

Hypnose & Thérapies brèves. Hors-Série n° 18.

Psychotraumatisme

Comprendre, désensibiliser, revivre

Merci à **Emmanuel Malphettes** d'avoir dirigé ce hors-série d'une très grande qualité sur le psychotrauma : chacun pourra comprendre la manière dont l'hypnose et les thérapies brèves sont des ressources essentielles pour déconstruire la force des histoires traumatiques.

Hélène Dellucci, formatrice à EMDR Europe et spécialiste en thérapie brève centrée compétences nous fait partager son expérience de prise en charge des traumas complexes. Elle montre comment l'utilisation de la « greffe » d'une valeur appartenant à une figure symbolique permet de recréer des liens vivants, pour que le sujet retrouve une capacité à faire face au vide identitaire. Si l'EMDR classique est bien adapté à la prise en charge du stress post-traumatique, dans les traumas complexes la reconnexion à une relation vivante est indispensable avant un travail de désensibilisation.

Roberta Milanese, spécialiste de thérapie brève stratégique, nous présente la technique du "roman du traumatisme" pour bloquer les tentatives de solutions (essayer d'oublier le trauma, éviter les situations associées au trauma, demander aide et réconfort) qui maintiennent le pouvoir du trauma dans la vie des personnes victimes de stress post-traumatique. Cette technique nécessite l'installation préalable d'une relation de coopération entre le client et le thérapeute. En cas de trauma complexe, le roman du trauma doit être associé au blocage des tentatives de solution des troubles associés (phobie, obsession compulsive, toxicomanie, automutilation, dépression, trouble de l'alimentation, paranoïa).

Arnaud Zeman nous fait partager ses prises en charge d'enfants multi-traumatisés accueillis dans des ITEP. Il montre l'importance de s'appuyer sur un tiers-sécure pour permettre à ces enfants de rentrer en relation et de réactiver des processus de re-liaison.

Vera Likaj décrit un paradoxe lié au processus dissociatif auquel est confronté tout thérapeute : ce n'est pas parce que le patient est présent et donne son accord verbal pour un travail collaboratif qu'il arrive à faire confiance à son thérapeute. Son texte met en évidence l'importance de l'engagement du thérapeute dans la relation pour que le sujet puisse mobiliser ses ressources.

Emmanuel Malphettes pointe l'importance de donner forme à la sensation de vide qui amène le désespoir et la perte de sens, facteurs de chronicisation. A travers la situation du deuil bloqué d'un père maltraitant, il rappelle l'importance de définir un objectif relationnel pour sortir de la répétition mortifère.

Wilfrid Martineau décrit avec sa finesse clinique habituelle le vécu psycho-traumatique. Cette description va aider chaque clinicien à aiguïser son écoute et à repérer les éléments pertinents dans la plainte afin d'en comprendre le sens.

Emmanuel Contamin, Françoise Contamin et Laetitia de Scoutheete nous présentent les thérapies EMDR de groupe comme facteur de résilience avec des enfants et des adolescents placés, ayant vécu des violences domestiques graves. Ce travail en groupe, très utile aussi dans les situations de catastrophe, est une ressource indispensable pour le thérapeute et les différents programmes de soin lorsque l'on sait que 500 millions de personnes à l'échelle mondiale souffrent de troubles psycho-traumatiques.

Dominique Megglé nous présente son utilisation des mouvements alternatifs (MESMAY), d'autant plus efficaces qu'utilisés de manière plus hypnotique. L'EMDR doit être comprise comme une

technique hypnotique complétée par le « photoshop mental » redonnant au sujet, grâce à l'hypnose, la capacité de recréer un monde plus sûr. Il donne un plan détaillé de sa pratique donnant envie de lire ou relire son livre sur le trauma.

Murielle Figureau et **Alexandra Princé** nous présentent leur travail avec les tremblements thérapeutiques, dans la lignée de David Bercei, inventeur de la méthode TRE. Elles décrivent la technique et illustrent leurs propos d'exemples cliniques.

Éric Bardot, concepteur de la thérapie du lien et des mondes relationnels (TLMR), et **Stéphane Roy**, décrivent comment sortir des situations traumatiques les plus graves pour habiter un monde humain. Ils précisent la notion de monde relationnel, son lien avec la transe thérapeutique et illustrent cette modélisation par une situation clinique expérimentée en formation.

Évelyne Josse fait le lien entre la théorie poly-vagale, l'hypnose et la co-construction de scénarios réparateurs. Cette technique déjà développée par Janet et Milton Erickson, trouve ici toute sa pertinence en lien avec les travaux de Porgès sur le système nerveux autonome.

Virginie Lagrée souligne à travers un récit très vivant l'importance pour le thérapeute de savoir accepter son impuissance. Les thérapeutes n'ont pas réponse à tout et doivent rester humbles devant le tragique de la vie.

Nicolas D'inca, chroniqueur régulier de la revue, nous présente sa pratique hypnotique dans les troubles dissociatifs de l'identité par la restauration du dialogue interpersonnel et intérieur. Il retrouve les ressources des guérisseurs traditionnels pour aider au processus de réassociation.

Clotilde Hennequin-Rivoire, élève de David Grand, promoteur du brain-spotting, nous montre comment la recherche d'un point oculaire, où le patient se sent moins perturbé et calme dans son corps, est un puissant activateur de ressources pour contacter les parties dissociées.

Nous remercions tous ces collègues de nous avoir transmis le vif de leur expérience pour permettre à chacun de trouver de nouvelles voies ou approfondir celles que nous utilisons dans ces situations si douloureuses et retrouver confiance dans le lien humain..