



TRAUMA:

LE MAL SANS LES MOTS

taneb@mac.com

zeugma@taneb.org

www.taneb.org

Jean-Pierre BÉNAT, Psychologue-Clinicien

--- et que

dit ce silence!

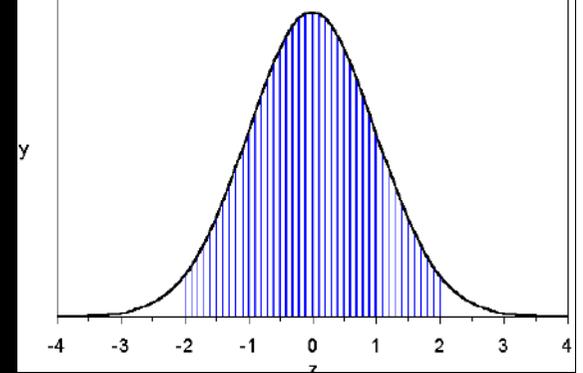
Racine, Bérénice, III, 5

PRÉAMBULE

1



PRÉAMBULE...



• 1 / Approche « clinique »

- Observation du Réel (cohortes importantes!)
- Recherche de Lois (en Sciences Humaines, les « Vérités » sont gaussiennes)

• 2/ Constatations: « structures anthropologiques »

- —> « constantes », malgré les évolutions historiques/ techniques/sociales
- —> « constantes », malgré les différences sociologiques
- —> quelques « variables », à ne pas nier

• 3/ Méfiance par rapport au « DISCOURS ALPHA »

- —> organise le monde par un discours rassurant (—> petite enfance) et/ou « vendeur » (—> idéologie, media...)
- —> induit une image idéalisée du « PASSÉ »

MOTS CLÉS

MYTHE

SIDÉRATION

INNOMMABLE

DISCOURS ALPHA

QUÉRULENCE

SYMBOLIQUE

EFFRACTION

HOMÉOSTASE

IMPENSABLE

INDICIBLE

« DIS-LE AUTREMENT »

EFFROI

MÉTABOLISER

DÉNI

TRAUMA?

2

ÉTUDE DE CAS

1850

1900

1950

1996

2000

7

6

5

4

1

2

3

8

- 1 apparition du symptôme: paraplégies récurrentes (aléatoires)
- 2 de 1996 à 2000, explorations variées (neuro / microbiennes / virales ...)
- 3 consultations psychiatriques, puis travail psychanalytique
 - hypovigilance —> « indisposé » / problématique « femme »?
 - plan de maison —> « erreur » —> mort de la grand-mère
- 4 anamnèse: plancher / bille / « tu vas tuer ta grand-mère »
- 5 anamnèse: conflits générations de Femmes (« soin » ou non?)
- 6 & 7 anamnèse: « histoires de famille » : pb de « soins » / « abandons)
- 8 clarification: « 2nd degré » / déculpabilisation de causes « fantasmées »
 - disparition du symptôme
 - nouvelle économie des « histoires de Femmes », Mythologie familiale alternative

TRAUMA



- **Étymologie**

- en Grec ancien, «blessure», « dommage », « avarie » (τραυμα)
- «traumaticus»: XVIème siècle, «ce qui guérit les blessures»
- XIXème & maintenant: événement qui n'a pas été susceptible d'une élaboration psychique en représentation (SYMBOLISATION) et donc n'a pu devenir «histoire» parlée
- modalité de défense archaïque: dénégation / scotomisation / alexithymie / somatisation / amnésie / état de choc / cauchemars...
- risque de ré-émerger dès qu'un événement fait écho à la blessure initiale: sidération, «disruption», rupture du système de pare-excitation
- souffrance: continue
- risque d'effondrement du Moi / « dissociation traumatique »

TRAUMA & BLESSURE

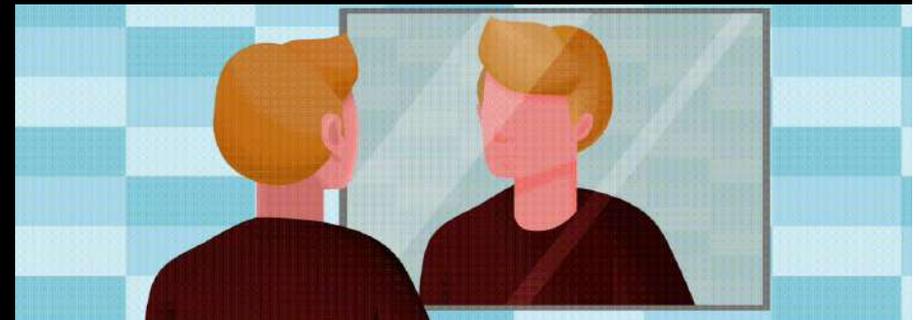
• BLESSURE:

- discontinu, dissonance cognitive, effraction, effroi
 - « réelle » (→ avérée)
 - « Imaginée » (→ fantasme)

• DEUX « SCÉNARIOS »

- 1/ Discours réunifiant → cicatrisation, deuil, reconstitution d'un « MOI » évolutif capable d'envisager présent et avenir
- 2/ Absence de « lisibilité », de compréhension, d'assimilation: faits in-dicibles, in-nommables, im-pensables
 - SIDÉRATION, Enkystement dans un symptôme répétitif (homéostasie)

• →→→ **TRAUMATISME**



TOXICITÉ= HISTOIRE D'ÉCHOS !...



PASSÉ*:
ENFANT

PASSÉ: PRÉ-
ADOLESCENT

PASSÉ:
ADOLESCENT

PRÉSENT:
ADULTE



SITUATION
BLESSANTE
ORIGINELLE=
TRAUMA 1

SITUATIONS "ANALOGUES" =
INDIFFÉRENCE, PETITES DÉPRESSIONS, OUBLI
DE LA SITUATION D'ORIGINE (amnésie,
scotomisation)

SITUATION
"ANALOGUE" + EFFET
D'ACCUMULATION=
TRAUMA 2

* voire... passé des
générations antérieures!
(→ Secrets de famille)



PHÉNOMÈNES "TOXIQUES" ARCHAÏQUES

- réification / instrumentalisation ("faux self")
- fusion (inceste focal, confusion des histoires, déni de l'altérité)
- abandon (absence de racines)
- conflit de Loyauté
- inhibition, castration, dévalorisation / non-narcissisation
- enfermement dans UN personnage (opportuniste, puis enkysté)
- flou "INSTITUTIONNEL / AFFECTIF / PERFORMATIF"
- confusion "LOI / HUMEUR"



PSYCHISME...

3

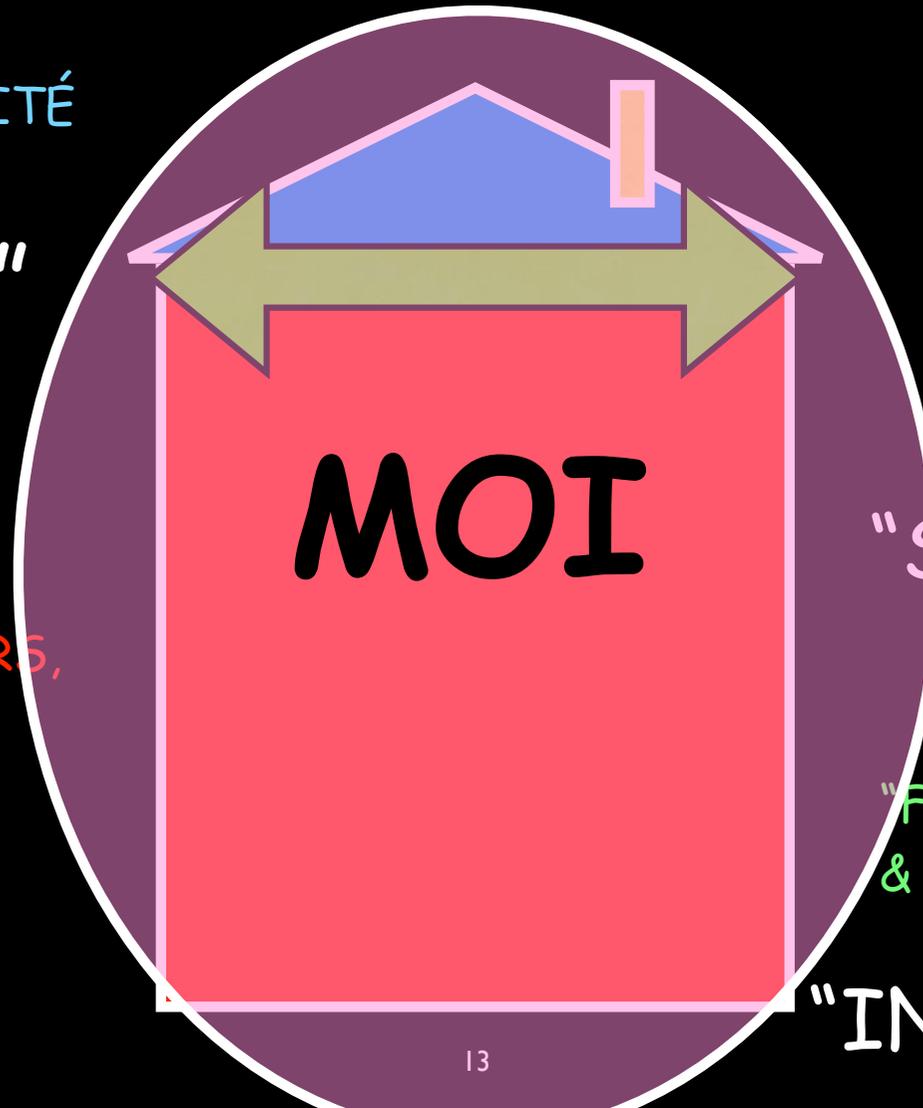
REPÈRES PSYCHOLOGIQUES: LE FONCTIONNEMENT DU PSYCHISME

INTERDITS FAMILIAUX
LOI, ÉTHIQUE
PRINCIPE DE RÉALITÉ

"SURMOI"

