



perfectionnement.com

FORMATION EN LIGNE

## **Titre de la formation**

**« Le trouble de l'adaptation : Réaction typique aux facteurs de stress de la vie ou pathologie ? »**

## **Formatrice**

**Michelle LONERGAN**, Ph.D. (psychiatrie), chercheuse.

## **Problématique**

La majorité des individus seront confrontés à un facteur de stress ou de traumatisme dans leur vie, et les réactions à de tels événements sont variées ; si la plupart des gens s'en remettent, beaucoup éprouvent une détresse profonde et durable qui interfère avec leur capacité à fonctionner dans leur vie quotidienne. Bien que le trouble de stress post-traumatique (TSPT) ait été largement étudié en tant que conséquence potentielle de l'exposition à un traumatisme (c-à-d., facteur de stress impliquant une menace vitale), moins d'attention a été accordée dans la recherche à une manifestation plus courante, mais souvent tout aussi troublante, de la réaction aux facteurs de stress : le trouble de l'adaptation (APA, 2022 ; Bachem, 2022 ; Brunet et al., 2022 ; Casey et Strain, 2015). Le trouble de l'adaptation englobe les tragédies personnelles sans menace vitale : les pertes d'emploi et financières catastrophiques, les diagnostics dévastateurs, les trahisons amoureuses et les divorces (Bachem, 2022 ; Lonergan et al., 2021 ; Maercker et Lorenz, 2018). Les symptômes du trouble de l'adaptation se chevauchent considérablement avec le TSPT, incluant de la préoccupation avec le facteur de stress, l'évitement, des symptômes anxio-dépressifs et une incapacité dans le fonctionnement quotidien (APA, 2022 ; WHO, 2018). Cependant, les critiques du diagnostic du trouble de l'adaptation soutiennent que ce construit pathologise les réactions normales aux facteurs de stress ; par conséquent, les recherches sur ses limites diagnostiques et caractéristiques cliniques, ainsi que sur son étiologie et sa maintenance sont peu nombreuses (Morgan et al., 2022 ; Zelviene et Kazlauskas, 2018). Néanmoins, en raison de sa forte prévalence en milieu clinique (Evans et al., 2013), une compréhension approfondie de l'état de la recherche sur le trouble de l'adaptation peut aider le clinicien à mieux comprendre cette problématique et y prescrire des traitements efficaces (voir Baumeister et al., 2022 ; Lonergan et al., 2022 ; O'Donnell et al., 2018).

## **Besoin**

Dans cette formation, les recherches émergentes sur le trouble de l'adaptation en tant que syndrome de réponse au stress sont discutées afin d'outiller les thérapeutes pour intervenir de façon efficace. Cette formation est donc conçue pour faire le pont entre la recherche et la pratique et s'adresse aux intervenants qui souhaitent acquérir une meilleure compréhension de l'une des réactions au stress les plus courantes dans le milieu clinique, à savoir le trouble de l'adaptation.

### **Clientèle**

Cette activité de formation continue est destinée aux professionnels de la santé et toute personne désireuse de parfaire leur compréhension et leur maîtrise du trouble de l'adaptation, y compris son étiologie, son pronostic et son traitement. Il s'agit d'un atelier de formation de niveau « débutant/intermédiaire ».

### **Formatrice**



**Michelle LONERGAN, Ph.D.**, a obtenu son doctorat du Département de psychiatrie de l'Université McGill en janvier 2019. Depuis ce temps, elle est chercheuse postdoctorale dans le Laboratoire de recherche sur le couple à l'École de psychologie de l'Université d'Ottawa. Elle est formée en psychologie (théorie de l'attachement, théorie des traumatismes, méthodes de recherche), en psychiatrie (diagnostic/classification des troubles mentaux, étiologie et traitement des troubles liés aux traumatismes et à la consommation de substances) et en neurosciences (neurobiologie de l'apprentissage et de la mémoire). Dans le cadre de sa recherche, elle a travaillé avec diverses populations, notamment des personnes souffrant de troubles liés à la consommation de substances, de stress post-traumatique et de troubles de l'adaptation. S'efforçant d'être à la pointe de la recherche et de l'éducation sur les effets des traumatismes et facteurs de stress de la vie sur la santé mentale et le bien-être des individus et des couples, la formatrice a diffusé les connaissances scientifiques auprès des professionnels de la santé, des chercheurs, des décideurs politiques, des étudiants et des membres de la communauté.

## **Objectifs**

1. Démystifier les réponses émotionnelles, cognitives et comportementales variées aux facteurs de stress et de trauma.
2. Sensibiliser les professionnels de la santé au concept du trouble de l'adaptation, y compris ses théories étiologiques et ses manifestations émotionnelles, cognitives et comportementales.
3. Présenter l'état de la recherche sur les stratégies d'intervention pour le trouble de l'adaptation.

## **Préalables**

Aucun. Les participants doivent présenter un intérêt pour les concepts et processus théoriques soutenant le développement et traitement des troubles liés aux facteurs de stress et de trauma.

