

# Psychotraumatologie centrée compétences Et clinique de l'exil / grande précarité



Laetitia De SCHOUTHEETE  
Yoanna MICOUD

Septembre 2017 – APAR La croisée des Chemins



1

**La communication  
interculturelle**

2

**Les chocs interculturels**  
*Avec le jeu du Barnga*

3

**Les thérapies traditionnelles et le  
cadre d'accompagnement à géométrie  
variable**

4

**Manger et papoter**  
*1h30 de pause , de 12h à 13h30*

5

**La famille face à l'exil**

6

**La résilience**  
*Interview de Marie Noelle*

7

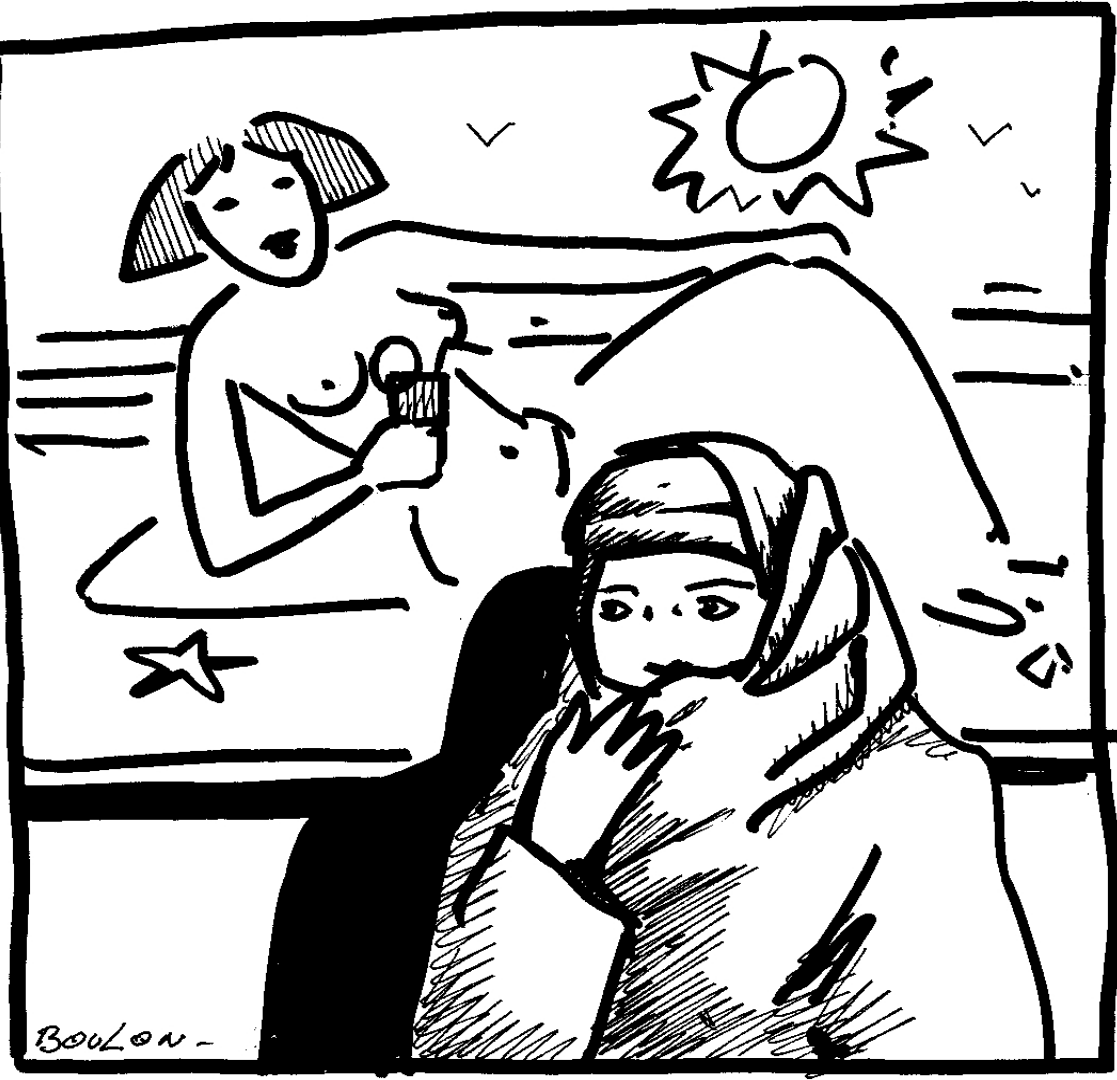
**La thérapie  
communautaire**

8

**Conclusions et évaluation**

# La communication interculturelle





Les chocs  
interculturels



## Les chocs interculturels que j'ai connus dans ma pratique

- ✓ On a des rq / aux enfants : allez à la crèche ou chez la nounou est étrange : faire garder les enfants par des étrangers ; revenir travailler après avoir eu un enfant ..... incompréhensible pour certains
- ✓ Notion d'offrandes, de cadeaux. J'ai appris à accepter maintenant alors qu'avant ce n'était pas concevable que j'accepte (et mon refus était perçu comme une offense)
- ✓ Le fait qu'à nos âges, nous ne soyons pas mariées / que l'on n'est pas d'enfant, questionne
- ✓ L'expérience nous permet d'ajuster notre distance vis-à-vis des personnes accompagnées
- ✓ Espace privé / espace public
- ✓ Avant de comprendre l'impact du trauma sur le cerveau (dissociation), je pensais que le détachement présenté était lié à la différence culturelle
- ✓ Religion, spiritualité, façon d'appréhender la mort ....
- ✓
- ✓



## Les chocs culturels

Ce qui paraît souvent le plus déroutant et critiquable chez l'autre, va jouer comme révélateur de nos propres normes, valeurs, représentations, idéologies qui fondent nos pratiques professionnelles



**A VOUS DE JOUER !**

## **Le jeu du Barnga**

***Explore la notion de culture sans parole***

- ✓ 3 tables de jeu