BESOINS, DÉSIRES,
PULSIONS

"ça"



"SOUPAPE"

RÊVE

SOMATISATION

DÉFOULEMENT

"CATHARSIS"

THÉÂTRALISATION

PAROLE

ART

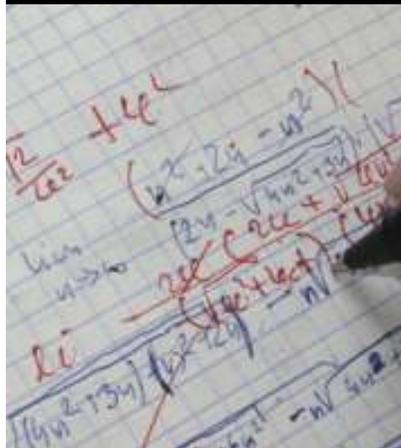
"SYMBOLIQUE"

"FILTRE" (gestion
& protection du MOI)

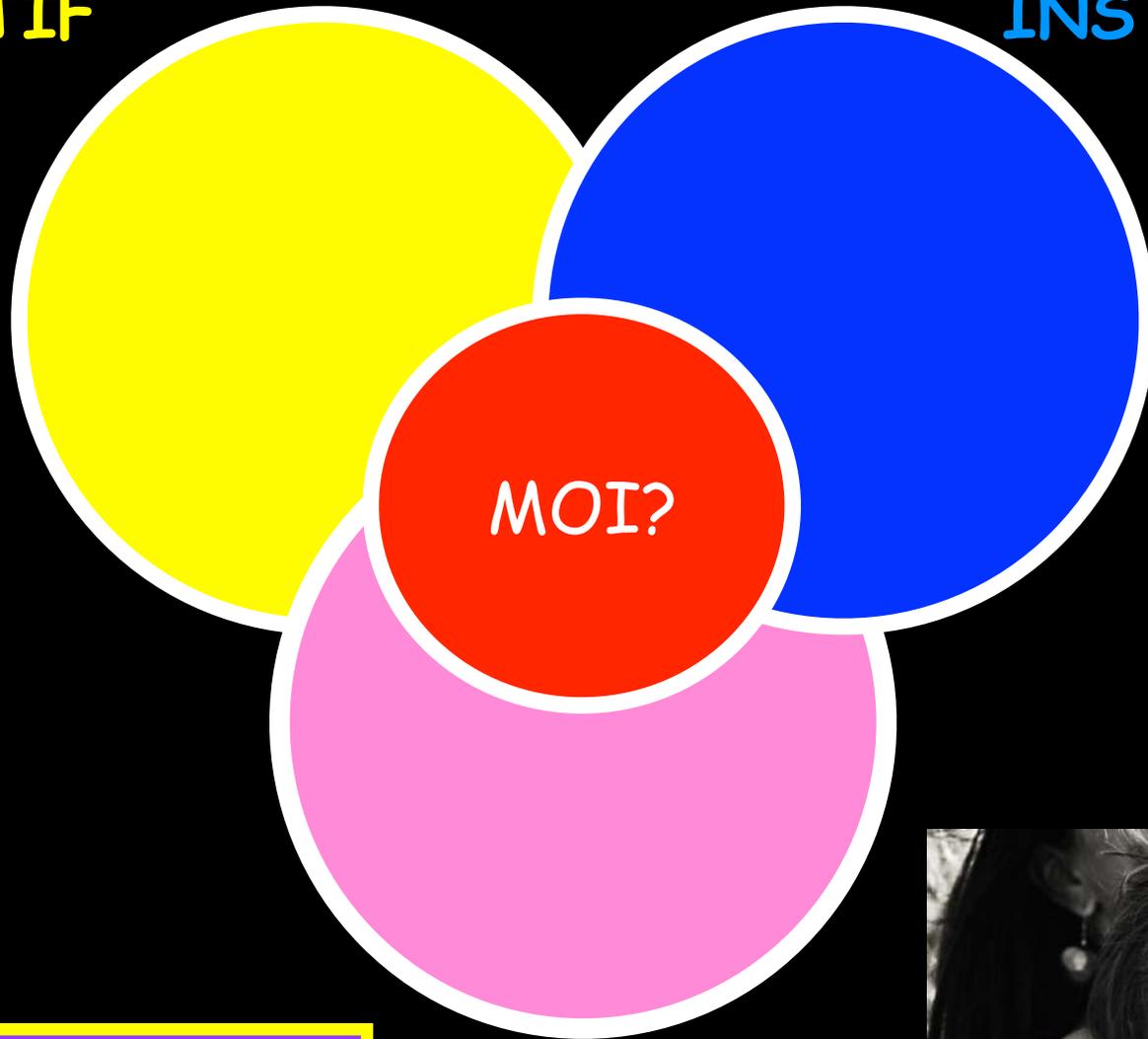
"INCONSCIENT"

QUESTIONS DE FRONTIÈRES...

PERFORMATIF



INSTITUTIONNEL



MOI?



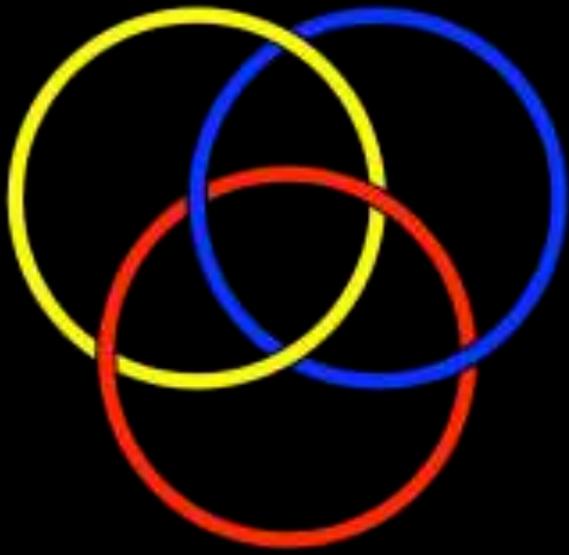
CONFUSION!

AFFECTIF

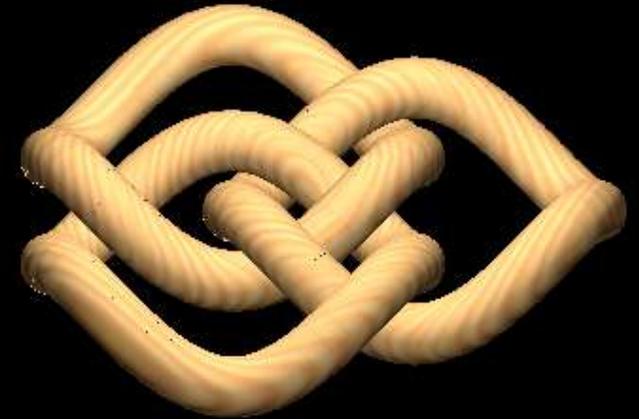
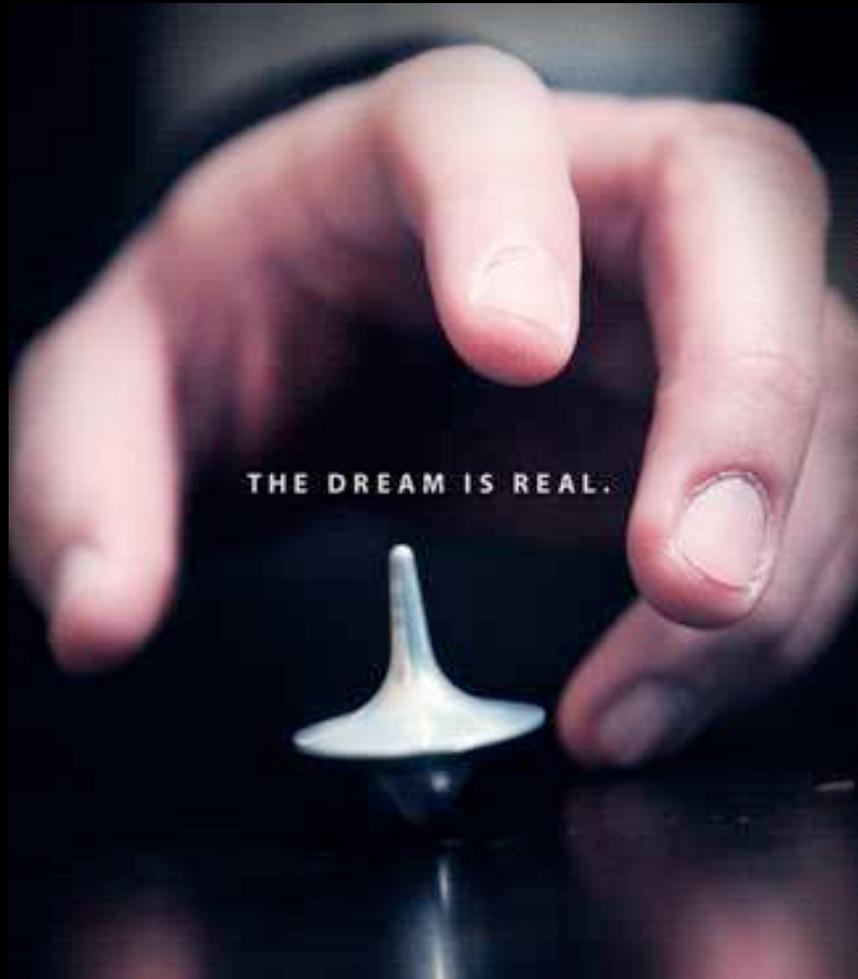


R.S.I.