## **Contenu**

- 1) Présentation du concept du trouble de l'adaptation : Pathologie ou réaction typique aux facteurs de stress ?
  - a. Historique et évolution du trouble de l'adaptation dans le DSM vs. ICD
    - i. Critères diagnostics
    - ii. Manifestations symptomatiques
  - b. Prévalence et facteurs associés
- 2) L'évaluation du trouble de l'adaptation
  - a. Distinguer entre pathologie et réaction typique à un facteur de stress
  - b. Mesures administrées par le clinicien
  - c. Mesures auto-rapportées
- 3) Présentation des théories étiologiques du trouble de l'adaptation
  - a. Les syndromes de réponses aux facteurs de stress de Horowitz (1986)
    - i. Théories de l'apprentissage et de mémoire (Maercker et al., 2007)
    - ii. Théories socio-interpersonnelles et de l'attachement (Lorenz et al., 2018 ; Johnson et al., 2001 ; Lonergan et al., 2021)
- 4) Le traitement du trouble de l'adaptation
  - a. Approches psychothérapeutiques : État de la recherche
    - i. Thérapie autoadministrée "self-help"
    - ii. Thérapie cognitivo-comportementale
    - iii. Autres approches thérapeutiques

- b. Approches pharmacologiques : État de la recherche
- 5) Nouvelles avenues dans le traitement du trouble de l'adaptation
- a. Introduction à la Théorie de la reconsolidation mnésique
  - b. Présentation de données empiriques
    - i. Le cas du trouble de l'adaptation découlant d'une trahison amoureuse (Lonergan et al., 2021 ; Lonergan et al., 2022)

### **Méthode ou stratégie pédagogique**

L'exposé théorique (magistral) sera la méthode pédagogique privilégiée. Certains échanges, discussions et exercices pratiques seront également présentés aux participants.

### **Durée de l'activité**

4 heures

### **Attestation**

Une attestation de participation avec le numéro de reconnaissance de l'Ordre des Psychologues du Québec sera remise aux participants ayant assisté à la formation.

### **Bibliographie sommaire**

- American Psychiatric Association. (2022). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders: Text Revision (DSM-5-TR®)* (5th ed.). Arlington, VA.
- Brunet A., Rivest-Beauregard M., Lonergan M., Cipolletta S., Rasmussen A., Meng X., et al. (2022). PTSD is not the emblematic disorder of the COVID-19 pandemic; adjustment disorder is. *BMC Psychiatry*. 22, 300. doi : 10.1186/s12888-022-03903-5
- Bachem, R. (2022). Adjustment Disorder. In A. Maercker (Ed.), *Trauma Sequelae* (pp. 75-88). Springer.
- Baumeister H., Bachem R., Domhardt M. (2022). Therapy of the Adjustment Disorder. In A. Maercker (Ed.), *Trauma Sequelae* (pp. 375-90). Springer.
- Casey P. R., Strain J. J. (2015). *Trauma-and stressor-related disorders: A handbook for clinicians*. American Psychiatric Publications.
- Evans S. C., Reed G. M., Roberts M. C., Esparza P., Watts A. D., Correia J. M., et al. (2013). Psychologists' perspectives on the diagnostic classification of mental disorders: Results from the WHO-IUPsyS Global Survey. *International Journal of Psychology*, 48(3), 177-93. doi: 10.1080/00207594.2013.804189
- Horowitz M. J. (1986). Stress-response syndromes: A review of posttraumatic and adjustment disorders. *Psychiatric Services*, 37(3), 241-9.

- Johnson, S. M., Makinen, J. A., & Millikin, J. W. (2001). Attachment injuries in couple relationships: A new perspective on impasses in couples therapy. *Journal of Marital and Family Therapy*, 27(2), 145-155.
- Lonergan M., Saumier D., Pigeon S., Etienne P., Brunet A. (2022). Treatment of adjustment disorder stemming from romantic betrayal using memory reactivation under propranolol: An open-label interrupted time series trial. *Journal of Affective Disorders*, 317, 98-106. doi: 10.1016/j.jad.2022.08.082
- Lonergan M., Brunet A., Rivest - Beaugard M., Groleau D. (2021). Is romantic partner betrayal a form of traumatic experience? A qualitative study. *Stress and Health*, 37(1), 19-31. doi: 10.1002/smi.2968
- Lorenz, L., Perkonigg, A., & Maercker, A. (2018). A socio-interpersonal approach to adjustment disorder: The example of involuntary job loss. *European Journal of Psychotraumatology*, 9(1), 1425576.
- Maercker, A., Einsle, F., & Köllner, V. (2007). Adjustment disorders as stress response syndromes: a new diagnostic concept and its exploration in a medical sample. *Psychopathology*, 40(3), 135-146.
- Maercker A., Lorenz L. (2018). Adjustment disorder diagnosis: Improving clinical utility. *The World Journal of Biological Psychiatry*, 19(sup1), S3-S13. doi:10.1080/15622975.2018.1449967
- Morgan M. A., Kelber M. S., Workman D. E., Beech E. H., Garvey Wilson A. L., Edwards-Stewart A., et al. (2021). Adjustment disorders: A research gaps analysis. *Psychological Services*, 19(2), 283–293. doi: 10.1037/ser0000517
- O'Donnell M. L., Metcalf O., Watson L., Phelps A., Varker T. (2018). A systematic review of psychological and pharmacological treatments for adjustment disorder in adults. *Journal of Traumatic Stress*, 31(3), 321-31. doi: 10.1002/jts.22295
- Warach B., Josephs L. (2021). The aftershocks of infidelity: a review of infidelity-based attachment trauma. *Sexual and Relationship Therapy*, 36(1), 68-90.
- World Health Organization. (2018). *The ICD-11 classification of mental and behavioural disorders: Clinical descriptions and diagnostic guidelines*. Geneva: Author.
- Zelviene P., Kazlauskas E. (2018). Adjustment disorder: Current perspectives. *Neuropsychiatric Disease and Treatment*, 14, 375. doi: 10.2147/NDT.S121072