



- 1 Apprentissages du terrain
- 2 Les traumas liés à l'exil
- 3 Le gel des deuils
- 4 Un cadre thérapeutique à géométrie variable
- 5 Les chocs interculturels  
*Avec le jeu du Barnga*
- 6 La résilience des réfugiés
- 7 Travailler avec des interprètes
- 8 Activer les ressources communautaires et ressources culturelles



## RWANDA : LA PUISSANCE DE L'ÂME

**Contexte** : chaos, gacaca

**Emotions** : Effroi, sidération, injustice, impuissance, chaos

**Défis en tant que thérapeute:**  
Comment refaire venir la vie  
là où elle s'éteint ?  
Comment ne pas être  
pétrifié par la charge  
traumatique ?

**Apprentissages:**  
Le retour dans l'humanité  
Le collectif guérit  
L'âme se régénère  
La connexion au cœur

## Rwanda : Femmes de Taba



MSF

« Ces anciennes étaient pour moi la première preuve irréfutable que même si l'enveloppe extérieure de l'âme est entamée, écorchée ou brûlée, elle se régénère.  
Indéfiniment la peau de l'âme se reconstitue et retrouve son état d'origine »  
Pinkola Clarissa Estes

## Favella du Bom jardim – Fortaleza Santé mentale communautaire



### BRÉSIL : LES RESSOURCES DE LA COMMUNAUTÉ

**Contexte** : Violence urbaine et pauvreté

**Emotions** : Créativité

**Défis en tant que thérapeute:**

Travailler avec la communauté  
Intégrer les croyances de la personne au sein de la thérapie

**Apprentissages:**

La communauté est pleine de ressources  
Emmener le chant, la prière, le corps dans la thérapie  
Société à univers multiples : recherche de l'intentionnalité

## Tsunami – Aceh 2005



### URGENCE TSUNAMI

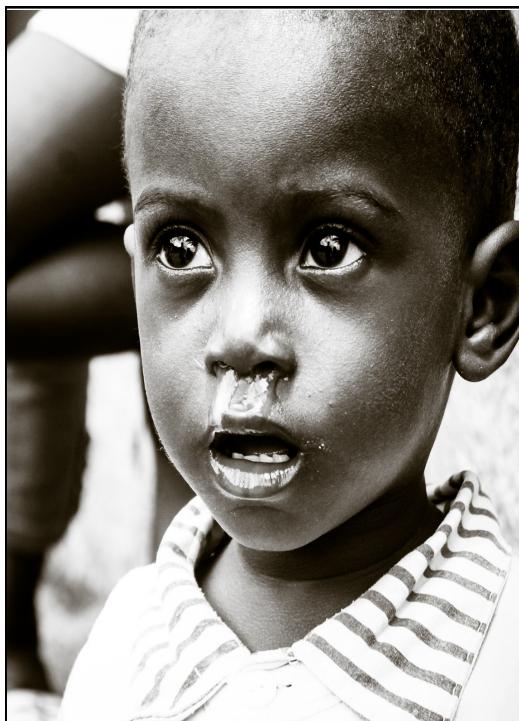
**Contexte :** Région sous terreur de l'état

**Emotions :** Effroi et vitalité

**Défis en tant que thérapeute:**  
Sortir de ses idées thérapeutiques préconçues

**Apprentissages:**  
Cadre thérapeutique à géométrie variable  
Rhamzan, Ursula

# Ebola : Sierra Leone



## EBOLA : AU CŒUR DU DÉSASTRE

**Contexte :** contamination massive

**Emotions :** Effroi et impuissance totale

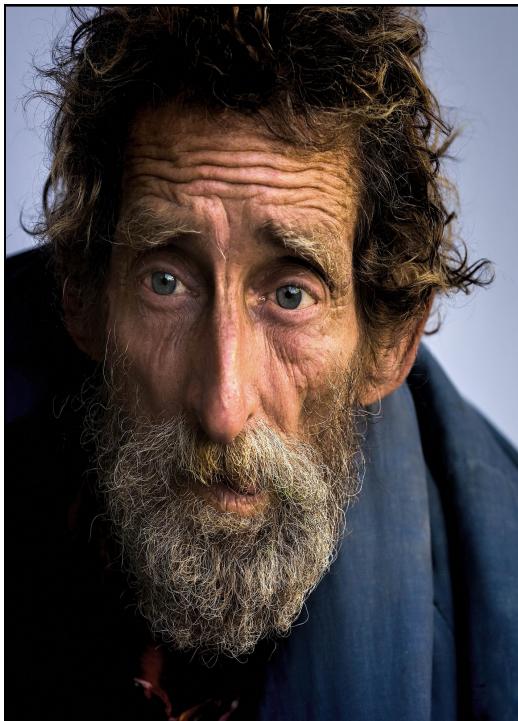
**Défis en tant que thérapeute:**  
Comment ne pas être contaminé par la terreur ?  
Traumas vicariants

