

CONFERENCE

COMPRENDRE ET GUÉRIR DU PSYCHOTRAUMA COMPLEXE (TSPT-C)

Sortir des schémas de survie, réapproprier son corps & retrouver la sécurité intérieure

Hypervigilance

Flashbacks

Dissociation

Anxiété

Évitement

Insomnie

Corps en alerte

Mémoire
traumatique

Retrouver la
sécurité


SAMIRA MECHRI
PSYCHOLOGUE

En ligne

Samira Mechri

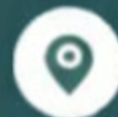
Psychologue clinicienne
Psychothérapeute
Formatrice



Mardi 27 octobre
Replay illimité



De 18:30 à 20:30
GMT+1 Paris



En ligne
Zoom

Contactez-moi pour toutes questions :
samiramechri.psychologue@gmail.com

RESERVATION SUR BILLETWEB



L'approche « trauma-informée » propose un changement de regard fondamental : cesser de demander à une personne « **Quel est votre problème ?** » pour lui demander « **Qu'est-ce qui vous est arrivé ?** ».

Les symptômes souvent vus comme des dysfonctionnements (anxiété, saut d'humeur, sentiment de vide, dissociation, hypervigilance) ne sont pas toujours des défauts de personnalité. Ce sont *parfois* des **stratégies de survie** développées par le système nerveux face à un environnement insécurisant sur le long terme.

À travers la théorie polyvagale, la dissolution structurelle et la psychotraumatologie contemporaine, j'ai plaisir de vous retrouver pour comprendre comment ces mécanismes s'impriment dans le quotidien et comment la thérapie peut aider à restaurer la sécurité intérieure.

Publics concernés

- **Personnes concernées, patients et proches** : Vous vous reconnaissez dans des schémas de survie, vous avez vécu des traumatismes répétés ou des blessures d'attachement, et vous cherchez à poser des mots clairs sur votre vécu.
- **Cliniciens et professionnels du soin** : Psychologues, psychiatres, médecins, infirmiers diplômés d'état, etc.
- **Acteurs du secteur médico-social et éducatif** : Educateurs spécialisés, assistants de service social, conseillers en ESF, intervenants en protection de l'enfance.
- **Étudiants et chercheurs** en psychologie, médecine, travail social et sciences humaines souhaitant approfondir la psychopathologie du trauma complexe.
- **Auditeurs avertis** : Pour toutes les personnes engagées dans une démarche de compréhension approfondie des mécanismes psychotraumatiques.

Objectifs

- **Repenser le diagnostic** : Comprendre pourquoi l'anxiété, la dépression ou les troubles de la personnalité peut masquer des traumatismes psychologiques.
- **Comprendre la biologie de la survie** : Décoder l'épuisement du figement fonctionnel et l'impact de la pression sociétale sur notre système nerveux.
- **Cartographier la fragmentation** : Appréhender la division de l'identité (troubles dissociatifs) et le Critique Intérieur face à la honte toxique.
- **Découvrir les leviers de guérison.**



OBJECTIFS DÉTAILLÉS DE LA CONFÉRENCE

- **Différenciation diagnostique & changement de paradigme :**
 - Distinguer le TSPT classique (événement choc unique) du TSPT-C (érosion prolongée de la sécurité ou trauma d'omission).
 - Proposer un diagnostic différentiel éclairé face aux étiquettes courantes (Trouble Borderline, Bipolarité, Dépression, Anxiété Généralisée) en remplaçant le symptôme comme une stratégie de survie.
 - Comprendre l'apport des approches trauma-informée dans la lecture des symptômes dits psychotiques (délires et hallucinations).
- **Analyse neurobiologique & impact sociétal :**
 - Comprendre la neuroception et la fenêtre de tolérance (hyperactivation et hypoactivation).
 - Appréhender le figement fonctionnel qui permet de continuer à fonctionner extérieurement au dépend de l'épuisement.
 - Analyser le rôle du système néolibéral comme agresseur environnemental qui entrave la neuroception de sécurité (injonction à la performance, perte du temps long, isolement).
- **Compréhension de la dissociation structurelle & dynamique interne :**
 - Troubles dissociatifs primaire et secondaire
 - Fragmentation de l'identité (le « Soi hanté ») : interaction entre la Personnalité Apparemment Normale et les Parties Émotionnelles figées dans le trauma.
 - Décortiquer le rôle du Critique Intérieur, la honte toxique et les types de réponses adaptatives (Combat, Fuite, Figement, Soumission / Fawning).
 - Analyser les manifestations d'altération (voix, sentiment de possession) à la lumière des mécanismes dissociatifs et des grilles de lecture culturelles ou spirituelles.
- **Pistes de prise en charge intégrative & levée des blocages :**
 - La relation thérapeutique & la co-régulation comme levier de réparation.
 - La psychoéducation et les 13 étapes de P. Walker pour réguler les flashbacks émotionnels et abaisser la phobie des parties internes.
 - Évaluer les approches corporelles Bottom-Up (EMDR adapté, Somatic Experiencing, reparentage) et l'intérêt clinique de la Walking Therapy.

**Le symptôme constitue toujours
une solution adaptable devenue coûteuse
pour l'économie psychique et somatique d'une personne.**

Que vous soyez engagé(e) dans un parcours de reconstruction ou professionnel(le) de l'accompagnement, cette conférence propose des clés pour transformer notre regard sur la souffrance psychique :

Raconter son histoire autrement :

Passer du sentiment d'être « cassé(e) » ou d'une recherche d'étiquettes à la compréhension de ses mécanismes de défense.

Reconnaître la mémoire invisible des blessures d'enfance, des négligences et des manques d'accordage affectif.

Comprendre l'impact du monde actuel :

Décoder comment la pression de performance, la vitesse et la surcharge d'informations de notre société empêchent le système nerveux de se sentir en sécurité et entretiennent un état d'épuisement permanent.

Faire de la relation un espace de sécurité :

Découvrir comment la présence, le rythme et la co-régulation (entre soignant et soigné, ou auprès de ses proches) permettent d'apaiser le corps et de réapprendre à exister pleinement.

Au plaisir de vous rencontrer lors de cette conférence.
Vos questions, vos témoignages, vos interrogations seront bienvenues.



Replay disponible



Dimanche 27 octobre
Replay disponible



De 18:30 à 20:30
GMT+1 Paris



En ligne
Zoom

Contactez-moi pour toutes questions
samiramechri.psychologue@gmail.com

RESERVEZ SUR BILLETWEB

