

LE TRAUMATISME VICARIANT OU TRAUMATISME SECONDAIRE

LE SAVIEZ-VOUS ?

En France, ce sont **420 000** patients qui ont été hospitalisés en psychiatrie en 2017.¹

Pour mettre toutes les chances de votre côté face à la maladie, l'équipe médicale de Concilio vous accompagne personnellement.

TRAUMATISME VICARIANT : DE QUOI S'AGIT-IL ?

Le traumatisme vicariant ou secondaire est également appelé traumatisme par procuration. Il s'agit d'une dépression professionnelle qui concerne particulièrement les travailleurs dans la relation d'aide.

L'écoute ayant toujours des conséquences sur l'écouter, l'exercice de leur métier peut engendrer un traumatisme chez les thérapeutes à force d'entendre des faits traumatiques et perturbants. Il en est de même pour les soignants qui vivent continuellement les traumatismes de leurs patients.

Les travailleurs sociaux, humanitaires, journalistes ou les premiers répondants sont aussi exposés au traumatisme vicariant. Ceux qui ont déjà vécu eux-mêmes des traumatismes personnels peuvent être plus vulnérables. La confrontation avec l'expérience traumatisante des victimes peut avoir des effets cumulatifs pouvant devenir permanents chez l'écouter qui a développé une empathie envers les sujets.

SYMPTÔMES ET SIGNES

Une personne souffrant du traumatisme vicariant peut présenter les signes et symptômes suivants :

- un retrait social ;
- des troubles de l'humeur ;
- une tendance à l'agression et une sensibilité à la violence ;
- la sidération ;
- les insomnies ;
- une altération des fonctions cognitives ;
- le cynisme ;
- des troubles sexuels ;
- une hypervigilance ;

- des difficultés à gérer les limites avec les patients ;
- des problèmes de confiance, d'estime de soi, d'intimité et de contrôle ;
- etc.

POURQUOI ÊTRE BIEN ACCOMPAGNÉ EN CAS DE PROBLÈME DE SANTÉ ?

Concilio vous permet de bénéficier du meilleur du système de santé. Notre équipe médicale vous accompagne de manière personnalisée dans toutes vos problématiques de santé.

- Dans 45% des cas, votre diagnostic ou votre traitement médical pourraient être optimisés.
- 9 médecins sur 10 ont déjà prescrit des actes injustifiés : actes chirurgicaux, examens, doublons, mauvaises pratiques...
- Tous les centres hospitaliers ou centres de traitement ne sont pas égaux. Certains d'entre eux sont plus ou moins adaptés à votre maladie.
- La médecine se spécialise de plus en plus. Il est parfois complexe d'obtenir une information fiable et de s'orienter vers le bon médecin adapté à votre besoin.

Pour votre santé et celle de vos proches, mettez toutes les chances de votre côté avec Concilio.

CONSULTER NOTRE ÉQUIPE MÉDICALE

PRISE EN CHARGE

La prise en charge adaptée au traumatisme vicariant visent à améliorer l'équilibre, la connexion et la conscience de la personne concernée. De nombreuses approches sont possibles pour définir la stratégie d'adaptation. Il pourrait s'agir :

- de soins personnels réalisés fréquemment incluant des consultations professionnelles confidentielles axées sur le traumatisme ;
- de repos ;
- d'évasion ;
- de jeux ;
- etc.

Des stratégies de transformation devraient être associées afin d'aider les soignants à concevoir leur vie en communauté et à donner un sens à leur travail. Comme le traumatisme vicariant a des percussions aussi bien sur la vie professionnelle que personnelle d'un travailleur, chaque stratégie doit être appliquée à ces deux cadres de vie.

Diverses organisations fournissant des services d'écoute peuvent aussi être d'une grande aide pour soulager le traumatisme vicariant.

Des recherches dévoilent que plusieurs activités simples procurent du bonheur et du bien-être et contribuent à soulager l'impact des traumatismes secondaires. Les personnes qui adoptent consciemment la gratitude sont aussi plus heureuses. Les activités en dehors de travail sollicitant des efforts créatifs peuvent également accroître le bonheur des personnes

touchées par le traumatisme vicariant. Enfin, la pratique du yoga ou de la méditation peut aussi s'avérer efficace contre le traumatisme par procuration.