

CORONAVIRUS (COVID-19) PANDÉMIE STRATÉGIES D'ADAPTATION POUR LES JEUNES AVEC UNE HISTOIRE DE TRAUMATISME COMPLEXE



*Par Jana Pressley, Psy.D. et Joseph Spinazzola, Ph.D.
The Foundation Trust*



FOUNDATION TRUST

Dernière mise à jour : 23 mars 2020

En période de stress et d'incertitude, les enfants et les adolescents ressentent souvent plus d'anxiété, tout comme nous en tant qu'adultes. Selon leur âge et leur stade de développement, les enfants ne savent souvent pas comment exprimer clairement leurs inquiétudes. La peur peut se manifester de diverses façons, notamment sous forme de colère, de comportement oppositionnel, de surdépendance ou de détresse paniquée. Cela est particulièrement vrai pour le groupe de jeunes ayant des antécédents de traumatisme complexe. Alors que nous nous retrouvons au milieu d'une pandémie de la COVID-19, il y a de nombreuses personnes qui prennent soin des enfants et des adolescents ayant des antécédents de traumatisme complexe. Si vous êtes un parent, un parent d'accueil, un travailleur du programme résidentiel, un éducateur offrant un enseignement en ligne ou un professionnel des soins de santé, vous prenez probablement soin de jeunes qui feront face à une vulnérabilité accrue au stress en ce moment.

TRAUMATISME COMPLEXE: LA PERTINENCE DU PASSÉ DANS LE PRÉSENT

L'exposition à un traumatisme complexe se présente sous plusieurs formes : les jeunes ayant vécu la négligence ou la maltraitance durant leur enfance, ayant été témoins ou victimes de violence conjugale ou de violence communautaire, ayant été retirés du domicile ou de leur famille d'origine ou ayant subi l'oppression raciale, culturelle, religieuse ou de genre. Le fait de grandir dans des situations de vie chaotiques et imprévisibles où des intervenants sont dépassés par de graves problèmes de santé mentale, la dépendance ou des crises de santé peut également être vécu comme une forme de traumatisme complexe.

Les jeunes ayant des antécédents de traumatisme interpersonnel chronique ont tendance à être aux prises avec des expériences internes continues d'anxiété ou de panique qui peuvent être facilement déclenchées aujourd'hui, même s'ils vivent actuellement dans un environnement enrichissant. Pour ceux qui ont fait constamment face à l'adversité tout au long de leur enfance, il arrive souvent que le système de réaction au stress de leur



corps s'active fréquemment et à un niveau dépassant la capacité que le système nerveux autonome était conçu pour gérer chaque jour. Grâce à des décennies de recherches réalisées sur le traumatisme complexe, la neurobiologie et les mauvaises expériences vécues pendant l'enfance, nous savons maintenant qu'une réaction au stress chroniquement accrue entraîne des conséquences néfastes cumulatives sur la santé et est souvent associée à des comportements d'adaptation à risque, tels que l'utilisation de substances, les troubles d'alimentation et l'automutilation. Bien que certains de ces comportements à risque puissent être troublants et, parfois, dangereux, ils sont souvent mieux compris comme des adaptations de survie face à un traumatisme complexe qui a évolué pour aider les enfants et les jeunes à « s'effacer » devant la violence ou la maltraitance inévitable, à soulager la détresse intense, à combattre l'insensibilisation chronique ou à soulager la douleur émotionnelle.

Les jeunes ayant vécu un traumatisme ont souvent appris à éviter tout danger physique et psychologique en étant extrêmement sensibles à l'humeur ou au niveau de stress dans leur environnement immédiat : leur domicile, leur quartier et leur école. Cela est connu comme l'hypervigilance; c'est un instinct puissant qui aide les gens à survivre durant une menace. Si un enfant vit dans un domicile présentant un risque de violence relationnelle, il peut s'adapter en apprenant à lire les signes non verbaux de ses parents et en détectant les changements subtils de leur humeur pour interagir avec eux d'une façon qui maintient la paix. Un autre jeune pourrait apprendre à se battre pour se protéger, à devenir invisible ou à devenir insensible aux sentiments de crainte ou même insensible à la douleur physique.

