



1er Congrès National de l'Association EMDR France
EMDR , interventions de crise et attachement
Samedi 19 novembre 2016, Lyon

Interventions de crise et traumatismes vicariants Des impliqués aux personnels soignants

Nicolas DESBIENDRAS, psychologue, Toulouse

Martine IRACANE COSTE , psychologue, Aix en Provence

Plan de l'intervention

I. ESA / PTSD

Résumé clinique

II. Le retraitement EMDR des traumas aigus

A. Les EEI: Early EMDR Interventions

B. Pourquoi des protocoles spécialisés EEI ?

III. Le traumatisme vicariant

A. Définitions et dénominations

B. Clinique

C. Spécificités du vicariant en EMDR

IV. Prendre soin de soi en tant que thérapeute EMDR

© N. Desbiendras

I. ESA / ESPT

Résumé clinique



© N. Desbiendras

ESA: critères diagnostiques

Critère A

Anxiété caractéristique

Critère B (3 mini)

- Émoussement émotionnel
- Réduction de la conscience de son environnement
- Déréalisation
- Dépersonnalisation
- Amnésie dissociative

Critère C

Reviviscences

Critère D

Évitement

Critère E

Hyperéveil.

Critère F

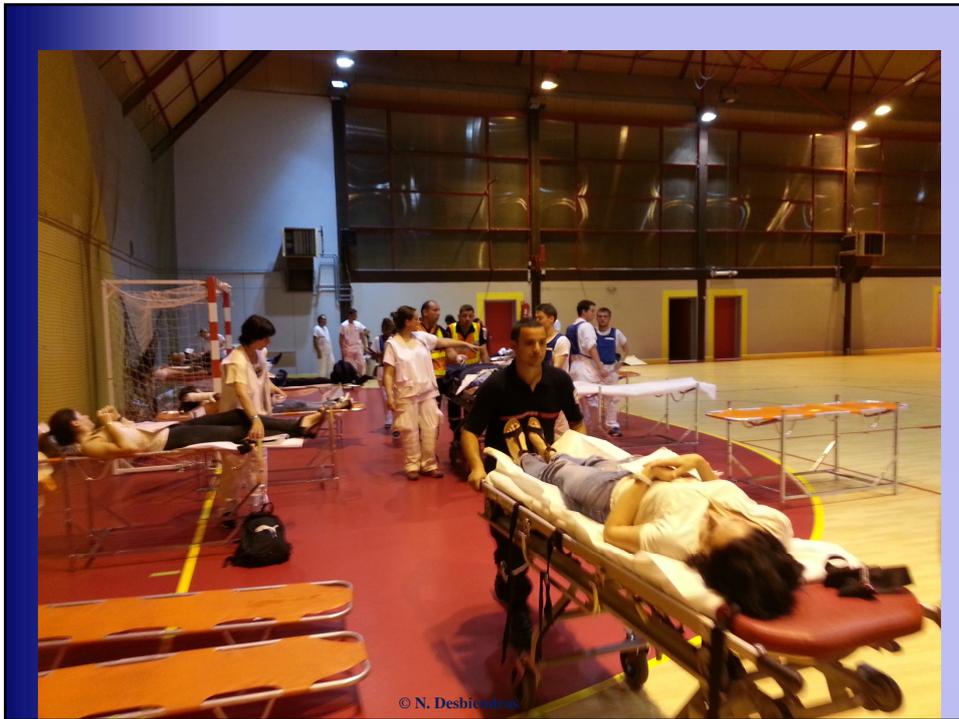
Altération de la qualité de vie

Critère G

Dure au-delà de 2 jours



© N. Desbiendras

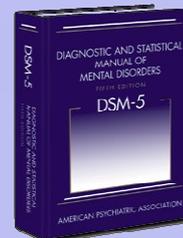


PTSD: DSM – V

American Psychiatric Association. (2013) *Diagnostic and statistical manual of mental disorders*, (5th ed.). Washington, DC: Author.

