



La Lettre de MINERVE

La lettre trimestrielle de Minerve est éditée par l'Association de l'Enseignement Militaire Supérieur, Scientifique et Académique

Lettre n° 31 – Septembre 2016

Éditorial du Président

Le Général de corps d'armée Jean-Tristan VERNA

«Aux armes citoyens! Formez vos bataillons!»

Voilà le refrain qui a secoué nos stades et les fan-zones, ouvert de façon inattendue les festivals pop estivaux, couvert les livres de condoléances dans l'émotion des attentats et des assassinats, et, comme de coutume, clôturé les rassemblements politiques de la rentrée.

Mais Jean de La Fontaine nous a rappelé que «chanter l'été» n'était pas suffisant! Encore faut-il agir, et transformer les chansons en actions. Faire en sorte que les émotions collectives qui nous ont soudés trouvent leur prolongement dans le courage et l'action politiques. Et se souvenir que le «Chant de marche de l'armée du Rhin», devenu la Marseillaise, symbolisait en 1792 la levée en masse et la mobilisation économique d'un pays en guerre.

«Prendre les armes et former des bataillons» nécessite de mobiliser des ressources, c'est-à-dire de l'argent; c'est-à-dire augmenter les impôts ou les déficits; c'est-à-dire sans doute aussi délaissier certaines actions pour transférer des ressources vers les secteurs régaliens que l'État a laissé se dégrader au fil de ses «modernisations» et «révisions» successives.

Cela concerne bien évidemment les moyens des armées. L'inversion de tendance positive du budget de la défense, des moyens des services de sécurité et de la justice est une bonne chose. Mais, dans la guerre matérielle

et culturelle qui nous attend, tous les acteurs qui concourent à la robustesse et à la résilience de nos institutions et de notre société doivent faire l'objet d'une attention accrue: «prendre les armes et former des bataillons» passe aussi par une réflexion sur l'emploi des ressources allouées à l'Éducation nationale, sur les moyens du système de santé, sur la réactivité de notre administration, sur la nature du soutien apporté au tissu associatif.

Enfin, est-il possible de clamer notre volonté de «prendre les armes et former nos bataillons» sans mesurer la discipline collective que cela supposera? Et accepter un inconfort passager dans notre vie collective et nos libertés individuelles, afin ne pas tomber dans l'insécurité durable?

Les soldats que nous sommes savent que l'appel aux vertus guerrières restera vain s'il n'est pas fondu dans une action bien plus ambitieuse, dans une stratégie globale de renforcement de notre société et de couverture de tous les domaines de la lutte! Écoutons donc attentivement mais sans complaisance les appels guerriers qui ne manqueront pas d'émailler les débats des prochains mois, en évitant de tomber dans le piège des annonces irréalistes et des fausses bonnes idées...

Nouvelles de l'EMSST

Par le Colonel Michel GOURDIN, commandant l'EMSST

Avant toute chose, je tenais à féliciter les 76 nouveaux lauréats (23 FS et 53 DT) qui débutent leur formation et à leur souhaiter du même coup la bienvenue au sein de MINERVE, association qui entretient avec passion et dévouement le lien entre les actuels et les anciens de l'EMSST. Ajoutés aux 14 officiers qui poursuivent leur scolarité au-delà d'une année (langues rares, psychologie et histoire), la promotion 2016-2017 est donc composée de 90 stagiaires (30 FS et 60 DT).

Les mouvements estivaux de personnel ont été très limités à l'EMSST, puisque seul le LCL MEIC a succédé en tant que chef de la filière SHS (Sciences Humaines et Sociales) au LCL LEGRAND, muté aux Écoles de Saint-Cyr Coëtquidan. Il est à noter que cette filière SHS fusionnera à l'été 2017 avec la filière LRI (Langues et Relations Internationales), pour n'en former plus qu'une seule.

Le CESAT et le CDEF ont fusionné le 1^{er} juillet 2016 pour donner naissance au Centre de doctrine et d'enseignement du commandement (CDEC). Chargé de la doctrine, de l'enseignement militaire supérieur (EMS) et du rayonnement de l'armée de Terre, l'EMSST y est désormais rattaché.

Après le colloque du 12 mai 2016 qui rendait hommage à l'Ingénieur général Sabatier, l'EMSST fêtera au cours du prochain cycle le 70^{ème} anniversaire de sa création (décret du 20 février 1947). Des actions seront menées pour cet événement particulier.

