

1) 1^{er} texte après les attentats du 7 et 9 janvier

: se rappeler la distinction de Cyrulnik ¹

Le trauma : le choc , la représentation du choc, la fixation de la scène sur une image liée à l'émotion du risque de mort

L'agression d'acte intentionnel qui fait du mal sans raison laisse des séquelles profondes qui peuvent entraîner une dissociation péritraumatique² pour se soustraire à la frayeur

-Soit un comportement automatique déconnecté de la réalité, car l' image ne passe pas , le passé qui ne passe pas bloque l'adaptation au présent. Le centre des émotions : l'amygdale flambe . Il inhibe le cortex préfrontal qui ne traite plus les infos

-Le traumatisé ne s'identifie plus a son corps chargé de s'inscrire dans le monde. Il devient un spectateur indifférent en produisant des actes automatiques

D'où le besoin **de soutien psychologique** après de tels attentats.

Surtout que le sentiment de la solitude accentue ce phénomène

Les cellules de soutien psychologique sont là pour être rassuré sur le sens de ce qui a été vécu- et réintroduire dans la vie un sentiment du normal

Prise en charge possible par des institutions ad hoc

Rôle d'atelier de mise en commun pour digérer et donner un sens acceptable à l'événement

2) biologie des effets du trauma

¹ La mémoire traumatique vidéo :

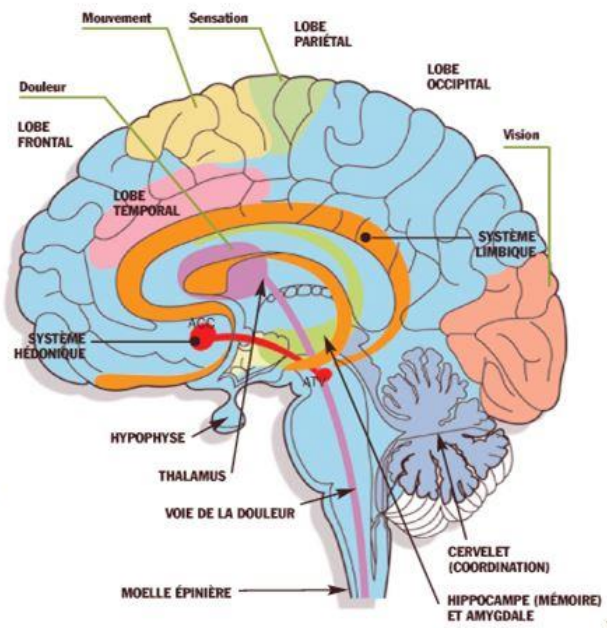
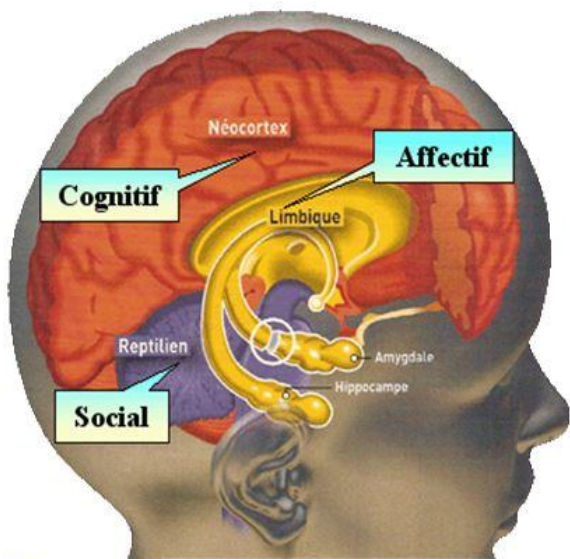
Le trauma et le traumatisme comme représentation du coup soit la souffrance qui altère la mémoire.

Scénario : hébété je ne comprends rien, pourquoi moi , dans le syndrome psychosomatique, la mémoire se fixe : je suis prisonnier du passé , je ne pense qu'à ça

ex : braqué par un revolver = fasciné par l'émotion, sidéré

Hypervigilance du corps de l'autre, vigilance glacée, focalisation, rigide précise floue autour de la lunette , indéterminée au sujet du contexte

² 1 - La dissociation péri traumatique au moment de l'impact traumatique, un trouble dissociatif permet à la victime de se soustraire à la frayeur qui résulte de la confrontation avec la mort. Sur le plan neurophysiologique, la suractivité de l'amygdale produit un court-circuitage des voies nerveuses qui relient le système limbique et le cortex qui ne peut plus moduler la réponse émotionnelle. Cette disjonction physiologique entre le cortex et le cerveau émotionnel est visible par imagerie médicale.
wiki



Mise en place d'un mécanisme de sauvegarde³

Au départ effraction et sidération du psychisme la structure sous corticale émotionnelle est incontrôlable (amygdale, sécrétion hormonale débordante (cortisol.)