- ✓ Former des groupes de 4
- ✓ S'asseoir autour d'une table
  
- ✓ Prendre connaissance des règles du jeu
- ✓ Choisir un partenaire



- ✓ Faire quelques tours d'échauffement avec les règles à l'appui. La parole est possible
- ✓ Lorsque les règles sont intégrées, la partie commence. Les mots ne sont plus autorisés (ni à l'oral, ni par écrit – décret du bâillon)
- ✓ Faire plusieurs tours à sa table.
- ✓ Au signal, l'équipe gagde la dernière partie effectuée change de table
- ✓ Debriefing en grand groupe



## Décret du bâillon

*NON: Paroles*

*OUI : Gestes*

*NON : Mots écrits*

*OUI : Dessins*



## Tournois

*Jouer CINQ PLIS*

*Jouer pendant 5 minutes*

*Jouer plusieurs tours*

*Noter le score*



## Quelles sont vos impressions sur ce jeu? Qu'avez-vous ressenti aux différents moments du jeu ?

- ✓ Je me suis sentie manipulée
- ✓ frustrée
- ✓ incompris
- ✓ j'ai bcp rit
- ✓ j'avais l'impression que les autres ne captaient pas, n'allaient pas assez vite
- ✓ injustice
- ✓ en difficulté d'échange : je n'arrivais pas à me faire comprendre
- ✓ on a compris qu'il n'y avait pas les mêmes règles
- ✓ nous , on n'a pas cédé : on a continué à jouer selon nos règles
- ✓ c'était rageant de ne pas pouvoir expliquer le pourquoi on ne lâchait pas
- ✓

## A partir de quel moment vous êtes-vous rendus compte que quelque chose ne marchait pas comme il faut ?

- ✓ Au premier changement
- ✓ Au 3<sup>ème</sup> changement : on s'est laissées faire
- ✓ Parfois, c'était moins flagrant qu'on avait différentes règles
- ✓
- ✓
- ✓
- ✓
- ✓
- ✓
- ✓

## Comment avez-vous réagi par rapport à ce « problème » ?

- ✓ On a eu besoin de rentrer de nouveau en contact avec nos premiers collègues
- ✓ on a essayé de trouver un compromis
- ✓ on a essayé de communiquer autrement (gestes, dessins ...)
- ✓ je me suis énervé, ils ne comprenaient rien
- ✓
- ✓
- ✓
- ✓
- ✓
- ✓
- ✓