Reconnue dans le monde de l'enseignement militaire supérieur français et étranger, la qualité de l'ingénierie de formation à l'EMSST n'est plus à démontrer. L'EMSST est en perpétuelle évolution, au travers de nouvelles scolarités et de l'adaptation des modules d'enseignement proposés par le monde académique et universitaire. Si la formation à l'EMSST s'est élargie au cours des années passées, elle s'intensifie et s'individualise, tout en participant activement au dispositif de rayonnement de l'armée de Terre.

L'EMSST ne pourrait conserver cette image d'excellence et cette capacité reconnue d'adaptation aux besoins en compétences, sans la qualité des relations qu'elle entretient avec ses nombreux partenaires, civils et militaires, et sans le soutien de Minerve, son association d'anciens élèves.

Je terminerai en adressant mes remerciements à tous ceux qui ont contribué, de près ou de loin, à la réussite des deux activités importantes pour l'EMSST que sont la conférence inaugurale de rentrée sur le thème de la Résilience et la remise des prix Sabatier, qui ont eu lieu le mardi 20 septembre 2016 à l'amphithéâtre FOCH de l'École Militaire.

Le mot du rédacteur en chef
Le Général Marc THÉRY

Chers Lecteurs, La Lettre de Minerve repart pour un nouveau cycle. Elle se veut le lien de tous les diplômés et stagiaires de l'EMSST. Jeunes et Anciens de toutes générations y apportent leur témoignage à travers un récit d'événement, une expérience professionnelle ou une synthèse d'étude. À cela s'ajoute des annonces sur l'armée de Terre soit très générales venant du CEMAT soit orientées sur un volet particulier. Ainsi après le CFT en juin, c'est le thème de la maintenance des matériels terrestres qui est mis en relief dans ce numéro. Et bien sûr, des informations pratiques sur notre association ou familiales parachèvent votre Lettre. Le tout en 6 pages seulement! Dans cet esprit, je serai toujours heureux de recevoir vos articles (moins d'une demi-page soit 2.000 signes espaces compris). Ils contribueront au succès des futures Lettres qui paraîtront le 15 des mois de décembre, mars et juin. Bonne année scolaire! Bien cordialement



La maintenance des matériels terrestres: présent et avenir ou sa transformation au contact

Par le Général de division Patrick HOCQUARD,
ancien directeur du SMITer, nommé depuis le 1^{er} juillet 2016 général adjoint de l'inspecteur des armées

Dans la dernière décennie, l'armée de Terre a rationalisé l'emploi de ses équipements, par la mise en œuvre de la Politique d'emploi et de gestion des parcs (PEGP), et le maintien en condition opérationnelle (MCO) des matériels. L'organisation du MCO des matériels terrestres a reposé sur trois volets: maîtrise d'ouvrage (EMAT), maîtrise d'ouvrage déléguée (SIMMT - Structure intégrée du maintien en condition opérationnelle des matériels terrestres) et maîtrises d'œuvre étatiques (CFT - Commandement des forces terrestres, division maintenance-équipements, SMITer) et privées (industriels).

Jusqu'au 30 juin 2016, le SMITer (Service de la maintenance industrielle terrestre) c'était: six régiments et trois bases de soutien, un centre de formation initiale pour les EVAT (CFIM) ainsi qu'un état-major à Versailles Satory soit 8.000 personnes, dont 40% de personnel civil. Subordonné au CEMAT, le SMITer a participé à la maintenance des matériels terrestres de notre armée en métropole, outremer et à l'étranger, ainsi qu'en opérations extérieures. Concentrant les capacités de maintenance de l'armée de Terre, il a exercé son activité au profit des parcs en service permanent (PSP), de gestion (PG) avec essentiellement la régénération des équipements de retour d'OPEX, d'alerte (PA) et d'entraînement (PE). Il a assumé également la mission essentielle de maître d'œuvre de la «supply chain» du MCO terrestre des armées.

