

A circular wreath of various botanical illustrations, including ferns, red and green leaves, orange flowers, and purple flowers, surrounding a central white circle.

Une approche sensible aux traumas pour mieux comprendre la régulation de l'affect des jeunes exposés.es à la violence familiale

Katherine Maurer PhD LMSW

Université de McGill

École de travail social

Reconnaissance de la terre

L'Hôtel Omni Mont-Royal est situé sur des terres autochtones non cédées. La nation Kanien'kehá:ka (Mohawk - une nation des Haundenosaunee) est reconnue comme la gardienne des terres et des eaux où nous nous trouvons aujourd'hui. Tiohtiá:ke/Montréal est historiquement connu comme un lieu de rassemblement pour de nombreuses Premières nations.

Aujourd'hui, elle accueille une population diversifiée d'autochtones, d'Inuit, Métis et d'autres peuples. Nous respectons les liens continus avec le passé, le présent et l'avenir dans nos relations avec les peuples autochtones et autres au sein de la communauté de Tiohtiá:ke.



Agenda

- Une approche sensible au trauma (AST) de la violence au sein de la famille
- Les expériences traumatogènes
 - Processus d'adaptation
 - L'auto-régulation de l'affect
- Une recherche phénoménologique sur les expériences de régulation de l'affect parmi des adolescents.es ayant subi de la violence familiale
- Les interventions AST
 - Humilité culturelle et sécurité culturelle

Qu'entend-on par "trauma" ?

- Le TRAUMA est une blessure physique, les réactions émotionnelles, psychologiques ou comportementales (temporaires ou chroniques) à une blessure, ainsi qu'un événement ou une expérience qui cause une blessure (Merriam-Webster, n.d.).
- Que sous-entendons-nous lorsque nous utilisons le langage biomédical de la blessure, c'est-à-dire le trauma, pour l'adaptation à un stress élevé ou à l'adversité ?
- Les événements, les expériences et les facteurs de stress sont TRAUMATOGENÈS : ils sont susceptibles de provoquer des modifications psychobiologiques, mais de nombreux individus ne subiront aucun changement à long terme dans leur fonctionnement ou leur comportement après avoir été exposés à des événements traumatogènes.

La violence familiale en tant qu'expérience traumatogène

- Deux origines de facteurs de stress : **Externe** or **interne**
 - **Externe** – Apports sensoriels : vue, son, odorat, toucher ; interactions sociales ; déficits de ressources et/ou obstacles à l'accès.
 - **Interne** – L'apport somatique ; la psyché et le corps physique
- Deux durées : **Aiguë** ou **Chronique**
 - **Aiguë** : Courte durée - un test, une prise de parole en public, etc.
 - **Chronique**:
 - Longue durée - conflit civil, pauvreté, oppression sociale
 - Activation fréquente - vivre avec un parent violent, brimades, microagressions basées sur l'identité
 - Épisodique : moins fréquente avec de longues périodes de faible menace
- Deux genres d'environnements à **haut niveau de stress**:
 - La dureté/la privation
 - Menace/imprévisibilité

Adaptation ou Trauma

- De nombreux comportements et réactions affectives sont pathologisés dans leur contexte comme étant dysfonctionnels, fous ou mauvais (Belsky et Pleuss, 2013; Ellis et Del Giudice, 2019)
- La théorie et la recherche fondées sur la neurobiologie conceptualisent le « dysfonctionnement » comme une adaptation différentielle à des environnements à haut niveau de stress et d'adversité (par exemple, l'exposition à la violence familiale) résultant de processus interactifs écologiques, complexes et développementaux.
- Hors contexte, l'adaptation et la modification à l'environnement sont des phénomènes neutres en termes de valeur (Belsky & Pleuss, 2013)
- Une adaptation peut ne pas être bien arrimée à un nouveau contexte lorsqu'elle se manifeste par une perte de flexibilité dans la capacité à s'adapter pour répondre aux besoins de nouveaux environnements



Les réponses au stress sont basées sur l'expérience antérieure

Nous attendons du monde qu'il soit conforme à ce que nous connaissons déjà. Nos cerveaux sont câblés, à force de répétition, pour réagir au passé et non au présent.