- Critère A : Stresseur
- Critère B : **Symptômes intrusifs**
- Critère C : **Évitement**
- Critère D : **Altération négative des cognitions et de l'humeur**
- Critère E : **Altération de la vigilance et de la réactivité**
- Critère F : Durée
- Critère G : Fonctionnement au quotidien
- Critère H : Exclusion de facteur médicamenteux

- NB: sous-type préscolaire pour enfants de 6 ans et moins



DSM-5
2013

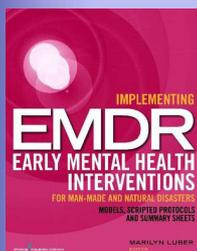
II. Le retraitement EMDR des traumas aigus



© N. Desbiendras

A. Les EEI: « Early EMDR Interventions »

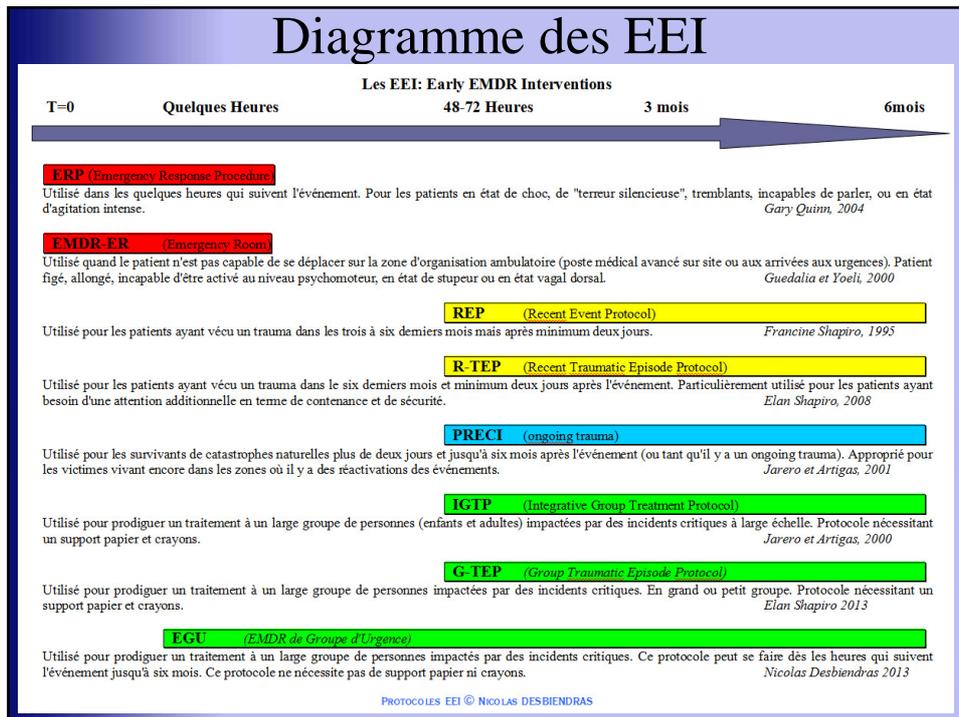
- Il existe de nombreux protocoles EMDR spécialisés : LUBER Marilyn
- Dans le domaine de l'urgence il existe les protocoles des EEI : Early EMDR Intervention.
- A chaque protocole EEI correspond un temps ou des indications d'interventions.



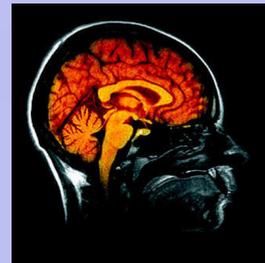
Implementing EMDR Early Mental Health Interventions for Man-made and Natural Disasters: Models, Scripted Protocols and Summary Sheets.

