

Evaluation de la mémoire traumatique

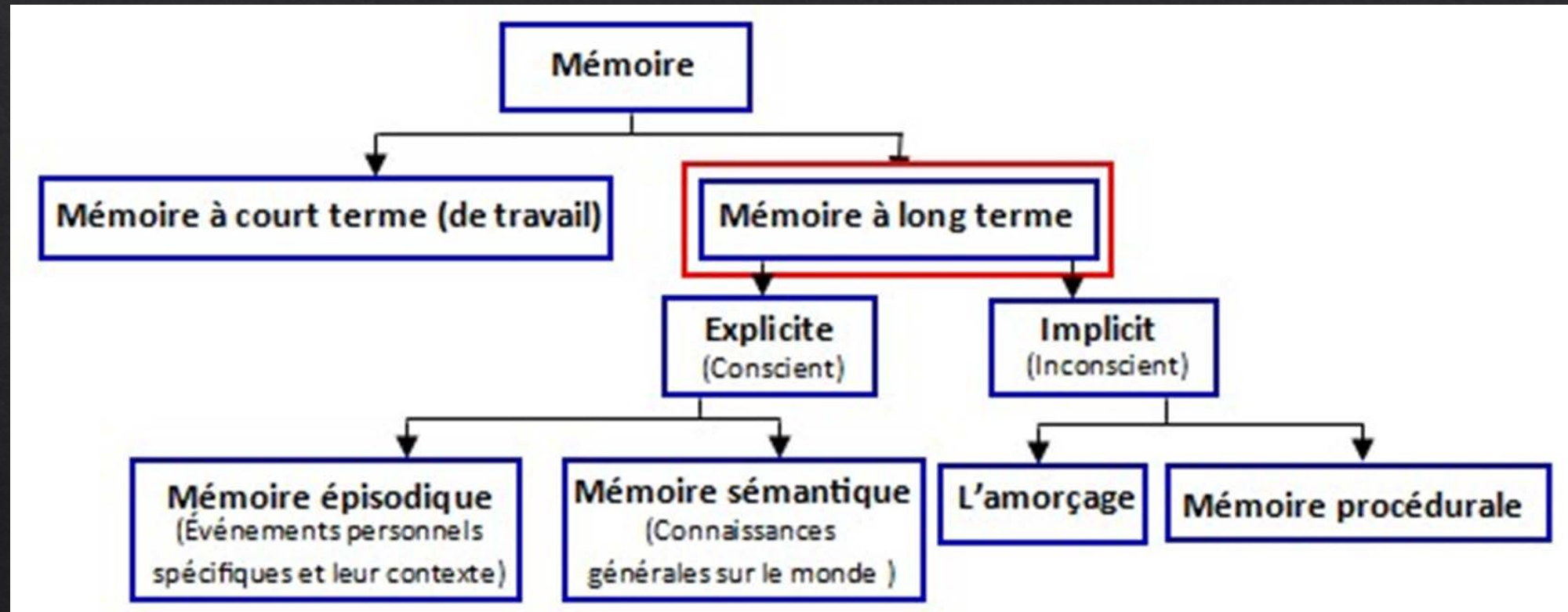
2025

Pr. Pascal ROULLET
pascal.roullet@univ-tlse3.fr



La mémoire traumatique : c'est quoi exactement ?

Les différentes catégories de mémoire : le modèle classique

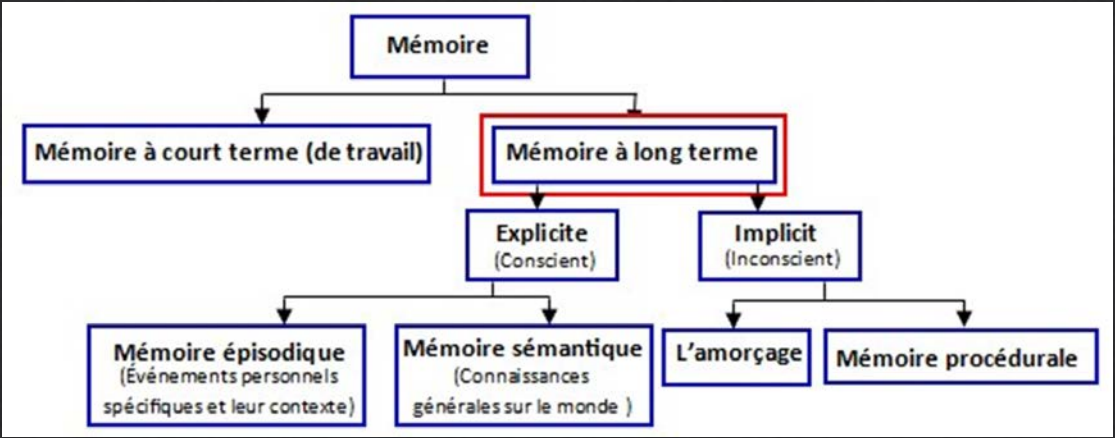


Mais où est la mémoire traumatique ?