4



IMAGINAIRE
SYMBOLIQUE
RÉEL



noeud borroméen

R.S.I.: répondre à la frustration! (1)

IMAGINAIRE

- FANTASMES ...
 - liberté totale (pas de censure)*
 - fantaisie infinie
 - ...

SYMBOLIQUE

- DECORUM
- EMBLÈMES
- RITUELS
- INSTITUTION, LOI, CODE
« UNIVERSEL »
- SATISFACTION SYMBOLIQUE
- « catharsis » (sport, art...)

RÉEL

- VIOLENCE D'ÉTAT
- COERCITION (sanction / punition!)
- MANIPULATION/DRESSAGE
- VIOLENCE MORALE
- VIOLENCE PHYSIQUE
- PULSION D'EMPRISE



R.S.I. (2)

- 
- fantasme libre, infini, anarchique, fantaisiste, ultra-violent éventuellement
 - fantasme organisé, cohérent, épique
 - fantasme élaboré, récit construit et imagé
 - fantasme dessiné
 - fantasme raconté métaphoriquement
 - négociation argumentée
 - allusion humoristique, « vanne »
 - gestuel mimé « discrètement »
 - gestuel plus affirmé (archétypes des médias), encore « pour de Faux »
 - simulacre de l'agression
 - agression réelle « légère » (gifle)
 - agression réelle « grave » (coup... arme...), « pour de Vrai » (sociopathe????)

■ RÉEL

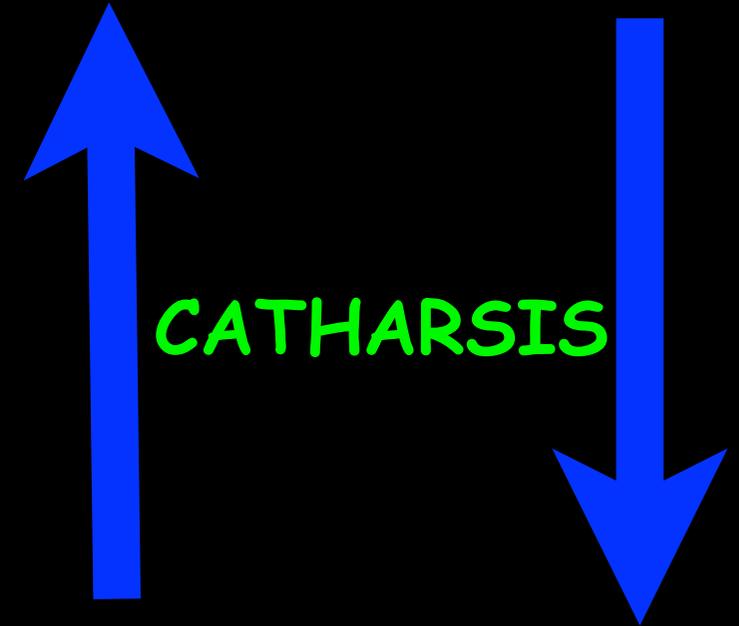
■ SYMBOLIQUE

■ IMAGINAIRE

R.S.I.