Réaction de défense : drogues dures pour faire disjoncter le circuit ex kétamine Sur le plan neurophysiologique, la suractivité de l'amygdale produit un court-circuitage des voies nerveuses qui relie le système limbique et le cortex, lequel ne peut plus moduler la réponse émotionnelle

Au niveau psychologique : dissociation de l'esprit = sentiment d'irréalité, anesthésie émotionnelle *La dissociation péri traumatique se manifeste cliniquement par l'inhibition anxieuse, l'amnésie des faits, le déni, mais aussi par des symptômes de dépersonnalisation ou de déréalisation. La dépersonnalisation donne une impression de détachement, laquelle transforme l'acteur des faits en une sorte d'automate ou en spectateur.* wiki

Conséquence la mémoire ne peut être encodée par l'hippocampe, pas de mise en récit de soi possible

L'individu se détache de lui même en devenant un spectateur indifférent

Apparition d'une mémoire enkystée, incontrôlable toujours menaçante avec un fort sentiment d'insécurité

Cela s'accompagne d'**hyper vigilance** pour des conduites d'évitement

Conséquence la vie sociale désarticulée : troubles affectifs, du sommeil de l'attention, etc.

sans mise en récit du trauma, la blessure Ics peut se réactiver devant des situations qui présentent des similitudes

³ le trouble de stress post-traumatique (TSPT ; aussi connu sous les termes de syndrome de stress post-traumatique, SSPT, ou état de stress post-traumatique, ESPT) désigne un type de trouble anxieux sévère qui se manifeste à la suite d'une expérience vécue comme traumatisante avec une confrontation à des idées de mort l'intégrité physique et/ou psychologique du patient et/ou de son entourage a été menacée et/ou effectivement atteinte (notamment accident grave, mort violente, viol, agression, maladie grave, guerre, attentat). Les capacités d'adaptation (comment faire face) du sujet sont débordées. La réaction immédiate à l'événement aura été traduite par une peur intense, par un sentiment d'impuissance ou par un sentiment d'horreur. Le TSPT est moins fréquent que la réponse aiguë au stress⁴. Le TSPT peut être dû à la répétition de situations anxiogènes ou dégradantes plutôt qu'à un événement unique wiki

Cela peut engendrer **des conduites à risques** un phénomène d'addiction qui entraîne des violences sur autrui ⁴

La thérapie poussée permet au cerveau associatif et à l'hippocampe de reprendre le contrôle des réactions de l'amygdale cérébrale et d'encoder la mémoire traumatique émotionnelle pour la transformer en mémoire autobiographique consciente et contrôlable, Dr **Muriel Salmona**

3)Cyrulnik

Part d'une analyse de la petite enfance matrice d'une fragilité capable de créer une chaîne traumatique ,soit une cascade de traumatismes réactivables

Le drame de l'isolement sensoriel c'est qu'il entraîne une construction du cerveau atrophié au niveau des 2 lobes préfrontaux

Une explication des états limites borderline (entre la névrose et la psychose), qui se caractérisent par un comportement impulsif et une instabilité émotionnelle :détresse mentale tendances suicidaires

Pourtant le **Processus de résilience** ⁵ existe si l'on tend la main

L'individu est capable de se reconstruire, de ne pas sombrer dans la dépression

Sa capacité à rebondir après un choc peut être activée quand le milieu change. Le cerveau peut réagir autrement

La mémoire est en constance réaménagement : parfois, cela va jusqu'à la représentation de chimères pour faire fonctionner notre théâtre intime

En général l'organisation de la mémoire fait qu'on sélectionne le passé en fonction du présent et de l'avenir

cf. vidéo le cas de la bipolaire qui achète un appartement près de la halle aux poissons :tout est bien quand joyeuse, tout est mal quand triste

Pour établir notre cohérence on reconstruit en idéalisant certain fait jusqu'à leur donner une expression imaginaire :L'auteur pour rendre compte d'avoir échappé à une rafle refugie sa fuite selon une image célèbre