La régulation de l'affect : La clé de voûte du bien-être



- L'autorégulation de l'affect est définie comme une coordination de l'attention, des cognitions, de l'évaluation, des états émotionnels internes et des processus physiologiques pour maintenir l'homéostasie affective et gérer la réactivité comportementale en réponse à des stimuli internes et externes (Taipale, 2016)
- La régulation de l'affect est:
 - Au cœur d'une expérience continue du sens interne du soi ainsi que des motifs d'interaction du soi avec l'environnement externe (Taipale, 2016).
 - Un mécanisme central du système de réponse au stress et de l'adaptation au stress et à l'adversité
 - La mesure centrale de l'adaptation au stress et à l'adversité au fil du temps

Les approches sensibles au trauma (AST)



- Une approche holistique et écologique
 - Systèmes interpersonels
 - Systèmes sociaux
 - Environnements physiques
- La réponse aux événements traumatogènes est incarnée de manière inhérente dans le système de réponse au stress et adaptatif à l'environnement
- Priorisation de la collaboration, de la mutualité, de sécurité relationnelle et physique, de la transparence et du choix au sein des interventions

Les quatre principes d'AST



- *Réaliser* l'impact global des traumas ;
- *Reconnaître* les signes et les symptômes des traumas chez les utilisateurs.trices de services et le personnel ;
- *Répondre* et intervenir en intégrant les connaissances sur les traumas dans la pratique et les politiques ;
- Prévenir activement la *Retraumatisation*

(SAMHSA, 2014)

La Protection de l'enfance et le système de la justice pénale : Les systèmes carcéraux



- Le système de la justice pénale
définition de violence: L'intention de causer de mal
 - Résultats axés sur la justice
 - Binaires et unidirectionels
- Protection de l'enfance : l'État in loco parentis
 - Axé sur les résultats pour l'enfant
 - Soutien familial limité
- Les points communs carcéraux :
 - Essentialisation - des gens mauvais qui sont irrécupérables
 - Punition = redevabilité
 - Surveillance et restriction
 - Retrait des droits de la personne et des droits civils
 - La violence de l'État –psychologique, physique, et financière - est approuvée
 - Stigmatisation sociale et aliénation

A faint, stylized botanical illustration of a flower, possibly a tulip, is visible in the background of the orange banner. It features delicate lines for the petals and a central stem with leaves.

L'INCLUSIVITÉ
OU
ET/À LA FOIS



Une approche sensible aux traumatismes pour
mieux comprendre la régulation de l'affect des
jeunes exposés.es à la violence familiale



Données démographiques des participants



- 16 jeunes ont été recrutés.es soit d'un organisme communautaire offrant des services aux jeunes en situation d'itinérance, soit d'un centre de services ambulatoires en santé mentale entre 2018 et 2019
 - âgés.es de 15 à 25 ans
 - un.e non-binaire, sept femmes, huit hommes
- Exposition à la violence familiale au cours de l'année précédente :
 - 13 ont déclaré avoir été témoins de VPI psychologique
 - 8 ont été témoins de VPI physique
 - 10 ont déclaré avoir subi de la maltraitance psychologique
 - 11 ont déclaré avoir subi de la maltraitance physique de la part de leurs figures parentales
- Six participants.es ont déclaré déjà recevoir les services du DPJ

Méthodologie



- Les participants.es devaient évoquer un incident spécifique au cours duquel iels avaient l'impression qu'iels allaient « lose it / péter une coche »
- Au cours des entrevues phénoménologiques, les jeunes ont décrit leurs expériences d'états d'hyper-/hypo-activation dans lesquelles ils prenaient action ou qu'ils inhibaient leurs impulsions comportementales
- Les participants.es ont complété deux entrevues semi-structurées d'une heure, menées par des auxiliaires de recherche bilingues qui étaient candidats.es à la maîtrise en travail social et qui fournissaient des services aux jeunes à risque.

