

# **La dissociation traumatique : Manifestations cliniques Pistes diagnostiques**

Joanna Smith

Psychologue

Praticienne et superviseur ICV

Praticienne EMDR

[smith@psylegale.com](mailto:smith@psylegale.com)

# Dissociation péri-traumatique

- ✿ Sentiment subjectif de torpeur, détachement ou absence de réactivité émotionnelle
- ✿ Réduction de la conscience de l'environnement
- ✿ Déréalisation
- ✿ Dépersonnalisation
- ✿ Amnésie dissociative

# Qui se dissocie?

- ✿ Dissociation péri-traumatique : un Soi fragile?
- ✿ => Dissociation structurelle
- ✿ Comment la dépister?
- ✿ À quoi est-elle due?
- ✿ Comment la traiter?

# Le psychisme est associatif

- ✿ Activité d'association entre souvenirs, pensées, affects, sensations corporelles, représentations...
- ✿ Dissociation = mécanisme d'urgence
- ✿ Dissociation => éviter la contagion émotionnelle



# Dissociation traumatique : définition

- ✿ Stress = système noradrénergique
- ✿ Stress qui perdure : diminution de la noradrénaline et de la dopamine => hypersensibilité des récepteurs du système noradrénergique
- ✿ Absence de menace = anesthésie émotionnelle
- ✿ Réactivation traumatique = hyperactivation massive

# Dépistage de la dissociation structurelle : symptômes

## ✿ Anesthésie :

- ✿ Alexithymie, froideur, manque d'empathie...
- ✿ Mises en danger, violences (contre soi et / ou autrui), recherche de sensations...

## ✿ Débordement émotionnel :

- ✿ Conduites addictives au sens large (dont TCA, addictions comportementales...)
- ✿ Troubles anxieux et post-traumatiques
- ✿ Tentatives de suicide, auto-mutilations...
- ✿ Troubles de la personnalité

# Mécanismes sous-jacents

- ✿ Dissociation = mécanisme extrême, de survie
- ✿ Construction des capacités d'auto-régulation émotionnelle : Moi auxiliaire, pare-excitation, fonction alpha...
- ✿ Résilience : attachement
- ✿ Récit auto-biographique cohérent et attachement sécure (cf. AAI de Main)

