



Cycle: le continuum des violences

Psychotrauma : La résilience à travers nos liens



Vendredi 02 Octobre 2026



19 HEURES



**Auditorium CHS de la Savoie
89 avenue de Bassens
73000 BASSENS**



ou en VISIOCONFERENCE



Emmanuel Contamin

Pédopsychiatre
Superviseur EMDR-Europe
auteur

GRATUIT

Inscriptions obligatoires



<https://lessaintexuperiens.webnode.fr/inscriptions/>

avec le soutien de



Contrairement à ce que l'on pense, les causes de psycho traumatisme ne se limitent pas aux évènements graves de la vie humaine : guerre, tortures, agressions physiques et sexuelles, catastrophes naturelles, accidents graves etc. L'exposition dans la durée dans l'enfance à la négligence, à la non-réponse aux besoins fondamentaux de l'enfant, aux violences psychologiques des relations toxiques, les rapports de domination au sein de la famille, des groupes sociaux, toute situation de violence réelle ou virtuelle en tant que témoin, affecte le développement et le fonctionnement du cerveau et participe à la violence systémique de nos sociétés.

Le propos de Dr Emmanuel Contamin, Psychiatre

« Les impacts des traumatismes individuels sont systémiques et entraînent la répétition cyclique de la violence, comme nous le voyons autour de nous, comme l'actualité nous le montre trop souvent.

Les pandémies, les difficultés grandissantes de santé mentale des populations, les catastrophes naturelles et les crises sociales et géopolitiques nous poussent à comprendre que notre modèle de développement est insoutenable pour les générations futures et pour les écosystèmes dont nous dépendons.

Face à cela, il est prioritaire de soutenir notre résilience collective : celle-ci doit être vue comme 5 cercles expansifs allant de la résilience personnelle, familiale, sociale à celle des collectivités locales, des nations et de la résilience socio écologique de notre Terre.

Bonne nouvelle ! L'OMS promeut le concept « une seule santé », qui souligne cette interdépendance de la santé humaine, animale et des écosystèmes. Nous pouvons étendre ce concept à « une seule résilience »

"En tant que thérapeute des troubles post-traumatiques, je suis souvent émerveillé des processus de résilience qui se déploient chez mes patients, alors que parfois je n'imagine pas comment je pourrais moi-même traverser de telles épreuves... Et je suis frappé de constater à quel point notre principale ressource de résilience (comme d'ailleurs de bonheur) se trouve dans nos liens : nos liens familiaux et la sécurité de nos liens d'attachement, les relations à nos proches que nous avons su construire, et nos relations sociales plus larges » Dr Contamin

Une séance de dédicace sera organisée à l'issue de la soirée

Auteur, Dr Emmanuel Contamin cherche par l'écriture à partager son engagement par le soin et à tenir informé les jeunes générations, le grand public de ce qui peut être fait à l'échelle individuel et sociétal

- « Les 5 cercles de la résilience » 15 euros
Prendre soin de soi, des autres et de la planète : tout est lié !
- « Petit guide Psy à l'égard des jeunes éco-conscients » 19,90 euros
- « Guérir de son passé » 9,50 euros
- « Prenons soin de nous » 9,50 euros
Techniques d'autothérapie inspirée par l'EMDR, l'hypnose