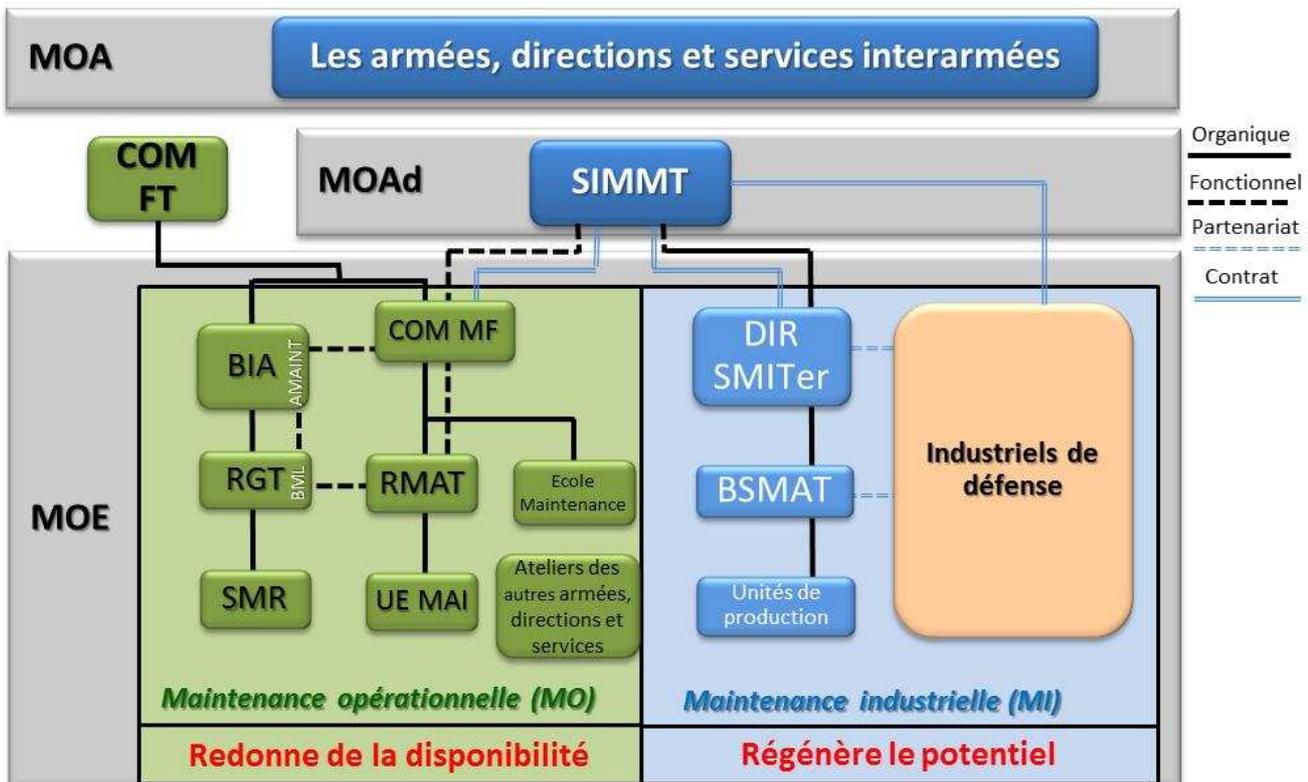
En cohérence avec le modèle «Au contact» tourné vers l'opérationnel, le pilier du MCO-T se transforme avec le projet MCO-T 2025 visant un niveau élevé de Disponibilité Technique Opérationnelle (DTO), l'accélération du rythme de régénération des matériels terrestres en adéquation avec le besoin opérationnel, et se préparant au soutien des futurs équipements SCORPION.

Cela a pris effet au 1^{er} juillet 2016. Une étape est désormais franchie.

Le pilier MCO-T s'articule dorénavant autour de la SIMMT, son autorité fonctionnelle, et de deux chaînes distinctes: la maintenance opérationnelle (MO) et la maintenance industrielle (MI); la structuration maîtrise d'ouvrage—maîtrise d'ouvrage déléguée—maîtrises d'œuvre demeurant.

La primauté à l'opérationnel est réalisée au sein d'un commandement unique, le Commandement de la Maintenance des Forces (COM MF) en charge de la MO. Il dispose des RMAT qui intègrent les forces terrestres, de l'école du Matériel et du CFIM et a l'autorité fonctionnelle sur la chaîne des AMAINT (Adjoint maintenance-équipements) de brigade ou équivalent (commandements spécialisés) et des AMAINT-OME pour la MOE.

La maintenance industrielle se trouve consolidée dans une logique de «priorité à la régénération». Le nouveau SMITer, subordonné à la SIMMT, regroupe les 3 BSMAT et son directeur porte la performance globale de la MI devant le DC SIMMT. Les BSMAT spécialisent leurs unités de production et développent leurs processus industriels. Les évolutions attendues de la chaîne MI portent sur une relation partenariale renforcée avec les industriels. .