**Apprentissages:**  
Gestion du stress uniquement  
Que faire quand on ne peut rien faire ?  
Revenir à son corps qui est vivant  
Prendre soin de soi



MSF

## Bruxelles : Personnes sans papiers Retisser l'humanité



### PERSONNES SANS PAPIERS

**Contexte** : survie physique

**Emotions** Injustice et  
impuissance

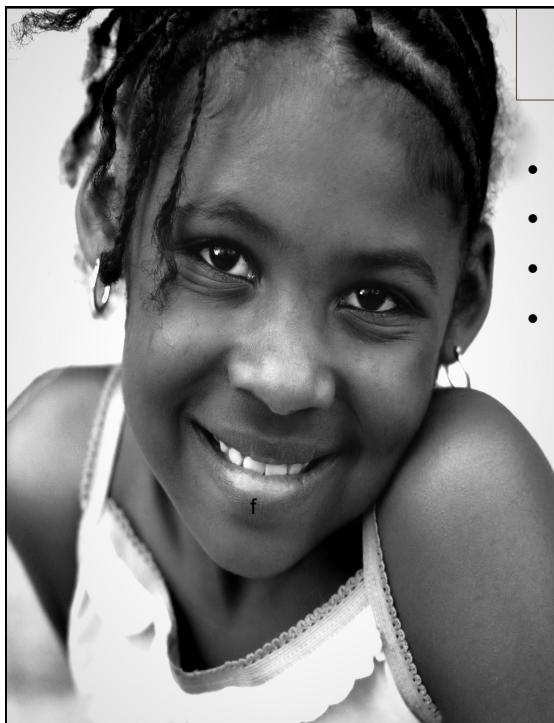
**Défis en tant que thérapeute:**  
Renforcer et ne pas  
fragiliser nos patients