De même il se crée un faux souvenir pour conserver sa confiance dans la bonté du monde en évoquant un acte de bienveillance de la part d'un capitaine allemand

⁴ L'usine à fabriquer de nouvelles victimes =mémoire traumatique encombrante

*pour aggraver leur stress, les victimes se mettent en danger ou exercent des violences le plus souvent contre elles-mêmes, mais un certain nombre d'entre elles préféreront exercer des violences contre autrui, générant une mémoire traumatique chez de nouvelles victimes, et c'est un élément très important sur lequel nous reviendrons. Ces conduites de mises en danger, ces conduites violentes et ces conduites addictives dont les victimes découvrent tôt ou tard l'efficacité sans en comprendre les mécanismes, je les ai nommées **conduites dissociantes**. Ces conduites dissociantes provoquent la disjonction et l'anesthésie émotionnelle recherchées, mais elles rechargent aussi la mémoire traumatique, la rendant toujours plus explosive et rendant les conduites dissociantes toujours plus nécessaires, créant une véritable addiction aux mises en danger et/ou à la violence.***Salmona**

⁵ La **résilience** est un phénomène psychologique qui consiste, pour un individu affecté par un traumatisme, à prendre acte de l'événement traumatique pour **ne plus vivre dans la dépression** et se reconstruire. La résilience serait rendue possible grâce à la structuration précoce de la personnalité, par des expériences constructives de l'enfance La résilience est, à l'origine, un terme utilisé en physique qui caractérise l'énergie absorbée par un corps lors d'une déformation Les premières publications dans le domaine de la psychologie datent de 1939-1945. Werner et Smith, deux psychologues scolaires américaines à Hawaï, travaillent avec des enfants à risque psychopathologique, condamnés à présenter des troubles. À l'occasion d'un suivi effectué pendant trente ans, elles notent qu'un certain nombre d'entre eux « s'en sortent » grâce à des qualités individuelles ou des opportunités de l'environnement

La récupération d'un trauma **pass** **par un déni** pour ne pas tomber dans la dépression

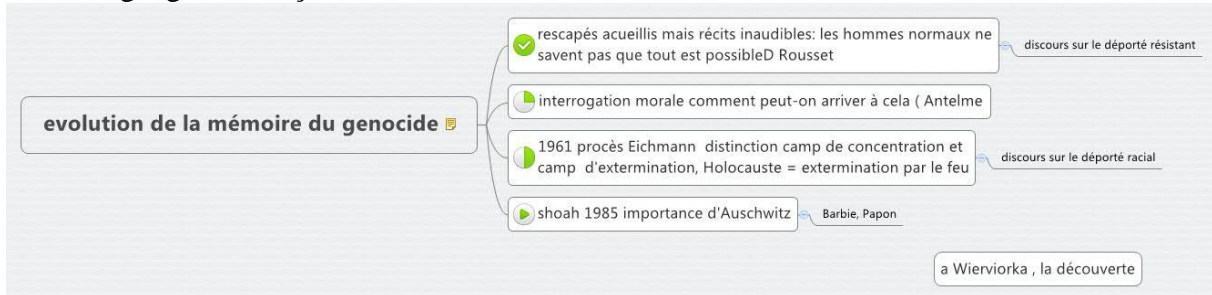
Le trauma demande un temps de latence pour la récupération comme une jambe cassée doit d'abord être mise en inactivité

Il faut nier certains aspects du trauma pour se protéger, ne pas être détruit par lui

L'ouverture de l'esprit à sa pensée peut se faire grâce à des récits fictionnels préparatoire

La littérature = Préparer l'esprit à l'impensable

1^{er} témoignage non reçu de la Shoah



La fiction apprivoise cf. la vie d'a Frank pas horrible, car la fin n'est pas dite

Voir ce qui a été dit dans la vidéo sur la littérature⁶

4) faire du tortionnaire une bactérie que l'on peut métaboliser

J'ai choisi ce texte à cause de sa saveur spinoziste

En effet Spinoza réfléchit sur la diminution de la puissance d'agir occasionnée par les mauvaises rencontres, celles qui empoisonnent la vie. Il distingue des niveaux de réactions plus ou moins libérateurs

On se procure des joies de haine quand on peut détruire ce qui nous a fait souffrir, mais cela ne supprime pas la passion triste du point de départ. L'homme du ressentiment n'a qu'une joie empoisonnée par la tristesse de l'impuissance du départ