Mémoire traumatique: il n'y a pas de définition vraiment consensuelle

Définition de Muriel Salmona

La mémoire traumatique est un trouble de la mémoire implicite émotionnelle



Partie émotionnelle
Positif ? Neutre ? Négatif ?
Excitant ? Traumatisant ?

Partie contextuelle
Où ? Quand ? Comment ?

Souvenir
traumatique

Définition de Muriel Salmona: cause de la mémoire traumatique

La mémoire traumatique est une **conséquence psychotraumatique des violences les plus graves.**

- Violences sexuelles adultes
- Maltraitance dans l'enfance
- Incestes
- Actes de barbarie et de tortures

- **Mais pas seulement**

La mémoire traumatique se traduit par des **reviviscences intrusives** qui envahissent totalement la conscience (flash-back, cauchemars, illusions sensorielles)

Reviviscence de l'évènement traumatique : Les patients **revivent à l'identique** tout ou partie du traumatisme

- Même détresse
- Même terreur
- Mêmes réactions psychologiques, physiologiques et somatiques que celles vécues lors des violences

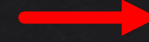
Caractéristique de la mémoire traumatique

Hypersensibilité :

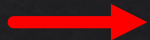
Mémoire déclenchée par des sensations, des affects, des mots, des situations

Parfois des dizaines d'années après l'évènement traumatique

Mémoire normale



Mémoire Traumatique



Sur-mémorisation de l'association rouge/accident ? Problème de contextualisation ?

Caractéristique de la mémoire traumatique

Hypersensibilité:

Peut-être déclenchée par des sensations, des affects, des mots, des situations
Parfois des dizaines d'années après l'évènement traumatique

Parcellaire :

Certains éléments du contexte sont parfois oubliés
Difficultés à intégrer l'ensemble de la séquence d'évènement

Souvenir en mémoire classique : A, B, C, D, E, F, G, H...

Souvenir en mémoire traumatique : A, D, C, F, H, 2, G, ...



Partie émotionnelle
Positif ? Neutre ? Négatif ?
Excitant ? Traumatisant ?

Partie contextuelle
Où ? Quand ? Comment ?

Souvenir
traumatique

Comment expliquer la formation de la mémoire traumatique ?