IMAGINAIRE
SYMBOLIQUE
RÉEL

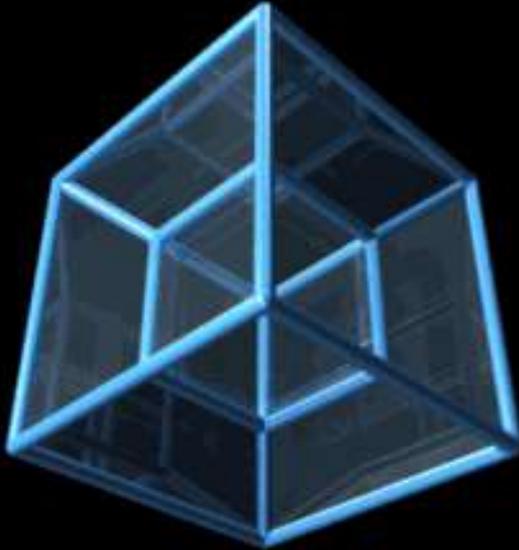


symboliser
le RÉEL, avec
une abstraction
croissante

réaliser
l'IMAGINAIRE
avec une
réification
croissante



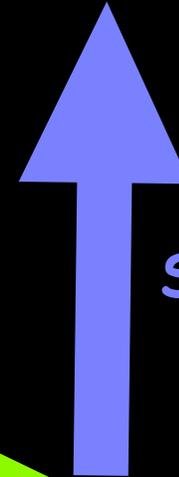
HYSTÉRISATION



demande apparente

symbolisation

déplacement

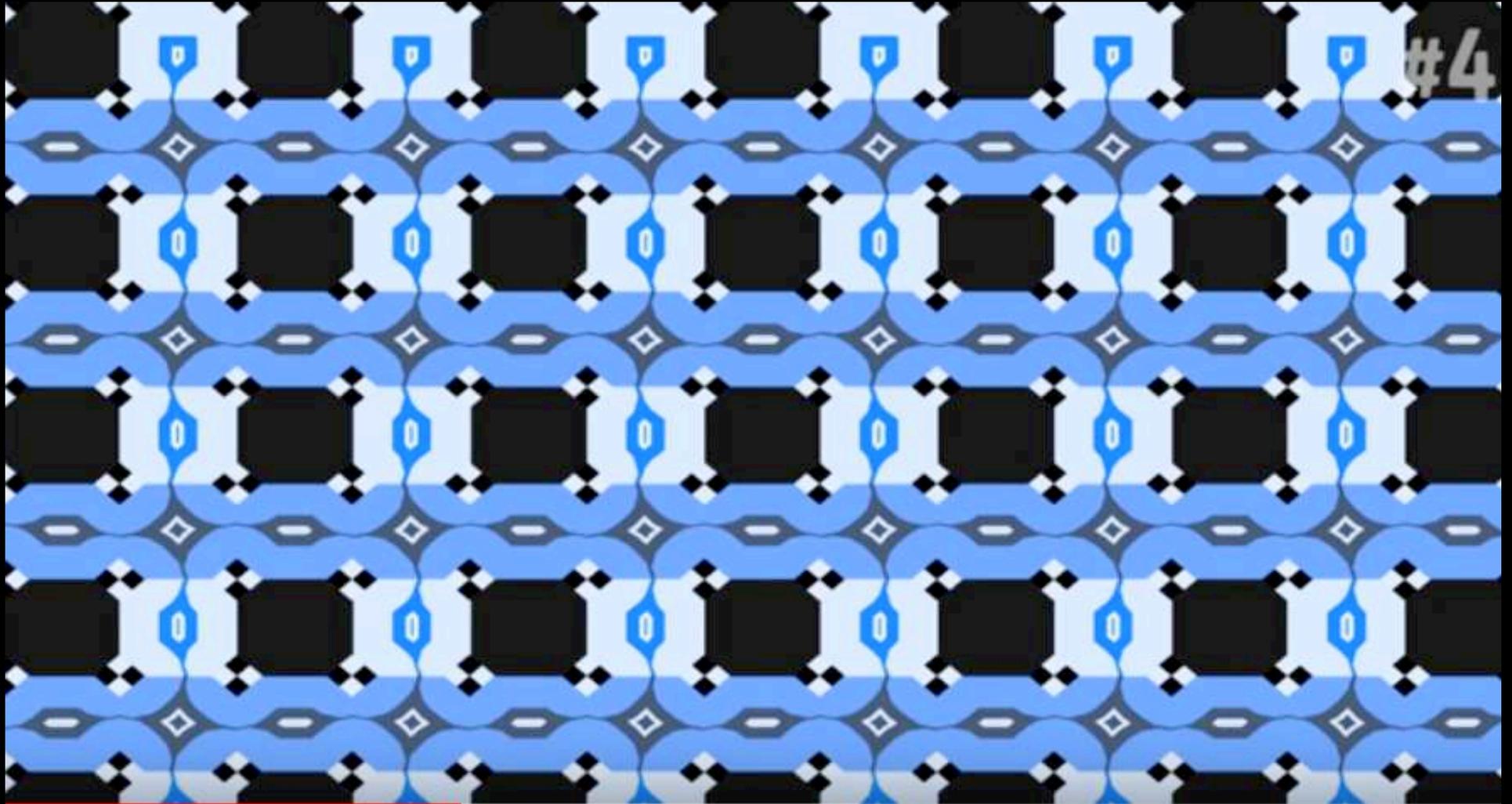


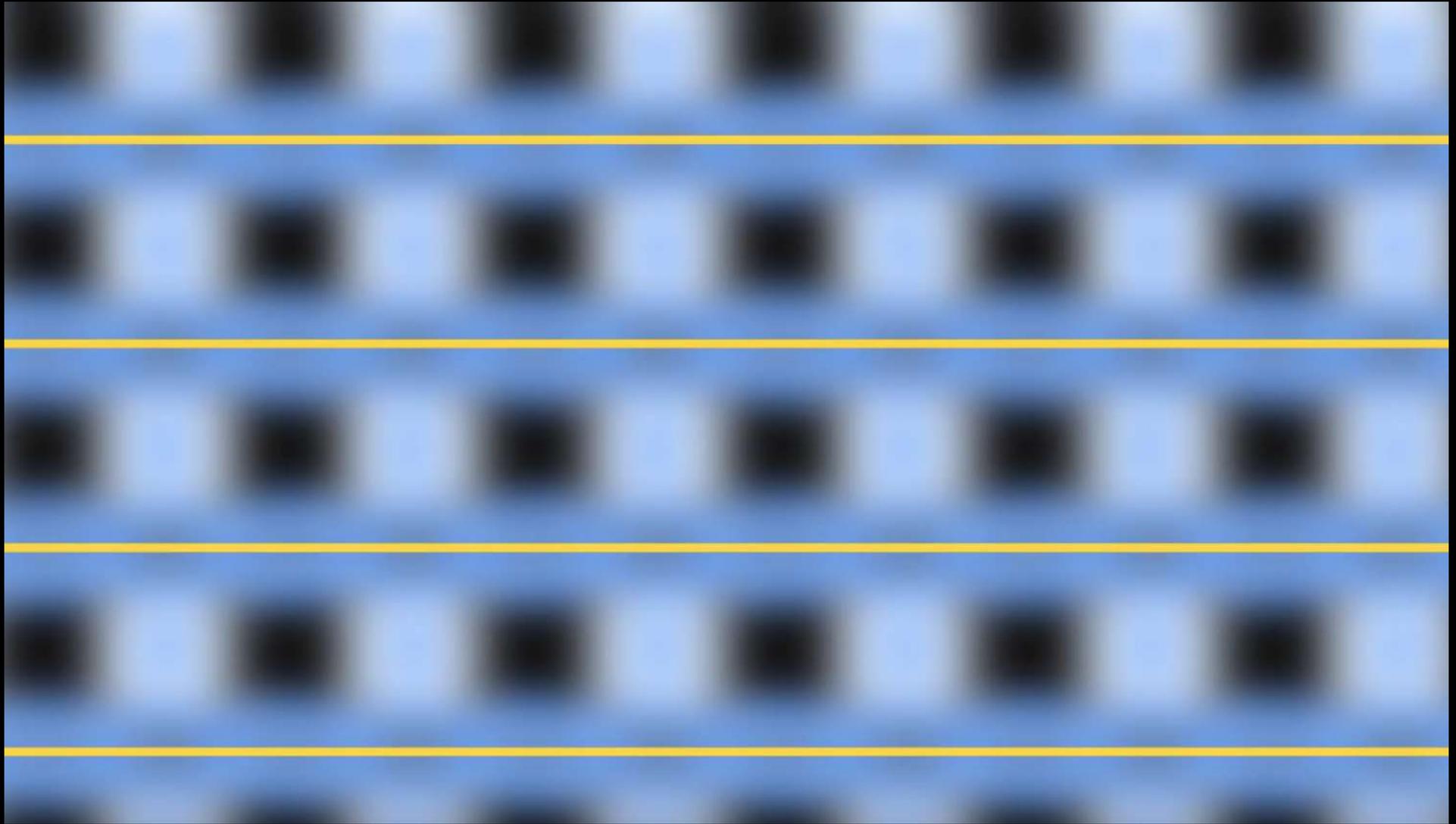
condensation

demande initiale

... À DÉCODER EN
REMONTANT LES FLÈCHES!

