

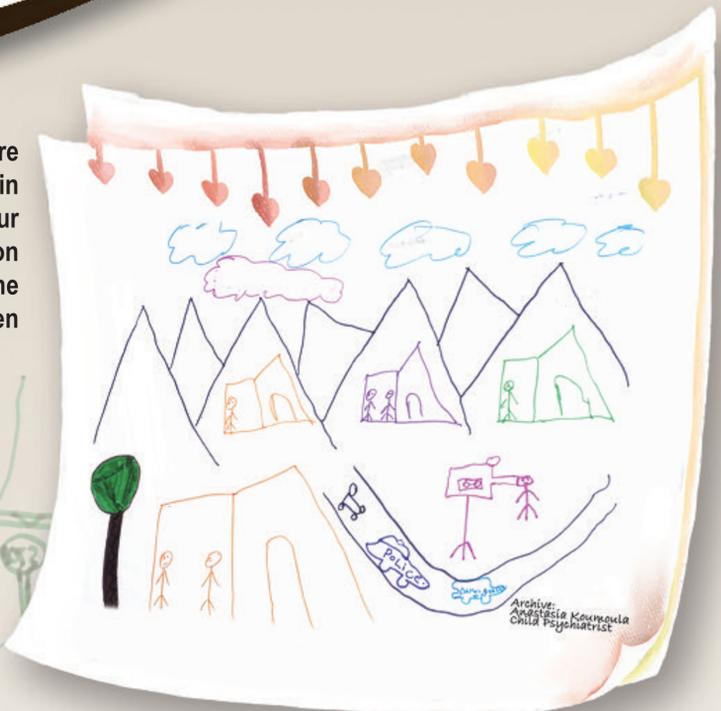
LES CONSÉQUENCES PSYCHOLOGIQUES CHEZ LES ENFANTS

Une catastrophe naturelle est une expérience traumatisante particulière car c'est un événement soudain qui n'est pas imputable à l'être humain mais au déchaînement des forces de la nature. Mis à part un interlocuteur divin, il n'y a pas de responsable. Elle provoque un sentiment d'abandon et d'insécurité et cause une peur intense modifiant souvent pour une longue période l'équilibre psychologique et biologique de ceux qui en sont victimes.

SÉISME ET FAMILLE

Ce qui est traumatisant chez l'adulte ne l'est pas nécessairement chez l'enfant et vice versa. Les enfants sont très souvent séparés de leurs parents durant un séisme. Se retrouver seul sans réconfort, même si l'on est indemne, peut accroître le stress causé par la catastrophe. Le sentiment d'abandon chez les enfants est bien plus traumatisant que le séisme lui-même. Il peut aussi se développer un sentiment de crainte de ne pas revoir ses parents ou d'avoir peur pour leur sécurité.

Les parents peuvent être soumis pendant plusieurs années après la catastrophe à des problèmes psychologiques qui ont des conséquences sur leurs enfants, ceux-ci se référant aux émotions de leurs parents. Voir pleurer ses parents est souvent plus traumatisant que l'événement lui-même.



SYMPTÔMES PERSISTANTS DE FORTES ANGOISSES OU D'EXCITATION

- Difficulté pour se lever ou dormir.
- Irritabilité ou accès de colère.
- Difficultés de concentration.
- Sensibilité exacerbée à tout ce qui rappelle l'événement (sons, odeurs, images...).
- Réactions imprévisibles.

Plusieurs symptômes de chaque groupe doivent être présents pendant au moins un mois après l'événement pour pouvoir diagnostiquer la présence de ce syndrome qui n'est pas l'effet secondaire le plus fréquent.