Réaliser : Le phénomène de “péter une coche”

Les participants ont été invités à décrire les composantes physiques, émotionnelles et cognitives de l'expérience de « losing it/péter une coche » :

... mes veines elles vont m'exploser des... genre, elles vont juste exploser. On dirait que le sang, il se met vraiment à couler vite, puis je suis comme « ah! » puis j[en]'arrive pas à ventiler... (Participant 3F)

"Uh mettons des fois si j'suis fâché, j'ai l'impression que la tête va exploser mais tsé j'ai une p'tite larme sur le côté..." (Participant 14H).

... comme lorsque je suis dans ce mode, j'ai l'impression que tout ce qui m'entoure tremble, comme si c'était un tremblement de terre. C'est presque difficile de garder l'équilibre, et je me suis rapidement emporté contre lui parce qu'il s'inquiétait pour moi, et j'ai commencé à lui crier dessus. Et en lui criant dessus, je me suis rapidement mise à me frapper moi-même. (Participant 8F)

Reconnaître : Les expériences passées influencent les réactions actuelles

Les expériences antérieures peuvent façonner la manière dont les personnes réagissent à de nouvelles situations ; les schémas de réactivité affective aux facteurs de stress s'enracinent à force de répétition :

Quand qu'il y a l'autorité, je pense à mon beau-père. Mes boss, peu importe si sont vraiment fins avec moi, après deux, trois mois, je me tanne d'eux, pis j'vois juste le négatif chez eux [...] Pis que, faut que j'sois professionnel pis je [ne] le suis pas donc je quitte par moi-même [...] Parce que j'ai tendance à considérer l'autorité comme mon beau-père. (Participant 13H)

J'ai agi assez vite. Je n'ai jamais eu de bonnes relations avec ma mère, alors quand je réagis à ce qu'elle fait, il me faut environ 30 secondes pour ne pas pouvoir le supporter et exploser... Oui, c'est un réflexe... parce que j'ai eu tellement de mauvaises situations avec ma mère, que c'est juste un réflexe d'être en colère contre elle. (Participant 31H)

C'est une accumulation de plein d'émotions non gérées qui fait qu'à un moment donné, ça peut être juste que tu me dis que tu veux pas me prêter 20 \$ puis je vais te péter une coche pour ça. Mais je m'en fous là, c'est juste que sur le coup. Je vais avoir tellement de choses à sortir que ça va juste sortir tout seul. (Participant 3F)

Reconnaître : Stratégies d'adaptation

Les participants ont décrit des stratégies de gestion de la dysrégulation et d'inhibition de la réactivité agressive :

J'ai l'impression de ne pas pouvoir contrôler mon envie de blesser, de détruire et de casser des choses... dans les situations où je suis tellement en colère que c'en est insupportable, j'ai cassé des choses... Je les lance contre un mur ou sur le sol, avec l'intention de les casser pour libérer mon envie. (Participant 8F)

Puis il y a eu des situations où j'étais violent puis [...] je voulais partir faire un 5 minutes pour dépomper pour pas que ça, ça arrive puis tu m'en empêches. C'est sûr que je vais péter une coche tabarnak. (Participant 16H)

“C'est quand je suis vraiment fâché, ça marche pas, t'sais. Je peux ben tourner en rond 500 milliards de fois puis sacrer ben raide, t'sais, à un moment donné, faut... faut que ça sorte là.” (Participant 9H)

Défis pour les stratégies ADAPTIVES à long terme

C'est plus quand je suis tout seule que ça peut plus arriver puis que je m'en fous, je contrôle pas les choses. Mais, en général, je peux garder mon calme justement, attendre que je sois isolée puis si j'ai envie de comme laisser ça sortir, puis tout, ça. Des fois ça sort, des fois, ça sort pas, des fois je suis juste complètement neutre, puis je suis là, OK, je m'en fous. (Participant 3F)

Comme moi, oui, je n'ai pas d'émotions. Cela m'a donné ces blocages. Mais au moins, je peux rester rationnel et penser logiquement, ou me sortir d'autres situations où j'ai des problèmes. (Participant 11H)

Répondre : Approches inclusives axées sur la violence au sein du couple et de la famille