Mémoire générale

Consolidation



Mémoire à
court terme

Mémoire à
long terme

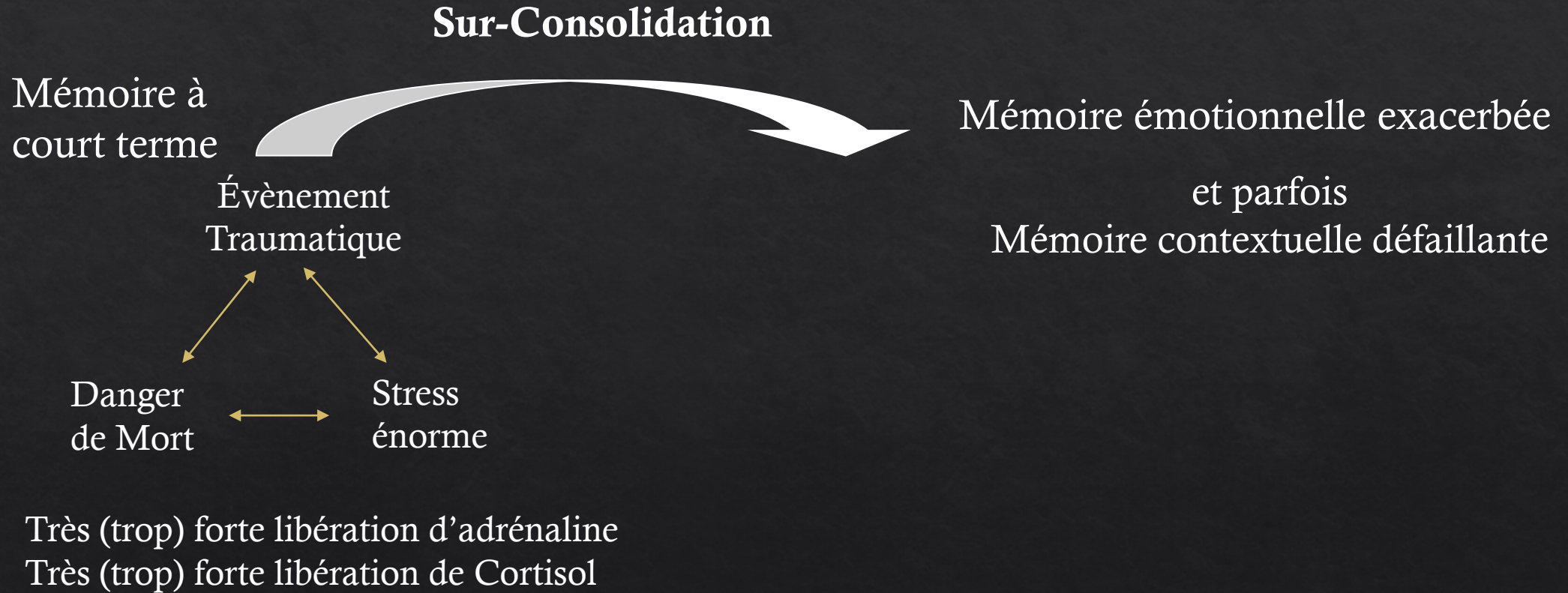
Fragile
Labile

Définitivement
Stable

Mémoire générale



Mémoire traumatique



Modèle de la double représentation de Brewin (2010)

Deux composantes de mémoire distinctes coexisteraient de façon parallèle

« Verbally Accessible Memory » (VAM)

- Permet d'encoder les informations contextuelles de l'événement
- Accessible de façon volontaire et consciente
- Les informations traumatiques sont alors évocables
- Fait intervenir l'hippocampe

« Situationally Accessible Memory » (SAM)

- Permet d'encoder les informations émotionnelles et perceptuelles de l'événement
- Non traitées consciemment durant l'encodage
- Ne peuvent pas faire l'objet d'une récupération consciente et contrôlée
- Accès involontaire par des indices situationnels
- Mémoire perceptive faisant intervenir l'amygdale

En cas de stress extrême

- L'attention de l'individu est centrée sur la menace perçue,
- Priorité au SAM / Altération du VAM.

Contexte de l'événement peu encodé

Reste en mémoire que les images, émotions et perceptions subjectives de l'événement.

Sans contextualisation, le souvenir traumatique peut refaire surface de façon involontaire

Sans contextualisation, le patient revit au temps présent les émotions liées à l'évènement traumatique

Mémoire traumatique et Trouble Stress post-Traumatique (TSPT)

La mémoire traumatique a été définie à partir de la mémoire des patients TSPT

Tous les patients TSPT ont une mémoire traumatique

Critères B du TSPT:

Présence d'un ou plusieurs symptômes d'intrusion

1. Souvenirs répétitifs, involontaires et envahissants
2. Rêves récurrents
3. Réactions dissociatives (flashbacks), non seulement revoir des images du trauma, mais revivre émotionnellement l'événement
4. Détresse psychique lors de l'exposition à des stimuli semblables au trauma

Certains auteurs considèrent que le TSPT est davantage une réaction inappropriée à un souvenir traumatique qu'à l'événement traumatique lui-même (Rubin et al., 2008).

Qu'est-ce qui est le plus perturbant pour le patient avec un TSPT ?



L'évènement traumatique vécu il y a 5 ans ?

Le souvenir intrusif de cet évènement traumatique apparu il y a 5 minutes en faisant le ménage ?

Comment mesurer les souvenirs intrusifs ?

Comment faites vous avec vos patients TSPT ?

Méthodologie

Dans la majorité des cas, pas de questionnaire
mais questions sur les intrusions pendant l'entretien réalisé par le psychiatre ou le psychologue
Intrusion lors de semaine passée, depuis la dernière visite

Biais de rappel

Questionnaire rétrospectif à remplir une fois par semaine, une fois par mois

Biais de rappel

Questionnaire à remplir dès qu'il y a une intrusion (papier ou smartphone)
Quantitatif et qualitatif

Renforcement du souvenir intrusif ?