Marilyn LUBER

© N. Desbiendras

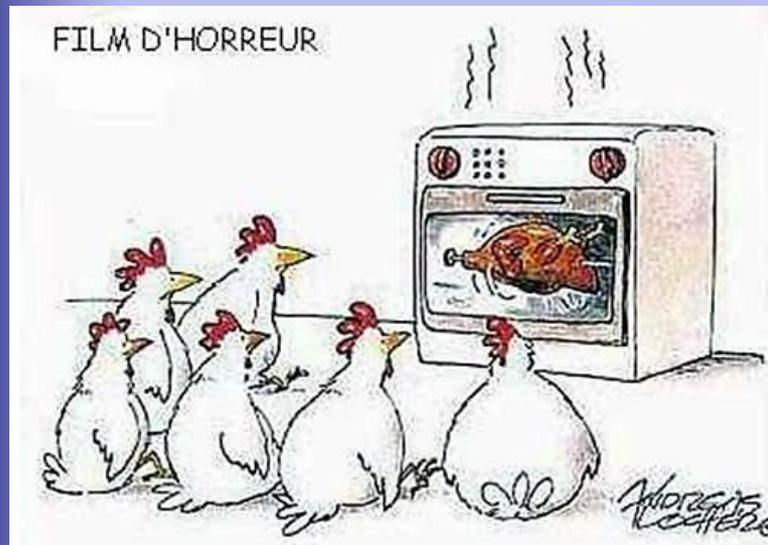


B. Pourquoi des protocoles spécialisés EEI ?



- 1- La neuroplasticité
- 2- Aspect multi-fragmentaire du souvenir

III. Le traumatisme vicariant



A. Définitions et dénominations

© M. Iracane

Cadre : référence au DSM 5

- Personne exposée à la mort ou à une menace de mort, à une blessure grave ou à des violences sexuelles
- Exposition directe à l'événement ou témoin
 - Exposition à une situation extrême versus exposition répétitives à de situations aversives ;
 - **Le DSM-5 intègre également la traumatisation vicariante**
 - (confrontation et exposition lors des activités professionnelles)

© M. Iracane

Définitions

- **Pearlman et Maclan (1995)** «des changements profonds subis par le thérapeute ou le travailleur qui établit des rapports d'empathie avec les survivants de traumatismes et est exposé à leurs expériences».
- **Charles Figley (1995)** « La fatigue de compassion est un syndrome d'épuisement dans lequel le stress traumatique est transmis des victimes aux intervenants »
- **Saakvitne et Pearlman, (1996) : le traumatisme vicariant** est l'apparition
« de changements cumulatifs qui surviennent chez le travailleur qui intervient auprès de survivants d'incidents traumatiques».

© M. Iracane

Dénomination selon les différents auteurs

- Fatigue de compassion : empathie, contagion émotionnelle, réponse empathique
 - Usure de compassion : charges cumulatives
 - Stress du vicariant
 - Traumatisme vicariant : effraction et contagion émotionnelle
-
- Dans tous les cas il s'agit d'un **stress traumatique secondaire**

© M. Iracane

Les manifestations symptomatiques communes à l'épuisement émotionnel et au traumatisme vicariant

- L'hyperréactivité émotionnelle
 - Perte de la bonne distance émotionnelle
 - Sentiment d'impuissance face aux problématiques du patient
 - Impacts au niveau de l'équilibre relationnel dans la vie privée et la vie professionnelle
 - Schémas cognitifs et références spirituelles modifiées
-
- **Ecllosion des symptômes post traumatiques** : symptômes + symptômes – . Activation neurovégétative/ déclencheurs et dégradation de l'humeur associée marquent la **traumatisation vicariante**

