



Accompagnement psychologique en période de pandémie

Pr Daniel DERIVOIS

Université de Bourgogne Franche-Comté

Fondateur de **Intermondes Consulting**

Forum médico-chirurgical, 23 septembre 2020 (actualisé en Août 2021)



Préambule : défis et enjeux

- ? **Épistémologique**, on essaie de construire des savoirs sur ce virus et les variants (*origine, nature, effets...*)
- ? **Méthodologique**, on essaie de trouver les moyens de l'étudier (*méthode expérimentale, clinique, quantitative, qualitative, mixte...*)
- ? **Clinique et thérapeutique**, on essaie de trouver comment intervenir, soigner, de construire des dispositifs d'intervention... (*en tenant compte des invariants et des spécificités locales, culturelles*)



Préambule : défis et enjeux

? Sociétaux et géopolitiques

? Au-delà des frontières...(*prise en compte des spécificités nationales...*)

? Capitalistes et idéologiques

? Tension entre thérapies traditionnelles et industrie pharmaceutique (*vaccins, traitements...*)



Préambule : défis et enjeux

- ? Les professionnels du corps s'interrogent sur **l'au-delà du corps**
- ? L'héritage épistémologique du 18^{ème} siècle concernant la **Scission entre Corps et Psyché**, sciences dures et sciences humaines nous joue des tours
- ? **L'Homme est un Tout**



Préambule : défis et enjeux



? **Accueillir ce qui vient, c'est accueillir l'incertitude...**

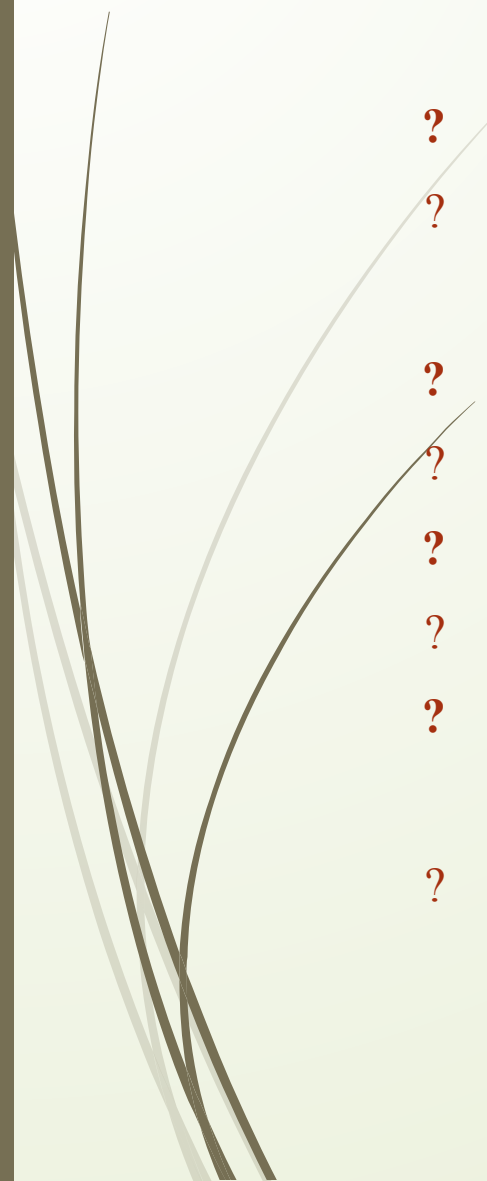


Objectifs

- ? Proposer **quelques éléments** pour réfléchir ensemble sur la complexité du problème
- ? Dégager **quelques pistes** pour l'accompagnement aux niveaux **individuel et collectif**
- ? Susciter un **débat de fond...** intime et collectif, national et transnational... sur ce que l'apparition de ce virus soulève dans nos sociétés mondialisées...