5

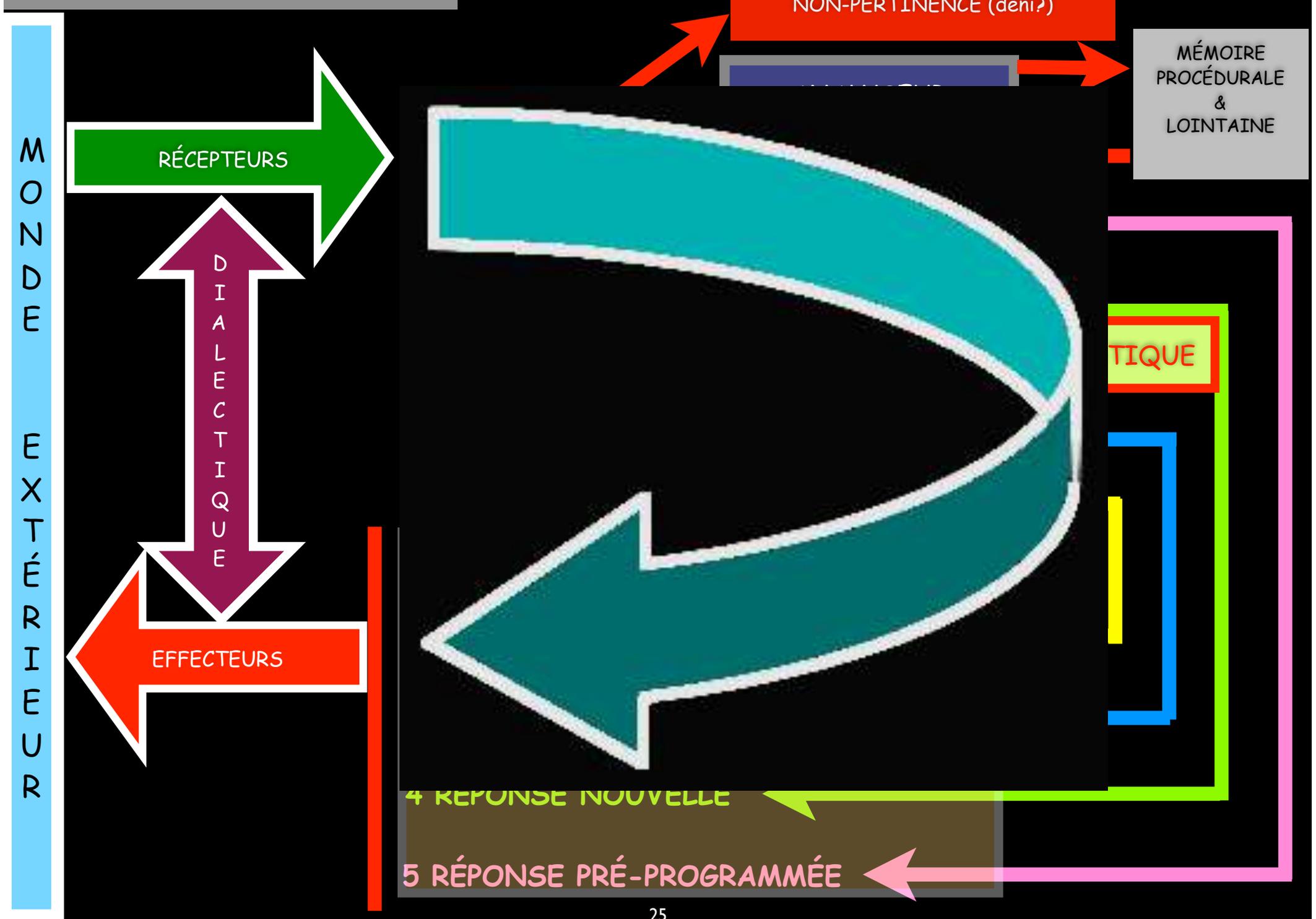




FOCALISATION → PERCEPTION

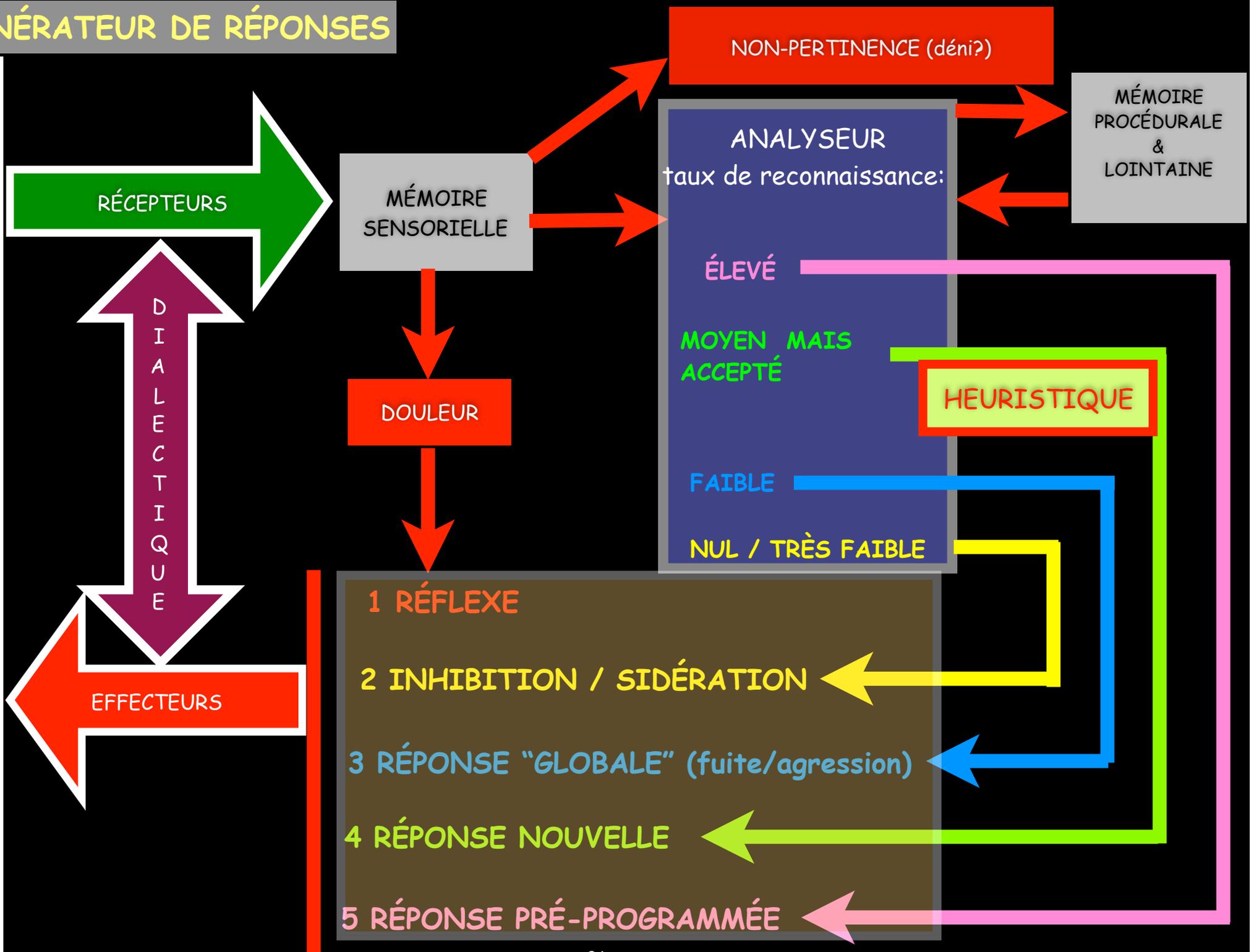
**Count how many times
the players wearing
white pass the ball**

GÉNÉRATEUR DE RÉPONSES



GÉNÉRATEUR DE RÉPONSES

MONDE EXTÉRIEUR



DISCOURS « ALPHA » (Bion)

- bébé / enfant / pré-ado / ado / adulte:

- flux de stimulus
 - incohérents, anarchiques
 - illisibles (pas de langage)
 - non représentables, non symbolisables



- PROTECTION:

- Amour (dyade)
- discours parental (dyade + tiers séparateur)
 - cohérent
 - racontable, représentable
 - rassurant (distance : deuil possible -se désenclaver!-)
 - préservant et facilitant une possible Altérité (Mue, échange)

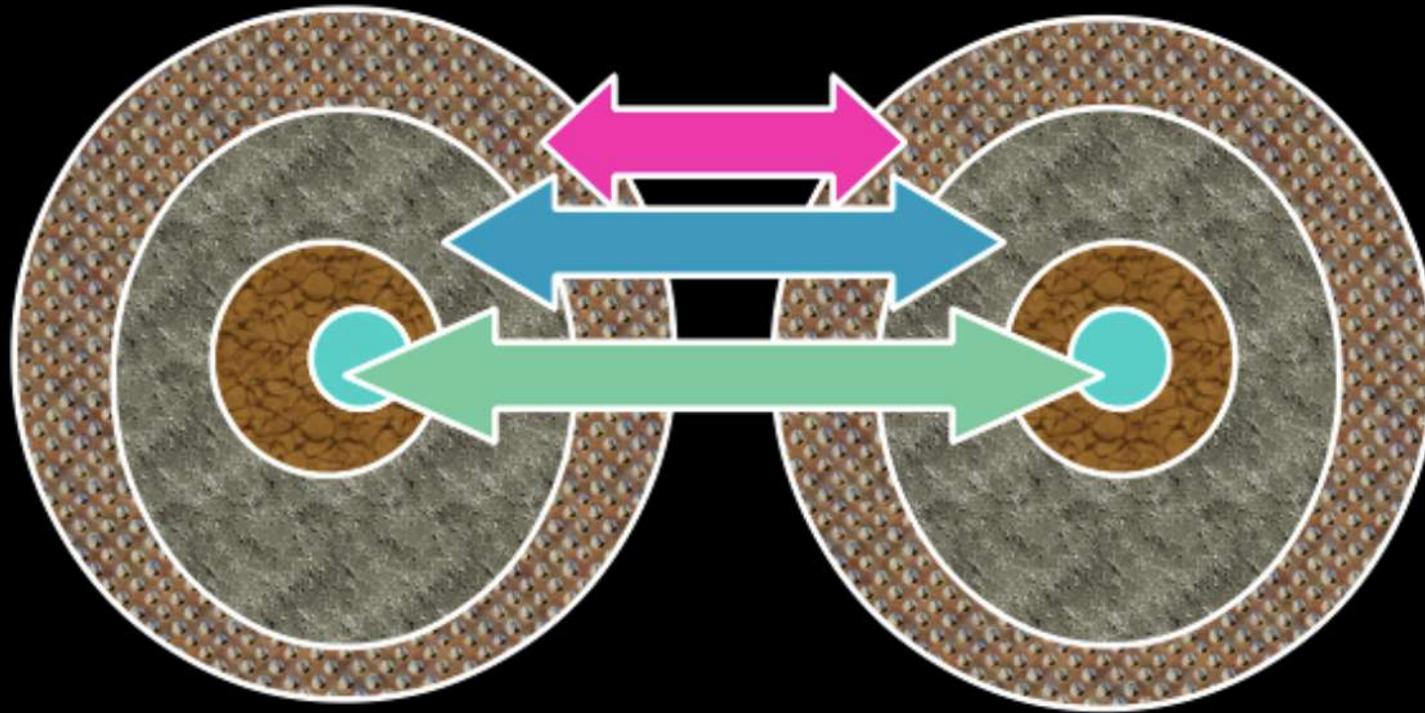


- ATTENTION! → NÉCESSAIRE MAIS... À « DÉNIAISER »

CRISE

6

INTRUSIONS



 • Théâtre social (« échafaudage »)

 • Théâtre affectif

 • Affects

 • « Moi » intime, « charpente »

 • Blessure narcissique

 • Contact superficiel

 • Ambiguïté (surtout si on maîtrise mal le

« SYMBOLIQUE »!)

1/ IDÉAL

CRISE!



IMAGINAIRE

→ conflit!

→ résolution symbolique
= « discours unifiant »

RÉEL

Temps

2/ SOLUTION DÉGRADÉE

→ conflit!

EFFROI,
SIDÉRATION

IMAGINAIRE

S. →

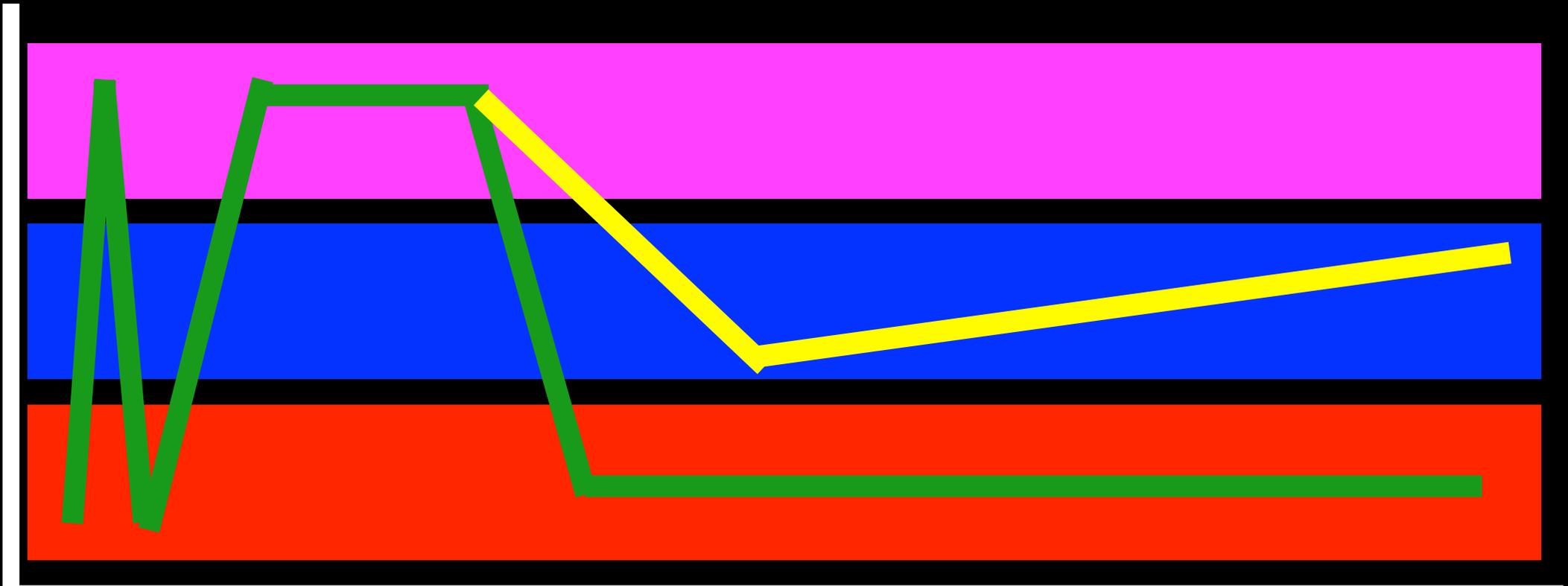
RÉEL



passage à l'acte/repli
(immédiat ou différé)

ÉDUCATION...

intensité



1

2

3

4

Temps

exigences parentales & scolaires?