AVANCE RAPIDE VERS LE PRÉSENT

Pour les jeunes ayant vécu des antécédents de traumatisme, cette même hypervigilance se perpétue souvent dans le corps au-delà de l'exposition initiale à un traumatisme. Essentiellement, le système de réaction au stress demeure en état d'alerte axé sur la survie. Souvent de manière inconsciente, le corps des jeunes peut réagir à des facteurs déclenchants qui leur rappellent des expériences traumatisantes du passé comme un son fort et surprenant, la peur de se sentir piégé ou une expression faciale qui paraît menaçante ou rejetée. Dans ces cas, ils peuvent soudainement se retrouver transportés momentanément dans le passé et tomber dans un état de panique. Cela peut se produire sans comprendre clairement la raison ou les facteurs qui ont spécifiquement déclenché cette réaction.



Une autre caractéristique commune d'un traumatisme complexe est le fait qu'il laisse souvent les jeunes aux prises avec un sentiment d'imprévisibilité constante et une perte de contrôle. Les expériences antérieures de désespoir et d'impuissance associés à un traumatisme chronique peuvent perpétuer jusqu'à aujourd'hui. Ces états d'être peuvent ensuite être déclenchés aujourd'hui à des moments où le milieu environnant ou la culture plus large subit des menaces à l'égard de la sécurité ou des perturbations à la routine quotidienne.



En cette période de crise mondiale, la plupart des enfants ressentent probablement et, à juste titre, un certain niveau d'inquiétude. Les enfants ayant des antécédents de traumatisme complexe peuvent présenter des réactions émotionnelles ou comportementales encore plus intenses. Ils peuvent se sentir impuissants ou figés ou se comporter de façon impulsive, imprudente ou enragée. Chez d'autres jeunes, les anciens symptômes, qui étaient présents à un plus jeune âge et qui ont déjà disparu, peuvent réapparaître comme l'énurésie nocturne, les crises de colère ou le comportement collant. Paradoxalement, l'anxiété intense associée à des facteurs de stress importants de la vie comme la pandémie de COVID-19 peut également se manifester chez certains jeunes sous forme d'indifférence apparente ou de déni exagéré face aux préoccupations relatives à la sécurité.

Voici quelques-unes des façons dont un enfant ou un adolescent ayant des antécédents de traumatisme complexe perçoit peut-être déjà le monde (avant une crise mondiale):

- J'ai l'impression que mon corps est tendu ou douloureux.
- J'ai de la difficulté à comprendre ou à régler mes émotions et j'ai vraiment de la difficulté à les exprimer.
- Mes sentiments sont trop intenses pour d'autres personnes.
- J'ai la tête qui tourne à cause de mes craintes, inquiétudes et doutes.
- Le monde paraît dangereux et imprévisible.
- Les gens se sont servis de moi ou m'ont laissé tomber dans le passé, alors je ne devrais probablement pas leur faire confiance.
- J'éprouve une grande solitude, mais je ne sais pas comment demander de l'aide.

Lorsqu'une menace actuelle apparaît, tous les sentiments, pensées ou craintes susmentionnés ont tendance à s'intensifier, mais peuvent se manifester de diverses façons. Examinez ces scénarios :

- Un enfant qui a tendance à manifester son anxiété physiquement pourrait devenir hypersensible à tout changement de sensation corporelle et paniquer immédiatement face à des signes subtils, tels qu'une toux ou un mal de gorge.
- Un adolescent ayant des antécédents de négligence physique et de privation de nourriture peut se sentir particulièrement paniqué à l'idée que sa famille puisse manquer de nourriture et pourrait commencer à voler ou à accumuler des articles.
- Un jeune ayant des antécédents de violence sexuelle pourrait se sentir déclenché par la crainte de se sentir piégé pendant la quarantaine ou de se réfugier avec les conditions de vie à son domicile.
- Un adolescent qui a subi la privation émotionnelle ou la négligence durant son enfance pourrait éprouver beaucoup d'anxiété à cause de la distanciation sociale en général et être aux prises avec le sentiment de rejet ou d'abandon perçu si elle doit s'isoler des autres pendant une période prolongée. Cette jeune personne pourrait éprouver de la difficulté à cause de la réduction temporaire de possibilités de contact sain avec des pairs ou du manque d'accès physique à son petit ami ou à sa petite amie.