Le tutorat de MINERVE

Par le Général de division André VAR, Directeur général de MINERVE

Consistant à aider les stagiaires à rédiger un article de fond sur un sujet de leur choix, le tutorat mis en place par MINERVE est un succès. Tant les rédacteurs en chef des revues où sont publiés ces articles que les stagiaires eux-mêmes et leur encadrement se déclarent très satisfaits de cette collaboration, estimée judicieuse et efficace, dans un excellent esprit.

Que les tuteurs qui y ont contribué l'an dernier en soient ici chaudement remerciés.

Cette année, le principe est reconduit. Et si le nombre d'articles risque de diminuer un peu, leur diversité elle ne peut qu'augmenter. Je fais donc appel à toutes les bonnes volontés pour apporter leurs compétences professionnelles rares et pointues à cet exercice qui a pour but, pas tant d'aider nos jeunes à rédiger, mais surtout à bien appréhender la problématique qu'ils souhaitent développer et leur éviter faux-sens et oublis.

La charge n'est pas lourde: un stagiaire et un article dans l'année, correspondance en lien direct par email et téléphone, sans formalisme. Mais j'ai vraiment besoin d'ouvrir l'éventail des tuteurs possibles. Envoyez simplement un email à minerve@asso-minerve.fr pour signaler votre disponibilité et je vous contacterai pour vous donner plus d'informations.

Merci d'avance pour ce geste de solidarité.

Le biélorusse, langue mourante d'une nation dénationalisée

Par le Chef d'escadron Michaël DESWARTE, stagiaire langue russe à l'INALCO

La langue est un vecteur important d'affirmation de la souveraineté d'un pays. Le processus d'indépendance de l'Ukraine l'a récemment démontré. Pourtant, la situation semble différente pour la Biélorussie. Le nombre de citoyens se déclarant Biélorusses ethniques (Les statistiques ethniques sont couramment utilisées depuis la période impériale russe) a légèrement augmenté au cours de la décennie (81% à 84%). Mais, parmi eux, le nombre de personnes revendiquant le biélorusse comme langue maternelle a baissé (86% en 1999 contre 61% en 2009) et seulement 23% la parle au quotidien (Éléments statistiques issus des référendums de 1999 et 2009 cités par Enguerrand Massis, doctorant à l'Inalco dans *Le biélorussien: Bilan et perspectives d'une langue nationale*, paru sur le site Regard sur l'Est, le 19/06/2014). Pour comprendre ce paradoxe, il convient d'étudier l'évolution historique du lien étroit entre cette nation et sa langue.

À la disparition de la Ruthénie kiévienne au XIII^{ème} siècle, le proto-slave (rousskaïa mova) se divise en russe (influences ouraliennes), ukrainien (influences turques) et biélorusse (influences baltes et polonaises). Si, pour les slavophiles il n'est qu'une variante du russe, ses défenseurs présentent le biélorusse comme la langue officielle du grand-duché de Lituanie et la troisième langue de traduction de la bible. Cependant il faut attendre 1884 pour que la langue soit reconnue par l'administration impériale. Cette reconnaissance permet la prise en compte officielle d'une «nationalité biélorusse» à partir de 1897, date du premier recensement effectué au sein de l'empire et qui prend le critère linguistique pour définir les appartenances ethniques. Ainsi, sans la reconnaissance de leur langue, les Biélorusses auraient été comptabilisés comme Polonais ou Russes et la formation de l'identité culturelle biélorusse en aurait été fortement affectée. Un an après l'éphémère république, en 1919, la RSSB (République Socialiste Soviétique de Biélorussie) regroupe pour la première fois la majorité des locuteurs biélorusses sur un même territoire. Dans les années vingt, afin d'alphabetiser une population majoritairement illettrée, les autorités ouvrent de nombreuses écoles en biélorusse; l'emploi de la langue maternelle s'avère plus efficace.

Cependant, en 1933, l'URSS promeut le russe langue de communication interethnique et impose son usage exclusif dans l'armée Rouge, dans une logique de rationalisation. La même année, la réforme orthographique «soviétique» le biélorusse, mettant fin au modèle original, la *trachkevitsa*. En 1938, l'enseignement du russe devient obligatoire et les purges staliniennes déciment les élites locales. Le biélorusse est cependant brièvement réutilisé pour «dé-poloniser» la partie occidentale du pays, reprise aux forces de l'Axe en 1941. Mais Kroutchev, puis Brejnev poursuivent la russification du pays par la promotion des élites russophones au sein de l'administration, du parti et de l'armée.