Plan

- ? **PREAMBULE**
 - ? INTRODUCTION : L'AMPLEUR DU PROBLEME
 - ? **EFFETS PSYCHOLOGIQUES DE LA PANDEMIE**
 - ? COMPLEXITE ET REACTIVATION DU TRAUMATISME
 - ? **LE TRAUMATISME VICARIANT**
 - ? DEFIS DE L'ACCOMPAGNEMENT
 - ? **QUELQUES « RECOMMANDATIONS »**
 - ? CONCLUSION : COVID-19 ET NECESSITE D'UNE RESILIENCE GLOBALE
- 



Introduction: l'ampleur du problème

- ? Une **pandémie** n'est pas une épidémie
 - ? Epidémie: échelle d'une région, d'un pays
 - ? Pandémie: du grec « pan »=tout et « demos » qui signifie peuple
- ? La pandémie est une affaire collective**

Introduction: l'ampleur du problème

- ? L'accompagnement **des patients** (les écouter, les comprendre, cheminer avec eux...)
- ? L'accompagnement **des soignants** (qui pour accompagner les soignants ? D'autres soignants mais aussi les proches)
- ? L'accompagnement **des institutions** (les aider à ne pas s'écarter de leur **tâche primaire** tout en étant souple à la faire évoluer si besoin)
- ? L'accompagnement des **instances politiques** (car ce sont des hommes et des femmes qui les incarnent, qui sont là pour **donner un cap**. Ils ont aussi besoin de soutien... Ce sont des gens comme les patients, les soignants avec des familles, etc.


Exemple...

- ? Cas d'un **patient** atteint du **virus**...
- ? Il rencontre un **professionnel** qui est **affecté** par sa détresse
- ? Ce professionnel, en plus d'être affecté par la souffrance du patient, fait face à un **manque de moyens** dans son hôpital, pas de masque, de respirateur. Il s'en prend à la mauvaise gestion du directeur
- ? Et le **directeur** pointe du doigt les financeurs, **l'Etat**, etc...
- ? Tout un système se trouve ébranlé...

(Cette même réflexion vaut aussi pour une victime directe ou indirecte du dernier séisme qui a eu lieu en Haïti le 14 août 2021 dans le Sud. Elle est d'autant plus nécessaire que le pays vient de vivre l'assassinat du chef de l'Etat, aggravant davantage l'ébranlement du système)

1. Effets psychologiques de la pandémie

- ? La pandémie (et/ou le séisme) affecte :
 - ? les **corps**, (virus qui fait son chemin... qui progresse, qui attaque les organes...)
 - ? les **psychés**, (qui doivent intégrer psychiquement les attaques, les modifications...)
 - ? les **identités** au niveau individuel et collectif (qui suis-je maintenant, un malade ? un patient ? Une victime? Un survivant? Un rescapé?)
- ? La pandémie (et/ou le séisme) affecte les **Métacadres** : l'Etat, les institutions, la famille, les soignants, donc tout le système d'étayage, de soutien...



1. Effets psychologiques de la pandémie

- ? La pandémie, en tant que **catastrophe**, peut également être source d'un rebondissement, de créativité, de changements positifs profonds
- ? Exemple du **séisme du 12 janvier 2010**
(il faudra penser la capacité créatrice du séisme du 14 août 2021)
- ? Exemple du **génocide au Rwanda en 1994**
 - ? Documentaire « *Mères courage* »



2. Complexité et réactivation traumatique

- ? Complexité. Complexus= **ce qui est tissé ensemble** (E. Morin, 2005)
- ? Traumatisme: **PTSD et Névrose traumatique**
- ? *Le Covid-19*
- ? *Le confinement*
- ? *Les décès*

À la fois source directe et révélateur de traumatismes



2. Complexité et réactivation traumatique

- ? La pandémie et ses effets peuvent réactiver des traumatismes individuels ou collectifs antérieurs (comme le séisme de 2010)
- ? Le séisme du 14 Août et ses effets peuvent réactiver celui de janvier 2010 mais aussi les effets de l'assassinat tout récent du président Jovenel Moïse
- ? L'assassinat du président en juillet, le séisme en août suivi de l'ouragan Grace sont autant d'événements qui se télescopent dans les psychés individuelles et collectives
- ? Si on ajoute les effets traumatogènes actuels et passés de l'aide humanitaire, il devient davantage difficile d'évaluer la réactivation traumatique



