Dominique Rachel LÉVY

Ateliers d'écriture : effets sur le psychotraumatisme

Plus de la moitié des êtres humains sont confrontés, au cours de leur vie, à un événement traumatogène. Cette confrontation peut engendrer des symptômes psychiques tels que le trouble de stress post-traumatique.

La littérature scientifique en psychologie a montré que l'écriture était un vecteur de croissance post-traumatique. Ce concept se définit comme un changement psychologique positif chez les sujets ayant dû surmonter des événements de vie traumatiques.

Dans un premier temps, cette intervention propose de faire le point sur les mécanismes psychologiques mis en œuvre dans l'écriture, qui permettent de transformer un événement traumatique en une occasion de développer une meilleure appréciation de ses propres forces, une relation plus riche à Autrui, une ouverture à de nouveaux chemins de vie…

Dans un second temps, cette intervention relatera une expérience d'ateliers d'écriture avec des personnes gravement brûlées et leurs effets sur la croissance post-traumatique des participants.

Corinne Lecorchey-Deccaroz, Dominique Rachel Lévy, Christelle Passoni-Chevalier, *Le chant des peaux-cibles. Autodermographie fragmentaire*, Éditions du chameau, 2022.