Lors de la Perestroïka, seuls 0,2% des élèves du secondaire reçoivent un enseignement en biélorusse: en janvier 1990, le parti communiste de RSSB fait voter une loi afin de rétablir la prééminence du biélorusse. À l'Indépendance, en 1991, il devient l'unique langue nationale.

Néanmoins, la grande majorité de la population n'est pas prête à remettre en question la hiérarchie des langues; elle considère le biélorusse comme l'apanage d'un monde rural, en marge du progrès social et technique. Ainsi, lors du référendum de 1995, 95% de la population se prononce pour rendre au russe son statut de langue d'État, à rang égal avec le biélorusse. La stratégie des parents maintient, voire renforce, l'enseignement russophone au détriment de la langue maternelle. En 1994, le biélorusse était enseigné dans 75% des écoles primaires, contre seulement 28% en 1998. Le lycée de Minsk, le dernier à dispenser un enseignement dans cette langue ferme ses portes en 2003. Seule l'université de Vilnius (Lituanie) propose un cursus en biélorusse.

Malgré les enjeux, le Front populaire biélorusse (BNF) est l'unique parti d'opposition à revendiquer le retour à la *trachkevitsa*. Aujourd'hui, celle-ci n'est plus parlée que dans les campagnes, ou par des jeunes, engagés sur Internet en faveur d'une promotion de la langue et contre le pouvoir jugé infodé aux Russes. Une réelle menace d'extinction pèse donc sur cette langue, et seule une véritable politique linguistique nationale pourrait endiguer ce phénomène et lui rendre son statut identitaire et sa dimension nationale.

Le projet «GLADIS»: une étude du cours armement 2015-2016

Par le Capitaine(TA) Bruno BEAUFILS

La scolarité du «cours armement» comprend chaque année la conduite collective d'un cas concret de programme d'armement spécifique à l'armée de Terre (AdT), par les officiers stagiaires (cursus de Formation de Spécialité et de Diplôme Technique) sous le co-pilotage de la STAT et de l'EMSST. Les 11 officiers stagiaires du cours armement 2015-2016 ont travaillé sur un projet aux attendus réels puisqu'il concernait la gestion de la lutte anti-drone. Nommé «GLADIS» (Gestion de Lutte Anti Drone, Initialisation et Spécification) ce projet a abouti à l'édition d'une fiche de caractéristiques militaires (FCM).

Ainsi, le 19 février 2016, le groupe d'officiers a livré au directeur de la STAT le Général Beaudouin, un projet de FCM du système baptisé «AMMANDA» (Armement Multi capteurs Multi effecteurs ANti Drone Aérien) à même de renforcer la capacité anti drone de l'AdT.

De GLADIS à AMMANDA

Dans un contexte de démocratisation de l'accès à la technologie des mini-drones, tous les ministères ainsi que les grands groupes industriels se penchent actuellement sur le sujet suite aux survols de points d'intérêt vital, de centrales nucléaires, etc. L'AdT, largement contributrice au dispositif de protection du territoire national dans le cadre de l'opération Sentinelle, est aussi à la recherche de solutions utiles en OPEX comme sur le territoire national. C'est dans ce contexte que s'inscrit le projet GLADIS.

Comme pour toutes les opérations d'armement actuelles, il s'agit pour l'AdT de satisfaire un besoin prégnant, avec une enveloppe budgétaire maîtrisée. Ainsi, la FCM proposée à la STAT présente la description complète de la composition, des caractéristiques techniques et des performances attendues de notre système AMMANDA (choix des blocs fonctionnels, portée des effecteurs, sensibilité des capteurs, etc.). Cette étude a donc permis de mettre en

application les enseignements dispensés durant la scolarité Systèmes d'armements (SAR), notamment celle du Mastère spécialisé management de projets et ingénieries des systèmes (MS MIS) dispensé par CentraleSupélec (Gif-sur-Yvette).

La démarche capacitaire

Dans le cadre du projet GLADIS, les travaux ont été effectués en parallèle de ceux de la STAT. Il s'agissait de concevoir un système capable de prévenir et de neutraliser une menace de type micro ou mini drone (de 500 g à 10 kg). Cet objectif, simple en apparence, ne devait pas s'affranchir d'une analyse précise. Plusieurs questions concrètes se sont posées: Quelle devra être la doctrine d'emploi de la LAD au sein de l'AdT (concept et organisation)? Quelles fonctions devra intégrer le futur système d'arme? Sur quels critères définir les technologies associées (innovantes, matures, aisément soutenables, impact RH limité, coût maîtrisé, etc.) aux fonctions voulues? Utilisation en OPEX et/ou sur le territoire national? Etc.