**Apprentissages:**  
Travailler sur les ressources  
Retisser de l'humanité

# Travailler avec les familles de réfugiés en France

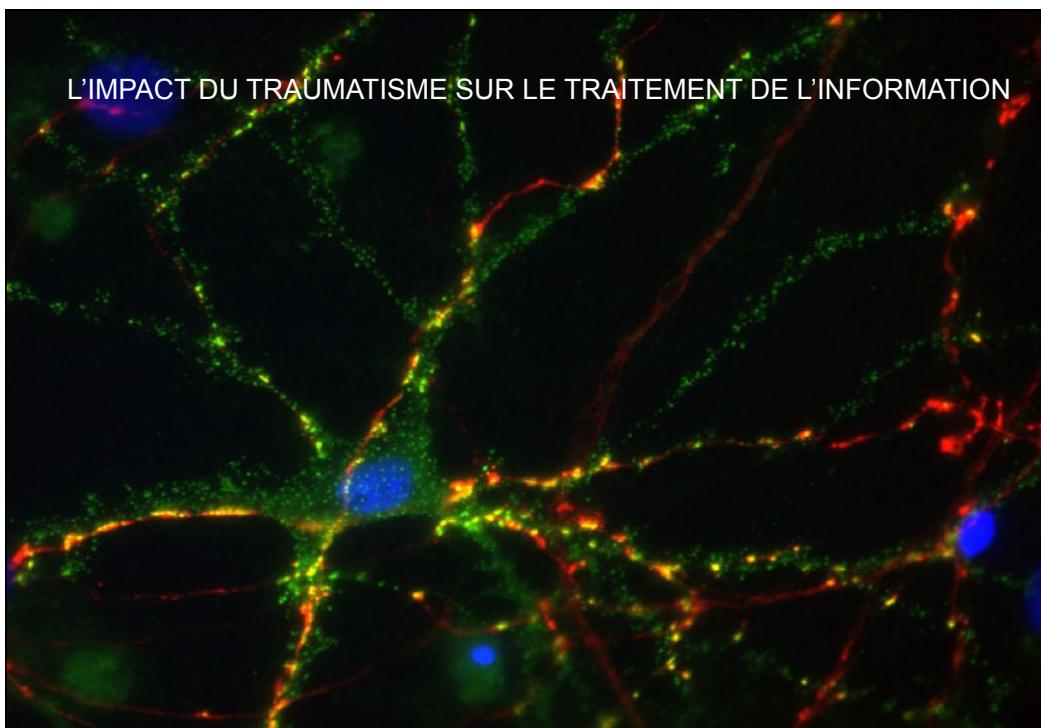


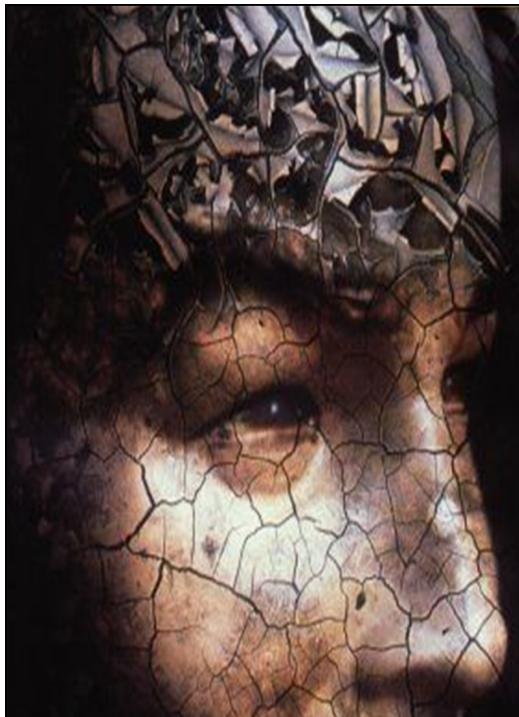
Unicef



## Axes de travail en tant que thérapeute

- Remettre de l'humanité
- Rétablir la réciprocité
- Cadre à géométrie variable
- Triple confiance de la résilience.
  - confiance en soi
  - Confiance en son avenir
  - Confiance en l'autre



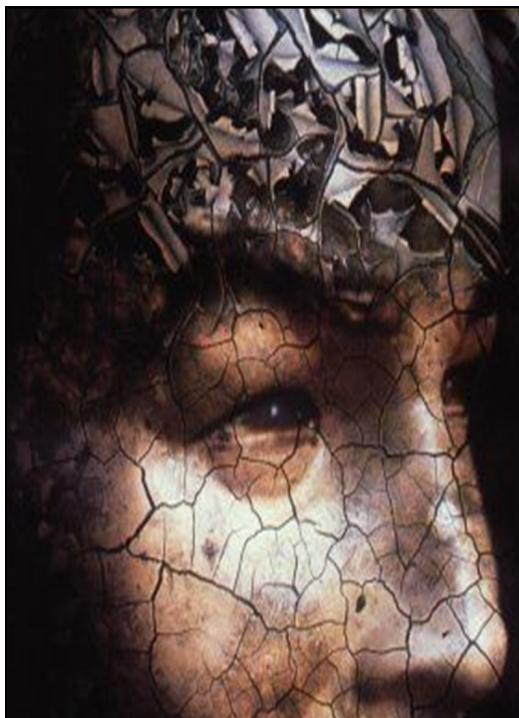


Un événement traumatique est une expérience non intégrée :

- ✓ à cause d'une charge émotionnelle trop importante
- ✓ Et de réactions de survie massives

Travailler à surmonter le traumatisme consiste à aider le corps qui reste bloqué dans des réflexes de survie à:

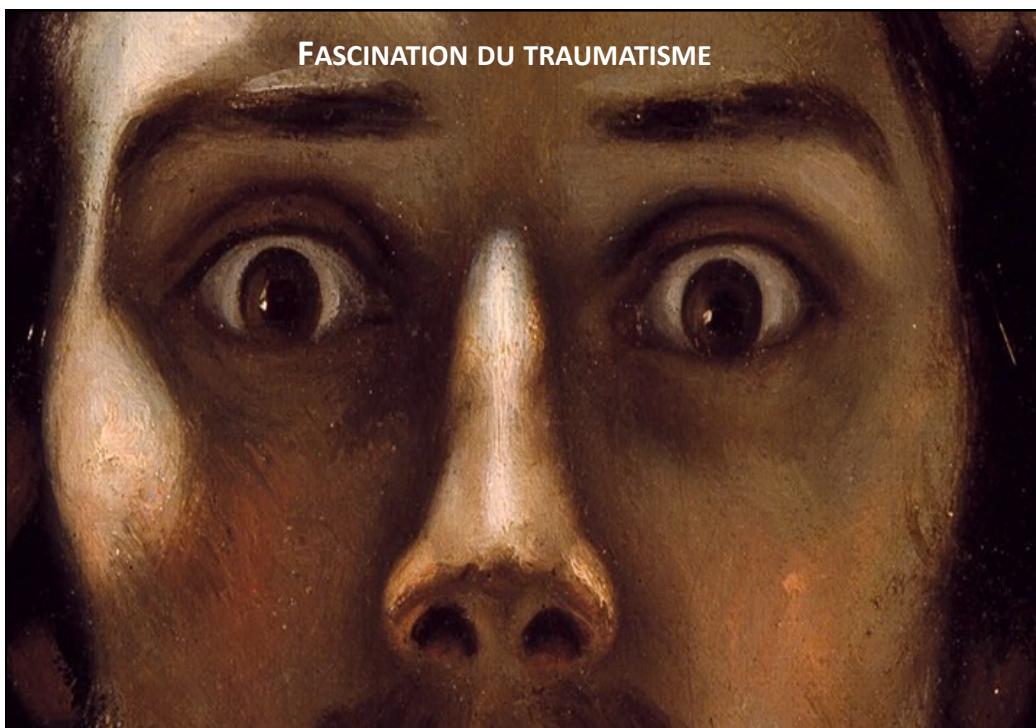
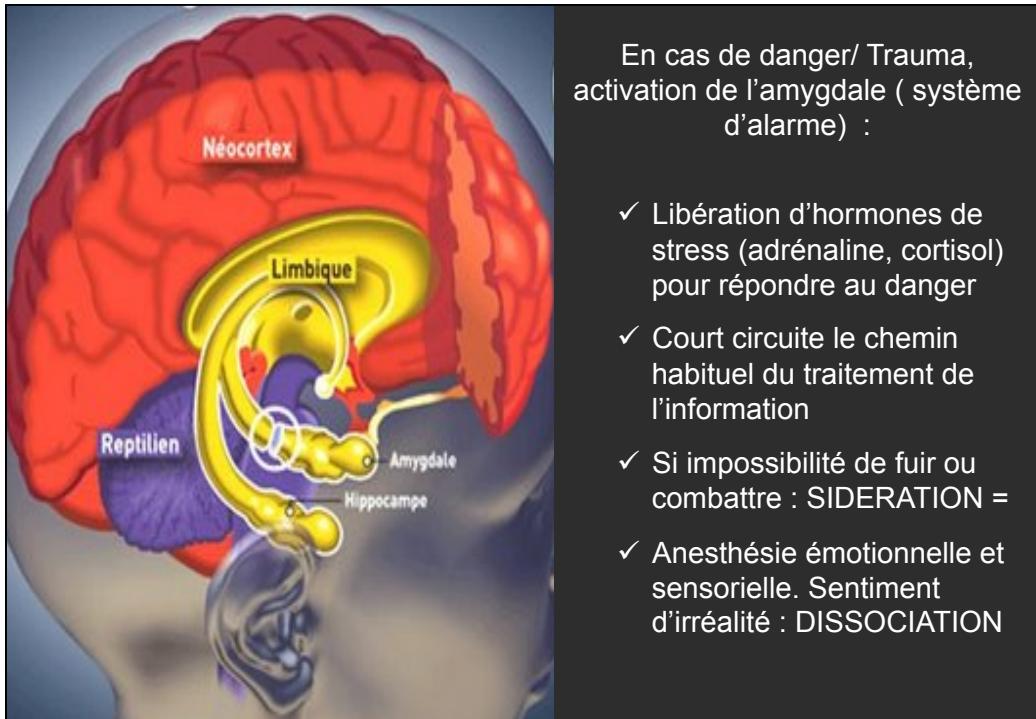
- ✓ terminer l'expérience d'apprentissage
- ✓ Apprendre au corps que l'événement est terminé
- ✓ l'intégrer



TOUT TRAUMATISME EST GUERISSABLE

QUELQUE SOIT SON AMPLÉUR

Ce qui n'est terminé peut toujours se faire dans de bonnes conditions.



