

« La mémoire traumatique Les 10 indispensables »

d'Hélène Romano

Hélène Romano se présente elle-même sur son site : <https://www.helene-romano.fr/biographie/> comme une « *Psychothérapeute spécialisée dans la prise en charge des blessés psychiques* ». Son activité professionnelle est en effet tournée vers les conséquences des traumatismes soit dans des interventions d'urgence soit dans les prises en charge post-traumatique, soit en tant qu'experte-judiciaire. A l'origine de l'Institut Traumatisme Psychique & Résilience (ITPR) Hélène Romano intervient lors de conférences et comme enseignantes en université. Elle a publié une trentaine de livres et de nombreux articles. **Son constat** : « *Pour se faire des ennemis pas la peine de faire la guerre. Il suffit juste de dire ce que l'on pense* » Martin Luther-King



Son engagement auprès des victimes ne lui apporte pas seulement des satisfactions car c'est un lieu de combats et elle résume cet aspect sur son site : « *Ma parole libre et mon engagement professionnel dérangent ceux qui préféreraient que la défense des enfants maltraités, la prise en charge de personnes aux vies fracassées par des traumatismes et l'accompagnement des victimes restent des supports de communication bien plus qu'une réalité. J'aurais pu faire le choix d'une carrière simple mais le silence tue la vérité et détruit davantage ceux qui ne peuvent pas se libérer eux-mêmes de leur souffrance. La vie m'a appris depuis longtemps combien la liberté de penser est inaliénable. La volonté et le courage de faire face et de tenir malgré tout, m'ont permis de ne jamais renoncer. J'en connais le prix, puisque j'ai été contrainte de démissionner de la fonction publique en tant que lanceur d'alerte car je refusais de cautionner des dysfonctionnements majeurs encouragés sans limite par des responsables. Mais je sais aussi toute la force que cela m'a permis d'acquérir* »

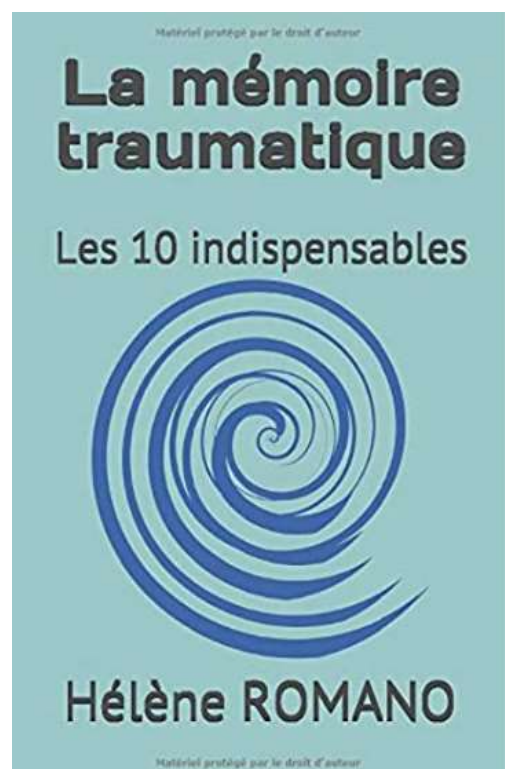
L'ouvrage :

Ce livre est destiné à ceux qui veulent comprendre le concept de mémoire traumatique sans avoir à étudier les avancées scientifiques des neurosciences. De fait, la mémoire traumatique est le résultat d'un traumatisme grave et même si elle est observée depuis très longtemps, la vulgarisation de ce concept est récente.

A travers un parcours allant de l'étymologie, de la définition précise des mots traumatismes, troubles post-traumatiques et mémoire traumatique, de la description du système cérébro-spinal et, surtout, des conséquences dans les comportements, l'auteure met à la portée d'un lecteur non averti l'ensemble de ces concepts.

Mais le projet de l'auteure dans cet ouvrage est d'alerter sur plusieurs sujets :

- **Les enfants sont bien plus fragiles** aux conséquences des événements traumatiques que les adultes.
- Le judiciaire est construit en France de telle manière que **c'est aux victimes de prouver qu'elles le sont**. Or la mémoire traumatique leur enlève les détails et les preuves ce qui amène beaucoup de classements sans suite.
- **Les intervenants auprès des victimes sont souvent mal formés** et jouent quelquefois les apprentis sorciers en amenant les victimes à revivre leur traumatisme sans défense psychique. « *Le débordement émotionnel d'images terrifiantes conduit à des états d'anxiété insupportables qui peuvent amener à l'hospitalisation en psychiatrie* ».



Le but est ainsi de redonner du sens aux événements traumatiques pour reconstituer la mémoire de la victime et ainsi l'aider à quitter le monde victimaire.