IMAGINAIRE

SYMBOLIQUE

RÉEL

1: **dissonance cognitive** (Réal vs Imaginaire)

2: réponse Imaginaire « dé-lirante »

3: réponse « caractérielle »: Imaginaire projeté dans le Réel, « pour de Vrai » (DOULEUR)

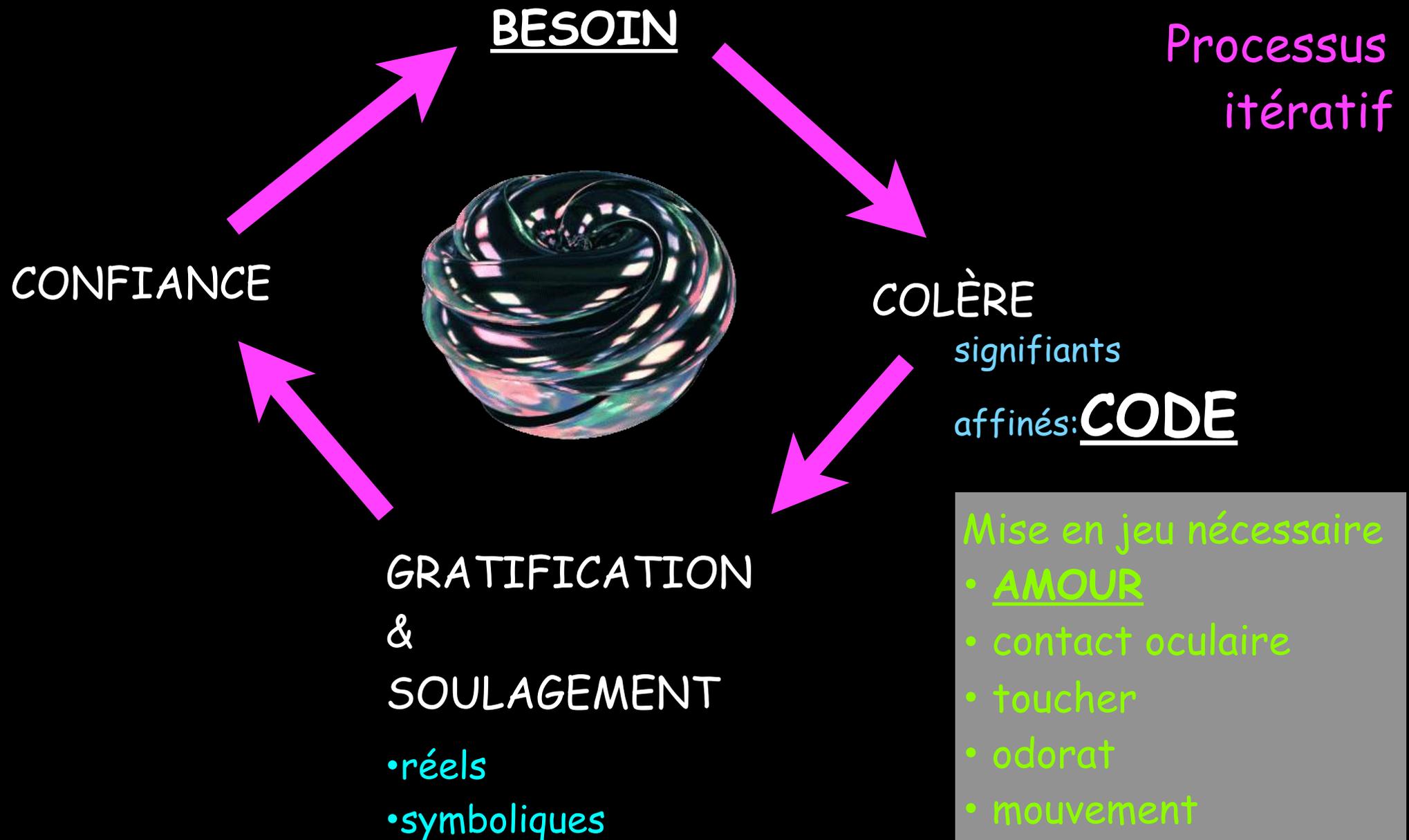
4: réponse « éduquée », élaboration **SYMBOLIQUE** « pour de Faux »

GENÈSE

7

THÉORIE DE L'ATTACHEMENT (1):clinique

«réussite»



THÉORIE DE L'ATTACHEMENT (2) : clinique

«échec»



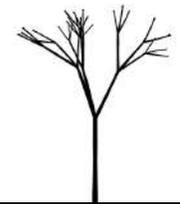
Mise en jeu:

- ignorer/être absent
- négliger
- ne pas décoder
- abus physique
- colère (humeur)/dépression
- NB: transgénérationnel !

* cf. border-line...(amygdale)



GRANDIR: ÉTAPES NÉCESSAIRES



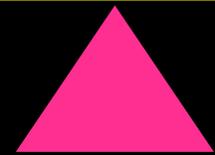
NOURRISSON

ENFANT

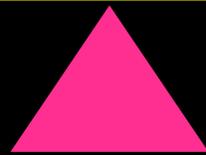
PRÉADO

ADO

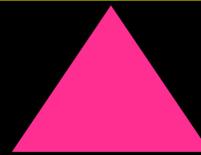
ADULTE



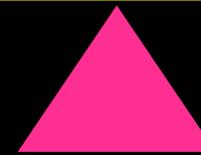
FUSION 1
INTÉGRALE
INDIVIDU
"OBJET"



FUSION 2,
DÉBUT
D'ALTÉRITÉ
INDIVIDU
"OBJET",
Commencement de
la séparation



DÉ-FUSION 1
INDIVIDU
"OBJET",
Émergence
cahotique du
SUJET



DÉ-FUSION 2
INDIVIDU
"OBJET"
&
"SUJET"
"MOI"S
EXPÉRIMENTAUX
STRUCTURÉS
SYMBOLIQUES



AUTONOMIE
INDIVIDU
"SUJET"
"MOI"
IDENTIFIÉ
capable de
se prêter
aux postures
sociales,
de dire
"OUI"
ou
"NON"!

"MOI"
DILUÉ DANS
LE "MOI"
MATERNEL

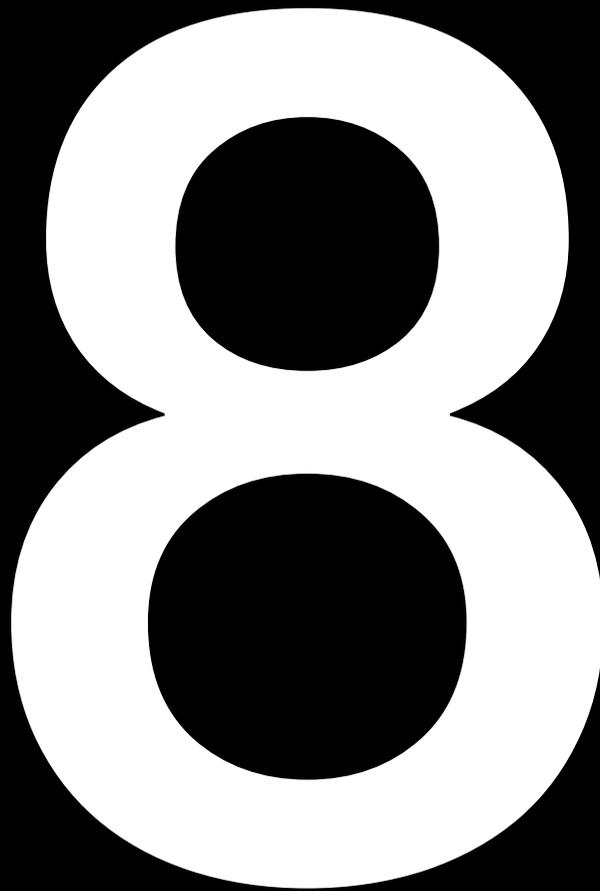
"MOI"
DILUÉ DANS
LE "MOI"
MATERNEL
&
PATERNEL

"MOI"S
EXPÉRIMENTAUX
FLOUS
IMAGINAIRES

« TIERS SÉPARATEURS »

« DYADE »

DÉFENSES DU « MOI »



À une passante

La rue assourdissante autour de moi hurlait.
Longue, mince, en grand deuil, douleur majestueuse,
Une femme passa, d'une main fastueuse
Soulevant, balançant le feston et l'ourlet ;

Agile et noble, avec sa jambe de statue.
Moi, je buvais, crispé comme un extravagant,
Dans son oeil, ciel livide où germe l'ouragan,
La douceur qui fascine et le plaisir qui tue.

Un éclair... Puis la nuit ! - Fugitive beauté
Dont le regard m'a fait soudainement renaître,
Ne te verrai-je plus que dans l'éternité ?