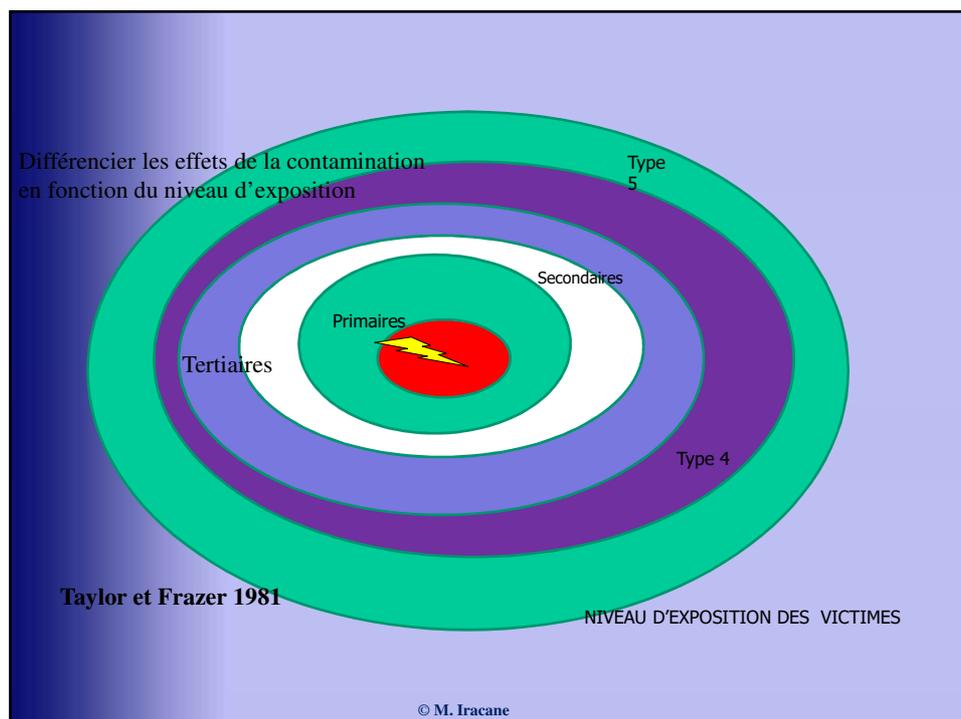
© M. Iracane

Burnout	Trauma vicariant
<ul style="list-style-type: none"> • Stress psychologique venant du travail avec des patients. • Sentiment personnel d'être surchargé par la chronicité et la complexité des problèmes des patients. • Évolue graduellement, vers un épuisement émotionnel. 	<ul style="list-style-type: none"> • Réaction traumatique face à une information spécifique donnée par le patient. • Réaction venant de l'expérience traumatique spécifique du patient. • Habituellement débute subitement.

© N. Desbiendras

Le thérapeute dans les différents contextes violentogènes et traumatiques
<ul style="list-style-type: none"> • Intervention en urgence in situ dans le cas de traumatismes aigus : CUMP • Intervention EMDR pour réduire les symptômes en post urgence ESA et ESPT aigu ou chronique • Thérapie EMDR intégrative des traumatismes complexes avec troubles dissociatifs

© M. Iracane



Le trauma vicariant dans la traumatisation secondaire

- Intervenants de première ligne dans la pratique des premiers secours : victimes dans la phase d'urgence et de crise en immédiat
- Victimes violemment impactées et/ou endeuillées
- Expls : les sauveteurs, les infirmiers et psy de l'urgence
- Charges émotionnelles liées aux différents états de stress dépassé
- Dissociations péri traumatiques



La trauma vicariant dans la traumatisation tertiaire



- Les professionnels intervenant dans un temps T2 différé
: les psys ne sont pas témoins directs
- Les victimes rentrent dans la phase de récupération émotionnelle
- Les mémoires traumatiques sont cependant encapsulées dans leur forme d'origine
- **Place du travail avec les patients traumatisés complexes avec tbs dissociatifs**

© M. Iracane

Traumatisation secondaire et tertiaire : un point de convergence dans leur étiologie

- Facteurs de personnalité de l'intervenant
- Facteurs professionnels (organisation, charge de travail...)
- Facteurs évènementiels

© M. Iracane

Clinique du traumatisme vicariant

- Identification aux victimes par le lien d'attachement
- Messages non verbaux du patients
- Compassion et empathie excessives
- Effraction

© M. Iracane

C. Spécificité du vicariant dans le traitement EMDR des traumas aigus



© N. Desbiendras

Ce qui semble évident

- Les abréactions: nos neurones miroirs réagissent en réponse à la souffrance des autres.