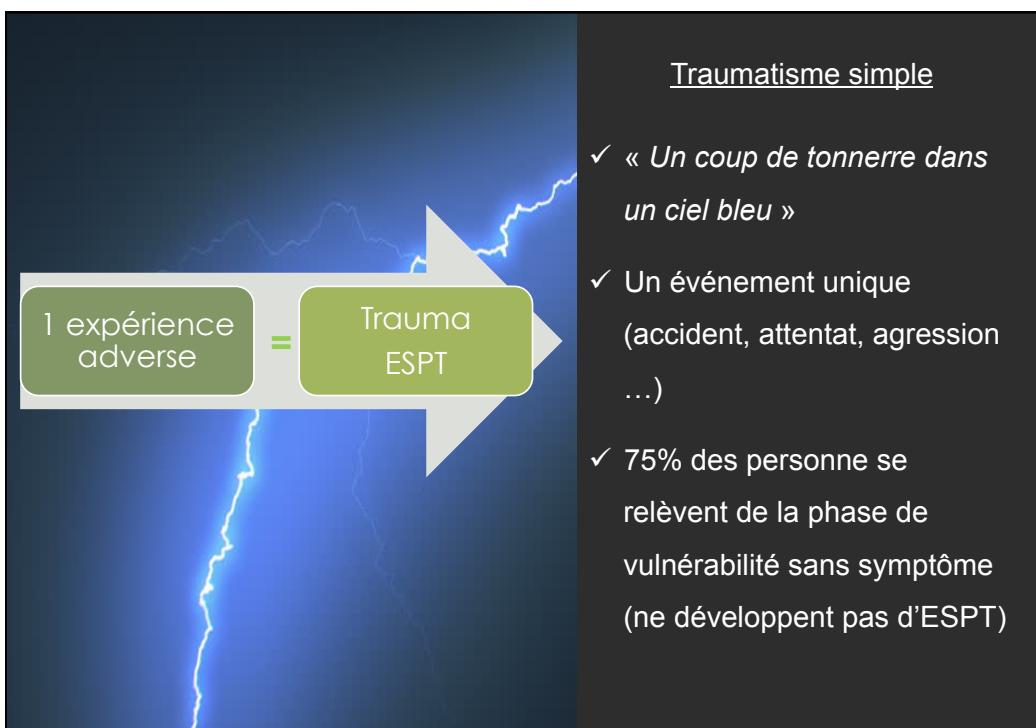
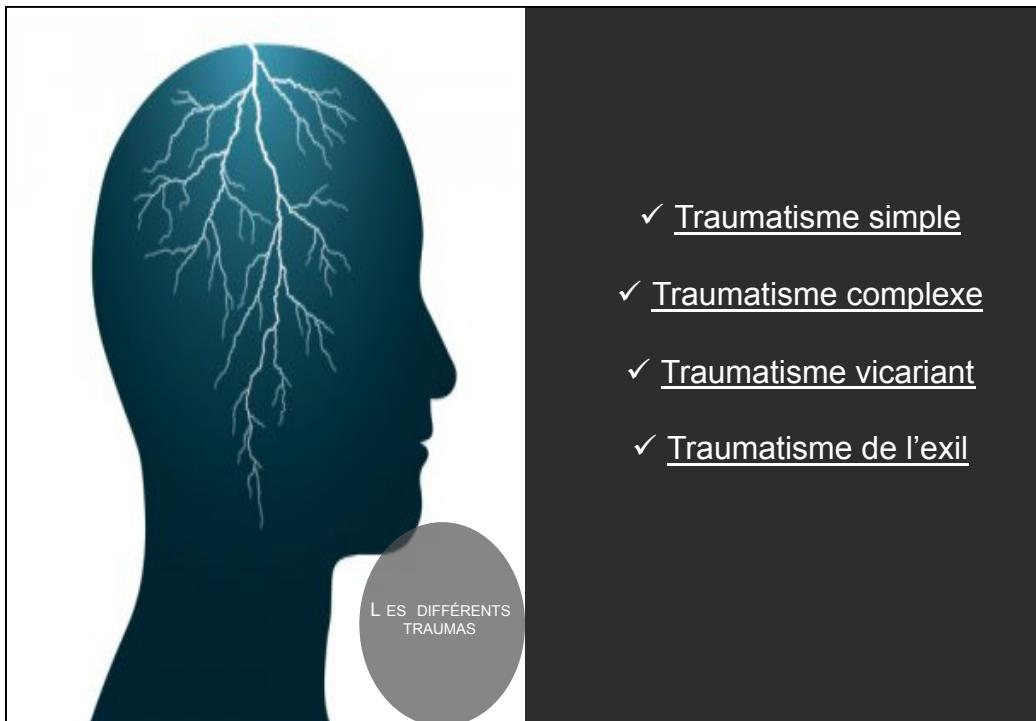