- Un enfant, qui peut facilement percevoir le niveau de stress des adultes, pourrait réagir d'une manière qui semble extrême ou inappropriée à la situation actuelle, car le système d'alarme de son corps « se déclenche » et il passe automatiquement en mode de combat, de fuite, de figement ou de soumission pour survivre. Par exemple, certains jeunes se renfermeront et se retireront, tandis que d'autres feront une crise de colère ou adopteront une attitude agressive.
- Un jeune peut paraître indifférent face aux mises en garde concernant la distanciation sociale et, lorsque confronté à cette préoccupation, dire quelque chose comme : « Peu importe, je n'ai pas peur. J'ai fait face à des situations bien plus effrayantes que celle-ci. La vie est toujours pourrie; cette situation n'est pas différente. »

Compte tenu de la situation actuelle d'incertitude dans le monde, il est utile de savoir que l'expérience passée d'un enfant ou d'un adolescent peut être déclenchée d'une manière qui intensifie les réactions présentes. Bien que toute la communauté ressent peut-être de l'anxiété à cause d'une crise mondiale comme la COVID-19, un survivant d'un traumatisme complexe peut avoir des réactions intensifiées aux détails qui sont les plus pertinents par rapport à ses propres expériences antérieures.

RELIER LE PASSÉ ET LE PRÉSENT

Compte tenu de la résilience de l'esprit humain et des différentes façons dont la guérison survient, beaucoup de jeunes ayant des antécédents de traumatisme en bas âge ont trouvé un domicile enrichissant et s'adaptent ou s'épanouissent dans un environnement propice à la guérison. La thérapie, le soutien familial et scolaire, les mentors, les communautés religieuses, l'athlétisme et les arts ont été des aides puissantes pour de nombreux jeunes qui ont subi un traumatisme. Cependant, pour les jeunes survivants de traumatismes complexes, il y a encore des scénarios particuliers qui peuvent susciter des sentiments ou des sensations problématiques ayant trait à des traumatismes antérieurs.



En tant qu'intervenants auprès de jeunes ayant vécu un traumatisme complexe, cette période pourrait aussi sembler particulièrement difficile. Les enfants à votre charge pourraient avoir des symptômes qui réapparaissent ou d'anciens mécanismes d'adaptation qui se réactivent. Les jeunes placés hors du domicile, qui avaient commencé à réagir positivement aux routines structurées dans leur nouveau milieu de vie et à trouver du réconfort dans ces routines, ont peut-être commencé à avoir un « comportement répréhensible » ou à lutter pour avoir du contrôle en raison des rituels hebdomadaires perturbés et des activités extérieures suspendues. Tous les jeunes – et leurs intervenants – ont besoin d'une communauté enrichissante et des routines qui les aident à prendre soin d'eux et à rester en bonne santé. De nombreuses variables échappent de notre contrôle direct en tant qu'intervenants au cours de cette crise de santé mondiale. Néanmoins, il peut s'avérer encore utile de trouver des pratiques quotidiennes tangibles pour aider les jeunes à gérer leur anxiété.

DES IDÉES DE RESSOURCES ET DES STRATÉGIES DE GESTION DE L'ANXIÉTÉ POUR LES JEUNES ET LES INTERVENANTS ÉPROUVANT UN STRESS AIGU

Nous sommes tous différents quant à ce qui nous semble le plus utile durant un moment déclencheur ou une période de détresse prolongée. Voici une liste d'idées et de suggestions qui pourraient aider les jeunes et les intervenants à créer des moments de mise au point et d'apaisement. Nous vous recommandons d'en essayer en douceur ou d'essayer d'autres techniques d'adaptation pour trouver celles qui vous conviennent le mieux.^[1]

Pour les parents et les parents substituts de jeunes ayant des antécédents de traumatisme complexe :

- Tout d'abord, il faut **prendre soin de soi**. La meilleure ressource pour un enfant ou un adolescent accablé est un adulte calme à la vie bien réglée. Il n'est pas facile de demeurer constamment calme et réglé en temps d'anxiété sociale générale. N'oubliez pas de vous traiter avec douceur dans les inévitables moments où vous perdez patience, où vous montrez un peu trop de votre propre peur ou lorsque vous répondez de façon peu utile aux jeunes sous vos soins pendant cette période stressante.
- Dans la mesure du possible, **demeurez en contact avec votre communauté** pendant cette pandémie. Pensez à vous réserver du temps pour échanger en ligne avec des proches et des membres de la famille, surtout si parmi eux se trouvent des gens qui comprennent les exigences de prendre soin d'un jeune ayant des antécédents de traumatisme complexe. Si vous êtes un parent adoptif ou d'accueil, un membre

du personnel du programme résidentiel, un enseignant ou un thérapeute qui aide un jeune ayant un traumatisme complexe, le moment est propice pour participer à des forums virtuels afin d'échanger sur les expériences et les stratégies et d'obtenir du soutien d'autres adultes dans votre situation.