Travailler avec des traumatismes aigus peut amener au burnout et au traumatisme vicariant.

© N. Desbiendras

- Les récits étonnants, affreux, incroyables et difficiles à croire peuvent bouleverser notre vision du monde :

Certains de mes supervisés peuvent tenir ce discours:

- « Je ne m’imaginai pas que cela pouvait arriver... »
- « C’est incroyable ce qu’il a vécu ... »
- « Ce patient n’a vraiment pas eu de chances... »
- « Il a morflé celui là... »

C’est le signal indiquant que la vision du monde du thérapeute peut être bouleversé.

© N. Desbiendras

Ce qui est moins évident (dont on ne se méfie pas ...)

- Phase III de la thérapie EMDR:
 - « *Quelle est l'image qui vous vient et qui représente l'instant le plus perturbant ?* »



L'image la pire est:

Impactante

En hypermnésie (détaillée)

© N. Desbiendras

- Les tissages cognitifs:

Comment dépasser le blocage chez le patient et imiter un processus qui aurait dû se faire naturellement ?

- Projection et identification au problème du patient pour trouver la solution au blocage

« On se met dans ses chaussures »



© N. Desbiendras

L'accumulation des mémoires traumatiques

- TAI: les réseaux de mémoires stockés de manière dysfonctionnelle se rassemblent en **CLUSTERS**:
 - Peut on parler de cluster vicariant ?



© N. Desbiendras

Notes importantes

- Nous sommes tous impactés au niveau sociétal par les attentats terroristes:
 - *École Ozar Hatorah*
 - *Charlie Hebdo et hyper casher*
 - *Bataclan et terrasses*
 - *Promenade des Anglais à Nice*
- Exemple, durant mes formations aux interventions EMDR de groupe:
 - Nombreuses abréactions durant les practicums sur les actes terroristes.

© N. Desbiendras

IV. Prendre soin de soi en tant que thérapeute EMDR



© N. Desbiendras

Facteurs de protection

- Sentiment d'utilité et d'action réparatrice possible auprès des victimes
- Réconfort
(hiérarchie , ressources humaines encadrement)
- Présence et soutien social des proches , du groupe de pairs
- Participer aux étapes de la reconnaissance du deuil



© M. Iracane

La prévention du trauma vicariant



La force du groupe

- Le désamorçage ou defusing
- Partage des charges émotionnelles
- Renforcer l'aide réciproque et la cohésion du groupe
- Les EEI et GTEP pour les intervenants ASAP



© M. Iracane

La prévention du trauma vicariant

- Identification et repérage des troubles : psycho éducation du thérapeute
- Respect de ses limites : heures de présences sur le temps d'urgence
- Organisation des plannings de travail
- Temps d'analyse de la pratique , de covision et de supervision



