



J'accompagne

Dr. Hala Kerbage

MON ENFANT FACE AU TRAUMATISME

ellipses

Table des matières

Liste des abréviations par ordre alphabétique7

Introduction 9

1

Comprendre le traumatisme psychologique
et ses conséquences possibles sur l'enfant

Définition d'un Évènement potentiellement traumatisant (EPT).....17

**Les symptômes caractéristiques d'un traumatisme
psychologique : aspects émotionnels, cognitifs, neurobiologiques :
hypervigilance, intrusion, dissociation et évitement.....25**

⇒ Aspects émotionnels et cognitifs25

**Symptômes caractéristiques : la dialectique paradoxale
du traumatisme : hypervigilance, intrusion, dissociation
et détachement.....27**

⇒ Hypervigilance27

⇒ Intrusion 28

⇒ Détachement émotionnel (dissociation) et évitement 34

**Les manifestations immédiates possibles au décours
de l'exposition à un EPT 39**

**Les manifestations et conséquences post-traumatiques possibles
à long terme..... 45**

⇒ Le syndrome de stress post-traumatique : définition, classification 46

Chez les adultes, les adolescents et les enfants de plus de 6 ans	47
Pour les enfants de moins de 6 ans	51
⇨ Aspect dynamique et développemental des symptômes du SSPT chez l'enfant et l'adolescent	55
⇨ Aspects développementaux et interpersonnels du psychotraumatisme	64
Qu'est-ce qui favorise les réponses résilientes à la suite d'un traumatisme ?	68
⇨ Développement du cerveau et régulation émotionnelle : un peu de neurosciences pour comprendre l'impact du traumatisme sur le cerveau	69
⇨ Vulnérabilité et résilience en fonction de l'Évènement potentiellement traumatique (EPT)	72
⇨ En fonction du profil de l'enfant : la triade tempéramentale de la résilience	73
⇨ Effet du soutien social et familial et de la reconnaissance de l'impact traumatique	75

2

Aider mon enfant au quotidien après l'exposition à un évènement traumatisant

Quelques principes généraux pour l'accompagnement des enfants après une exposition traumatique quel que soit l'âge	81
Comment aider mon jeune enfant (2-6 ans) après un traumatisme ?	85
⇨ Témoignages	86
⇨ Mode de fonctionnement cognitif concret, pensée magique et préoccupations autour de l'intégrité du corps	94
⇨ Le pouvoir du jeu	95
Comment aider mon enfant en âge scolaire après un traumatisme (7-16 ans) ?	97
⇨ Témoignages	99

Stratégies de <i>coping</i> spécifiques pour différents symptômes de stress post-traumatique (applicables pour les 7-16 ans)	108
⇨ Anxiété.....	111
⇨ Isolement dépressif	113
⇨ Pensées intrusives et reviviscences traumatiques	115
⇨ Troubles du sommeil.....	117
⇨ Les comportements oppositionnels et les crises de colère	120
⇨ Comprendre et gérer le comportement sexualisé des enfants	123
Les spécificités du deuil : aider mon enfant dans le cas d'un traumatisme lié à la mort ou la maladie grave d'un être proche	125
⇨ Pertes primaires et secondaires	127
⇨ Tâches d'adaptation au deuil.....	127
⇨ Facteurs affectant l'adaptation d'un enfant à la mort.....	128
⇨ Comment favoriser l'ajustement des enfants à la suite d'un traumatisme lié à la mort	131
⇨ Guide pour parler avec et prendre soin des enfants endeuillés selon l'âge.....	134
Les spécificités du traumatisme collectif : l'exemple du contexte libanais/Guerre et migrations/Attentats terroristes/Exposition aux médias	136
⇨ L'exemple du contexte libanais	137
⇨ Guerres et migrations	139
⇨ Attentats terroristes	142
⇨ Évènements traumatiques et exposition aux médias	145
⇨ Guide général sur les réactions des enfants aux nouvelles sur la guerre, le terrorisme ou les catastrophes naturelles selon l'âge	146
⇨ Identifier les comportements à risque spécifiquement liés au terrorisme et à la guerre.....	148
Quand et comment parler à l'enfant d'un évènement traumatique ?	150
Quel est le rôle de la justice dans le vécu post-traumatique ?	155

Les prises en charge possibles pour mon enfant

Quand dois-je consulter un professionnel de santé après un évènement potentiellement traumatisant ?	161
⇨ Les signes qui doivent m'alerter	162
⇨ Je suspecte un Syndrome de stress post-traumatique chez mon enfant (SSPT)	163
⇨ Qu'est-ce qui cause le SSPT ?	165
⇨ Questions et réponses fréquentes sur le SSPT	167
⇨ Je suspecte un trouble anxieux chez mon enfant à la suite d'un évènement traumatisant	168
⇨ Quel est le rapport entre trouble anxieux et psychotraumatisme ?	169
⇨ Qu'est-ce qui cause un trouble anxieux ?	169
⇨ Questions et réponses fréquentes sur le trouble anxieux	170
⇨ Je suspecte une dépression chez mon enfant	171
⇨ Qu'est-ce qui cause la dépression infantile ?	172
Quelles sont les approches thérapeutiques validées pour le stress post-traumatique ?	172
⇨ Interventions précoces	173
⇨ Interventions thérapeutiques pour le SSPT sur le plus long terme	175
Où consulter ?	183
⇨ France Victimes	183
Conclusion	185
Références et bibliographie	189
Remerciements	199