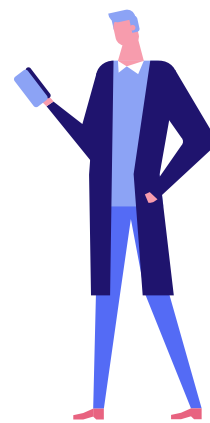


# Le Trouble de Stress Post-Traumatique



Un traumatisme est un **choc psychologique** important lié généralement à une situation où la personne est confrontée à la mort ou la menace de mort, blessures graves ou de violences sexuelles (ou risque de celles-ci).

## UN ÉVÉNEMENT TRAUMATIQUE :

- Produit une peur intense, un sentiment d'impuissance, d'horreur
- Représente une menace pour la vie et pour la santé physique et/ou mentale
- Peut remettre en cause les valeurs essentielles de la personne qui le vit

## La personne traumatisée peut être :

- **Sujet (victime ou acteur)**
- **Témoin direct de l'événement**
- **Impactée par sa proximité avec la victime de l'événement**
- **Un aidant confronté à une accumulation d'événements traumatiques**

## Les symptômes

COMPORTEMENT	INTRUSIONS	ÉVITEMENT	PHYSIQUES	ANXIÉTÉ
L'employé se comporte de façon agressive envers les autres et soi-même, il a des conduites risquées, des troubles du sommeil et alimentaires, il risque d'avoir des dépendances	Il fait des cauchemars, il a des flashbacks, il revoit la scène à n'importe quel moment de la journée	Il évite de retourner sur certains lieux, de voir les personnes qui sont liées à l'événement, il s'isole	Il a des vertiges, des tremblements, il se sent fatigué, il a mal à la tête et a parfois l'impression que sa poitrine est oppressée	Il angoisse à l'idée de subir un nouveau drame, il a peur, il a l'impression d'être constamment en danger et il est hyperattentif à tout ce qu'il se passe

## Ce qu'il faut faire



## Ce que peut faire l'entreprise

- Mettre en place une cellule d'écoute psychologique
- Montrer patience et bienveillance envers les employés traumatisés
- Assurer un suivi psychologique et médical via le service de Santé Travail