LES FACTEURS QUI INFLUENCENT LES RÉACTIONS DES ENFANTS

Les enfants peuvent passer par différents stades de réactions émotionnelles après la catastrophe et il est important de savoir que ces réactions sont en quelque sorte naturelles. La réaction d'un enfant dépend de nombreux facteurs dont :

* Son âge ou niveau de développement au moment de la catastrophe :

Un enfant de six ans refusera d'aller à l'école, un adolescent pourra être irritable, négliger ses devoirs. Voir des corps en décomposition peut être traumatisant pour un adulte alors qu'un jeune enfant n'en sera pas forcément affecté mais sera traumatisé par un jouet cassé et bloqué sous des gravats.

* Son degré d'exposition à la catastrophe (l'expérience qu'il a vécue) :

Si un membre de sa famille est mort ou a été sérieusement blessé, si sa maison, son école est endommagée il réagira de façon plus ou moins forte.

* Sa perception de la réaction que les adultes ont eu durant la catastrophe :

Si les adultes paniquent, cela rejaille sur l'enfant. Le sentiment d'abandon chez l'enfant est plus TRAUMATISANT QUE LE SÉISME LUI-MÊME.

* SON VÉCU AVANT LE SÉISME

Si l'enfant a vécu des événements traumatisants récents (divorce de ses parents...) il sera plus vulnérable lors d'un nouveau traumatisme. De même s'il a déjà des troubles d'ordre psychologique.

LA RÉACTION DES ENFANTS APRÈS UN SÉISME

Après la catastrophe, on peut constater chez les enfants les effets secondaires suivants : syndrome du survivant (peur que la catastrophe se répète), symptômes de dépression, hyperanxiété, angoisse de la séparation, refus d'aller à l'école, terreurs nocturnes, phobies (du bruit, de la foule, des espaces clos...), énorésie, troubles psychosomatiques divers...

Enfin, certaines personnes, enfants ou adultes, peuvent développer un syndrome post traumatique (PTSD) qui se déclare dans les trois premiers mois après la catastrophe et peut durer plusieurs années.



Les victimes d'une catastrophe développent un sentiment d'insécurité qui s'applique aux lieux qui faisaient leur quotidien et où ils se sentaient en sécurité. C'est l'effondrement de cet espace psychique qui provoque le traumatisme. Les victimes d'un séisme peuvent ne plus se sentir en sécurité en aucun lieu. Si la maison familiale est endommagée, l'évacuation vers un lieu sans danger peut être vécue comme un soulagement mais la réorganisation de la vie sur place, avec les proches, a souvent un effet plus bénéfique.

LE SYNDROME DE STRESS POST TRAUMATIQUE (PTSD)

IL SE CARACTÉRISE PAR TROIS GROUPES PRINCIPAUX DE SYMPTÔMES :

REVIVRE L'ÉVÉNEMENT TRAUMATISANT

- Les plus jeunes enfants peuvent jouer à des jeux répétitifs dans lesquels ils expriment ce qui les a traumatisés.
- Ils peuvent faire des cauchemars et des rêves pénibles en relation avec l'événement. Les plus jeunes peuvent rêver de monstres effrayants.
- Ils se comportent comme si l'événement se reproduisait et ils le revivent.
- Ils ressentent un terrible désarroi ou une peur intense en se souvenant de l'événement.
- Ils sont agités, effrayés et tremblent quand ils se remémorent l'événement (réactions physiques).

REFUS PERSISTANT DE TOUT CE QUI EST EN RELATION AVEC LE TRAUMATISME

- Ils évitent de parler ou de penser à cet événement traumatisant.
- Ils évitent les activités, les endroits et les gens qui leur rappellent l'événement.
- Ils ne s'intéressent plus à rien, ils ne jouent plus.
- Ils sont seuls, n'ont plus de camarades.
- Ils ressentent peu d'émotions. Le sentiment d'amour leur est étranger.
- Ils ont l'impression que leur vie va bientôt s'arrêter.



Raising earthquake Awareness & Coping Children's Emotions



Project co funded by the EU, Civil Protection Financial Instrument, Grant Agreement No.070401/2010/579066/SUB/C4

<http://racce.nhmc.uoc.gr>