L'homme sage s'attache à ce qui augmente sa perfection d'agir, à ce qui augmente sa puissance de vivre. Cela permet de dissoudre l'image extérieure asservissante qui ne convient pas à sa libération ici la haine du tortionnaire, source de tristesse

La puissance de vivre, le conatus, produit un processus d'immunisation :le bourreau n'est qu'une bactérie susceptible d'être métabolisée

Le texte

Le tortionnaire a été acquitté au bénéfice du doute : c'est un grand principe du droit démocratique Or Miguel a combattu pour la démocratie. C'est l'image qui l'affecte de joie, car cela correspond au choix fondamental pour lequel il a risqué sa vie⁷

Falcon a été la rencontre qui a empoisonné sa vie. Maintenant qu'il n'est plus dans ses pattes, il a la puissance de pouvoir le métaboliser comme une mauvaise bactérie.

Il ne s'agit pas de se bloquer sur un passé qui ne passe pas, ne pas faire une dépression, mais de procéder à une nouvelle évaluation du passé en fonction de sa réussite actuelle (chercheur philosophe, etc.).

Falcon n'est qu'un individu qui obéit à sa nature de minable comme on en rencontre tant partout. Il ne s'agit pas d'en faire une présence toute puissante qui bloque la mémoire à cause de sa nuisance passée

⁶ En général l'horreur de la condition est ce qui nourrit l'art

L'art permet de remanier la souffrance qui n'est pas une maladie

⁷ La confiance dans la vie de Miguel s'explique-t-elle par le sentiment de sécurité produit dans l'enfance ?

Dans ce cadre l'interview même participe à la démarche de libération puisque c'est un récit valorisant qui produit du recul

5) atelier Lapsley

Cause occasionnelle du café : le pasteur qui a combattu pour la liberté dans le cadre de l'ANC (*African National Congress*)

Expulsé, il se trouve au Zimbabwe lorsqu'il est fortement handicapé par une lettre piégée (3mois après la libération de Mandela)

Aumônier du centre de traumatologie du Cap, il crée un institut pour la guérison de la mémoire :

Comment passer de la position passive de victime à une nouvelle prise en main de sa vie ?

Les ateliers sont des lieux pour décharger l'émotion traumatisante par des récits

Il se présente comme un jeu interpersonnel de nature psycho et spirituel. On commence par instaurer un sentiment d'appartenance à une communauté puis par des activités comme le dessin on essaie de se purger de la colère en exprimant la perte et l'espoir de revivre

L'inspiration religieuse :

Un acte liturgique = un acte communautaire de culte à une divinité, cette cérémonie repose sur l'idée d'une fraternité des enfants de Dieu

La liturgie joue avec une sorte d'empathie universelle :

-Ouverture du cœur aux personnes

- à Dieu

-Ouverture des cœurs aux absents

Il s'agit d'un espace sacré, protégé, séparé

La présence du sacré renvoie à un temps transcendant, chargé d'organiser une rencontre où chacun est reconnu dans sa dignité d'enfant de Dieu

Cette dimension temporelle et transcendante permet d'organiser une communion où l'on se focalise sur l'essentiel pour le vivre ensemble

-Objection les non-croyants

On s'appuie sur la recherche du plus petit dénominateur commun non sur la volonté de se rassurer par l'affirmation de sa tradition qui peut créer un repli identitaire

Cela génère un accueil à dimension plus ou moins élastique⁸

La liturgie est un **Rite du passage** le mariage, le passage à l'état adulte= création de nouveaux liens. Changement de statut social

Faire un rite de passage pour se délivrer = passage d'un temps toxique à un temps réalisateur

Liturgie comme purgation, purification pour l'avènement d'une nouvelle vie

Pour une explication philo = un acte performatif cf Austin Dire c'est faire

=**Illocutoire** intentionnalité réalisée : nouveau statut

perlocutoire = le ressenti = créer un ressenti libérateur

Une répétition de déclarations le sujet est impliqué dans la série des récits ce qui va finir par se traduire dans son corps qui se reconstruit selon une dimension prophétie autoréaliatrice

6) Accompagner « vérité et réconciliation »

Cadre amnistié commandé par la prudence politique pour ne pas faire sur le territoire commun (Afrique du Sud) un lieu de vengeance sans fin

Idée du pardon comme un évènement chargé de délier les conséquences funestes d'un acte

⁸ **P269**une équipe de facilitateurs rompus à la flexibilité et à la perspicacité, indispensable pour encourager en douceur, les participants tout au long de leur cheminement. Idéalement, l'atelier se tient dans un environnement protégé, où les participants sont tenus à l'écart des préoccupations et des distractions de leur vie quotidienne, souvent difficile'