## En quoi le fait de ne pas pouvoir parler et vous a-t-il gêné ?

- ✓ il va falloir batailler pour gagner
- ✓ j'ai trouvé que les autres comme des tricheurs
- ✓ je me suis remise en question : je n'ai pas compris la règle, c'est moi qui ait tort
- ✓ on ne se comprend pas, il y a un bug dans la communication
- ✓ on ne va pas y arriver
- ✓ cela m'a permis d'être combative : je n'ai pas lâché
- ✓
- ✓
- ✓
- ✓
- ✓

## A quelle situation de la vie réelle ce jeu vous a-t-il fait penser ?

- ✓ / à notre expérience du 115 : quand on leur explique nos règles, les gens sont surpris, ils ne s'attendent pas à nos règles, ils ne comprennent pas
- ✓ Pendant notre travail, quand nous ne comprenons pas les attentes de la personne en face de nous
- ✓ On se rend compte de ce que peuvent vivre les gens qui débarquent d'une autre culture, qui n'ont pas les mêmes attentes que nous , ou besoins ....
- ✓
- ✓
- ✓
- ✓
- ✓
- ✓
- ✓



## Les 4 compétences interculturelles

- ✓ La perceptivité : réaliser que les règles sont différentes
- ✓ Flexibilité et ouverture : recherche d'un accord ou je démissionne ?
- ✓ Autonomie personnelle : assertivité par rapport à mes règles : je ne lâche pas tout
- ✓ Résilience : je me remets de l'injustice apparente, je dépasse la difficulté



UNE PETITE PAUSE ?





## Les 7 zones de chocs

- ✓ Du corps
- ✓ De l'espace et du temps
- ✓ De la structure du groupe familial et de l'individu
- ✓ De la sociabilité : dons, échanges, hospitalité,...
- ✓ Des demandes d'aide que le migrant adressent au professionnel
- ✓ Des rites, des croyances magico-religieuses qui accompagnent les moments les plus importants de la vie d'un individu
- ✓ Les représentations du changement



## CULTURE INDIVIDUALISTE / CULTURE COMMUNAUTAIRE

### Culture individualiste

- ✓ Primauté de l'individu
- ✓ Indépendance et autonomie de la personne
- ✓ La dépendance est vue comme un manque de maturité

### Culture communautaire (holistique)

- ✓ Primauté du collectif
- ✓ Tenir sa place
- ✓ Indépendance : peut être un danger pour la cohésion du groupe



A low-angle shot of a massive, ancient tree trunk in a dense forest. The bark is thick, gnarled, and heavily covered in vibrant green moss. The tree's branches spread out, filled with lush green leaves. The background is a soft, misty forest with other trees visible through the haze, creating a serene and ethereal atmosphere.

# **Les thérapies traditionnelles**

# Sociétés à « univers unique » et sociétés à « univers multiples »

	Univers Unique	Univers Multiple
<b>Cause</b>	Maladie	Intentionnalité
<b>Etiologie</b>	Du manque - Biologique - interactif	Du surplus -enfant ancêtre - enfant sorcier
<b>Acteur social</b>	- Maître du savoir rationnel - Expert	- Maître du savoir caché - Elu
<b>Philosophie de l' intervention</b>	Réparer les manques	-Recherche de l' intentionnalité

# Sociétés à « univers unique » et sociétés à « univers multiples »

	Univers Unique	Univers Multiple
<b>Méthode</b>	Diagnostic	Divination (objets reliés au sacré)
<b>Lieu de l'investigation</b>	Dans le malade	Dans le devin
<b>Philosophie de la méthode</b>	Interrogation fine du visible, du mesurable, du perceptible	Déplacement de l'intérêt <ul style="list-style-type: none"><li>- du visible vers l'invisible</li><li>- de l'individuel vers le collectif</li><li>- du fatal au réparable</li></ul>





## Etiologie et traitement

### La méthode

1. Constat du désordre
2. Postulat de l'intention
3. Explication de cette intention
4. Prescription du devin : réponse adressée à l'invisible

Aucune maladie ne peut être considérée comme fatale, il existe toujours une intentionnalité sous-jacente qui l'a fait naître



## Identification de l'invisible

### 1. Les êtres surnaturels – les entités

- ✓ le dieu des grandes religions monothéiste
- ✓ les divinités des ethnies polythéistes
- ✓ les esprits

Traitement : Identifier l'intention de l'invisible.