- Si vous éprouvez de la honte ou de la pression en raison de publications ou de messages dans les médias sociaux qui prescrivent un horaire quotidien uniforme ou qui critiquent publiquement les autres, vous pourriez **envisager de limiter ce contenu inutile dans vos comptes.**

- Si vous êtes un intervenant aux prises avec ses propres expériences douloureuses du passé, nous vous recommandons de lire la liste détaillée des stratégies d'adaptation de notre **guide de ressources pour adultes accompagnateurs** : [Stratégies d'adaptation destinées aux survivants d'un traumatisme complexe qui doivent faire face à la pandémie de la maladie à coronavirus \(COVID 19\)](#)



- Lorsque le jeune a des réactions et des comportements qui pourraient être intensifiés par la crise mondiale actuelle, commencez par vous poser des questions. Comment les comportements actuels de mon jeune pourraient-ils être le résultat de souvenirs et de modèles d'adaptation? Lorsque nous pouvons **prendre des pauses et faire preuve de curiosité à propos des réponses de nos enfants**, nous pouvons mieux les comprendre, les apaiser et soutenir leurs besoins. De plus, nous pouvons leur enseigner et les appeler à être curieux à propos de leurs propres réponses.

Stratégies pour soutenir les jeunes ayant vécu un traumatisme :

- **Maintenez une routine quotidienne** qui soutient une certaine prévisibilité et un contrôle tout en vous donnant la permission d'être flexible si vous prenez des pauses ou changez temporairement votre routine si c'est la façon la plus rassurante pour votre enfant. Il n'y a pas de routine quotidienne uniforme. Trouvez ce qui fonctionne pour votre famille ou votre programme résidentiel pendant cette période sans précédent.

- **Offrez aux jeunes des possibilités de choix et de contrôle**, lesquelles sont particulièrement limitées en cette période. Même les choix simples comme les repas du souper, les jeux à jouer, les films à regarder ou l'ordre des tâches scolaires pourraient avoir des effets réels pour aider les jeunes à sentir qu'ils gardent le contrôle de leur vie quotidienne ou ont leur mot à dire.
- **Aidez les efforts des jeunes à garder le contact** par téléphone ou sur ordinateur avec leurs pairs ainsi qu'avec les membres de leur famille à l'extérieur de la maison. Si les jeunes se sentent isolés de leurs amis ou de leurs proches, aidez-les à prévoir des vidéos, des appels téléphoniques, des jeux en ligne ou des discussions par message texte de façon régulière avec des gens qui leur donnent de la joie et les rassurent. Pour les jeunes des programmes résidentiels ou en famille d'accueil, faites en sorte en priorité qu'ils puissent garder un contact approprié avec leurs parents, leurs tuteurs et d'autres membres de la famille qui sont importants pendant une possible période prolongée en confinement.
- **Limitez autant que possible l'exposition à des médias** d'information pour les jeunes enfants. Quant aux adolescents et aux jeunes plus âgés qui ont naturellement un plus grand accès à l'information et aux médias sociaux, ayez des discussions avec eux sur une façon de limiter les nouvelles et aidez-les à trouver (et à comprendre avec vous) les nouvelles provenant uniquement de sources fiables.
- **Intégrez la proximité et les touchers physiques sécuritaires** comme élément rassurant dans la vie quotidienne, comme se blottir les uns les autres sur le divan en regardant un film ou jouer ensemble avec un animal de compagnie.



