

---

---

APACS

---

---

## Thérapie de l'ESPT par Exposition Prolongée

*Soigner les victimes de viol*

### COLLOQUE ET SEMINAIRE DE FORMATION

**ANIME PAR LE PR. EDNA FOA (USA)**

**Paris, 15 au 18 octobre 2012**



L'enquête « Cadre de vie et sécurité » qui a été conduite en 2009 par l'INSEE en partenariat avec l'Observatoire National de la Délinquance a montré que 75 000 femmes ont subi un viol, soit 0,3 % des femmes de 18 à 75 ans, ce qui confirme les chiffres d'enquêtes antérieures. En ajoutant les viols sur mineurs : incestes et viols commis par des pédophiles, on estime alors que près de 150.000 viols sont perpétrés chaque année en France.

Quelles en sont les conséquences médico-sociales ? L'enquête menée en 2007 par l'APACS avec l'aide du Fonds Social Européen, a montré que 100% des jeunes femmes ayant subi un viol perdent leur emploi, 50% développent un syndrome post-traumatique et 20% font des tentatives de suicide. Comme il n'existe que de rares structures permettant de soigner ce type de traumatisme, seul le temps et un soutien familial fort permettent à ces personnes de retrouver une vie à peu près normale. Toutefois, pour plus de 20% d'entre elles, un handicap majeur persiste. On peut ainsi estimer que ce sont plus de 300.000 victimes de viol qui souffrent d'un « Etat de Stress Post-Traumatique » (ESPT).

Ce trouble psychiatrique est inscrit dans la « Classification International des Maladies » (CIM 10) et dans le « Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders » (DSM IV). Il provoque dépressions, troubles somatiques à répétition et handicap considérablement la capacité de ces personnes à mener une vie normale. Il est indispensable de le traiter par des thérapies spécifiques. Très peu de centres de soins disposent de méthodes thérapeutiques adaptées au traitement de l'ESPT. Il est donc urgent de mettre en place des méthodes de soin destinées spécifiquement aux victimes de traumatismes causés notamment par les viols et agressions sexuelles.

La thérapie par « Exposition Prolongée » (EP) a été mise au point dans les années 1990 par le Dr. Edna Foa, pour traiter les victimes de traumatismes graves : victimes de viols, d'accidents de la route, vétérans de guerre. Elle est maintenant validée comme la méthode de base pour traiter l'ESPT. Cette thérapie est appliquée aux Etats-Unis, mais aussi dans plusieurs pays européens comme la Suède et les Pays-Bas. Son principe est d'« apprivoiser » la mémoire de l'évènement traumatique. Il est normal que la victime cherche à éviter les souvenirs, les émotions et les situations qui lui rappellent le viol. Mais, plus elle évite de les affronter, plus ils perturbent sa vie. La mémoire de l'agression revient la hanter sous forme de cauchemars, de flashbacks, de phobies, de pensées et d'émotions négatives. Le but de ce traitement est de permettre à la victime de remémorer le souvenir de l'agression, puis de le traiter pour diminuer l'anxiété et la peur qui lui sont associées. Bien que la reviviscence puisse être pénible au début, elle devient rapidement moins douloureuse à mesure que la patiente renouvelle l'exposition.

Edna Foa est professeur de psychologie clinique à l'Université de Pennsylvanie et directrice du « Center for the Treatment and Study of Anxiety » à Philadelphie. Elle a consacré l'ensemble de sa carrière à l'étude et au traitement des troubles anxieux tels que l'état de stress post-traumatique, les troubles obsessionnels compulsifs et la phobie sociale. Elle est aujourd'hui reconnue comme l'une des meilleurs spécialistes du monde dans ce domaine. C'est à ce titre qu'elle a présidé le groupe de travail du DSM-IV pour les troubles obsessionnels compulsifs et co-présidé le groupe pour l'ESPT. Ses travaux lui ont également valu plusieurs récompenses, dont le « Distinguished Professor Award » dans le cadre du Programme international d'échange des chercheurs Fulbright, le « Distinguished Scientist Award » délivré par l'Association Américaine de Psychologie, et le « Lifetime Achievement Award » délivré par la Société Internationale des Etudes du Stress Traumatique. C'est la thérapie par exposition prolongée de l'état de stress post-traumatique – sur laquelle elle travaille depuis plus de 30 ans, qui lui a valu d'être élue parmi les 100 personnes les plus influentes au monde par le *Time Magazine* en 2010.