Énormes différences sur le nombre
d'intrusion par semaine en fonction de
la méthode utilisée (facteur 1/4, 1/9)

Questionnaire rétrospectif à remplir tous les matins au réveil

Biais de réactivation

Problème méthodologique :
Comment bien mesurer sans biais de
rappel et sans réactiver la mémoire
traumatique ?

Questionnaire sur smartphone avec rappel toutes les heures

Biais de réactivation énorme

Quelle échelle pour mesurer la mémoire traumatique et la mémoire intrusive ?

il existe plusieurs échelles permettant d'étudier en partie cette mémoire traumatique.

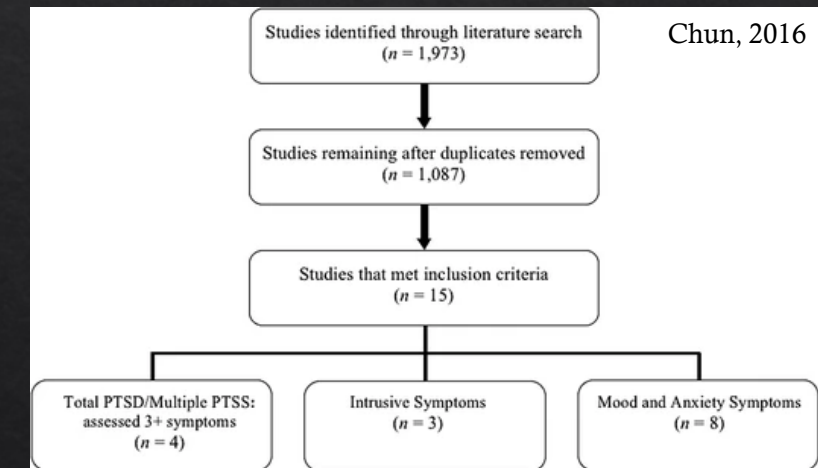
- AMQ : Autobiographical Memory Questionnaire (Rubin et al., 2008, 2011)
- ETMQ : Experiences of Traumatic Memories Questionnaire (Hylan et al., 2024)
- IAMQ : The involuntary Autobiographical Memory Questionnaire (Kang, 2014)
- IAMI : The Involuntary Autobiographical Memory Inventory (Berntsen et al., 2015)
- IMQ : Intrusive Memory Questionnaire (Verwoerd & Wessel, 2007)
- MEQ : Memory Experiences Questionnaire (Sutin & Robins, 2007)

Echelles nombreuses,

Mais peu utilisées en recherche (à part par les auteurs qui ont créé l'échelle)
Jamais utilisées en pratique clinique courante (à notre connaissance)

Ces échelles ciblent plus souvent la fréquence et l'intensité des intrusions
Elle abordent très peu les aspects qualitatifs de la mémoire intrusive.

Les aspects sensoriels sont peu développés alors que les intrusions mnésiques sont vécues non pas comme des pensées uniques de l'événement traumatique mais comme des expériences sensorielles.



Nécessité de développer une échelle validation du questionnaire à grande échelle

Mise au point d'une échelle d'évaluation quantitative et qualitative des souvenirs intrusifs : évaluation dans une population atteinte de TSPT

Investigateurs : **Pr Pascal Roullet**, Université de Toulouse – CH Thuir – CRPOc
Dr Arnaud Leroy, CHU de Lille – CRP Hauts de France

Promoteur : **F2RSM - Lille**

Phase 3 de validation d'échelle

Début étude : septembre 2025

Inclusion : 360 patients TSPT

Etude multicentrique : Thuir, Lille, Bordeaux, Strasbourg, Poitiers, Tours (?)

Pourquoi une nouvelle échelle ?

Une échelle avec des questions simples que le patient peut compléter seul

Une échelle que tous les cliniciens peuvent utiliser facilement pour réaliser un diagnostic sur les intrusions mnésiques

Une échelle qui permet au clinicien de faire des liens entre la symptomatologie et les contextes et/ou les indices évocateurs de trauma, afin de faciliter le travail psychothérapeutique.

Une échelle exhaustive sur la mémoire intrusive pour la recherche clinique afin de mieux comprendre les propriétés sensorielles des souvenirs intrusifs.

Une échelle pour étudier l'évolution de cette mémoire intrusive au cours du temps ou pour étudier l'efficacité d'une thérapie sur cette mémoire intrusive.

