

L'« Attentat de Trop » : Quand le passé s'invite dans le présent traumatique

Le cas clinique : « Le grand père »

Roland, 60 ans, chauve et bedonnant se présente à moi accompagné de son épouse qui reste dans la salle d'attente. Il a une voix d'une extrême douceur avec ce léger accent niçois adorable. Je ne sais pas à ce moment-là que j'ai en face de moi un authentique héros d'opération extérieur de l'armée française. Il consulte sur le conseil de sa femme car « elle vous a vu à la télévision » me dit-il. Il poursuit : « Ma femme me dit que je suis plus triste que d'habitude, que je sors moins, bref que je vieillis ». Je ne peux m'empêcher de sourire en attendant cette formulation pleine de doux reproches. A ma question « et depuis quand l'êtes-vous ? » Il me répondra, faisant disparaître mon léger sourire en un seul instant « Depuis le 14 ». « Pourtant, enchaînant-il paisiblement, j'étais loin, j'étais en train de partir avec ma petite fille, on allait vers le port quand on a entendu des cris, j'ai vu des gens qui couraient, j'ai pris ma petite fille dans mes bras et j'ai couru voilà c'est tout.

- Votre petite fille a eu peur je présume ?
- Non, je lui ai dit qu'on allait faire la course, elle a ri je l'ai prise dans mes bras et on a couru à la voiture. Je lui ai dit que c'étaient des pétards quand on a entendu les coups de 9 mn.
- Elle va bien ?
- Oh oui cela fait trois ans maintenant, elle n'en parle jamais.
- Et vous ?
- Non moi je n'y pense pas, cela m'arrive quand je suis sur la Prom mais pas plus que cela...
- Oui comme moi,
- Ah vous y étiez ?
- Non mais quand je suis sur la Prom j'y pense à chaque fois.
- Bah on s'y fait vous savez...

Le cas s'annonce difficile car la tristesse est une émotion complexe et ce n'est que récemment que la psychothérapie EMDR est prescrite pour la dépression. L'anamnèse ne fait apparaître aucun élément, marié depuis 40 ans avec son épouse, il a travaillé à la mairie de Nice auprès des écoles. Père de deux garçons, tous mariés et eux-mêmes papa. C'est un homme « tranquille » comme on dit de part chez nous à Nice. D'ailleurs l'exposition aux souvenirs de l'attentat le laisse de marbre, rien, aucune émotion. Après deux séances aucune avancée.

Je suis assez perplexe et aussi soudainement qu'étrangement me revient sa précision sur les coups de feu « 9 mn » lors de la première séance. Je m'étais étonné qu'il souligne le calibre des armes des policiers mais je n'avais rien dit.

- Vous avez fait votre service militaire ?
- Pourquoi vous me demandez cela ? (Je le sens pour la première fois sur ses gardes, presque hostile)

- Rien, je cherche pour vous soigner parfois le 14 juillet réveille des vieilles blessures...
- Ah vous croyez ? Et bien oui, je me suis engagé dans les paras à 18 ans.
- Tiens, mon père en Algérie s'est battu auprès des paras, il a dit que c'était l'élite avec la légion
- Oh vous savez c'est exagéré ... (toujours cette modestie des seigneurs)
- Et il vous est arrivé des choses ? On a plus ou moins le même âge et c'est en 83 84 que vous avez fait votre service.
- Tout à fait
- Si j'ai bonne mémoire en 83 il y a eu le Liban
- Tout à fait
- Il y a eu une tragédie, un attentat avec l'immeuble Drakkar
- Tout à fait
- Vous y étiez ?
- Tout à fait

Je reste coi, c'est la première fois que ma marotte (héritée de mon père et partagée avec mon frère) sur l'histoire militaire de la France sert en psychothérapie EMDR. Je suis tellement surpris que je reste silencieux. Je tente un :

- Je vous remercie pour ce que vous avez fait pour nous »
- Ce n'est pas grand-chose » me répond-t-il laconiquement.