3. Le traumatisme vicariant

- ? Comment intervenir (recherche ou pratique) auprès des personnes, des patients qui ont subi le même événement dramatique que nous ?
- ? Traumatisme vicariant = Traumatisme des professionnels, fatigue de compassion, traumatisme secondaire

Distinguer plusieurs niveaux du traumatisme

- ? **Celui vécu en partage par les patients** (transfert, contre-transfert)
 - ? Exemple se sentir affecté ou déstabilisé par le récit d'un patient
- ? **Celui du confinement ou mise en quarantaine** (celui des patients, celui des professionnels)
 - ? Nous partageons le confinement avec les patients : nos angoisses se télescopent
- ? **Celui lié au fait de ne pas pouvoir aider les patients comme on voudrait** – cela génère de la culpabilité
 - ? Les enfants d'abord ? les femmes ? les plus faibles ?
- ? **Celui de la société et des institutions** (cacophonie au niveau des instances institutionnelles... Etat, institutions, professionnels, informations contradictoires)
 - ? Les Etats sont traumatisés en ce moment ; cacophonie au niveau des instances nationales, internationales...cela nous atteint. (**Grand traumatisme d'Etat en ce moment en Haïti**).
- ? **Celui lié à ses propres vécus personnels** (c'est un autre débat sur la manière d'utiliser ses émotions dans la relation clinique et/ou de soin, éducative)
 - ? Nous avons tous une histoire personnelle qui peut entrer en résonance avec celle des patients
 - ? Nous avons aussi des proches qui peuvent être directement concernés par le Covid-19 **ou les séismes, ouragans, etc...**



Quelques signes de trauma vicariant

- ? Retrait social ;
- ? agression ;
- ? troubles de l'humeur ;
- ? insomnie ;
- ? cynisme ;
- ? troubles sexuels ;
- ? sidération ;
- ? problème de confiance ;
- ? perte de l'estime de soi, etc... ;
- ? agitation (vouloir sauver le monde...) ; projection de son angoisse sur les autres...
- ? etc.



4. Défis de l'accompagnement

- ? Prendre l'ampleur du problème mais aussi prendre conscience de choses très simples
- ? Articuler
 - ? **disease** (diagnostic, la « maladie du médecin »),
 - ? **illness** (ressenti du patient, sa propre représentation de sa maladie, la « maladie du malade ») et
 - ? **sickness** (sens social et culturel) dans l'écoute et l'accompagnement




Temporalité de l'accompagnement

- ? Intervenir
- ? AVANT (prévenir le **terrain**)
- ? PENDANT (soutenir, étayer...)
- ? APRES (après-coup, vigilance)



5. Quelques « recommandations »

- ? Pour les patients
 - ? Pour les familles
 - ? Pour les professionnels
 - ? Pour les institutions sanitaires et éducatives
 - ? Pour l'Etat
- 



Pour les patients

- ? Réfléchir sur soi, sur le sens de son existence, de la vie
- ? Prendre soin de ce que Claude Bernard (débat avec Pasteur) a appelé « **le terrain** », le corps mais aussi la psyché
- ? Mobiliser ses croyances positives et les articuler au médical, au social, etc.
- ? Mettre au travail son identité narrative (car le trauma n'affecte pas que le corps et la psyché, il affecte toute l'identité... toujours en construction...