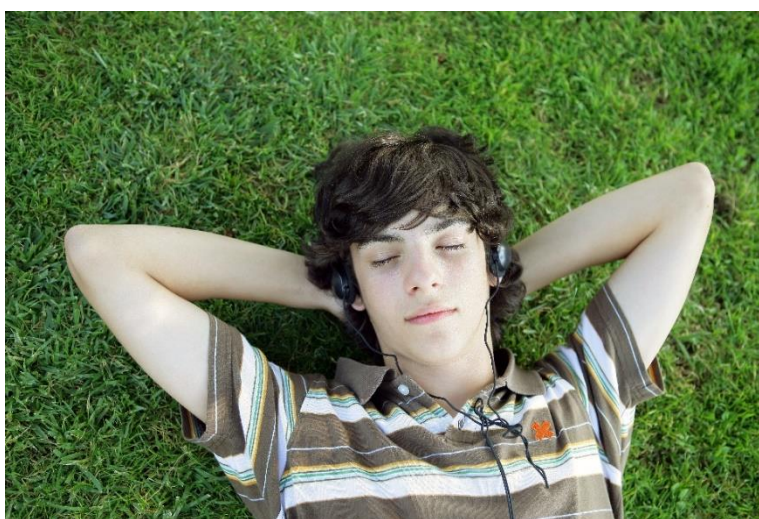
- Reconnaissez que pour différentes raisons, **certains jeunes n'aiment pas être enlacés** ou évitent le contact physique de parents ou d'intervenants en raison d'un traumatisme passé, de leurs préférences personnelles ou pour d'autres raisons. À ces jeunes et à ceux qui vivent dans les programmes résidentiels avec restrictions de contact physique, il faut offrir du soutien et des options comme de se pelotonner avec un oreiller, une couverture ou son toutou préféré.
- Si votre enfant ou votre adolescent montre des signes qu'il est particulièrement bouleversé par un souvenir ou une émotion liée à un traumatisme passé, aidez-le à penser à des images ou à des activités qui le ramènent au temps présent. **Être conscient du temps présent** est une stratégie qui nous ramène à l'ici et au maintenant. Aidez le jeune à être conscient de ses sens pour regarder, écouter, toucher, sentir ou goûter en ce moment afin qu'il se rappelle que la panique et la peur d'expériences passées ne se produisent pas dans le présent.
- **Aidez le jeune à évaluer si son corps a besoin de stimulation sensorielle** qui l'aide à produire plus d'énergie ou à le calmer, ou qui l'aide à étendre sa très grande énergie. Parfois, lorsque les jeunes sont en détresse, l'énergie décuple (hyperactivation) et doit être calmée, alors qu'à d'autres moments, l'énergie fait en sorte que le jeune est amorphe, replié et engourdi (hypoactivation). Parfois, l'énergie naturelle du jeune s'accumule dans son corps et doit être évacuée sainement, comme lors de séances d'aérobic, en levant des poids, en s'étirant ou en dansant (satiété sensorielle). Prendre soin des besoins sensoriels peut comprendre des activités comme boire du thé chaud ou une boisson froide, prendre une douche ou un bain chaud, s'enrouler dans une grosse couverture ou utiliser des lotions parfumées ou de l'huile essentielle. De plus, du matériel comme de la pâte à modeler, du mastic, du sable ou des jouets que l'on peut faire bouger peut être utile.
- Aidez le jeune à **insérer un exercice simple de pleine conscience** dans sa routine et dans son répertoire d'adaptation, comme la respiration profonde, la méditation, les étirements et le yoga ou l'imagerie mentale dirigée. Il existe de bonnes applications pour vous aider à pratiquer. Pour les jeunes plus âgés, des applications générales comme Headspace; Calm; Stop, Breathe & Think pourraient faire l'affaire, et de nombreuses applications ont aussi des variantes pour les jeunes. Sesame Street offre de magnifiques ressources pour les jeunes enfants, notamment l'application Breathe, Think, Do Sesame, et il existe plusieurs vidéos musicales sur le site YouTube qui portent sur l'adaptation et l'expression d'émotions difficiles.

- Lorsque vous le pouvez, **allez dehors** avec votre jeune pour prendre de grandes bouffées d'air frais, marcher, faire une randonnée ou faire du vélo.



- Aidez votre jeune en intégrant des **mouvements et des exercices** à sa routine quotidienne. Se lancer une balle ou botter un ballon, faire des exercices vigoureux, danser dans le salon, s'étirer, faire du yoga ou faire du renforcement musculaire peut aider le corps à être plus fort et réglé. Parfois, en changeant tout simplement une position corporelle vulnérable en une position plus solide et active, il est possible d'ajuster notre physiologie de façon positive.