Ailleurs, bien loin d'ici ! Trop tard ! Jamais peut-être !
Car j'ignore où tu fuis, tu ne sais où je vais,
Ô toi que j'eusse aimée, ô toi qui le savais !

Charles Baudelaire, Tableaux parisiens



La rue assourdissante autour de moi hurlait.

Longue, mince, en grand deuil, douleur majestueuse,

Une femme passa, d'une main fastueuse

Soulevant, balançant le feston et l'ourlet ;

Agile et noble, avec sa jambe de statue.

Moi, je buvais, crispé comme un extravagant,

Dans son oeil, ciel livide où germe l'ouragan,

La douceur qui fascine et le plaisir qui tue.

Un éclair... Puis la nuit ! - Fugitive beauté

Dont le regard m'a fait soudainement renaître,

Ne te verrai-je plus que dans l'éternité ?

Ailleurs, bien loin d'ici ! Trop tard ! Jamais peut-être

!

Car j'ignore où tu fuis, tu ne sais où je vais,

Ô toi que j'eusse aimée, ô toi qui le savais !

Charles Baudelaire, Tableaux parisiens

50/60%

40/50%

30/40%

20/30%

20/30%

10/20%

5/10%

0/5%

0/5%

à

commenter

- "silhouette
- maison
- sombre
- orage
- échappée
- légèreté
- soleil
- verre
- élégante
- étroit
- criarde
- voile
- café"

Mots "inventés" (5/10%)

MÉCANISMES DE DÉFENSE*

DSMIV

1	FACTUEL	Passage à l'acte, agressivité contre Soi &/ou les autres, hypocondrie, somatisation
2	BORDERLINE	Clivage de représentation (« ON/OFF »)
3	DÉSAVEU	Déni, projection, faux self, repli autistique, « crypte »
4	NARCISSIQUE	Omnipotence, idéalisation, dépréciation (quérulence)
5	NÉVROTIQUE	Refoulement, dissociation, hystérisation, formation réactionnelle, inversion des rôles, répétition...
6	OBSESSIONNEL	Intellectualisation, annulation rétro-active historisante, isolation (affects absents), « frénésie mémorielle »
7	MATURE	Affiliation, échanges, altruisme, anticipation, humour, sublimation (catharsis, art, sport...)

*épuisants pour l'économie psychique!³⁹ → indisponible pour l'altérité

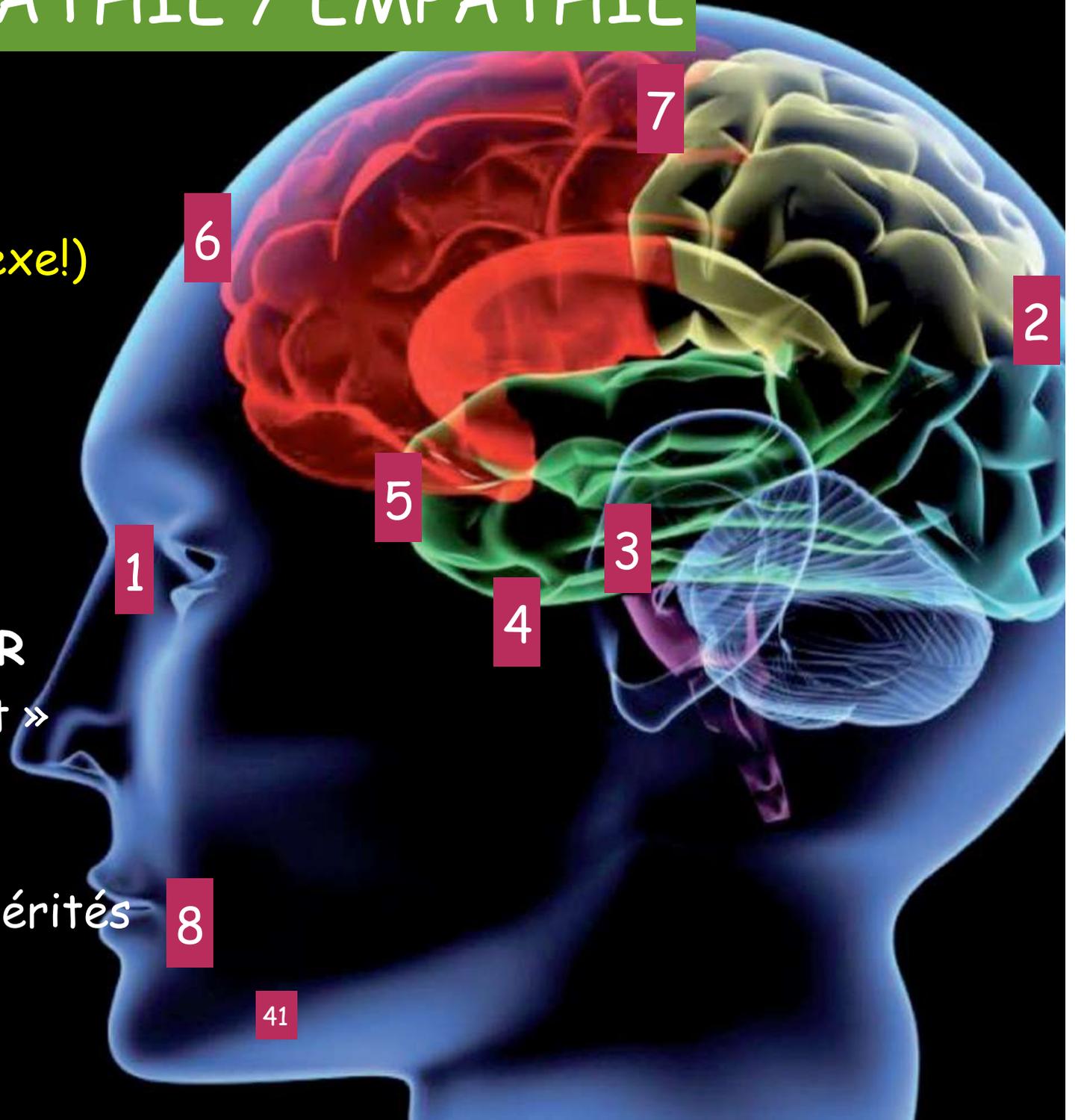
INHIBITIONS

9

SYMPATHIE / EMPATHIE

- 1/ Vision/perception
- 2/ Identification
- 3/ Traitement (complexe!)
- 4/ amygdale
- 5/ noyau accumbens
- 6/ cortex préfrontal
- 7/ neurones-miroirs
- 8/ partage de codes
- 9/ **DÉSIR DE SAVOIR**
 - Discours « unifiant »
 - Négociation
 - Discernement
 - « lissage » des aspérités