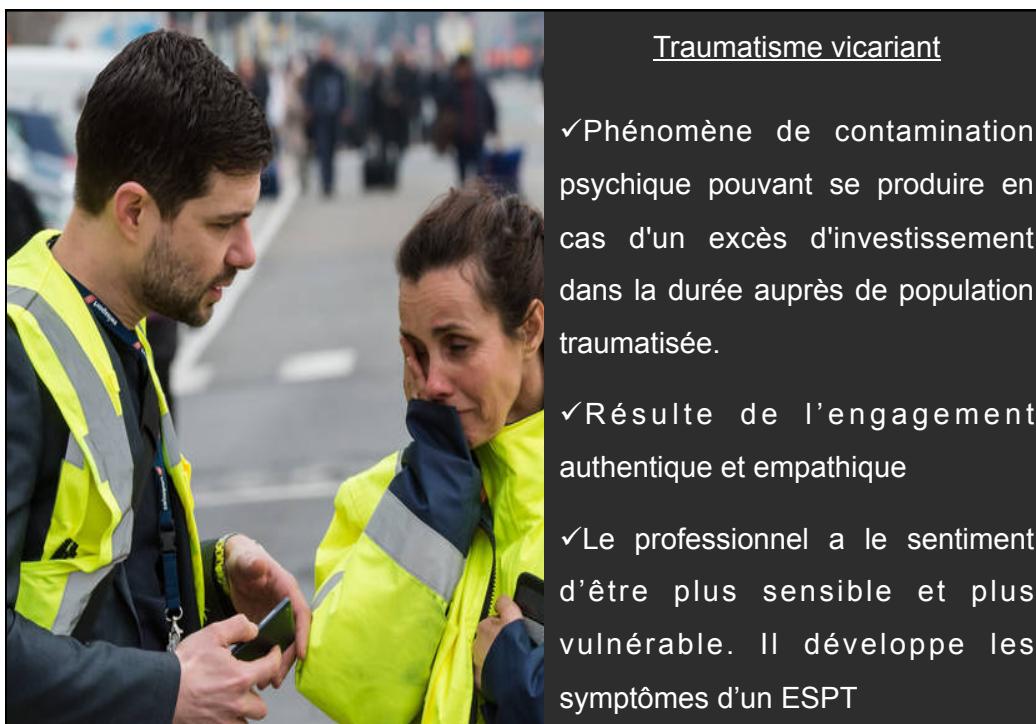
#### LA FASCINATION DU TRAUMATISME

- ✓ Etre conscient de la fascination
- ✓ Rester bien ancrer dans son corps
- ✓ Etre le gardien de la ligne du temps
- ✓ Proposer et pratiquer des exercices de stabilisation dès que nécessaire, en commençant par soi même !



#### LES DIFFERENTS TRAUMATISMES









#### Le syndrome d'Ulysse

- ✓ Traumas initiaux : SSPT
- ✓ La fuite et l'exil
- ✓ Demande de statut de réfugié ou clandestinité
- ✓ Sentiment de rejet
- ✓ Sentiment de désespoir face à l'échec du projet migratoire



#### Le deuil migratoire, au cœur du syndrome d'Ulysse

- ✓ Perte de la famille
- ✓ Perte de la langue
- ✓ Perte de la culture
- ✓ Perte du pays natal
- ✓ Perte du statut social
- ✓ Perte du contact avec le groupe d'appartenance



### Traumatisme de l'exil

#### Traumatismes complexes

- ✓ Traumatisme dans le pays d'origine
- ✓ Traumatisme dû à l'exil et au voyage
- ✓ Traumatisme dans le pays d'accueil

#### Teneur différente du trauma

- ✓ Guerre :  
Intention délibérée  
d'anéantissement : projetés hors humanité
- ✓ Catastrophe naturelle  
Trauma de masse sans intention délibérée



### **LES ASPECTS CULTURELS LIÉS AU TRAUMATISME**

Le traumatisme est un phénomène universel.

Pas un peuple n'est épargné de l'effroi et de la souffrance.

MAIS la perception d'un événement, la manière d'exprimer le traumatisme et l'explication des symptômes sont influencés par le contexte culturel.



**GEL DES DEUILS**

**Le deuil congelé (J-C Métraux)**

- ✓ Lorsqu'il y a une menace vitale et que notre énergie doit être focalisée sur la survie, on peut agir comme s'il n'y avait pas de deuils.

