



# La détresse péritraumatique

## Auteurs

Marion Grenon  
en collaboration avec  
la communauté de  
personnes à l'épreuve  
du psychotrauma

## Définition

La détresse péritraumatique correspond à des réactions émotionnelles normales, cognitives et physiques, expérimentées au cours de l'exposition à un événement potentiellement traumatique ou immédiatement après.

La détresse péritraumatique n'est pas pathologique en elle-même. Les symptômes qu'elle regroupe, en particulier les symptômes physiques, s'apparentent en effet à une réaction normale de stress :

- Des sentiments de tristesse, de peur, de colère, de frustration, de

honte ou de culpabilité,

- Un sentiment d'impuissance, d'horreur ou de perte de contrôle de ses émotions,
- Une impression de mort imminente,
- Des réactions physiques liées au stress : sueurs, tremblements, palpitations, accélération du rythme cardiaque, envie d'uriner ou d'aller à la selle.

La notion de détresse péritraumatique ne doit pas être confondue avec celle de [dissociation péritraumatique](#).

## Historique de la notion

La définition de l'événement potentiellement traumatique a connu des modifications considérables entre la quatrième (DSM-IV) et la cinquième version (DSM-5) du Manuel Diagnostique et Statistique des troubles mentaux (DSM), l'une des classifications des troubles psychiatriques les plus utilisées.

En effet, le DSM-IV définissait l'événement potentiellement traumatique non seulement sur la base de critères

objectifs - exposition à un risque ou à une menace de mort ou de blessure grave, par exemple - mais également sur la base de critères subjectifs, liés au vécu personnel de l'événement par le sujet lui-même. Le critère appelé A2 du trouble de stress post-traumatique (TSPT) spécifiait ainsi : «*La réaction du sujet à l'événement s'est traduite par une peur intense, un sentiment d'impuissance ou d'horreur.*» Or c'est en explorant ce critère A2 que la notion de

détresse péritraumatique a fait son apparition dans la littérature scientifique grâce à l'élaboration d'une échelle d'auto-évaluation appelée Inventaire de Détresse Péritraumatique (*Peritraumatic Distress Inventory* ou PDI) au début des années 2000.

Bien que les aspects subjectifs du vécu de l'événement potentiellement traumatique - critère A2 dans le DSM-IV - aient été abandonnés

et n'appartiennent plus aux critères diagnostiques du TSPT dans le DSM-5, la notion de détresse péritraumatique demeure très utilisée dans le champ scientifique du psychotraumatisme. En cause, le fait qu'elle explore en réalité une variété bien plus large de réponses subjectives immédiates à un événement potentiellement traumatique que ne le faisait le critère A2, et permet donc de rendre compte du vécu individuel dans sa globalité.

## Évaluation et diagnostic

L'évaluation de la détresse péritraumatique s'effectue via un auto questionnaire, rempli par le sujet lui-même, composé de treize items. Chaque item est coté de 0 (pas du tout vrai) à 4 (extrêmement vrai). Le score

total correspond à la somme de tous les items. Un score supérieur à 15 indique une détresse significative. Ce questionnaire est disponible gratuitement [en français](#).

## Conséquences cliniques

Si la détresse péritraumatique s'apparente à une réaction normale de stress, elle constitue néanmoins un facteur de risque important d'évolution vers un TSPT. Une récente revue de la littérature (1) souligne que l'intensité de la détresse péritraumatique est non seulement suscep-

tible de favoriser l'installation d'un TSPT - et des symptômes de TSPT plus sévères - mais peut en outre engendrer l'apparition d'un deuil compliqué, d'un deuil traumatique, de troubles du sommeil ou de troubles du comportement alimentaire.

---

## Pour aller + loin

- [Le stress expliqué aux enfants](#) (vidéo IN-SERM)
- [Qu'est-ce que le stress ?](#) (vidéo des Hôpitaux Universitaires de Genève)
- (1) Vance, M. C., Kovachy, B., Dong, M., & Bui, E. (2018). Peritraumatic distress: A review and synthesis of 15 years of research. *Journal of Clinical Psychology*, 74(9), 1457-

1484.

- Jehel, L., Paterniti, S., Brunet, A., Louville, P., & Guelfi, J. D. (2006). L'intensité de la détresse péritraumatique prédit la survenue des symptômes post-traumatiques parmi des victimes d'agressions. *L'Encéphale*, 32(6), 953-956.