# Facteurs de risques de dissociation structurelle : anamnèse

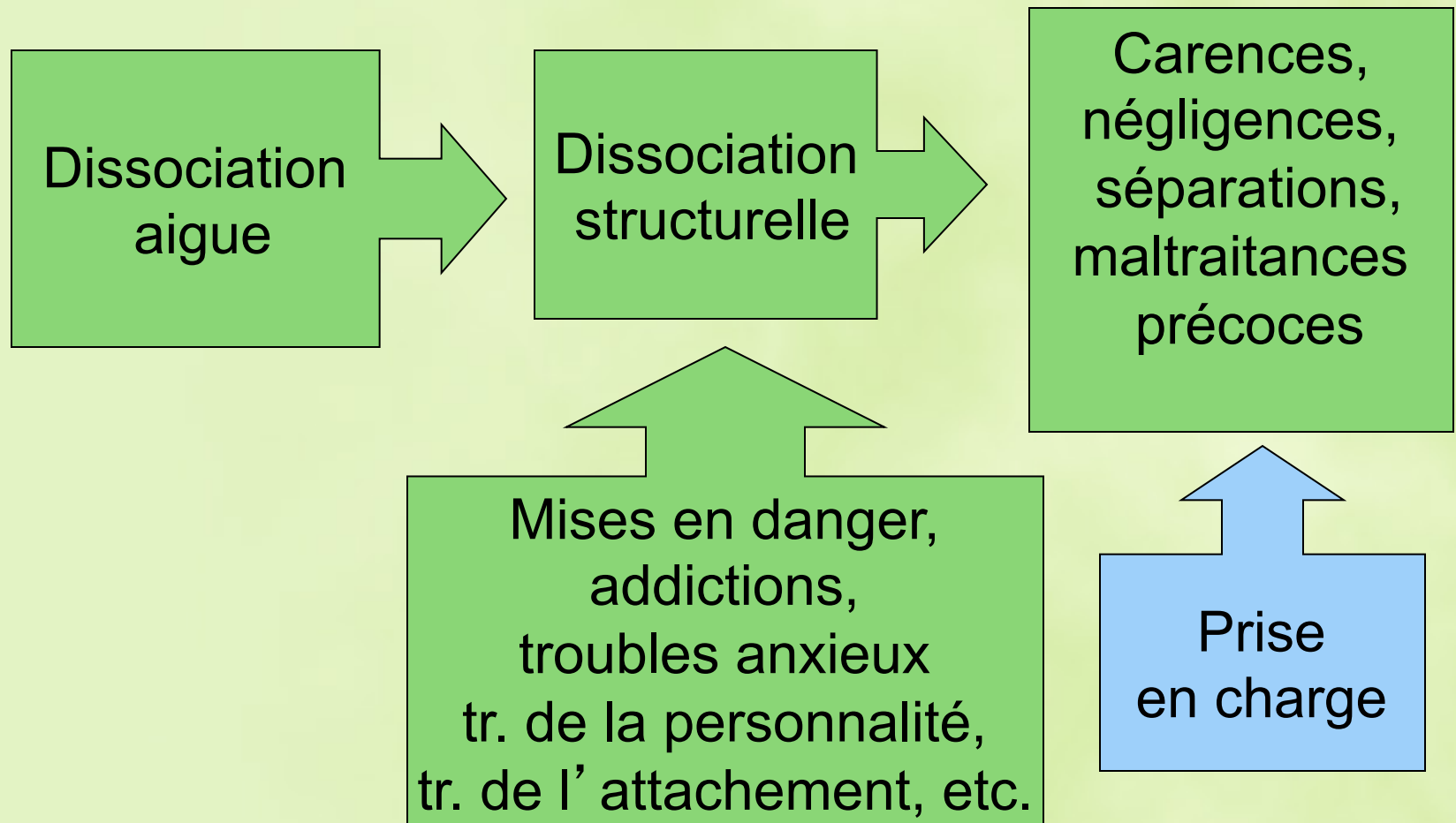
- ✿ Circonstances de la grossesse et de la naissance
- ✿ Carences, négligences, maltraitances
- ✿ Troubles psychiques de l'objet d'attachement (deuil, trauma, indisponibilité émotionnelle, dissociation...)
- ✿ Séparations et troubles de l'attachement dans les 2-3 premières années de la vie



# Quelques pistes de prévention...

- ✿ Favoriser la santé émotionnelle et la continuité de l'attachement du tout-petit :
- ✿ Durée du congé maternité? Paternité?
- ✿ Place de l'allaitement maternel?
- ✿ Modes de garde, ruptures d'attachement?
- ✿ Respect et sécurité émotionnelle du tout-petit : laisser pleurer? Humiliations? Punitives? Faire peur? Contraintes gratuites? Domination? « Violence éducative ordinaire »?
- ✿ Expression de la colère
- ✿ => Soutien aux parents : ex. : Faber et Mazlish

# En conclusion : démarche diagnostique et thérapeutique



# Ressources

- ✿ **Coutanceau, R., Smith, J. & Lemitre S. (dir., 2012).** *Trauma et résilience*. Paris, Dunod.
- ✿ **Coutanceau, R., & Smith, J. (dir., 2013).** *Troubles de la personnalité*. Paris, Dunod.
- ✿ **Kedia, M., Vanderlinden, J. & Lopez G. et al.** *Dissociation et mémoire traumatique*. Paris, Dunod.
- ✿ **Fabert, A. & Mazlish, E. (1974).** *Parents épanouis, enfants épanouis*. Canada, Relations plus.
- ✿ <http://www.lifespan-integration.fr>
- ✿ <http://memoiretraumatique.org>