Autant de paramètres à prendre en compte pour mettre en perspective l'analyse du besoin.

Les 11 officiers stagiaires ont donc collaboré avec des acteurs étatiques ou non, civils ou militaires, qui traitent nombre de problématiques liées aux conceptions d'armements. Ils ont notamment travaillé avec la DGA à Arcueil, qui leur a permis d'utiliser le Laboratoire Technico-opérationnel (LTO) pour accomplir un travail en «groupe outillé» autour du système étudié pour le faire mûrir par partage des expériences de chacun.

Enseignements retirés

Il a été nécessaire de mener une réflexion approfondie pour proposer une solution permettant de concilier la satisfaction maximale du besoin spécifié et les inéluctables restrictions législatives d'emploi liées au futur programme.

Le «groupe GLADIS» a donc mis en œuvre de nombreux outils dédiés, qu'ils aient été délivrés à CentraleSupélec ou exploités directement au LTO d'Arcueil. Les travaux ont été présentés le 19 février à Versailles-Satory, au directeur de la STAT, ainsi qu'à de nombreux officiers de différents services et états-majors de l'AdT.

Tous ont montré un réel intérêt à l'exposé présenté dont le sujet – pour reprendre les mots du Général Beaudouin – «est au cœur des préoccupations des armées et des industriels».

Le projet GLADIS a en outre, permis aux officiers du cours SAR de prendre toute la mesure de la complexité des conceptions d'armements.

Officiers du groupe GLADIS (2015-2016):

CDT Abrial (chef du projet); CDT Chopard; CDT de Robien; CDT Héon; CDT Laudy; CDT Peynon; CDT Schuster; CDT(TA) Striffling; CNE(TA) Beaufile; CNE Matina; CNE Turquin.



Réunion de travail du groupe Gladys à la STAT.

Les FAL (Forces armées libanaises), au cœur de la nation

Par le Chef de bataillon ANRES, en scolarité au sein de l'École d'état-major des forces armées libanaises.



Affiche annonçant le 70^{ème} anniversaire de l'armée. Elles ont été placardées en très grand nombre dans l'espace public libanais. L'arrière-plan de l'inscription, «le dénominateur commun», est composé des différentes couleurs des partis politiques

Le 1^{er} Août 2015 s'est tenue au Liban la fête de l'armée. Évènement national et consensuel, cette célébration ne peut qu'interpeller l'officier français régulièrement appelé à réfléchir sur le sens du «lien armée-nation».

Au pays du cèdre, l'expression «lien armée-nation» est dépourvue de sens. Bras armé de la nation, l'armée en est l'émanation. Elle est surtout le ciment d'une société fragile. En effet, même si son rôle fédérateur pourrait être entravé par ses faiblesses internes, l'adhésion cathartique des Libanais à leur armée est profonde. Elle est en outre renforcée par l'efficacité croissante de l'outil militaire.

Malgré les fragilités des FAL qui ne militent pas en faveur d'un rôle socialement fédérateur, l'armée libanaise s'avère néanmoins le «ciment» de la nation

Tout d'abord, la composition des FAL reflète la mosaïque libanaise. La répartition des chefs est confessionnelle. Cette transposition de la partition constitutionnelle illustre au quotidien les fractures de la société. Créé en 1945, l'outil militaire est jeune et a rarement eu l'occasion d'obtenir des succès d'envergure de façon autonome, permettant de forcer l'admiration du peuple. La victoire de la guerre de 2006 revient au Hezbollah.

Tout d'abord, l'armée est garante de la stabilité politique. Le Général Kahwagi, commandant en chef de l'armée, est en poste depuis août 2008 malgré les difficultés politiques

Ensuite, la mission principale de l'armée est le contrôle de zone. Le paysage est marqué par une présence militaire dense: check points, implantations... Les FAL travaillent au sein de la population.

Enfin et surtout, l'armée, dans son discours, ne cesse de souligner son rôle fédérateur. Elle prône la suprématie de l'appartenance à l'institution militaire au-dessus des différences de chacun de ses membres. En septembre 2015, le ministère de la Défense a dépêché dans toutes les écoles militaires une délégation qui visait à rappeler ce point.

La montée en puissance de l'armée libanaise renforce la confiance du peuple envers sa Défense.