**A l'initiative de l'APACS, deux de ses ouvrages : « *Revivre après un viol* » et « *Traiter le traumatisme du viol, thérapie cognitivo-comportementale de l'ESPT* », sont publiés par Dunod en Juin 2012.**

Du 15 au 18 octobre 2012, le Dr. Edna Foa animera à Paris un colloque-séminaire de 4 jours pour sensibiliser et former des praticiens. Certains pourront être formés ultérieurement comme formateurs, afin de pouvoir disséminer la pratique de cette thérapie sur l'ensemble du territoire. Le 15 octobre sera consacré à l'exposé de la méthode et pourra accueillir jusqu'à 200 participants. Les journées suivantes seront réservées à un nombre réduit de participants afin de pouvoir former ceux-ci à une application pratique et immédiate de cette méthode de soins.

Ce colloque-séminaire est organisé par l'Association pour la Protection contre les Agressions et Crimes Sexuels (APACS) en partenariat avec le Laboratoire d'éthique médicale et de médecine légale de l'Université Paris-Descartes et avec le soutien de l'Association de Formation et de Recherche des Cellules d'Urgence Médico-Psychologique - Société Française de Psychotraumatologie (AFORCUMP-SFP).

**L'ensemble du colloque-formation fera l'objet d'une traduction simultanée.**

Il s'inscrit dans le cadre de la formation continue du personnel hospitalier et des médecins libéraux.

**Demande de renseignements [colloque.apacs@gmail.com](mailto:colloque.apacs@gmail.com)**

ASSOCIATION POUR LA PROTECTION CONTRE LES AGRESSIONS ET CRIMES SEXUELS  
ASSOCIATION D'INTERET GENERAL - LOI DU 1.7.1901 ET DECRET DU 16.8.1901  
ENREGISTREE SOUS LE N° 00177423 P - SIRET 508 011 509 00017  
35 RUE DE CHAILLOT – 75116 PARIS

## PROGRAMME

### **Lundi 15 octobre : Colloque « La thérapie par Exposition Prolongée »**

Ouverture par le Professeur Louis Jehel

- Thérapie de l'ESPT par exposition prolongée - Diagnostic Théorie et pratique des aspects cognitivo-comportementaux du traitement
- Evaluation des traumatismes liés à des symptômes avant et pendant le traitement
- Le programme thérapeutique par exposition prolongée
- Comment présenter le programme EP à des patients
- Établir une alliance thérapeutique
- Psycho-éducation
- Les réactions habituelles au traumatisme
- Table ronde et discussion

### **Mardi 16 octobre : Séminaire de formation intensif**

- La rééducation fonctionnelle respiratoire
- Travail à 2 - Raisons pour pratiquer une exposition prolongée
- Exposition Imaginaire
- Justification de l'exposition imaginaire (racontant le traumatisme)
- Procédure pour l'exposition imaginaire
- Illustrations Vidéo de séances progressives d'exposition imaginaire
- Travail à 2 - Pratique de la justification et de la procédure
- Points clé de la procédure d'exposition imaginaire
- Exposition in-vivo
- Raison d'être de l'exposition in-vivo
- Utilisation des unités subjectives de l'échelle de détresse (SUD)
- Construction d'une hiérarchie in-vivo (en commençant par les situations assurées)
- Consignes de sécurité pour l'exposition in vivo
- Exposition in-vivo (suite) et Vidéos