Pour les familles

- ? Etre à l'écoute des uns des autres
- ? Mobiliser les *aidants naturels* : la famille mais aussi les amis
- ? Etayage familial
- ? Limiter l'exposition aux médias



Pour les professionnels

- ? Réfléchir sur le sens de son métier (et aussi sur la **tâche primaire** de l'institution dans laquelle on travaille)
- ? **Approche holistique** : tous les aspects sociaux, médicaux, psychologiques, culturels du patient
- ? Tenir compte des **croyances** et des réseaux du patient
- ? **Analyse de la pratique professionnelle** pour élaborer notamment le traumatisme vicariant mais aussi sa propre implication subjective



Pour les institutions

- ? Réfléchir sur leur **tâche primaire** et éventuellement la faire évoluer.
 - ? *Soigner au sens médical ou psychologique oui mais aussi et avant tout **soins primaires** (Holding, Handling, Presenting Object- Winnicott). Considération pour l'autre*
 - ? *Eduquer oui mais aussi soins primaires. Je pense aux écoles, aux universités*
- ? Construire des dispositifs favorisant la **mise en récit de soi** (identité narrative)



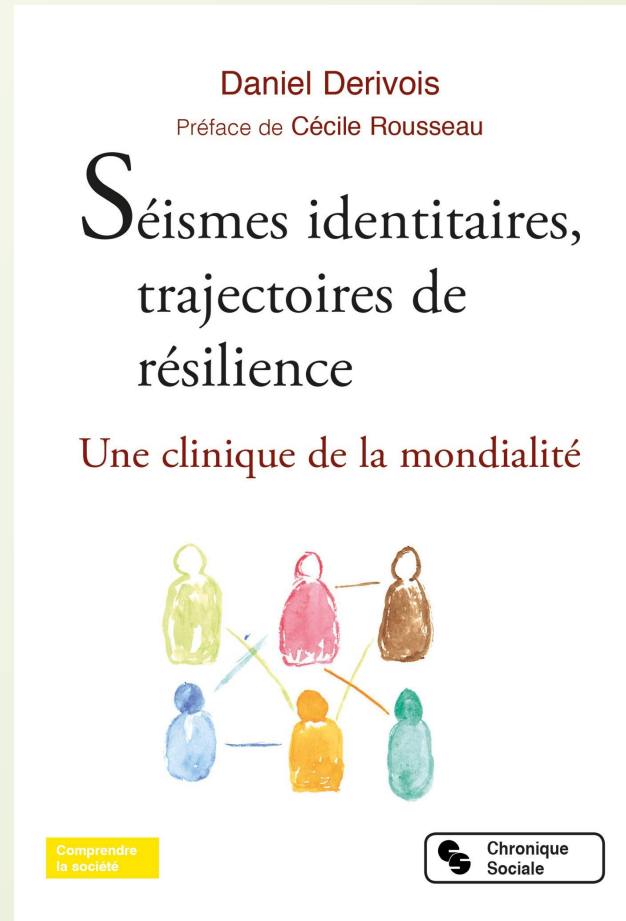
Pour l'Etat

- ? Prendre l'ampleur du problème aux niveaux national et international
- ? ***Investir dans la recherche fondamentale et appliquée***
- ? Composer avec les professionnels de santé, les universitaires et chercheurs
- ? ***S'inspirer de ce qui se fait ailleurs à l'étranger dans la mise en place de politiques publiques***
- ? Informer la population, contenir son angoisse



? Ne pas oublier que nous sommes tous
dans le **même bateau**

CONCLUSION : COVID-19 ET MOBILISATION DE NOTRE RESILIENCE GLOBALE (voir encadré, page 98)





? Ce virus nous invite à *l'introspection personnelle et collective*



Quelques références

- ? Cénat et al (2020). *Guide d'intervention psychosociale. Intervenir en cas d'épidémie de maladies infectieuses.*
- ? CN2R : Centre National de Ressources et de Résilience : <http://cn2r.fr>
- ? Site de l'Encéphale : <https://www.encephale.com>

***S'il arrive que tu tombes,
apprends vite à chevaucher ta chute.
Que ta chute devienne ton cheval pour continuer le voyage.***

Franckétienne

? Merci de votre attention!

? daniel.derivois@u-bourgogne.fr