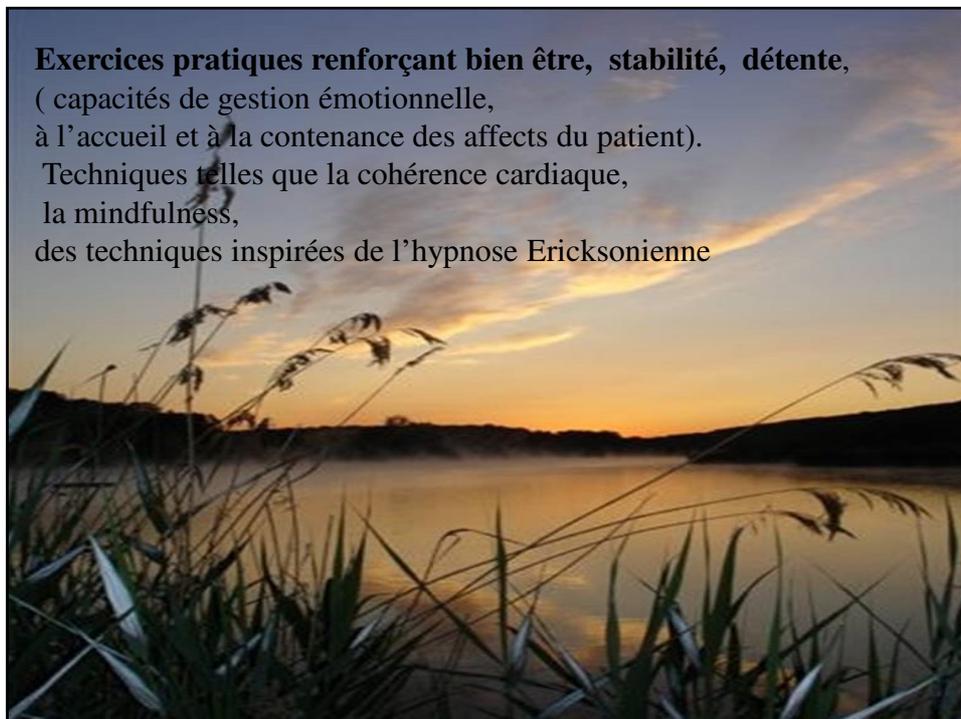
© M. Iracane

La place de la supervision dans la prévention de la traumatisation vicariante

- Soutien régulier et du réconfort
- Elaboration plus ajustée des problématiques
- Distanciation émotionnelle
- Décontamination émotionnelle
- Renforce la prise de conscience

© M. Iracane

Exercices pratiques renforçant bien être, stabilité, détente,
(capacités de gestion émotionnelle,
à l'accueil et à la contenance des affects du patient).
Techniques telles que la cohérence cardiaque,
la mindfulness,
des techniques inspirées de l'hypnose Ericksonienne



Le traitement du trauma vicariant

- Travail sur les ressources du thérapeute
- Techniques de stabilisation psychologique du thérapeute
- Décontaminer les scènes vécues les plus perturbantes
ERP de Quinn REP ou RTEP **en fonction de la temporalité**
- Consentement éclairé si besoin d'investigation des contenus traumatiques plus intimes



© M. Iracane

- Les « Self-Care protocols » / se faire suivre.
- Avoir des loisirs et du lien social
- Avoir une **VIE** en dehors du domaine professionnel



© N. Desbiendras

Prendre soin de soi en tant que thérapeute EMDR

- Protocole EMDR de soin personnel
 - « Self-Care Protocol » Neal Daniels
EMDR Scripted Protocols: Basic and Special Situations ©
Springer Publishing Company, Marilyn Luber
- Questionnaire d'auto vigilance
 - Mark Dworkin
EMDR Scripted Protocols: Basic and Special Situations ©
Springer Publishing Company, Marilyn Luber
- Traduction en français:
 - <http://desbiendras.eklablog.com>

© N. Desbiendras



- « The EMDR GTEP as a self-care Protocol »

article d'Isabelle Martin, 2016

EMDR G-TEP:

EMDR Group Traumatic Episode Protocol

Elan Shapiro, 2015

© N. Desbiendras

Exemple d'un T. Vicariant que j'ai vécu.

- Une victime des attentats terroristes du Bataclan de novembre 2015 demandait :
 - «Qu'est-ce que fait réellement une balle quand elle traverse un corps humain ? »
- École militaire:
 - un militaire lui a répondu...
 - ... et il me l'a dit



© N. Desbiendras

- La réponse vous intéresse ?
 - Attention à la curiosité morbide !
- C'est humain, tout le monde ressent cela
 - Exemple: ralentissements sur les autoroutes aux abords d'un accident



© N. Desbiendras

En tant que thérapeutes soignant des patients souffrant des traumatismes aigus, voir intervenant de l'urgence post-traumatique, nous devons travailler sur nous et dépasser la curiosité.

Sinon le risque sera d'être traumatisé par la réponse à ces questions:

Syndrome de la GORGONE.



© N. Desbiendras