Cas : Tsunami – la jeune femme possédée par le diable





## Identification de l'invisible

2. Les sorciers par nature - intentionnalité fort inconsciente

Traitement : Identifier le sorcier

C'est le double (part sorcière) de la personne qui pendant la nuit va attaquer le double de l'autre personne

Cas : Bintou



## Identification de l'invisible

### 3. Les sorciers par technique - intentionnalité consciente

#### Traitement : Défaire l'objet-sort

- ✓ localiser l'objet sort
- ✓ Identifier sa nature et son mode de fabrication
- ✓ Mettre en place des contre-sorts





LE GUÉRISSEUR TRADITIONNEL :  
RÉGULATEUR DE L'ORDRE SOCIAL

- ✓ Initiation : acquérir la vision
- ✓ La vision : révélation de la violence entre les hommes (rancune)
- ✓ Cérémonie de l'Esa : thérapie familiale
  - ✓ Préparation psychologique
  - ✓ Les fautes sont avouées
  - ✓ Sacrifice
  - ✓ Repas de réconciliation



## La gestion de l'intentionnalité invisible : Garantie d'une paix sociale

- ✓ Sorcellerie et envoûtement
  - ✓ Explication de l'irrationnel
  - ✓ Exutoire pour libérer les tensions
- ✓ Antidote à la violence : les ngangas
  - ✓ Repérer les conflits inavoués
- ✓ Rituels : véritables batailles
- ✓ Recrée des appartenances - Mettre du lien





## Le Shamanisme

*« Un chaman est celui ou celle, qui par la maîtrise de ses états de conscience, peut être en relation avec les mondes non manifestés, souvent appelés monde du nagual, qui vont alors lui apporter des réponses, nouvelles perspectives, moyens de guérir, visions du futur ou de directions nouvelles ; il saura ensuite les comprendre et les transmettre afin que ces réponses servent au bien-être de sa communauté, de sa famille, et de lui même. »*

Maud SEJOURNANT



## Le Shamanisme

Selon Michael HARNER, généralement,

- ✓ les chamans ont un contact direct avec des esprits
- ✓ Ils ont un contrôle strict sur un ou plusieurs esprits
- ✓ Ces esprits ne contrôlent pas et n'usurpent pas la conscience du chaman sans sa permission.
- ✓ Contrôlent un état modifié de conscience (le chaman détermine quand entrer et quand sortir de l'état modifié de conscience).
- ✓ se préoccupent du monde "matériel" normal plutôt que d'atteindre un état d'illumination.
- ✓ Possèdent la capacité de faire voyager leurs âmes (voyage chamanique).



## La thérapeutique traditionnelle, une thérapie systémique

- ✓ Fabriquent du ciment social
- ✓ Contraignent à s'interroger sur les humiliations, les manques de respect.
- ✓ Elles sont donc une école de respect social
- ✓ La maladie est l'occasion pour la famille d'amoindrir les tensions, de traiter de la rancune et de la violence.
- ✓ Interrogent le fonctionnement affectif de chacun, de soi et de l'autre
- ✓ Sont de véritables thérapies familiales
  - ✓ la situation problème se substitue au patient problème
  - ✓ les symptômes ou problèmes sont l'expression de conflits interrelationnels
  - ✓ le soutien du groupe diminue l'impact de la tension sur le malade





**UN CADRE D'ACCOMPAGNEMENT À  
GÉOMÉTRIE VARIABLE**



## Favella du Bom Jardim - Brésil



- ✓ Accueillir la famille
- ✓ Sortir de son cabinet
- ✓ Transfert de confiance
- ✓ Partager de soi, de la nourriture, de son temps



