

# Coping

Face à la Crise

NUMÉRO 1/2015



## Dossier spécial : Volontaires

Développement des capacités

[www.ifrc.org](http://www.ifrc.org)  
Sauver des vies, changer les  
mentalités.

Centre Psychosocial



International Federation  
of Red Cross and Red Crescent Societies

# Académie PS

## Les formations de l'automne 2015 à Copenhague

Académie PS est le terme collectif désignant les formations et les outils pédagogiques proposés par le Centre PS aux Sociétés nationales. Tous les outils pédagogiques sont disponibles gratuitement sur le site Internet du Centre PS, et les Sociétés nationales sont invitées à contacter le Centre PS pour tout conseil et assistance relatifs à l'organisation de formations régionales et nationales au soutien psychosocial. De plus, le Centre PS propose régulièrement des formations semi-ouvertes à Copenhague, au Danemark.

Les formations de l'Académie PS vont de la formation élémentaire en soutien psychosocial, par le biais de formations courtes et ciblées, à la formation des formateurs pour praticiens experts en soutien psychosocial.

L'Académie PS a pour objectif de fournir une ressource en développement des capacités aux Sociétés nationales. Les formations de Copenhague donnent l'opportunité à ces dernières de former du personnel ou des volontaires sans avoir à organiser une formation complète. C'est pourquoi le nombre limité de places disponibles dans ces formations est prioritairement attribué au personnel et aux volontaires du Mouvement de la Croix-Rouge.

Présentation du programme de renforcement de la résilience des enfants, du 1<sup>er</sup> au 3 septembre 2015

Le soutien psychosocial dans les situations d'urgence du 21 au 25 septembre 2015

Présentation du contrôle et de l'évaluation des interventions SPS Octobre - dates précises à confirmer.

Pour en savoir plus : [www.pscentre.org](http://www.pscentre.org)



## Juin 2015 Sommaire



4

**Le SPS à travers le monde**



6

**Ebola**



10

**Volontaires**



14

**Jeunes hommes**



18

**Recherche**



22

**Enfants**

Photo de couverture : Marko Kocic

Cette publication est réalisée par le Centre Psychosocial de la FICR.

**Bureau de rédaction:** Nana Wiedemann, Louise Juul Hansen, Simone von Burgwald

**Conception et mise en page :** Reda Sadki, Simone von Burgwald, Louise Juul Hansen

**Désistement :** les opinions exprimées ici sont du ressort des signataires et ne sont pas nécessairement celles du Centre Psychosocial de la FICR.



# Le développement des capacités, c'est important

Un samedi d'avril, vers midi, la terre a violemment tremblé au Népal. Des immeubles se sont effondrés, des infrastructures ont été réduites à néant et on a déploré la perte de milliers de vies. Au cours des jours et des semaines qui ont suivi, des répliques ont encore été ressenties et un autre tremblement de terre a même eu lieu.

Des pertes si massives, en vies humaines et en biens, et la peur perpétuelle, ont invariablement des conséquences psychosociales sur la population touchée, et le besoin en soutien psychosocial se fait sentir longtemps. La situation népalaise ne déroge pas à ce cas de figure. Heureusement, la Société de la Croix-Rouge népalaise et ses partenaires de la FICR et du CICR sont bien préparés pour faire face à de telles catastrophes, et le soutien psychosocial a fait partie intégrante des interventions et ce, dès leur tout début. En collaboration avec d'autres agences et le groupe de travail inter-agences SMPS, l'intervention a rapidement pris forme, et nous avons constaté que d'importants outils étaient partagés et que les évaluations étaient faites en commun.

Les efforts engagés pour le soutien ont été renforcés par le fait que la Société nationale a été en mesure de déployer des volontaires formés en soutien psychosocial et en premiers secours psychologiques, et que ceux-ci ont travaillé main dans la main avec des délégués au soutien psychosocial dans plusieurs équipes sanitaires d'UIU.

Sans personnel et volontaires dédiés dans le Mouvement, il n'y aurait pas de soutien psychosocial ou, plutôt, il n'y aurait aucune intervention de la Croix-Rouge Croissant-Rouge possible face à une catastrophe. Au Népal, en Afrique de l'Ouest, au Moyen-Orient, et partout ailleurs où les gens ont

désespérément besoin d'aide, les courageux hommes et femmes du Mouvement font tout ce qu'ils peuvent pour y répondre. Pour eux, c'est une seconde nature, mais cela n'est pas sans conséquence. Nous savons que le personnel et les volontaires humanitaires sont vulnérables et qu'ils courent le risque de développer des troubles psychosociaux et de la santé mentale. Prendre grand soin du personnel et des volontaires - avant, pendant et après un événement critique - est une obligation que les agences doivent prendre au sérieux. Il n'incombe pas uniquement à l'individu de pratiquer une bonne auto-prise en charge, il est également capital que la direction, des chefs d'équipe aux Secrétaires Généraux, assume la responsabilité de favoriser un environnement qui propose et encourage l'attention envers le personnel et les volontaires.