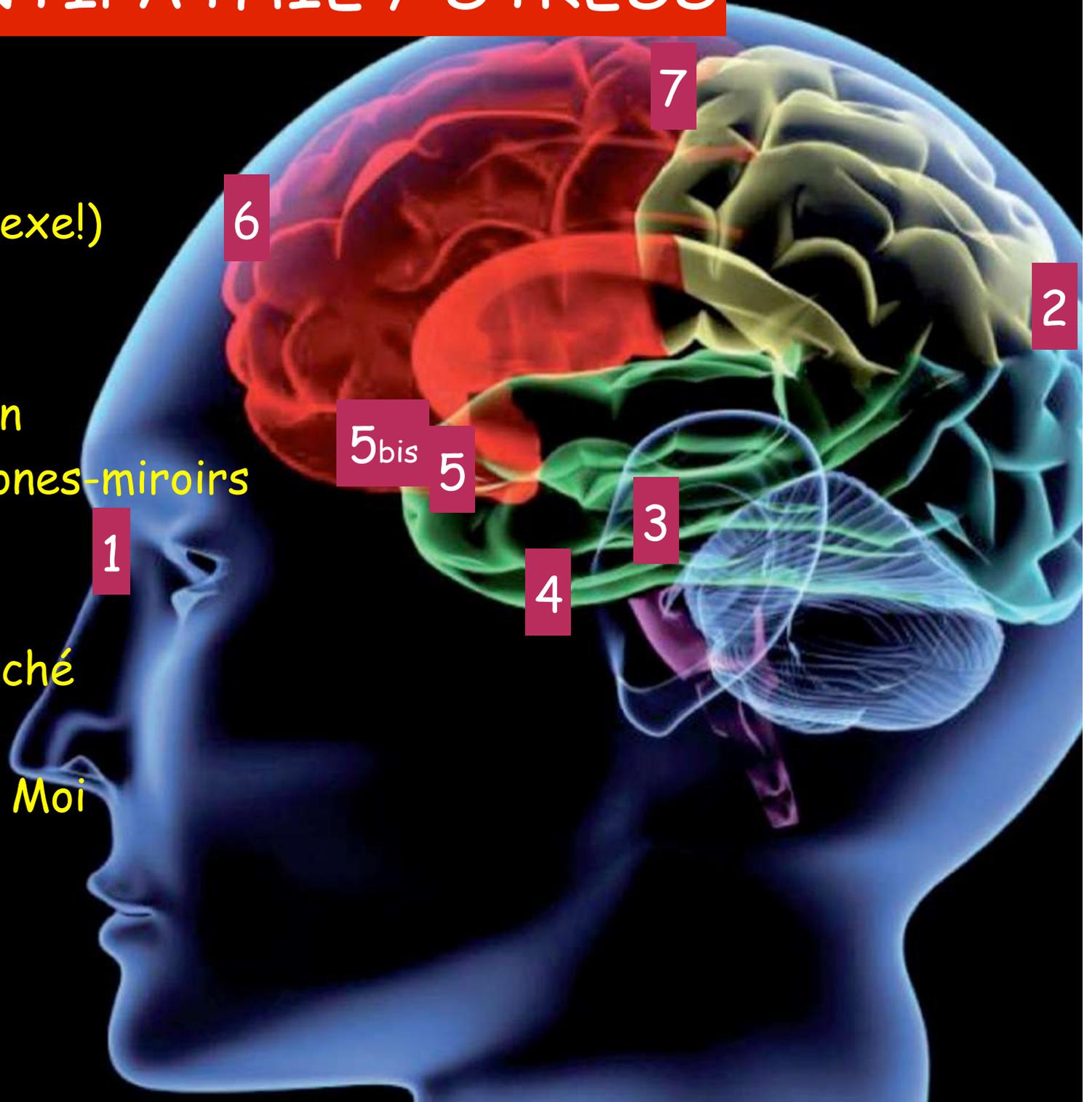
- ANALOGIES
- ACCUMBENS



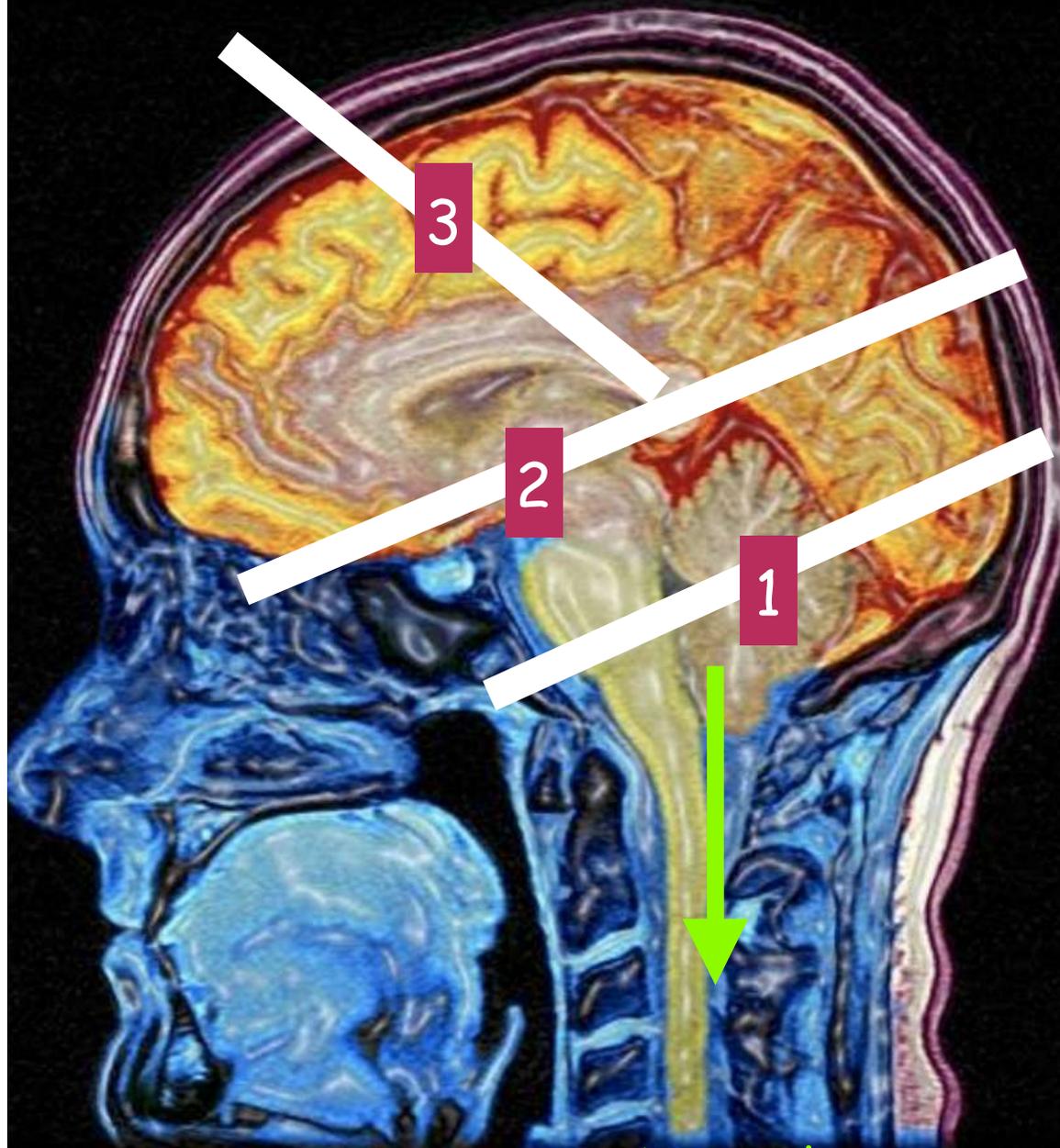
ANTIPATHIE / STRESS

- 1/ Vision/perception
- 2/ Identification
- 3/ Traitement (complexe!)
- 4/ amygdale
- 5bis/ insula
- 5/ cortex → intrusion
- 6/ inhibition des neurones-miroirs
- 7/ REPLI SUR SOI
 - Réflexion biaisée
 - Discernement empêché
 - Déni du réel
 - -> effondrement du Moi

- DIFFÉRENCES
- INSULA



TRAUMATISME = « façon puzzle »...



Cortisol
noradrénaline

- 1/ inhibition de la transmission de cortisol & noradrénaline (ACTION)
- 2/ rupture du lien entre cerveau limbique (ÉMOTIONS) et cortex (PENSÉE)
- 3/ rupture du lien entre cortex préfrontal/suborbital et le néocortex (ANALYSE / COMPARAISON / DISCERNEMENT / DÉCISION)

EFFONDREMENT



RÉPARATIONS

10

RÉPARATION: RÉORGANISATION





RÉPARATION 1

- NE PAS RÉITÉRER LES SITUATIONS TOXIQUES!!!
 - cf. Supra (p.9)
 - Dans le cadre scolaire:
 - réification / instrumentalisation ("faux self")
 - conflit de Loyauté
 - inhibition, castration, dévalorisation / non-narcissisation
 - enfermement dans UN personnage (opportuniste, puis enkysté)
 - flou "INSTITUTIONNEL / AFFECTIF / PERFORMATIF"
 - confusion "LOI / HUMEUR"



RÉPARATION 2

- « PARLER » le trauma initial:
 - Reconnaissance du choc
 - « Dire autrement » : ABRÉACTION, par degrés successifs:
 - 1. Analogies, images (-> « muthos »: « c'est comme si ... »)
 - 2. Perlaborer un récit « cohérent » « FINI » (« n » versions successives, avec des médias différents): « identité narrative », « Vérité psychique », non « Réalité » → **MÉTABOLISER LE RÉCIT**
 - 3. Dire l' « universalité »: Culture, mythes, contes etc...: structures anthropologiques → **HUMANISME**
 - 4. Dire l'Histoire, le contexte « objectif » (étape à retarder...)
 - Prise en compte par l'Institution des faits
 - Séparer la personne de ce qui lui est arrivé (attention à la victimisation!) →→→ le récit se sépare du sujet (catharsis!)



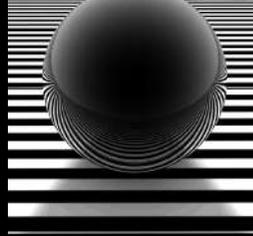
• PROPOSER UNE ALTÉRITÉ

- « La mémoire, c'est fait pour oublier » (Giraud)
- Renoncer à « l'avant-traumatisme » → MUES
- Apprentissage de nouveaux codes
- Émotions nouvelles
- Connaissances nouvelles
- Présentation d'évolutions futures (arborescence...)
- Respect du rythme de chacun...



• ... AVEC BIENVEILLANCE & ÉQUANIMITÉ!

LOGOS



MUTHOS

ensemble de SIGNES univoques

"dénotation": sens universel et précis

les éléments sont liés par des relations de causalité (scientificité: universalité, nécessité, reproductibilité)

"objets"= éléments pondérables, mesurables, objectivables

Sciences, monde de la technique, de la Loi, ...

ensemble de SYMBOLES équivoques ("SECOND DEGRÉ")

"connotation": sens "privé", faisant allusion à une histoire commune

la relation entre éléments est de "contiguïté" (pensée magique)

"objets"= éléments impondérables, affects, sentiments, émotions, opinions: tout ce qui est "ressenti"

Arts, poésie, discours "au second degré", hystérie, complicités...

MYTHE: à perlaborer...

- «Scénario répétitif»
 - moyens mnémotechniques (scansion, balises narratives...)
 - situations archétypales théâtralisées («topiques»)
- **sacralisé par des rituels**
 - temps
 - lieu
 - decorum & protocole
- **qui transmet des savoirs & des savoir-faire**
 - «culture», «modes d'emploi»
 - protocoles sociaux
- **répond aux angoisses des Hommes»**
 - perte / mort / au-delà
 - Traumatismes (lyrisme!)
 - «destin» / inopiné
 - Philosophie (causalité / finalité)





Mettons des mots sur
les mains, des jeux sur les
désirs, des scénarios sur
les pulsions !

J. Génat