**Les deuils impossibles**

- ✓ On ne retrouve pas les corps
- ✓ On ne peut pas honorer les morts



Différences de cadre thérapeutique avec

- des personnes sans papiers et
- des personnes avec le statut de réfugiés



MSF- URGENCE EBOLA- SIERRA  
LEONE

LA RÉCIPROCITÉ DANS LA RELATION

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

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

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



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



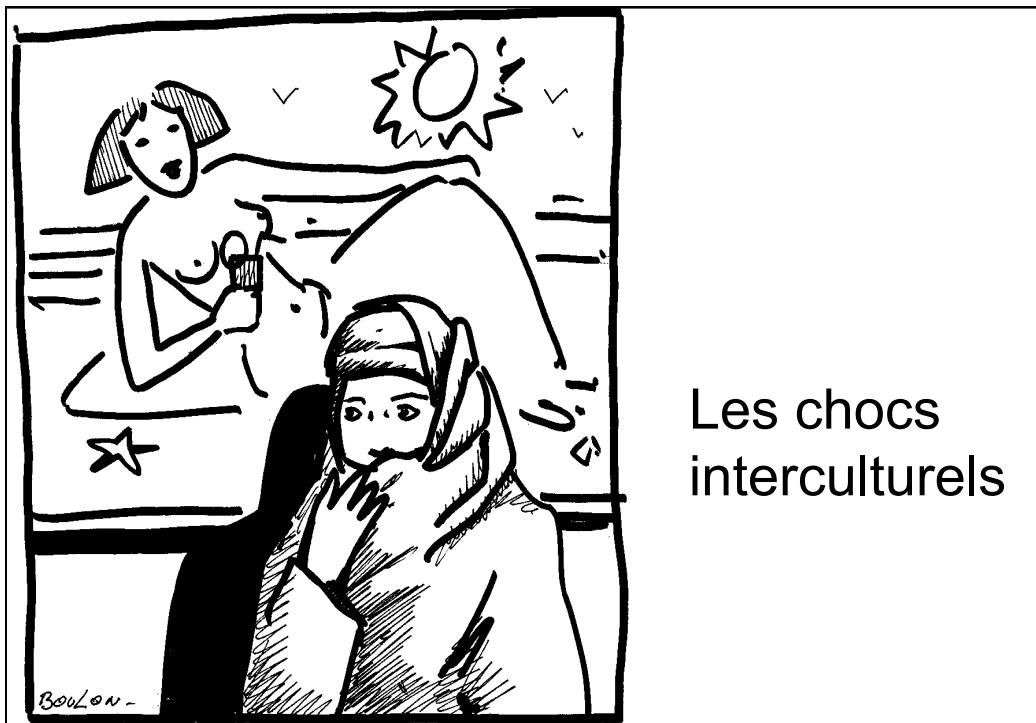
**Favela du Bom Jardim - Brésil**

A group of people gathered around a table in a favela setting, possibly for a therapy session.

**Les traumatismes attaquent les liens, donc attaquent la capacité à demander de l'aide.**

**Expliquer le cadre dans lequel le psy travaille, ce qu'est la thérapie, quelles sont les règles et le rôle de chacun.**

**·Insister sur la confidentialité.**





### Le choc culturel

Contre-transfert culturel (ex. statut de la femme, possession par les esprits, fille interdite de classes vertes à cause de la mixité,

→ Ce qui est surprenant, déroutant et critiquable chez l'autre est un révélateur de nos propres normes, valeurs, représentations et idé



### 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,..



Les 7 zones de chocs

- ✓ Des demandes d'aide que le migrant adressent au professionnel
- ✓ Des rites, des croyances magico-religieuse qui accompagnent les moments les plus importants de la vie d'un individu
- ✓ Les représentations du changement