Le renforcement des capacités et le soutien psychosocial dans les situations d'urgence sont deux pierres angulaires du travail réalisé par le Centre PS. Une vaste gamme d'outils et de soutien est disponible, conçue pour permettre aux Sociétés nationales et aux unités opérationnelles de la FICR de développer leurs connaissances et leurs capacités avant et après les catastrophes de manière à fournir les meilleures interventions possibles en réponse aux besoins psychosociaux rencontrés dans les catastrophes et les événements critiques.

Dans ce numéro de Face à la Crise, nous mettrons en exergue le développement des capacités et l'application des outils du Centre PS de la FICR dans les crises et les catastrophes qui se produisent partout dans le monde.

*Nana Wiedemann*

**Vous voulez votre propre exemplaire de Face à la crise ?** Un nombre limité d'exemplaires est disponible en contactant le Centre Psychosocial à l'adresse : [psychosocial.centre@ifrc.org](mailto:psychosocial.centre@ifrc.org)

**Retrouvez-nous sur Twitter, YouTube et Facebook !**

Rejoignez notre communauté en ligne et restez au courant des dernières informations et des événements les plus récents.



[www.facebook.com/psychosocial.center](http://www.facebook.com/psychosocial.center)



[IFRC\\_PS\\_Centre](https://twitter.com/IFRC_PS_Centre)



[psychosocialcentre](https://www.youtube.com/psychosocialcentre)

## Comment participer ?

Vos idées, lettres et articles sont les bienvenus. Envoyez-nous un e-mail à : [psychosocial.centre@ifrc.org](mailto:psychosocial.centre@ifrc.org). Pour en savoir plus sur le Centre Psychosocial, et sur notre travail, veuillez consulter notre page : [www.pscentre.org](http://www.pscentre.org).



WeAllEdit.com nous a généreusement accordé la permission d'utiliser son logiciel en ligne pour traduire le magazine en toute fluidité.

Divers éclairages du monde entier sur le soutien psychosocial offert par les Sociétés nationales, selon les appels et les rapports de la FICR ainsi que les contributions des professionnels de santé et du personnel chargé de la communication. De nombreuses autres Sociétés nationales offrent et étendent en permanence leurs activités de soutien psychosocial.



Croix-Rouge du Belarus

### Belarus.....

Un grand nombre de gens, déplacés à cause du conflit en Ukraine, sont arrivés au Belarus, et la Croix-Rouge du Belarus s'efforce de répondre à leurs besoins et leur fournit différents types de soutien. Elle aide notamment ces Ukrainiens à trouver du travail et un logement. La Société nationale dispose de plusieurs volontaires et membres du personnel formés au soutien psychosocial et aux premiers secours psychologiques, et ceux-ci travaillent d'arrache-pied pour les soutenir. Afin de prévenir le stress et le burnout parmi ce personnel et ces volontaires très dévoués, la Croix-Rouge du Belarus réalise également des activités « Prendre soin des volontaires ».

### Chili.....

Le 23 mars, le nord du Chili était frappé par de gigantesques inondations qui ont causé des pertes humaines et de graves dommages. 26 personnes ont trouvé la mort, 150 autres ont été signalées comme disparues et plus de 2 500 sinistrés ont dû trouver refuge dans des abris d'urgence. Le personnel de la Croix-Rouge chilienne a été immédiatement déployé sur les zones touchées afin d'analyser les besoins et de dispenser du soutien psychosocial, des premiers secours et une assistance en santé et hygiène, et de rétablir un contact avec les proches. Le 29 mars, une équipe pluridisciplinaire de la Société nationale, accompagnée du support logistique intégré de la FICR, du Comité international de la Croix-Rouge (CICR) et de la Croix-Rouge américaine, a réalisé une évaluation de la région d'Atacama-Coquimbo. Les Comités et affiliés régionaux ont procédé à des bilans et ils ont mis en place les premières mesures d'intervention dans la zone de Tarapacá-Antofagasta. Ces travaux ont conduit à l'élaboration d'un plan opérationnel stratégique permettant de desservir 1 300 familles touchées en

leur apportant, entre autres choses importantes, du soutien psychosocial, des moyens de transférer de l'argent et de rétablir le contact avec leurs proches.