- Aidez le jeune en **trouvant des sources personnelles de positivité**, d'inspiration, de confort et de joie, et intégrez ces sources dans la routine quotidienne. Pensez à lire, à écouter ou à regarder des histoires qui inspirent le jeune, qui le font rire, le font réfléchir sur le plan spirituel ou qui soutiennent les valeurs fondamentales familiales ou communautaires. Pour certaines familles, ces activités peuvent bien fonctionner, alors que pour d'autres avec des jeunes plus âgés, on peut simplement encourager les adolescents à trouver ce qui est utile pour eux personnellement.
- Aidez le jeune en **écoutant de la musique qui lui remonte le moral** et le met en lien avec ses intérêts et son identité. Si cela peut aider, pensez à donner des écouteurs ou d'autres outils pour que le jeune ait accès à de la musique.



- Encouragez le jeune à **créer des choses qui lui donnent de la satisfaction**. Dessiner, colorier, peindre, écrire, et faire du collage, une liste d'écoute musicale, un album photo et un album de découpures sont tous des exemples d'activités créatives qui peuvent à la fois être calmantes et fructueuses.
- Aidez le jeune à éviter les pensées anxieuses en redirigeant son attention sur **des activités pas trop difficiles de résolution de problèmes**, comme des casse-têtes, des jeux de société, des jeux d'ordinateur, des blocs Lego ou d'autres activités de construction.
- **Pensez à la façon d'aider au mieux un jeune de couleur** en famille d'accueil ou d'adoption ou dans des placements résidentiels qui pourrait se sentir loin de sa famille ou des pairs ou des mentors de sa communauté ethnique. Entrez en contact avec un jeune de couleur qui court plus de risque d'être isolé et aidez-le à créer des occasions de maintenir la communication avec des personnes importantes.
- **Pensez à la meilleure façon d'aider les jeunes LGBTQ** pendant une période où ils peuvent se sentir loin de leurs pairs et mentors et qui font des efforts pour conserver leur appartenance à leur communauté. Évaluez en douceur les besoins sociaux et émotionnels des jeunes LGBTQ sous votre garde et faites la promotion des occasions de lien à distance vers des personnes ou des organisations de soutien.
- Enfin, rappelez aux jeunes que **demander de l'aide est important** tout en affirmant, si vous le voulez, que vous savez à quel point tout cela doit être difficile. Reconnaissez que malgré tout l'amour ressenti et les soins prodigués et la bonne entente avec ces jeunes, ils ont parfois besoin d'une pause loin de nous, d'un changement momentané de point de vue ou simplement de parler à quelqu'un d'autre de notre cuisine et de nos goûts musicaux affreux. Cela peut être encore plus vrai que d'habitude au fur et à mesure que nous passons plus de temps en isolement avec les membres de notre famille immédiate ou les jeunes qui nous sont confiés. Allez encore plus loin en aidant les jeunes à trouver d'autres figures de soutien dans leur vie qui sont accessibles par vidéo, téléphone, courriel ou message texte. Ces figures peuvent être des membres de la famille qui vivent ailleurs, des adultes mentors de confiance, comme des pasteurs, rabbins, entraîneurs ou enseignants choisis ou des amis ou pairs de confiance. Encouragez les jeunes à avoir des communications sur une base régulière avec ces ressources relationnelles dans leur routine hebdomadaire. De cette façon, nous ferons en sorte que les jeunes qui nous sont confiés aient des options pour établir des liens lorsqu'ils ont besoin de réconfort, d'encouragement, d'un grand éclat de rire ou d'une écoute non critique.