Questionnaire IM-3Q (Intrusive Memory : Qualitative and Quantitative Questionnaire)

Ce questionnaire couvre l'ensemble des champs qualitatifs et quantitatifs de la mémoire intrusive dans un seul outil.

Composé de 36 items ou questions.

Certains items très classiques :

- brève description du souvenir intrusif le plus fréquent au cours de la semaine passée.
- temps qui s'est écoulé depuis que l'événement repris dans ce souvenir s'est produit.
- Intensité émotionnelle lors du souvenir intrusif
- Fréquence des souvenirs intrusifs

Et des items très nouveaux regroupés autour de plusieurs axes

Question parfois posée au patient : sous quelles formes apparaissent les souvenirs intrusifs
-réponse compliquée à formuler pour le patient, réponse pas très précise et non quantifiable

6. Lorsque vous avez ce souvenir intrusif, il apparaît sous forme d'image ou de scène



7. Lorsque vous avez ce souvenir intrusif, il apparaît sous forme de son

8. Lorsque vous avez ce souvenir intrusif, il apparaît sous forme d'odeur

9. Lorsque vous avez ce souvenir intrusif, il apparaît sous forme de goûts dans la bouche

10. Lorsque vous avez ce souvenir intrusif, il apparaît sous forme de sensation sur la peau

Question parfois posée au patient : Pouvez-vous m'indiquer les éléments déclencheurs de vos souvenirs intrusifs ?

24. Certaines images ou visions de mon environnement vont déclencher ce souvenir intrusif - sans que j'essaie consciemment de l'évoquer.



25. L'écoute de certaines voix, musiques ou chansons vont déclencher ...

26. Certaines odeurs, vont déclencher ...

27. Certains goûts, vont déclencher ...

29. Certaines postures spécifiques (assis, allongé), vont déclencher ...

30. Certains lieux ou endroits vont déclencher ...

31. La rencontre de certaines personnes va déclencher...

32. Certaines émotions, humeurs ou pensées vont déclencher...

Questions parfois posées : lors de quelle activité apparait votre souvenir intrusif ?

22. Lorsque que je fais un travail de routine, ce souvenir intrusif vient de lui-même à mon esprit - sans que j'essaie consciemment de l'évoquer.



34. Certaines situations spécifiques (dans la douche, devant un miroir...), vont déclencher ce souvenir intrusif....

28. Lorsque je suis physiquement actif, par exemple en marchant, en faisant du vélo ou en courant, ce souvenir intrusif ...

33. Lorsque je m'ennuie, ce souvenir intrusif ...

23. Lorsque je me détends, ce souvenir intrusif ...

Aucune question sur la modification de la perception sensorielle pendant un souvenir intrusif

11. Lors d'un souvenir intrusif, avez-vous l'impression d'avoir une moins bonne ou une modification de la perception **de certains éléments visuel de votre environnement** ?



12. ...modification de la perception **de certains sons de votre environnement** ?

13. ...modification de la sensibilité **aux odeurs de votre environnement** ?

14. ...modification de la sensibilité **à l'intérieur de votre bouche ou aux goûts lors d'un repas** ?

15. ...de la **sensibilité cutanée (lorsque qu'une personne vous touche, lorsque vous touchez votre peau, lorsque que vous êtes sous la douche ...)** ?