### France.....

Le matin du 7 janvier 2015, deux hommes armés s'introduisaient de force dans les bureaux de l'hebdomadaire satirique français Charlie Hebdo, à Paris. Ils tuaient 11 personnes et en blessaient 11 autres dans l'immeuble. Dans leur fuite, ils tuaient également un agent de la police nationale française qui se trouvait hors de l'immeuble. Plusieurs attaques ont suivi en région Île-de-France, faisant un bilan de cinq morts et de 11 blessés. Les 10 et 11 janvier, un ensemble de marches s'est déroulé dans toute la France, rassemblant les gens en honneur aux victimes de ces attaques. On estime que rien qu'à Paris, deux millions de personnes ont participé à la marche. En réponse à l'événement critique et en coordination avec les pouvoirs publics, les équipes de secours de la Croix-Rouge française ont transporté les blessés vers l'hôpital le plus proche. La Croix-Rouge française a également installé deux centres d'accueil, proches du site de l'attaque, où les proches des victimes et les personnes choquées pour avoir été témoins oculaires des événements, pouvaient recevoir du soutien psychosocial.

Tandis que les attaques se poursuivaient, la Croix-Rouge française renforçait sa présence sur d'autres lieux parisiens intra et extra-muros. Tandis que le plan « Vigipirate » - dispositif national d'alerte et de sécurité en France - entrait en vigueur, la Croix-Rouge française informait les services d'urgence et de premiers secours de la zone des instructions de sécurité et des mesures préventives. La Croix-Rouge française a déclenché le plan d'action régional ARAMIS, qui permet la coordination d'une intervention immédiate en cas de situations d'urgence simultanées. Le travail des volontaires de la Croix-Rouge s'est poursuivi une fois les événements critiques terminés puisque des centaines de volontaires sont restés d'astreinte pour proposer du soutien psychosocial et des premiers secours pendant les manifestations d'unité nationale auxquelles ont participé des millions de personnes dans toute la France. Source : [www.ifrc.org](http://www.ifrc.org)

### Allemagne/France/ Espagne.....

Suite au crash aérien qui s'est produit dans la région de Digne-les-Bains, dans le sud de la France, le 24 mars, la Croix-Rouge française (CRF) a mobilisé plus de 50 volontaires pour son opération d'urgence. La CRF a demandé l'aide des équipes psychosociales des Croix-Rouge allemande et espagnole pour apporter du soutien émotionnel aux près de 800 proches ayant perdu des êtres chers dans l'accident.

« Nous sommes profondément bouleversés par cette catastrophe et nous ferons tout ce qui est en notre pouvoir pour soutenir les personnes touchées », déclarait Rudolf Seiters, président de la Croix-Rouge allemande. Et de souligner que ces dernières années, offrir du soutien psychosocial aux proches de victimes est devenu une priorité pour la Croix-Rouge allemande. Les équipes des Croix-Rouge allemande, espagnole et française s'impliquent également pour conseiller le



Société du Croissant-Rouge du Kazakhstan

personnel sanitaire d'urgence et la police en matière de gestion des aspects psychosociaux d'un événement critique. La Croix-Rouge allemande a, en outre, activé son service de recherche des familles.

L'Airbus A320 de Germanwings décollait de l'aéroport d'El Prat, à Barcelone, le 24 mars, à destination de Düsseldorf avec, à son bord, 150 personnes. Parmi les passagers, figurait une classe de 16 lycéens allemands accompagnés de deux de leurs professeurs qui revenait d'un programme d'études près de Barcelone.

### Kazakhstan.....

Fin février, la délégation régionale du CICR d'Asie centrale a organisé une formation communautaire au soutien psychosocial pour formateurs à Almaty, au

Kazakhstan, à l'attention de participants du Croissant-Rouge du Kazakhstan. Cette formation a été réalisée par deux psychologues biélorusses, parmi lesquels un membre de la liste de réserve du Centre PS. Suite aux débats menés en décembre pendant la réunion de la liste de réserve du Centre PS au sujet de la méthode d'apprentissage à employer pour les FF, il a été décidé de structurer la formation de manière à donner aux participants l'occasion de montrer leurs compétences aux formateurs en SPS. Les trois premières journées se sont composées d'une formation élémentaire en soutien psychosocial communautaire – avec, pour les participants, le défi supplémentaire de devoir simul-



Atsuhiko Hata/Société de la Croix-Rouge japonaise.

tanément planifier et élaborer une mini-formation pour leurs collègues participants, en notant les domaines qui, selon eux, nécessitent le plus de formations approfondies. Durant les deux dernières journées, les participants ont animé ces mini-formations auprès de leurs collègues. Ainsi, le processus d'élaboration de la formation s'approchait-il d'une situation réelle. Pour que la formation planifiée soit utile, ils ont dû évaluer les besoins réels des participants et comprendre leur niveau de connaissances préalables et leur expérience.