Puis aussi, qu'est-ce qui me frustre, c'est quand, oui, je [ne] pète pas ma coche pendant une centaine de fois, mais qui se concentrent sur une fois que j'ai pété ma coche. C'est comme « man, tu [ne] peux pas voir que j'ai pas pété ma coche pendant cent fois [...] tu te concentres sur cette situation-là? » (Participant 16H)

Ben, il est tellement arrivé de trucs que, pas bons dans ma vie, que des fois quand il arrive des trucs bons, mais je [ne] me rends pas jusqu'au bout par peur, parce que je me dis que ce n'est pas normal, genre. (Participant 7H)

Les quatre principes d'AST



- *Réaliser* l'impact global des traumas ;
- *Reconnaître* les signes et les symptômes des traumas chez les utilisateurs.trices de services et le personnel ;
- *Répondre* et intervenir en intégrant les connaissances sur les traumas dans la pratique et les politiques ;
- Prévenir activement la *Retraumatisation*

(SAMHSA, 2014)



L'INCLUSIVITÉ
OU
ET/À LA FOIS

Conflict d'intention et d'effect



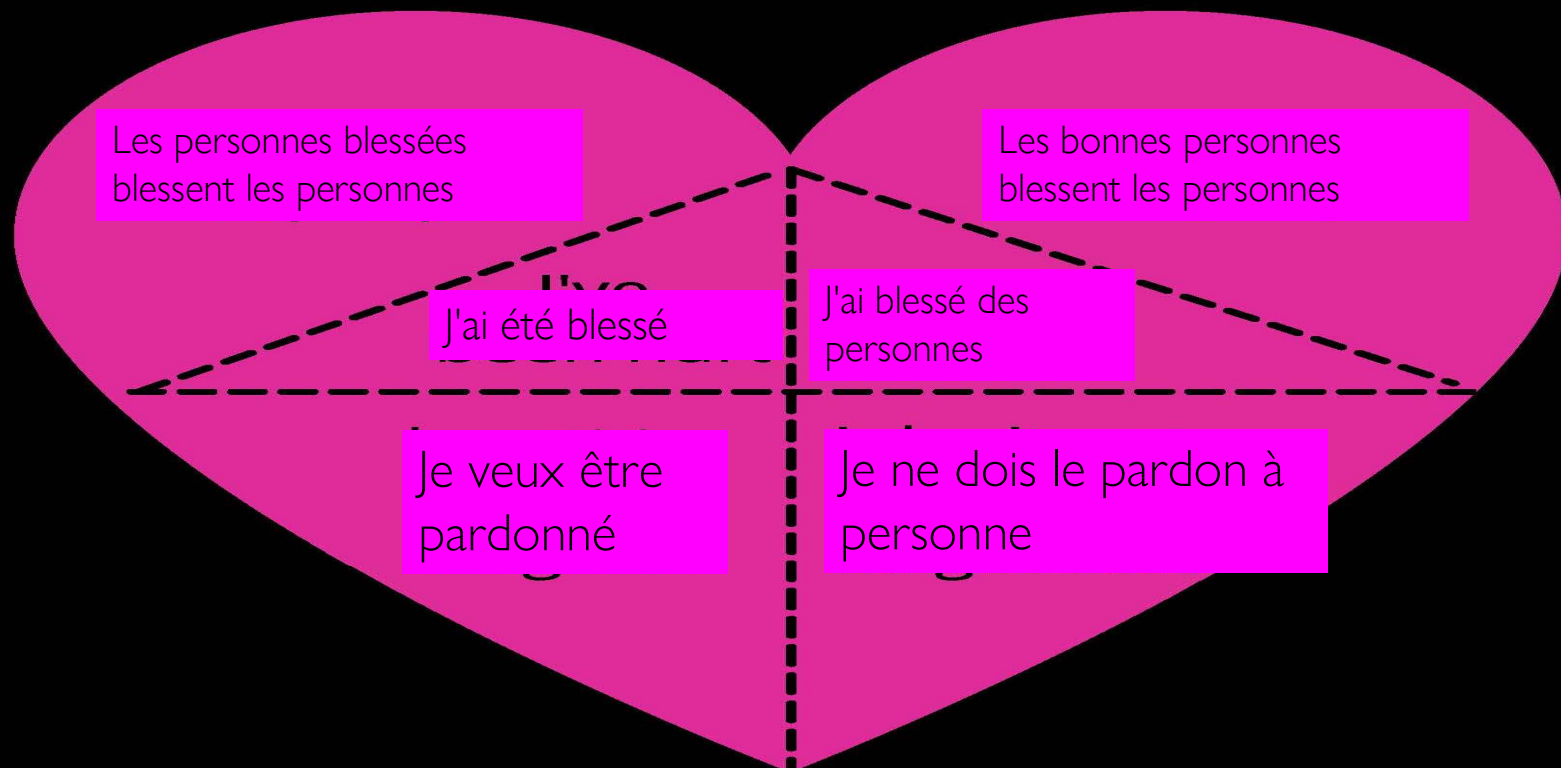
- INTENTION

- Arrêt d'une stimulation interne/externe
- Se protéger contre la menace perçue (réelle ou non)
- Réguler par le retour au calme - physique ou dissociatif

- EFFECT

- Se sentir menacé
- Blessures : psychologiques, émotionnelles, physiques, matérielles
- Rejet ou abandon
- Agressivité et blessures en réaction à une stimulation interne/externe

The Loving Justice Heart Map



Combien de vérités peux-tu garder dans ton cœur ?

@Kai
Cheng
Thom

La répétition est le moyen de guérir : Compétences nécessaires pour une justice transformative inclusive et respectueuse des traumas en matière de violence familiale

Intentionnalité et flexibilité



S'asseoir dans l'incertitude

Adaptabilité et résilience face aux défis



5 principes de sécurité culturelle

- **Partenariat** - S'engager dans une pratique relationnelle fondée sur des rencontres authentiques
- **Connaissance personnelle** - affiner la conscience critique de la situation sociale ; se présenter en termes d'identité culturelle
