiserlesecrans.com/ La règle de 3, 6, 9, 12 Serge Tisseron

http://www.grandlyon.com/fileadmin/user_upload/media/pdf/famille/20160509_gl_gp_enfants_ecrans.pdf

Facebook Dr Kpote

<https://www.causette.fr/le-mag/#>

www.onsexprime.fr <http://premierespages.fr/>

http://inpes.santepubliquefrance.fr/CFESBases/catalogue/rech_doc.asp

<http://www.bdsp.ehesp.fr/>

<http://www.rhonealpes.fr/996-pass-contraception-prevention.htm>

<http://www.yapaka.be/contenu?type=publication>

<http://www.ecoledesloisirs.fr/livre/dedans-il-y-a>

Film quand on a 17 ans = Techine , Son nouveau film témoigne de cette tentation sans suite.
Violence et harcèlement en milieu scolaire, honte sociale et désirs troubles scandent l'histoire de Damien. ---Starbuck David Wozniak est un adulte peu responsable qui découvre, ayant été donneur de sperme, qu'il est le géniteur de 533 enfants – le péril jeune -
Puis http://www.liberation.fr/Societe/2014/01/28/non-vos-enfants-ne-devront-pas-se-masturber-a-la-maternelle_976035

Et l'explication de cet intervenant en milieu scolaire est éclairant :

https://m.facebook.com/story.php?story_fbid=1523948927644475&substory_index=0&id=104094682963247

AISPAS association de prévention

COMMENT PARLER DE VIE AFFECTIVE ET SEXUELLE :

- **Stade d'identification précoce: 3-7 ans**

DVD adaptés pour les enfants = Le Bonheur de la vie-Folimage- à partir de 3 ans

1. Mon corps, mon genre = les livres

Max et Lili veulent tout savoir sur les bébés [Cartonné] de Dominique de Saint Mars , Serge Bloch - Editeur : Calligram - Collection : Ainsi va la vie

Le parcours de Paulo ; Nicholas Allan ; Kaléidoscope, www.ecoledesloisirs.fr

Graine de Bébé ; Thierry Lenain Serge Bloch, Album Nathan, <http://www.ricochet-jeunes.org>

2. Mes ressentis, Emotions, mon coeur qui dit oui/ non

Relaxation CD 5-10ans Eline Snel calme et tranquille comme une grenouille

3. Communiquer

Secret, intimidation

Les personnes de confiance

4. Se protéger si possible, apprendre à dire NON

Exemple d'exercice sur ces 4 thèmes = Sélection Jeunesse et sexualité –

- **Période de latence 7-10 ans**

1. Mon corps , mon genre = les livres

La puberté les transformations (dans Sélection Jeunesse et sexualité -)

Jeux De Societe - Jeux enfants - Titeuf Zizi Sexuel Le Jeu de Lansay (amazon)

Livre Le guide du zizi sexuel de Hélène Bruller (Auteur), ZEP (Illustrations)

2. Mes ressentis

Emotions, mon coeur qui dit oui/ non (Livre Dr Catherine Dolto la honte la colère)

Relaxation CD 5-10ans Eline Snel calme et tranquille comme une grenouille

3. Communiquer

Secret, intimidation, Les personnes de confiance Exemple Livre Lili a été suivie

4. Se protéger si possible

Exemple de matériel d'animation sur ces 4 thèmes :

Permis et règles (dans Sélection Jeunesse et sexualité -)

Vidéo (dans Sélection Jeunesse et sexualité -)

Film de You tube mon corps c'est mon corps 1993 l'intégral

BD que faire en cas d'agression sexuelle AISPAS 2008

- **La préadolescence (10-12ans)**

1. Mon corps, mon genre = les livres

La puberté (dans Sélection Jeunesse et sexualité -)

2. Mes ressentis

Emotions You tube film Vice versa,

3. Communiquer

CNV Livre Marshall B Rosenberg , éditions Jouvence les clés de la CNV Elever nos enfants avec bienveillance

4. Se protéger si possible

Exemple de matériel d'animation sur ces 4 thèmes :

Vidéo ça derap' AISPAS 1998

Documents puberté 1 2 3 à destination des intervenants et CNV et Hyper sexualisation

- **Adolescence**

1. Mon corps, mon genre

Le corps [Broché] – de Cathy Franco, Emilie Beaumont - Edition : Fleurus - Collection : Pourquoi Comment

2. Mes ressentis

Relaxation CD 12-19 ans Eline Snel Respirez, la méditation pour les parents et les ados

3. Communiquer CNV

Documents à destination des intervenants CNV

prévention Yapaka

4. Se protéger si possible

Vidéo et même si AISPAS 2001

Dans You Tube Cohérence Cardiaque – Mind Fullness –

Livre Christophe Andre (livre MBSR de C Andre)-

android = <https://www.petitbambou.com/> pour apprendre et pratiquer la méditation

Isabelle Filliozat = Au coeur des émotions de l'enfant va permettre aux adultes et prioritairement aux parents d'accompagner l'enfant lors de ses crises, de l'écouter et de mieux le comprendre.

Art-mella = Emotions enquête et mode d'emploi

Compte rendu rédigé par Héloïse MALSERT (service civique pour l'association CHRYSALLIS DROME, année 2019/2020).