### **Mercredi 17 octobre : Séminaire de formation intensif - suite**

- Vue d'ensemble des procédures d'exposition in vivo
- Pratique à 2 de la justification et de l'exposition in vivo
- Problèmes particuliers - Évitement
- Réticence à pratiquer l'exposition in vivo ou imaginaire
- Réticence à pratiquer les exercices (y compris l'écoute de cassettes)
- Absences lors de séances de thérapie
- Concentration de l'attention uniquement sur l'ESPT
- Colère - Obstacles à la pratique des exercices

### **Jeudi 18 octobre : Séminaire de formation intensif – fin**

- La dernière session
- Sur-engagement dans l'exposition
- Sous-engagement
- Récapitulation des sessions 1 à 10 de l'EP
- Discussion et conclusion - considérations importantes pour une thérapie d'exposition prolongée appliquée aux survivants d'un traumatisme
- Utiliser le modèle théorique du traitement pour guider les thérapeutes dans leur prise de décision
- Développer une tolérance pour la détresse émotionnelle du client
- Flexibilité dans l'application de ce traitement
- Importance de la supervision et la consultation des pairs
- Comment commencer à utiliser la thérapie

## FORMULAIRE D'INSCRIPTION

**A retourner en urgence, vu le nombre limité de participants à :  
INFOEX – 10 Berges du Cougaing, 11300 La Digne d'Amont**

Nom :
Prénom :
Profession :
Secteur : hospitalier <input type="checkbox"/> libéral <input type="checkbox"/>
Médecin libéral : conventionné <input type="checkbox"/> non conventionné <input type="checkbox"/>
Cabinet / Institution :
Service / Fonction :
Adresse :
Code postal :
Ville :
Pays :
Téléphone (Fixe ou Mobile) :
Email :

**Demande mon inscription :**

- au colloque du 15 oct.
- à la formation intensive du 15 au 18 oct. (4 journées obligatoires)

**Tarifs :**

	<i>Individuel</i>	<i>Formation Continue</i>
Journée du 15 octobre :	160 € <input type="checkbox"/>	240 € <input type="checkbox"/>
Formation intensive de 4 jours du 15 au 18 octobre :	640 € <input type="checkbox"/>	960 € <input type="checkbox"/>

**Formation continue :**

Joindre à ce bulletin d'inscription une attestation de prise en charge faisant apparaître **le nom et les coordonnées de l'organisme signataire** de la convention. Une convention de formation lui sera directement adressée. Notez que votre inscription ne pourra être prise en compte sans ce document que cet organisme devra nous retourner.

**Médecins libéraux :** Une prise en charge et une indemnisation sont possibles. Merci de contacter le GEMA au 05 59 25 41 01.

**Paiement :** Un chèque de caution de 100 € doit être joint au bulletin d'inscription et établi à l'ordre de l'APACS. Votre chèque vous sera retourné en cas de surnombre ou de paiement direct par l'organisme de formation. Nous vous enverrons après encaissement du règlement définitif une confirmation de votre inscription avec les coordonnées du lieu où se déroulera la formation, ainsi qu'un reçu de paiement.

**Annulation :** Seules seront prises en compte les annulations adressées par courrier à : INFOEX – 10 Berges du Cougaing, 11300 La Digne d'Amont, ou par courriel à [colloque.apacs@gmail.com](mailto:colloque.apacs@gmail.com). Un chèque vous sera envoyé, sous réserve des frais et pénalités d'annulation (100% après le 1<sup>er</sup> septembre).

**Conditions générales :** Le formateur, le contenu et la durée des formations sont ceux indiqués dans la brochure ci-dessus. L'APACS se réserve le droit d'annuler, de modifier le programme ainsi que l'animateur annoncé en cas de nécessité absolue; la somme sera alors remboursée dans son intégralité. Les prix indiqués concernent la formation avec un support pédagogique, hors frais de transport, d'hébergement et de restauration. Une confirmation d'inscription vous sera adressée avec toutes les informations pratiques et une attestation de présence avec facture sera remise en fin de session. Toute formation commencée est due en totalité.

DATE

SIGNATURE (Précédée de la mention « Bon pour accord »)