- **Protocoles** - Faire preuve de respect : demander la permission/le consentement éclairé ; faire preuve de réciprocité
- **Processus** - Garantir l'équité et la dignité pour toutes les parties
- **Objectif positif** - S'appuyer sur les points forts ; assurer la confidentialité ; ne pas nuire

Ball (n.d.)

La justice transformative



- Ne s'appuie pas sur l'État (par exemple, la police, les prisons, le système juridique pénal)
- Ne renforce pas ou ne perpétue pas la violence, comme les normes oppressives ou le vigilantisme
- Cultive activement les éléments qui, nous le savons, préviennent la violence (tels que les relations, la guérison, la responsabilité, la résilience et la sécurité pour toutes les personnes impliquées)
- S'engage à repenser les conflits relationnels et les approches de médiation
- Se concentre sur l'expérience vécue, l'humilité culturelle et la sécurité culturelle
- Ciblé sur le trauma
 - Centré sur la guérison
 - Comportements considérés comme des adaptations à l'environnement
 - Portée écologique
 - Axé sur le processus
 - Relationnel
 - Intergénérationnel



Merci!

katherine.maurer@mcgill.ca

www.raadlab.ca



Publications



Maurer, K., & Konyk, K. (in press) Une approche sensible au traumatisme des capacités de régulation des affects des jeunes exposés à la violence familiale. Numéro thématique de la revue *Service social*.

Maurer, K. (in press). The self-regulation capacities of young people exposed to violence in J. C. Taylor, E. A. Bates, & Callaghan, J. (Eds), *Children and adolescent's experiences of violence and abuse at home*:

Maurer, K. (2020). Exploring resilience in the affect regulation of family violence-exposed adolescents: « des fois ça marche, des fois, ça [ne] marche pas ». *International Journal of Child and Adolescent Resilience*, 7(1), 195-210.

Maurer, K. (2019). Distinctions in adolescent dating violence: An exploration of etiology, scope, and prevention strategies of intimate partner violence in adolescence *Intimate partner violence: New perspectives in research and practice*, (pp 58-72).