## Accompagner le trauma

- ✓ Questions ouvertes
- ✓ Privilégiez : « *Comment ça vous fait de...* » ou « *qu'est ce qui a besoin de changez pour que vous ... ?* » plutôt que « *pourquoi ?* »
- ✓ Au lieu de demander s'ils ont compris, demandez leur de répéter
- ✓ Ne donnez pas trop d'information à la fois
- ✓ Ils utilisent « elle » au lieu de « il » ou inversement
- ✓ Vérifier si la personne est analphabète
- ✓ Utilisez plus d'expressions, de signes



## Accompagner le trauma

- ✓ Utiliser un langage approprié
  - ✓ Langage implicite (vs explicite)
  - ✓ Images (vs des mots)
  - ✓ Métaphores (vs définitions)
  - ✓ Indirect (vs direct Utilisez plus d'expressions, de signes,
- ✓ Utilisez des dessins, paper board,...
- ✓ Certaines personnes diront toujours oui parce qu'il est impoli de dire non, d'autres diront oui et acteront non qui est selon eux beaucoup moins impoli.
- ✓ Questionnez sur les viols de manière très indirecte

## MSF- URGENCE EBOLA- SIERRA LEONE



### Paroles monnaies, précieuses, sacrées

Les paroles monnaie n'engagent pas le donateur.  
Elles sont échangées avec n'importe qui.

- ✓ L'accompagnant donne généralement des paroles monnaie (questions, anamnèse...)

Les paroles précieuses engagent.  
Elles peuvent circuler n'importe où, n'importe comment.

- ✓ La personne parle de sa souffrance, de ses incompétences, de ses échecs, de ses sentiments, de ses valeurs...

Les paroles sacrées (secrètes, souvent tues).  
Elles ne peuvent sortir du colloque intime.

- ✓ La personne parle de ce qui affecte son identité (trauma), de la honte... (« *Je n'ai jamais dit ça à personne* »)



MSF- URGENCE EBOLA- SIERRA  
LEONE



Paroles monnaies, précieuses, sacrées

*« L'accompagnant paie avec des paroles monnaie les paroles précieuses et sacrées de la personne... »*

*Réciprocité négative => déséquilibre !*

J.-C. Metraux



BON APPETIT !





# LA FAMILLE FACE À L'EXIL





## La famille face à l'exil

- ✓ Renégociation permanente des catégories féminin-masculin
- ✓ **Hommes**
  - ✓ Dévalorisation +++
  - ✓ N'assure souvent plus le rôle du « père = garantie /protection financière »
- ✓ **Femmes**

La migration peut être vécue

  - ✓ Comme une épreuve : repli - comportements très traditionnels
  - ✓ Rupture plutôt joyeuse et prometteuse de nouveaux possibles – elles assurent la sécurité financière

# LA RÉSILIENCE







La résilience est la capacité à réussir à vivre et à se développer positivement, de manière socialement acceptable, en dépit du stress ou d'une adversité qui comporte normalement le risque grave d'une issue négative





La résilience est le résultat d'un processus relationnel et social

- ✓ L'expérience actuelle ou passée d'une relation d'attachement sécurisante
- ✓ Le soutien social dans des dynamiques de groupe formelles mais surtout informelles
- ✓ La participation a des systèmes de croyance politiques, philosophiques, aident à donner du sens aux drames et aux difficultés



La résilience n'est pas possible :

- ✓ Lorsque les ressources internes de l'individu sont insuffisantes (absence de stabilité affective, d'attachement sécurisant dans l'enfance, troubles graves du développement)
- ✓ Lorsque l'intensité et la durée du trauma ont trop abîmé le psychisme ou le cerveau de l'individu
- ✓ Lorsque le milieu ne propose pas de soutien suffisant