J'entame alors quatre longues séances d'EMDR totalement atypiques. Je dois peu à peu créer une alliance thérapeutique solide pour que Roland accepte non pas de s'exposer à cet attentat meurtrier de 1983 mais simplement d'en parler. Il évoque un ami tué de plusieurs coups de couteaux et ce quelques jours précédant l'attaque de l'immeuble. Ses camarades et lui avaient reçus l'ordre de pourchasser les meurtriers réfugiés dans les égouts de la ville. Roland me décrit le corps à corps avec un des meurtriers. Bien entendu, il parlera aussi de la perte de ses amis lors de l'effondrement de l'immeuble Drakkar. Sa pudeur est immense, il se livre peu et, chose étonnante, ce n'est pas la tristesse qui ressort mais la colère. La colère vis à vis de l'histoire officielle de cet attentat. Je découvre un homme d'un courage inouï, profondément pacifique, épargnant les combattants ennemis le plus possible et soucieux de paix (comme tous ceux qui ont connu guerre me soulignera-t-il). C'est en travaillant avec lui que j'ai inventé ma notion « attentat de trop ». Ce n'est pas une terminologie scientifique mais elle permit à Roland de comprendre que le 14 juillet 2016 et le 23 octobre 1983 étaient dans la même boucle émotive. Roland ne se laissera jamais aller à des émotions devant moi. A chaque souvenir traumatique je l'invitais à se concentrer et à fermer les yeux en faisant des SBA sensibles et ce de courtes durée mais très rapides. J'obtiendrais en réponse à ma question « qu'est ce qui vient après les stimulations bilatérales ? » un toujours laconique ça va ».

La thérapie se termina comme une thérapie avec les plus jeunes. En général c'est l'entourage de l'enfant qui informe le thérapeute des avancées de la cure. L'enfant n'est pas toujours en mesure de voir l'évolution de ses émotions. C'est donc son épouse qui, inopinément, mettra fin à la thérapie. En début de consultation, au lieu de rester dans la salle d'attente elle s'invitera à venir dans mon bureau. Elle soulignera alors que Roland allait beaucoup mieux, qu'il ressortait et qu'elle l'avait pour la première fois entendu rire avec sa petite fille.

Je n'étais pas certain de la guérison car je n'avais aucun de mes repères usuels. Roland ne verbalisait quasiment jamais d'émotions durant les séances. J'ai pourtant fait confiance à la "preuve par la parole" de l'épouse. Je pris quand même par précaution deux rendez-vous à un mois et à trois mois de distance. C'est un Roland toujours aussi doux qui me confirma avoir repris le cours de sa vie. En lui disant au revoir sur le palier de mon cabinet me revint les vers de Primo Levi. Je pris le temps, au lieu d'aller chercher mon prochain patient, d'ouvrir "Si c'est un homme", ce livre si constitutif de mon passage d'adolescent au monde des adultes :

Vous qui vivez en toute quiétude

Bien au chaud dans vos maisons,

Vous qui trouvez le soir en rentrant

La table mise et des visages amis,

Considérez si c'est un homme

Que celui qui peine dans la boue,

Qui ne connaît pas de repos,

Qui se bat pour un quignon de pain,

Qui meurt pour un oui pour un non.

Considérez si c'est une femme

Que celle qui a perdu son nom et ses cheveux

Et jusqu'à la force de se souvenir,

Les yeux vides et le sein froid

Comme une grenouille en hiver.

N'oubliez pas que cela fut,

Non, ne l'oubliez pas :

Gravez ces mots dans votre cœur.

Pensez-y chez vous, dans la rue,

En vous couchant, en vous levant ;

Répétez-les à vos enfants.

Ou que votre maison s'écroule,

La maladie vous accable,

Que vos enfants se détournent de vous.

Modélisation clinique : La Dissociation Structurale de la Personnalité

Pour éclairer la dynamique clinique sous-jacente au mutisme affectif de Roland, il est capital de convoquer les cadres les plus rigoureux de la psychotraumatologie. L'ouvrage de référence *Dissociation et mémoire traumatique* (Kédia, M., Lopez, G., Vanderlinden, J., Saillot, I., & Brown, D., 2019, Dunod) rappelle que lors d'un choc d'une violence insalubre, la personnalité se fragmente en instances distinctes comme mécanisme de survie extrême afin de protéger l'intégrité de l'individu.

Ce concept s'enracine dans la tradition clinique française, notamment documentée dans *Pierre-Janet-La-Medecine-Psychologique.pdf*, où Pierre Janet théorise la désagrégation psychologique comme un défaut de la capacité de synthèse du Moi personnel. Le rétrécissement du champ de conscience éjecte des fragments de fonctions psychiques en dehors du Moi principal, les transformant en **idées fixes** subconscientes autonomes qui détiennent leur propre mémoire.

