7 octobre 2023

Réflexions sur l'impact psychopathologique de l'attaque du Hamas du 7 octobre 2023. Évolutions du psycho-traumatisme.

Dr Patrick Bantman, psychiatre Honoraire des hôpitaux, Paris.

Parie 3 Le concept d'« invalidation traumatique »

Habituellement, une personne victime de traumatisme suscite dans son entourage une forme d'empathie qui favorise l'aide et le soutien. Lorsque la souffrance est déniée ou minimisée, il devient beaucoup plus difficile pour la victime de bénéficier de cette aide. Le concept d'« invalidation traumatique » a été introduit en 2025 par les psychologues Miri Bar Halpern et Jaclyn Wolfman à propos de la communauté juive américaine après le 7 octobre [1]. Pour les juifs cités dans leur étude, « l'invalidation traumatique » a pris la forme de personnes, relations, collègues qui se sont mis à les ignorer ou à les éviter après le 7octobre, tandis que certains suggéraient même qu'Israël l'avait bien mérité, ou encore leur ont dit qu'ils « réagissaient d'une manière excessive aux commentaires antisémites ». L'invalidation traumatique désigne le déni, la minimisation ou la disqualification de la souffrance d'une personne ayant vécu un traumatisme. En effet, le traumatisme du 7 octobre n'est pas toujours reconnu, voire il est parfois nié, par l'entourage ou certains groupes sociaux, ce qui aggrave la blessure initiale. Il s'agit d'un facteur aggravant majeur, par la minimisation ou la négation de la souffrance. « Les comportements invalidants peuvent prendre de multiples formes, mais ils partagent une caractéristique commune : ils attaquent l'estime de soi, la valeur de la personne, en lui faisant comprendre qu'elle est mauvaise, qu'elle a tort, qu'elle n'est pas acceptée et indésirable[2]. » Cette invalidation empêche la reconnaissance nécessaire à l'élaboration psychique et renforce l'isolement du patient. Sur les campus, les étudiants et les enseignants juifs sont confrontés à une hostilité croissante, marquée par le harcèlement antisémite, l'ostracisme social et diverses formes d'intimidation. Beaucoup d'évènements culturels avec des intervenants juifs ou israéliens sont annulés ; le lien à Israël est souvent diabolisé et le sionisme assimilé à une idéologie coloniale et à la violence. `

Il existe aussi des tentatives pour nier ou minimiser la gravité des attaques du 7 octobre. Les conséquences de ces formes d'invalidation traumatique seront d'accentuer la vulnérabilité émotionnelle et d'empêcher toute évolution thérapeutique favorable voire de favoriser la rechute. Toutes les personnes juives en soin rapportent un sentiment d'isolement, d'insécurité, face aux slogans hostiles et aux manifestations répétées de défiance. Les personnes dont les expériences sont ainsi invalidées ou minimisées peuvent être à risque de présenter une gamme de symptômes, parmi lesquels notamment des sautes d'humeur, de l'anxiété, un état dépressif et même un stress post-traumatique.

Réactions des professionnels

[1] Miri Bar Halpern et Jaclyn Wolfman, « Traumatic invalidation in the Jewish community after October 7 », *Journal of Human Behavior in the Social Environment*, Vol. 35, n°8, p. 1366-1393. Cet article a été commenté par Céline Masson, à qui nous empruntons certaines formulations.

[2] Cf. Melanie S. Harned, *Treating trauma in dialectical behavior therapy: The DBT prolonged exposure protocol (DBT PE)*, Guilford Press, 2022, p. 195. La traduction est de l'auteur.

Comment les professionnels du soin réagissent-ils eux-mêmes ? Des organismes destinés à soigner le psycho-traumatisme existent à travers le territoire français, et ce depuis les attentats de 2015, et même avant. Ainsi, diverses cellules d'urgences médico-psychologiques, le Réseau National France Victimes, l'Institut de victimologie à Paris, le Centre national de ressources et de résilience, pour ne citer que ces exemples, prennent en charge les victimes de traumatisme psychique. Diverses associations sont dédiées à des traumatismes spécifiques. J'ai évoqué plus haut la mise en place par la communauté juive d'une cellule de crise composée de médecins psychiatres, psychologues et infirmiers bénévoles, qui fonctionne toujours à ce jour.

En France, de nombreuses réunions ont été organisées pour parler de l'attaque du Hamas, comme celles de l'association Schibboleth, pour essayer de comprendre l'événement et de nommer les réactions en chaine qu'il a déclenchées. Des formations ont par ailleurs été mises en place pour mieux faire connaître les effets du psycho-traumatisme et son traitement. Par exemple, le protocole SIX C/ 6C, protocole de premier secours psychologiques déployé par l'armée israélienne et l'armée américaine, permet d'acquérir des compétences pour apporter, dès les premières minutes de l'événement, les premiers soins psychologiques. Grâce à cette approche, victimes et témoins retrouvent immédiatement leur capacité à fonctionner normalement et efficacement. En Israël, les professionnels de santé mentale prennent en charge les personnes ayant subi et déclaré un traumatisme psychologique. sachant que la population dans son ensemble devrait aussi être pris en charge. Un Israélien sur trois présente des signes de stress post traumatique.