La résilience chez les personnes réfugiées

*Le témoignage de Marie Noëlle*



## Ce que le témoignage de Marie Noelle m'a apporté

- ✓ Humanité, créer du lien avec l'autre
- ✓ Triple confiance : en l'avenir, en soi même, / aux autres
- ✓ Relations humaines : c'est ce qui permet de rebondir et trouver un intérêt à continuer
- ✓ Avoir une activité peut soutenir, pour éviter d'attendre
- ✓ Association CONVIVIAL qui fonctionne grâce à la sociocratie (tout le monde a tous les postes de décisions) : les réfugiés participent à la gestion de l'association. Toutes les décisions se prennent avec tout le monde.
- ✓ Fonctionnement qui peut prendre plus de temps, car tout le monde doit participer mais ensuite les choses vont plus vite car tout le monde est ok
- ✓ Développement de groupes dans cette association : groupes des « mamies » qui réexpliquaient le fonctionnement des cultures ..... Projets pour expliquer aux personnes le fonctionnement de notre société .... Groupes de parole ... Paniers alimentaires ....
- ✓





## A VOUS DE JOUER !

A L'AIDE DE L'ÉCOUTE ACTIVE ET DES QUESTIONS CENTRÉES  
SUR LES RESSOURCES :

- ✓ 2 à 2 : échangez autour de vos tuteurs de résilience, ce qui vous aide à être résilient.
- ✓ ET / OU : Quelles sont vos stratégies pour prendre soin de vous, qui vous font du bien ?



## **A VOUS DE JOUER !**

A L'AIDE DE L'ÉCOUTE ACTIVE ET DES QUESTIONS CENTRÉES  
SUR LES RESSOURCES :

2 à 2 : Qu'est ce que je retiens d'utile de  
ces 2 journées de formation ?

Qu'est ce que je pourrais utiliser dans ma  
pratique ?





POUR CONCLURE



## Attitude à adopter avec des survivants de traumatismes

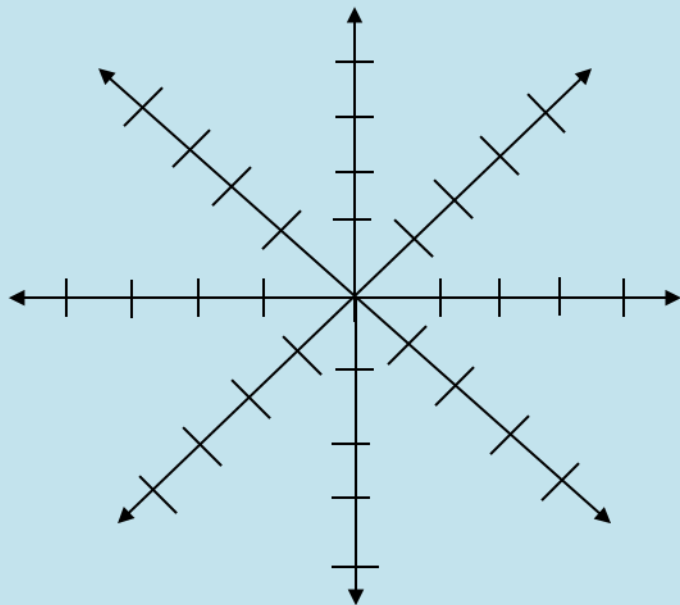
- ✓ Soyez prédictible
- ✓ Restez « branché »
- ✓ Soyez flexible: adaptez-vous à la personne
- ✓ Ne lâchez pas jusqu'à ce que le corps de la personne s'apaise
- ✓ Soyez intéressé par la personne
- ✓ Pour toute attitude de la personne il y a une bonne raison (plus les émotions sont violentes, plus la question est proche de la survie)
- ✓ Soyez fiable, disponible, mais pas seul-e : mieux vaut être disponible à l'intérieur d'un cadre négocié avec des limites



## Surtout , n'oubliez pas

- ✓ Que tout débordement émotionnel, quel qu'il soit, a toujours un début, un milieu, et une fin
- ✓ Qu'on accompagne la personne jusqu'au bout de la vague émotionnelle (métaphore de la vague, du tunnel ....)
- ✓ Que derrière tous symptômes, il y a des ressources de survie qui se cachent. A nous de les trouver
- ✓ Soyez attentif aux exceptions: quand la personne est arrivée à gérer sa détresse. Comment a-t-elle fait ? Qu'est ce qui l'a aidé ?

TOUT TRAUMATISME EST GUERISSABLE



## EVALUATION DE CETTE SESSION

En individuel

En grand groupe

**Merci !**