Les modèles contemporains issus de la lignée janétienne (Van der Hart, Nijenhuis & Steele, 2010), également explorés par Onno van der Hart dans le document *Van-Der-Hart-Disociac.pdf*, articulent cette fragmentation structurelle autour de deux composantes majeures :

- **La Personnalité Apparemment Normale (PAN)** : C'est la partie de la personnalité en charge des systèmes d'action du quotidien (rôle de mari, grand-père, travail administratif). Elle fonctionne par un évitement phobique massif des indices traumatiques pour maintenir une illusion de normalité. Chez Roland, la PAN se traduisait par ce détachement de marbre, cette "tristesse" interprétée à tort par son entourage comme un simple vieillissement. Face à la Promenade des Anglais, sa PAN déclarait : « *Non moi je n'y pense pas...* »
- **La Personnalité Émotionnelle (PE)** : C'est l'instance restée encapsulée dans le subconscient, gelée dans l'effroi, la fureur et la détresse du trauma d'origine. Chez Roland, cette PE incarnait le jeune parachutiste de 18 ans, prisonnier du combat au corps à corps dans les égouts et de l'effondrement cataclysmique de l'immeuble Drakkar à Beyrouth en 1983.

À la **Haute École de Psychothérapie (HEP)**, l'exploration de la **dissociation structurelle EMDR** et l'identification des barrières phobiques de la PAN font l'objet d'un enseignement rigoureux. **Ces concepts cardinaux sont transmis de manière approfondie dès les tout premiers modules de notre cursus**, permettant aux futurs cliniciens de décoder les tableaux cliniques les plus silencieux.

L'« Attentat de Trop » et le Phénomène de Littéralité

Pendant trente-trois ans, les cloisons étanches de la dissociation ont maintenu la PE de Roland à distance de son quotidien. Le point de bascule survient le 14 juillet 2016

à Nice. C'est l'illustration exacte de ce que je nomme **l'attentat de trop** : l'événement récent n'est pas traité isolément par l'appareil psychique ; il vient se brancher directement sur la boucle émotive restée ouverte depuis 1983.

Ce court-circuit s'exprime à travers un phénomène de **littéralité traumatique**, très bien décrit dans l'ouvrage de Kédia et Lopez (2019). Un signal sémantique faible a agi comme révélateur : l'utilisation spontanée du terme technique « **coups de 9 mm** » pour décrire les tirs de riposte de la police. Ce jargon de terrain n'appartenait pas au répertoire de la PAN du grand-père tranquille, mais constituait une émergence brute de l'expertise balistique de sa PE. Pour l'amygdale de Roland, la chronologie temporelle a été abolie : le son des détonations de 2016 a fusionné de manière littérale avec l'effroi intact de 1983.

Rétablissement Neurobiologique et Protocole Intégratif

La résolution de structures aussi massivement dissociées et pudiques requiert une stratégie neurobiologique ciblée, documentée par Daniel Brown dans le chapitre de neuroimagerie de *Dissociation-et-me-moire-traumatique-2019.pdf*. Lors d'un stress extrême, l'hyperactivation de l'amygdale (centre de l'effroi) paralyse l'hippocampe (centre de l'indexation chronologique), bloquant le souvenir dans un présent perpétuel.

L'impasse des deux premières séances démontre que l'exposition directe à Nice était inefficace, car Nice fonctionnait comme un souvenir-écran masquant le nœud de Beyrouth. L'alliance thérapeutique, construite sur un code culturel partagé (l'histoire des paras), a permis à la PAN de capituler et d'autoriser l'accès à la PE.

Le traitement a requis quatre séances de psychothérapie EMDR totalement atypiques. Face à un patient laconique excluant toute verbalisation émotionnelle classique, j'ai appliqué des **Stimulations Bilatérales Alternées (SBA) sensibles, très rapides et de courte durée, les yeux fermés**. Sur le plan neurophysiologique, ces stimulations saturant la mémoire de travail et forcent la reconnexion fonctionnelle entre l'amygdale et l'hippocampe. Le laconique « ça va » de Roland signale l'apaisement du système d'alarme et la réintégration mémorielle : le souvenir quitte le mode de l'intrusion intemporelle pour s'inscrire définitivement dans le passé.

La validation finale, apportée par le retour du rire et de la vie sociale rapporté par l'épouse, confirme la fusion des instances clivées et la restauration de l'unité psychique.

Pour approfondir:

- *Dissociation-et-me-moire-traumatique-2019.pdf* : L'ouvrage de référence de M. Kédia, G. Lopez, J. Vanderlinden, I. Saillot et D. Brown (Dunod) explicitant les fondements de la psychotraumatologie.
- *Pierre-Janet-La-Medecine-Psychologique.pdf* : Le texte source de Pierre Janet (1923) sur l'évolution des psychothérapies et l'analyse de l'automatisme.
- *Van-Der-Hart-Disociac.pdf* : Les études cliniques d'Onno van der Hart sur le traitement par phases de la traumatisation chronique.