



Avec la Loi du 30 Juillet 2020, les enfants témoins de violences conjugales sont reconnus comme covictimes. Les violences conjugales laissent en effet des traces psychotraumatiques.

## Qu'est-ce que Phénix ?

**C'est un dispositif visant à soutenir la prise en charge psychologique des enfants victimes de violences conjugales dans le Lot.**

Cette prise en charge ponctuelle est faite par des psychologues et s'appuie sur la thérapie EMDR.

## Qu'est-ce que l'EMDR ?

L'EMDR est une approche thérapeutique, découverte aux USA en 1987 (par Francine SHAPIRO) et pratiquée depuis dans le monde entier auprès de milliers de personnes de tous âges et de toutes conditions souffrant de troubles psychologiques.

## A qui s'adresse l'EMDR ?

L'EMDR s'adresse à toute personne (de l'enfant - même en bas âge - à l'adulte) souffrant de perturbations émotionnelles généralement liées à des traumatismes psychologiques.

Ces perturbations apparaissent quand notre cerveau est dépassé par un choc traumatique et n'arrive pas à traiter (ou digérer) les informations comme il le fait ordinairement. Il reste bloqué sur l'événement, sans que nous en ayons conscience, et ce sont les vécus traumatiques non digérés qui sont sources de ces perturbations.

L'EMDR permet de débloquent les mécanismes naturels de traitement de l'information, et ainsi le traumatisme peut enfin être retraité (ou digéré), même de nombreuses années après.

L'EMDR est aujourd'hui une approche thérapeutique mondialement reconnue par la communauté scientifique pour son efficacité dans le traitement des troubles post traumatiques (en France, cf. l'étude INSERM «Psychothérapie – Trois approches évaluées» ouvrage d'expertise collective, Editions INSERM, ISBN 2-85598-831-4, 568). La liste des principales études et de nombreux articles sont disponibles sur le site [www.emdr-france.org](http://www.emdr-france.org)

## Comment expliquer l'EMDR à mon enfant ?

D'abord, le psychologue va te demander de penser à l'image du moment où tu te sens le plus mal. Il va aussi te demander de le dessiner. Tu seras avec d'autres enfants / adolescents. Il ne te demandera pas d'en parler. Ensuite, vous allez trouver un moyen pour que tu te sentes moins mal à chaque fois que tu penses à ces choses difficiles. Ça marche comme ça : tu penses à l'image de ton dessin qui représente l'image dans ta tête, à l'émotion et à la sensation dans ton corps. Et en même temps, tu vas faire quelque chose de complètement différent. Tu vas tapoter sur tes genoux. Et petit à petit l'image va être plus floue ou plus lointaine par exemple et tu vas te sentir plus calme.

## Comment mon enfant peut-il intégrer le dispositif ?

Après l'orientation de votre enfant par un de nos partenaires, une première évaluation permettra d'établir son inclusion dans le dispositif Phénix.

Dès lors, il pourra bénéficier de la prise en charge EMDR de groupe. Avec votre accord, une fiche navette anonyme sera adressée aux psychologues afin de faciliter cette première rencontre.

Les psychologues se réservent le droit de ne pas inclure votre enfant dans le dispositif à l'issue de la première évaluation ou du premier groupe effectué.

Aucune attestation ne sera délivrée.

Le dispositif ne se substitue pas à une prise en charge spécialisée en institution, une psychothérapie au long cours ou à une consultation médicale si nécessaire.

**[phenix46.emdr@gmail.com](mailto:phenix46.emdr@gmail.com)**