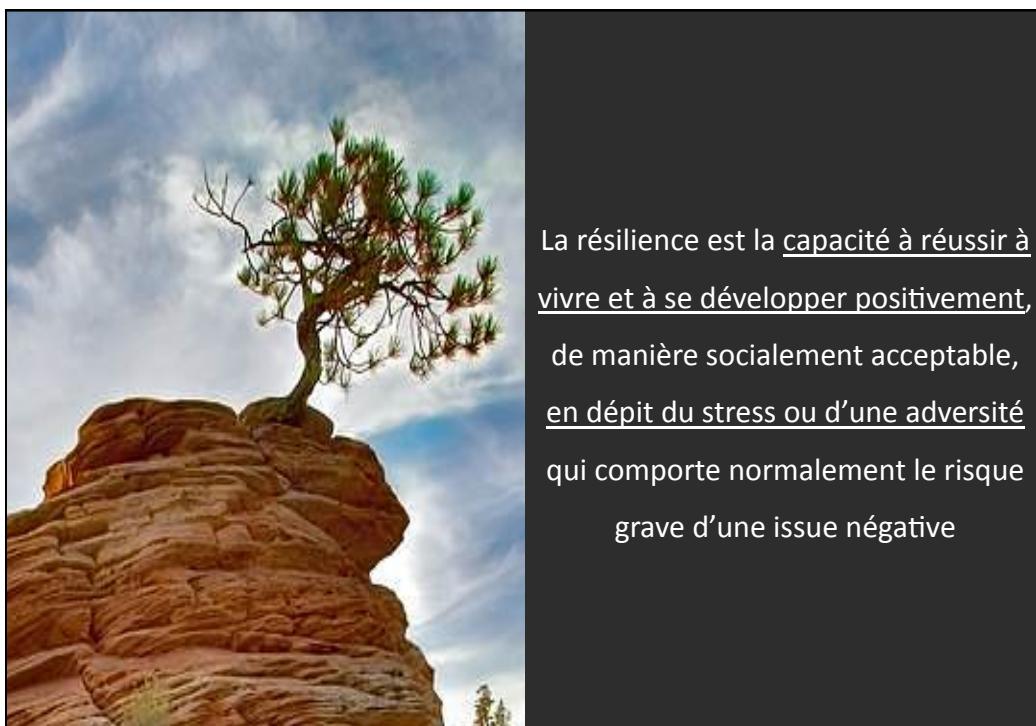
**CULTURE INDIVIDUALISTE / CULTURE COMMUNAUTAIRE**

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





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

- ✓ L'expérience actuelle ou passée d'une relation sécurisante
- ✓ Le soutien social (informel)
- ✓ La participation à des systèmes de croyances qui donnent du sens



La résilience chez les personnes réfugiées

*Le témoignage de Marie Noëlle*

**TRAVAILLER AVEC UN INTERPRÈTE**

- ACCEUIL
- ON TRAVAILLE ENSEMBLE (IL TRADUIT LES CODES CULTURELS QUE JE NE CONNAIS PAS)
- JE PRENDS EN COMPTE SES COMPÉTENCES
- DEBRIEFING APRÈS LA SÉANCE

## IMAGES – centre hospitalier Douai

OUÏ OÙ



### 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,



### Accompagner le trauma

- ✓ Utilisez des dessins, paper board,...
- ✓ Certaines personnes diront toujours oui parce qu'il est impoli de dire non.
- ✓ Questionnez sur les viols de manière très indirecte



#### Accompagner le trauma

- ✓ 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

- ✓ Questions ouvertes
- ✓ Privilégiez : « *Comment ça vous fait de...* » ou « *qu'est ce qui a besoin de changez pour que vous ... ?* »plutôt que « *pourquoi ?* »

LES COMPÉTENCES CULTURELLES ET  
COMMUNAUTAIRES





### Les principes de la thérapie communautaire

- ✓ Pensée systémique : je fais partie du problème et de la solution
- ✓ Théorie de la communication : tout symptôme a valeur de communication et est codé culturellement



### Les principes de la thérapie communautaire

- ✓ Pédagogie de Paolo Freire : personne n'éduque personne, les hommes s'éduquent entre eux
- ✓ Anthropologie culturelle: les cultures sont la pierre angulaire de notre identité plurielle
- ✓ Résilience : Chaque épreuve surmontée produit de la compétence/ Le soutien social est un facteur de résilience essentiel



### Etapes de la Thérapie communautaire

- ✓ ACCUEIL (+ ou - 7 min)
- ✓ CHOIX DU THEME (+ ou -10 min)
- ✓ CONTEXTUALISATION (+ ou -15 min)
- ✓ PROBLEMATISATION (+ ou - 45 min)
- ✓ CLOTURE (+ ou - 15min)
- ✓ EVALUATION, REFLEXION ET LEÇONS QU'ON EN TIRE (+ ou 5 min)



### la Thérapie communautaire

Travailler en même temps sur les ressources individuelles et collectives

Sentiment d'appartenir au « Nous », de revenir dans la communauté des vivants

Dynamique

Solidarité et Respect des différences

Joyeux



## L'humanité au cœur de nos interventions

- ✓ Remettre la personne dans l'humanité
- ✓ Parler en Nous
- ✓ Sécuriser les besoins vitaux et premiers



### Attitude à adopter avec des survivants de traumatismes

- ✓ Soyez prédictible
- ✓ Soyez flexible: adaptez-vous à la personne
- ✓ Ne lâchez pas jusqu'à ce que le corps de la personne s'apaise
- ✓ Soyez fiable, reprenez contact
- ✓ Que c'est l'énergie du cœur qui nous ramène dans la communauté des vivants

TOUT TRAUMATISME PEUT S'APAISER