Comme le corps d'un état ou d'une institution ne peut pas pardonner puisque c'est une démarche propre à un individu, il faut une thérapie politique pour amorcer la pratique du deuil individuel

Vérité et réconciliation⁹ veut éviter de mettre les individus dans une situation de défensive qui entraîne repli sur soi non-ouverture sur l'autre

1) Il faut que les criminels reconnaissent leur culpabilité

Un compromis = absence de punition

2), mais à condition de faire toute sa place aux récits des victimes : reconnaître le dommage qui leur a été fait pour qu'ils puissent en faire le deuil.

Soit reconnaître et assumer ses actes et écouter de la plainte des victimes

Deuil des attachements du passé pour pouvoir retisser de nouveaux liens

Modèle du pardon cf. Arendt pouvoir défaire les liens qui emprisonnent pour une meilleure vie

Mais danger d'une dimension factice et superficielle = pas authentique, mais un faire semblant pour échapper à la punition

Les victimes ont besoin de **justice réparatrice** et de la **punition** pour décharger le désir de vengeance

La réconciliation prématurée implique un retour du refoulé

7) La deshumanisation du bourreau apparaît comme une forme de la banalité du mal

Le bourreau franchit le Rubicon de l'inhumanité pour vivre dans un monde sans empathie envers le voisin considéré comme ennemi, comme si le cœur avait disparu cf. les militaires sous propranolol bêta- bloquant¹⁰

indifférence retour à la vie civile sans remords incapacité à se sentir responsable de ses actes

Il a fait partie du système de perversion du groupe identitaire, selon Lacan¹¹, puisque seule compte sa jouissance à détruire dans l'instant

-Faut-il penser qu'après coup il ne peut que se considérer **comme victime d'une idéologie ou d'une influence quelconque** : on est dans le cadre d'un mécanisme de dissociation morale

- Faut-il penser qu'au moment de leurs actes il a mis parenthèse le visage de son ennemi ?

Mais le paradoxe c'est que celui-ci a été plutôt une incitation à faire souffrir à exacerber la cruauté : comme s'il fallait massacrer davantage les innocents, les proches, les vulnérables

⁹ La Commission Vérité et Réconciliation a été créée, en Afrique du Sud, par une loi de juin 1995 (Promotion of National Unity and Reconciliation Act) à la suite de longues et difficiles négociations entre l'A.N.C., espérant la poursuite des responsables des crimes commis pendant l'apartheid, et le gouvernement, exigeant une amnistie pure et simple. Sous la direction de Mgr Desmond Tutu, une équipe représentative de toutes les tendances politiques du pays fut chargée d'entendre les candidats à l'amnistie et d'évaluer leur sincérité, de permettre aux victimes de s'exprimer et de faire connaître leurs souffrances, de proposer des formes de réparation et de dédommagements.

Il ne s'agissait pas d'une instance de jugement, mais d'un lieu de promotion de la repentance et de la contrition qui se proposait, en échange d'un aveu sincère, public et complet des crimes politiques commis entre le 1er mars 1960 et le 10 mai 1994 d'offrir l'amnistie et d'accoucher d'une société libérée de son passé. Cet effort a débouché sur une désactivation psychologique du désir de vengeance et contribué à la normalisation du régime

¹⁰ Selon Cyrulnik Pas de syndrome psychosomatique chez les militaires en Irak qui ont pris du propranolol: l'amygdale est engourdie ; ceux-ci sont indifférents, ne connaissent pas le remords, mais sont incapables de raconter ce qui s'est passé

¹¹ Narcissisme de la jouissance sans considération des effets sur l'autre = altruisme, disparition de toute empathie

mieux les voir souffrir. Alors que les victimes demandent de la compassion les assassins qui leur sont proches ne pensent qu'à faire durer leur souffrance comme s'il fallait couper les circuits du cerveau émotionnel

Cette anesthésie de l'empathie émotionnelle fait qu'ensuite le bourreau n'a pas de stigmatisme issu d'une mauvaise conscience

Les tueurs ne connaissent pas le remords, mais le regret d'avoir échoué, d'avoir perdu

Les victimes souffrent davantage

Ainsi la réconciliation est chose difficile : un passage trop rapide ne peut qu'enfoncer les victimes. Comment décharger l'émotion traumatique, éviter le retour du refoulé