



## FACE À L'EXTRÊME

Gérer le trauma. Un combat quotidien, Erik de Soir, De Boeck, 2010, 270 p., 25 €

piers, ambulanciers, psychologues, qui doivent faire face à la détresse des accidentés et de leurs proches. C'est tout l'intérêt du livre d'Erik de Soir. Psychologue, il est aussi secouriste, pompier et ambulancier : il intervient à ce titre dans de nombreuses situations d'accident.

Son livre débute par une série de témoignages bouleversants. Le 30 mai 2004, à 8 h 45, sur le site industriel de Ghislenghien en Belgique, a lieu une explosion suivie d'un énorme incendie : un gazoduc vient de rompre. On dénombrera vingt-deux morts et des centaines de blessés. L'un d'entre eux a confié son « voyage en enfer » à Erik de Soir. Ce jour-là, il commence une journée ordinaire dans son bureau quand survient la détonation, suivie d'un souffle de chaleur inouï. Sa vie vient de basculer dans l'horreur. Après une seconde d'immobilisation et d'hébétéude, le temps de comprendre ce qui arrive, il faut se mettre à courir pour fuir. Mais l'homme est rivé au sol par l'air brûlant qui l'empêche de se relever. Il sent que son corps est en train de s'embraser. À ce moment, les idées se bousculent : la première à lui venir en tête est celle de sa famille à qui on va annoncer sa mort, puis il pense à Dieu (pourquoi m'a-t-il fait cela ?). Il reprend alors ses esprits, décide de réagir et rampe vers une sortie. Sur son chemin, il croise un autre homme grièvement blessé ; il tente de lui venir en aide, même s'il sait que c'est au péril de sa vie. Mais

une motivation inconnue le pousse à faire cela. Ayant réussi à s'échapper du brasier – il ne se souvient plus comment –, il se retrouve quelques minutes plus tard dans une voiture de pompier accompagné d'autres blessés. Il commence à prendre conscience que lui aussi est grièvement brûlé. La douleur se manifeste progressivement, mais en quelques minutes, elle va devenir insupportable. Plus tard, il apprendra que des camarades sont morts. Puis il connaîtra la culpabilité de s'en être sorti, les cauchemars et les interrogations sans fin, la dépression.

### Interventions primaire, secondaire et tertiaire

Erik de Soir fait partie de ces équipes de soin qui interviennent immédiatement après la catastrophe. Et il prend soin, justement, de distinguer plusieurs phases d'intervention. L'intervention primaire survient dès les premières minutes, durant lesquelles l'accidenté est souvent en état de choc (parfois encore incarcéré dans une voiture). Dans ces moments, curieusement, les blessés ne ressentent pas la douleur, sont lucides et semblent étrangers à la situation. La décharge émotionnelle, la confusion, viendront plus tard. L'intervention secondaire se situe dans les heures et les jours qui suivent. La victime est alors passée à une autre phase psychologique. Enfin, « l'intervention tertiaire » a lieu sur le plus long terme. Elle inclut les phases de deuil (quand il y a

Presque dix ans après l'attentat du 11 septembre, une étude auprès de plus de 3 100 survivants du World Trade Center révèle que 96,5 % d'entre eux ont connu des symptômes post-traumatiques, et 15 % un véritable trouble de stress post-traumatique trois ans après les faits. Les conséquences psychologiques des catastrophes (attentats, accidents, incendies, tremblements de terre, inondations, etc.) sont désormais bien connues et largement médiatisées, et l'on sait aussi que des équipes d'assistance psychologique sont immédiatement mobilisées.

### « Cauchemars, interrogations sans fin, dépression »

Il existe en outre une copieuse littérature sur le syndrome de stress post-traumatique. Mais on connaît peut-être moins bien le contenu très concret des modes d'intervention des équipes d'aide psychologique comprenant secouristes, pom-

décès de proches), de ritualisation, de reconnaissance sociale. De même, les modes d'intervention doivent distinguer les victimes de celles des proches ou témoins qui peuvent être directement affectés (comme le cas de cette mère qui vient de perdre ses deux fils dans un accident de voiture). Enfin, le personnel d'intervention ne sort pas indemne de ces catastrophes et en subit lui aussi les contrecoups. Le « débriefing psychologique », qui a donné lieu à beaucoup de débats sur son efficacité, ne porte en fait que sur un type de public (les victimes) et un type d'intervention (l'intervention secondaire). Il n'est donc pas toujours adapté à la situation et aux personnes.

Erik de Soir raconte son expérience, ses observations, sans jamais pontifier. Quand des parents arrivent sur les lieux d'un accident où leur enfant vient d'être tué, qui doit l'annoncer et comment ? Faut-il les laisser voir le corps s'il est trop abimé ? Mais peut-on empêcher cette demande légitime ? On sent bien qu'il n'y a pas de réponse simple à ces questions. Mais il y a beaucoup d'erreurs à éviter. Erik de Soir cherche donc à évaluer les attentes des victimes et les formes d'intervention possibles en s'appuyant sur de nombreux exemples concrets, mais également sur une très bonne connaissance de la littérature scientifique sur le sujet. C'est ce qui fait la force de ce livre, à la fois informé, rigoureux, et profondément humain. **V.D.**