RÉFÉRENCES*

- Arvidson, J., Kinniburgh, K., Howard, K., Spinazzola, J., Strothers, H., Evans, M., Andres, B., Cohen, C., & Blaustein, M. (2011). Treatment of complex trauma in young children: Developmental and cultural considerations in application of the ARC intervention model. *Journal of Child & Adolescent Trauma*, 4(1), 34-51.
- Blaustein, M., & Kinniburgh, K. (2018). *Treating traumatic stress in children and adolescents: How to foster resilience through attachment, self-regulation, and competency*, 2nd edition. Guilford Publications.
- Blaustein, M., & Kinniburgh, K. (2015). When age doesn't match stage: Challenges and considerations in services for transition-age youth with histories of developmental trauma. *Focal Point*, 29, 17-20.
- Cook, A., Spinazzola, J., Ford, J., Lanktree, C., Blaustein, M., Sprague, C., Cloitre, M., DeRosa, R., Hubbard, R., Kagan, R., Liautaud, J., Mallah, K. Olafson, E., & van der Kolk, B., (2007). Complex trauma in children and adolescents. *Focal Point*, 21(1), 4-8.
- D'Andrea, W., Ford, J., Stolbach, B., Spinazzola, J. & van der Kolk, B. (2012). Understanding interpersonal trauma in children: Why we need a developmentally-appropriate trauma diagnosis. *American Journal of Orthopsychiatry*, 82(2), 187-200.
- Forrest, S., Gervais, R., Lord, K., Sposato, A., Martin, L., Beserra, K., & Spinazzola, J. (2018). Building communities of care: A comprehensive model for trauma-informed youth capacity building and behavior management in residential services. *Residential Treatment for Children & Youth*, 35(4), 265-285.
- Habib, M., Machairas, K., & Spinazzola, J. (2019). MVP, surrogate parent, or mentor? The crucial role of front-line workers in building a unified trauma-informed residential services team for youth. *New York State Trauma Informed Network Newsletter*, August 15.
- Hodgdon, H. B., Blaustein, M.B., Kinniburgh, K., Peterson, M., & Spinazzola, J. (2016). Application of the ARC model with adopted children: Supporting resiliency and family well-being. *Journal of Child and Adolescent Trauma*, 9(1), 43-53.
- Kinniburgh, K., Hodgdon, H., Gabowitz, D., Blaustein, M. & Spinazzola, J. (2013). Developing and implementing trauma informed programming in two residential settings using the ARC framework. *Journal of Family Violence*, 28(7), 679-692.
- Machairas, K., Habib, M., Labruna, V., & Spinazzola, J. (2019). Advancing inclusivity in trauma-informed residential services and staffing. *New York State Trauma Informed Network Newsletter*, October 15.

- Pressley, J., & Spinazzola, J. (2018). The developmental consequences of exposure to complex trauma in childhood and adolescence. In J. Osofsky & B. McAlister Groves (Eds.), *Violence and trauma in the lives of children* (Vol 1.). Santa Barbara, CA: Praeger.
- Spinazzola, J., van der Kolk, B., & Ford, J. (2018). When nowhere is safe: Interpersonal trauma and attachment adversity as antecedents of posttraumatic stress disorder and developmental trauma disorder. *Journal of Traumatic Stress, 31*(5), 631-642.
- Spinazzola, J., Habib, M., Knoverek, A., Arvidson, J., Nisenbaum, J., Wentworth, R., & Pond, A. (2013). The heart of the matter: Complex trauma in child welfare. *Child Welfare 360°*. Special Issue: Trauma-Informed Child Welfare Practice. Winter 2013, 8-9, 37.
- Spinazzola, J., Hodgdon, H., Liang, L., Ford, J., Layne, C., Pynoos, R., Stolbach, B., & Kisiel, C. (2014). Unseen wounds: The contribution of psychological maltreatment to child and adolescent mental health and risk outcomes in a national sample. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice and Policy, 6*(S1), S18-S28.
- Spinazzola, J., Habib, M., Blaustein, M., Knoverek, A., Kisiel, C., Stolbach, B., Abramovitz, R., Kagan, R., Lanktree, C., & Maze, J. (2017). *What is Complex Trauma? A resource guide for youth and those who care about them*. National Child Traumatic Stress Network.
- Spinazzola, J., A. Rhodes, D. Emerson, E. Earle & K. Monroe. (2011). Application of yoga in residential treatment of traumatized youth. *Journal of the American Psychiatric Nurses Association, 17*(6), 431-444.
- Warner, E., Spinazzola, J., Westcott, A., Gunn, C., & Hodgdon, H. (2014). The body can change the score: Empirical support for somatic regulation in the treatment of traumatized adolescents. *Journal of Child & Adolescent Trauma, 7*(4), 237-246.

*Plusieurs de ces articles peuvent être téléchargés gratuitement à partir de la section [Resources](#) du site Web www.complextrauma.org [en anglais].



Le présent guide de ressources est mis à votre disposition grâce à la Foundation Trust (www.foundationtrust.org) [en anglais].