L'armée libanaise peut se targuer d'avoir obtenu dernièrement des victoires tactiques avérées. Elle a ainsi pu s'emparer en 2007 du camp de Nahr-el-Bared et éliminer 225 terroristes.

Ensuite, afin de renforcer sa capacité d'intervention et de choc, 6 régiments d'intervention, le régiment aéroporté, et celui des «Navy seals» ont été créés depuis les années 1990. En 2008, L'armée regroupe ses 4 régiments commandos sous un commandement des forces spéciales. Non soumis à la chaîne hiérarchique des brigades, ils sont un outil tactique flexible et percutant (cf. Les combats récents autour de la ville d'Ersal).

En outre la modernisation des équipements, soutenue par plusieurs pays depuis la guerre de 2006 ne peut qu'accentuer le sentiment de confiance qu'éprouve la population libanaise envers l'outil militaire: acquisition pour 450 millions d'euros d'armements, dons de matériels, contrat Odas (3 milliards de dollars).

Ainsi, au Liban, l'armée n'est pas considérée comme un outil défensif déconnecté de la nation. Elle en est le prolongement, le bras armé. Plus encore, elle est le symbole d'une unité nationale vécue à travers elle. L'imminence, vécue comme telle, des menaces intérieures et extérieures que constitue l'État d'Israël et *Daech* donne encore une fois à l'armée l'occasion d'unir la nation autour d'ennemis communs.

L'EMDR, une nouvelle technique d'hypnose

Par le Capitaine Antoine-Marie LORENTE, en Master 1 de Psychologie

Le durcissement des opérations vécu par l'armée française a remis en lumière les traumatismes psychiques subis par certains soldats. Ils sont environ 6 à 7% rentrant d'OPEX qui souffriraient d'ESPT (état de stress post traumatique - Médecin-général J-P. Boutin, séminaire sur la prise en charge des traumatismes psychiques dans les armées, HIA Val-de-Grâce, 3/12/2012), mais on estime que ce taux est sous-évalué. Réduire l'ESPT est donc un enjeu majeur pour l'efficacité opérationnelle des armées. Face à cette blessure psychique, de nombreuses thérapies sont mises en place. La dernière thérapie qui semble être prometteuse est l'EMDR (*eye movement desensitization and reprocessing* ou désensibilisation et retraitement "de l'information" par les mouvements oculaires). Cette technique d'hypnose est innovante.

L'état de stress post traumatique

Au cours d'un TIC (Troops in contact) par exemple, un soldat peut avoir un sentiment d'effroi car il sent sa vie soudainement menacée. C'est ce que l'on appelle un traumatisme qui est une rencontre violente du réel avec la mort: le soldat subit une effraction de son appareil psychique. L'état de stress post traumatique est l'installation dans l'appareil psychique d'une image traumatique lancinante qui va perturber son fonctionnement psychique. Il doit faire face à une menace interne qui est l'image obsédante de sa mort. L'ESPT se traduit par des cauchemars de répétition («flashes» de reviviscence de la scène, angoisse de la revivre), par un état d'alerte permanent (se traduit par une hyper vigilance, des troubles du sommeil, de l'irritabilité ou un état léthargique) et par des comportements d'évitement (le soldat évitera ou paniquera s'il se retrouve dans des situations pouvant rappeler l'événement traumatique). Cet état peut devenir très invalidant, avec un fort isolement social, un état dépressif sévère pouvant aller jusqu'au suicide.

Le problème de l'ESPT est que sa prise en charge est difficile. Les médicaments peuvent atténuer l'anxiété et la dépression, mais ils ne traitent pas vraiment les causes. Le travail analytique incite à la mise en mots de la souffrance pour donner du sens au traumatisme. Mais passer par la parole est difficile et très long. Comment alors traiter les causes de l'EPST à court terme?

L'EMDR: une hypnose de nouvelle génération pour lutter contre le l'ESPT

Une technique nouvelle semble avoir des effets particulièrement efficaces dans le traitement de l'EPST: c'est L'EMDR. Cette technique découverte par hasard par F. Shapiro en 1987 s'apparenterait à de l'hypnose et se base sur une dynamique neurologique.