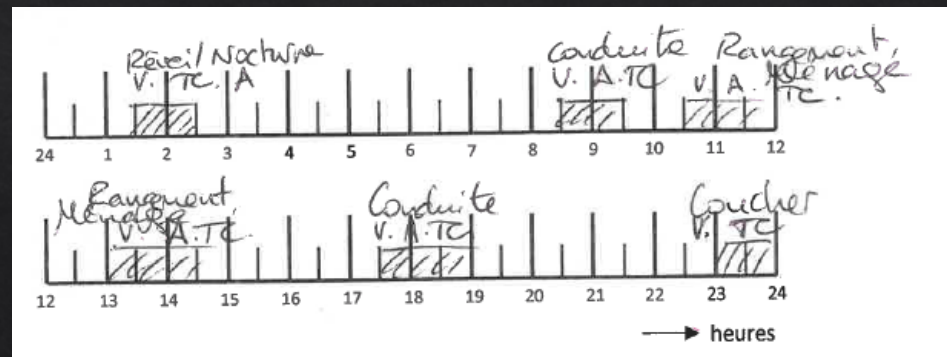
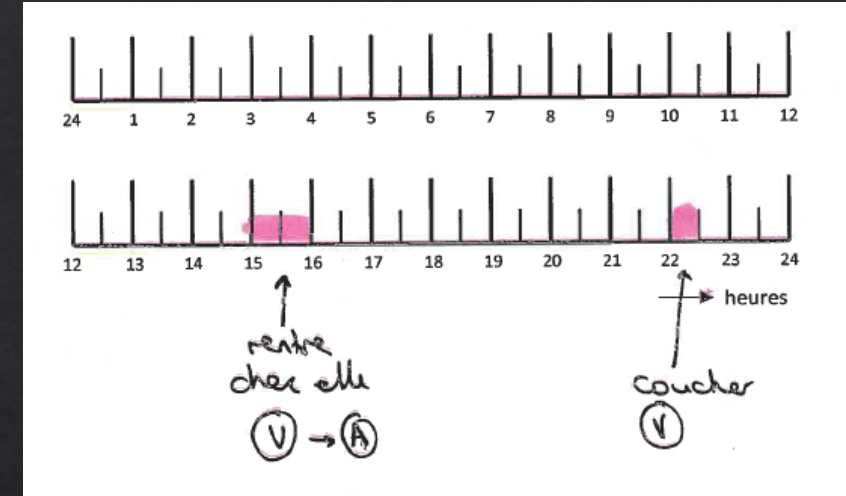
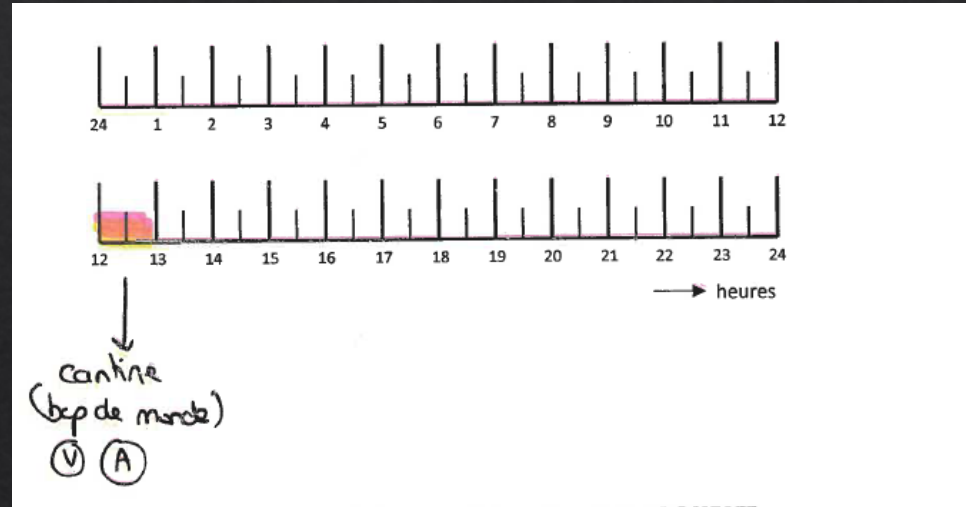
A partir des 32 items quantitatifs, nous avons calculé **11 scores différents**

Importance de ces scores :

- pour étudier l'évolution des souvenirs intrusifs après un traitement ou une thérapie
- Pour comparer 2 populations de patients

- Un score de fréquence d'apparition des souvenirs intrusifs
 - Un score d'intensité des souvenirs intrusifs
 - Un score de focalisation sur ces souvenirs intrusifs
 - Un score de gêne dû aux souvenirs intrusifs
 - Un score de sensibilité aux facteurs déclenchants
 - Le plus haut score de sensibilité aux facteurs déclenchants
-
- Un score de sensorialité visuelle
 - Un score de sensorialité auditive
 - Un score de sensorialité olfactive
 - Un score de sensorialité gustative
 - Un score de sensorialité cinesthésique

Question 36 : indiquez les périodes durant lesquelles vous avez eu le plus de souvenirs intrusifs.
Indiquez ce que vous faisiez à ce moment-là, ainsi que les sens impliqués



Permet, chez certains patients, de bien connaître la ou les périodes avec des souvenirs intrusifs ou l'activité déclenchant ces souvenirs intrusifs

Sensorialité souvent différente en fonction de la période (ou de l'activité) dans laquelle se produit le souvenir intrusif