Il faut d'abord comprendre la circulation de l'information entre différents parties du cerveau traitant l'émotion et la mémoire. L'information arrive d'abord dans la zone des émotions qui active les réflexes (par exemple le réflexe de survie active les hormones déclenchant la peur). Toutes les informations émotionnellement chargées que nous recevons de cette zone s'impriment aussitôt dans une mémoire tampon appelée l'hippocampe. Les informations y sont alors retraitées, c'est-à-dire que l'on associe cette émotion à d'autres informations pertinentes, la remettant dans un contexte: par exemple le soldat a eu peur car pris à partie à tel moment, à tel endroit, en faisant telle action. L'information émotionnelle prendra ainsi du sens, et sera acceptée ou non. Une fois acceptée dans l'hippocampe, elle passe dans la partie cognitive du cerveau, c'est-à-dire la mémoire à long terme (ainsi le soldat n'aura plus peur car il se souvient que cette peur était liée au contexte bien particulier d'une opération). Le traumatisme est l'impossibilité de traiter l'information menaçante puis de la stocker dans la mémoire à long terme. Cette information non mémorisée reste en attente de résolution dans l'hippocampe et constitue une «mémoire toxique» qui est réactivée dès que des circonstances rappellent l'événement (bruits, situation ...). Elle serait à l'origine d'images intrusives, de cauchemars, de sursauts intempestifs observés dans les ESPT.

La thérapie de l'EMDR consiste à favoriser le transfert de l'information entre les zones émotionnelle et cognitive pour faire cesser les troubles. Certains mouvements oculaires alternés semblent y contribuer, selon un processus qui demande à être mieux compris. Concrètement durant une séance le psychothérapeute va faire effectuer au patient des mouvements rapides de ses yeux, de droite à gauche et réciproquement. Entre les sessions de mouvement, le patient va parler de l'événement traumatique, de ce qu'il ressent et de ce qui lui vient à l'esprit. Il est alors possible, pour le patient, d'intégrer, d'associer petit à petit un souvenir de l'événement en le détachant de sa violence émotionnelle.

Efficacité de l'EMDR

L'EMDR reste assez controversé dans le milieu médical pour le traitement des ESPT. C'est une technique qui a pourtant fait ses preuves dans l'effacement des symptômes de l'ESPT: images intrusives, cauchemars, etc. Elle soulage donc fortement le patient. L'EMDR a des effets rapides, mais certains ne peuvent arriver à suivre ce type de traitement à cause de difficultés de concentration. Pour ceux-là d'autres thérapies cognitives obtiennent des résultats assez similaires. Elles sont basées sur l'exposition aux situations stressantes, à des pratiques de relaxation. Ces deux types de thérapie peuvent donc avoir une réelle utilité complémentaire dans le traitement à court terme des effets de l'ESPT.

Ainsi une thérapie alliant l'EMDR qui s'attache aux conséquences du traumatisme, et une psychothérapie analytique tournée vers les causes profondes du symptôme traumatique, pourrait donc en fait être la manière la plus efficace de traiter les patients victimes de stress post traumatique.

Minerve organisera (sous réserve de confirmation), en collaboration avec le Forum du Futur les conférences suivantes:

- 13 octobre soirée: La démocratie numérique - 17 novembre après midi: la Chine (colloque)
- 15 décembre soirée: la réforme territoriale - 19 janvier soirée: le Pakistan

Carnet gris

Lieutenant-colonel Michel BUIS, Génie BT génie travaux - Général Henri CORNET, Génie BT Ponts et Chaussées
Minerve présente à leurs familles ses condoléances attristées.

Réglage d'artillerie

Par le Colonel (H) André MAZEL

Dans la Lettre de Minerve n° 30, j'avais fait état du réglage avec képi à visière graduée en millièmes, ce qui a intrigué un adhérent lecteur attentif. En fait ce n'est pas un réglage de tir au sens propre du terme mais plutôt une marque de haute considération à l'égard des bons observateurs d'artillerie (mais y en aurait-il de mauvais?), de ceux «blanchis sous le harnois», ayant beaucoup d'expérience «au niveau de leur vécu» (comme on l'entend encore aujourd'hui). De vieux «moustachus» quoi! Qui étaient capables d'exécuter, «les mains dans les poches», sans papier ni crayon le réglage par bonds associés. Ce réglage, le fin du fin de l'artilleur, consistait à déplacer les plans de tir associés aux hausses, à partir d'un large encadrement initial de quatre coups tirés par la batterie, pour, avec un minimum d'obus, «coiffer» l'objectif, lequel était à l'abri d'une efficacité d'émblée par manque de moyens modernes. Les «moustachus» se contentaient des quatre coups initiaux, plus deux de contrôle). Malheurs aux autres qui oubliaient la règle d'or: «Petit bond, petit C..!»