## Népal.....

Le 25 avril, un séisme majeur de 7,8 sur l'échelle de Richter frappait le Népal avec, pour épicentre, le district de Gorkha (nord-ouest) de Katmandou. Ce tremblement de terre, la plus grande catastrophe naturelle à avoir frappé le Népal depuis 1934, a touché des zones densément peuplées, causant non seulement d'immenses pertes humaines et économiques mais aussi détresse et deuil profonds. Outre les pertes et la

dévastation, de nombreuses et puissantes répliques se sont fait sentir, causant une peur généralisée.

La Société de la Croix-Rouge népalaise a rapidement mobilisé et formé des volontaires pour qu'ils apportent du soutien psychosocial aux communautés touchées dans plusieurs districts. Au cours de la première vague de mobilisation des volontaires SPS, ces derniers ont été formés pour dispenser les premiers secours psychologiques et déployés sur quatre districts ruraux aux environs de Katmandou. Le temps aidant, et à l'appui d'évaluations précises, davantage de volontaires seront formés en soutien psychosocial fondé sur la communauté et en soutien psychosocial dans les situations d'urgence, développant ainsi fortement les capacités de la Société de la Croix-Rouge népalaise en termes d'interventions en soutien psychosocial. Les matériels d'information, éducation et communication (IEC) du Centre PS sont en cours de traduction dans les langues vernaculaires pertinentes.

Afin de compléter la réponse en soutien psychosocial, les Sociétés de la Croix-Rouge canadienne et japonaise ont déployé des délégués en soutien psychosocial au sein de leurs unités d'intervention d'urgence (UIU). La FICR a procédé à une évaluation sur le terrain.

## Nigeria.....

Depuis mai 2013, trois états du nord-est du Nigeria ont vu se multiplier les incidents de sécurité tels que des attentats à la voiture piégée et des troubles civils. Plus de 8 000 personnes ont trouvé la mort dans ces troubles et l'on estime à 500 ou 600 000 le nombre de personnes ayant fui leur foyer pour aller ailleurs au Nigeria ou dans les pays limitrophes du Cameroun, du Tchad ou du Niger. Un retour éparé à la stabilité donne espoir aux déplacés qu'un jour, ils pourront rentrer chez eux et retrouver les proches dont ils sont sans nouvelles. Evelyn Dogara, 23 ans et mère de deux enfants, espère revoir son mari. « Je ne sais pas si mon mari est vivant ou non. À cause de la violence, cela fait dix mois que nous avons été séparés, » raconte Evelyn. « Je veux rentrer chez moi mais je n'ai pas l'argent du transport et, d'après ce que l'on entend, il ne nous reste plus rien là-bas ; la maison, la nourriture, les habits, tout a été soit détruit, soit charrié, » se lamente-t-elle. Son récit est identique à celui de milliers d'autres femmes, enfants, jeunes, hommes même, qui ont passé près d'un an dans des camps ou des communautés d'accueil.

Néanmoins, les déplacés internes ne désirent pas tous rentrer chez eux. « C'est sûr, rentrer sera encore plus traumatisant. Certains d'entre nous, ici, ne sont pas prêts à voir les dommages qu'ont subis nos maisons

et nos moyens de subsistance. Repenser au massacre, avoir des cauchemars et vivre dans la peur d'une autre attaque, n'avoir rien vers quoi se tourner, tout cela crée la peur dans notre esprit, » explique Edris Abdullah, président d'une communauté qui a dû quitter Gwoza et qui tente actuellement de s'établir dans l'État d'Adamawa. La Société de la Croix-Rouge nigériane, conjointement au Comité international de la Croix-Rouge (CICR) et à la Fédération internationale des Sociétés de la Croix-Rouge et du Croissant-Rouge (FICR), continue à aider les déplacés internes de différentes manières mais ce dont ils ont besoin pour retrouver une vie normale va bien au-delà de ce qu'ils ont reçu ou reçoivent encore dans les camps. « Ces gens ne vont pas rester des déplacés internes toute leur vie, ils ont besoin de notre aide pour rentrer chez eux. Nous sommes prêts à faire davantage pour les aider à rebâtir leurs logements et à rétablir leurs moyens de subsistance, » dit Bello Hamman Diram, Secrétaire Général de la Société de la Croix-Rouge nigériane.

Source : www.ifrc.org

## Mexique.....

Ces dernières décennies, le nombre de personnes disparues dans le monde suite à des situations telles que conflits armés, actes de violence, catastrophes naturelles et migrations, a considérablement augmenté. Les disparitions génèrent des problèmes émotionnels et psychosociaux et usent le tissu social des communautés. Depuis que la « guerre à la drogue » a été déclarée au Mexique en 2006, l'on estime à plus de 100 000 le nombre de personnes qui ont été tuées et au moins à 23 000, le nombre de disparus. Le CICR axe d'importants efforts sur la sensibilisation, et propose du conseil et du développement de capacités à l'attention des instances gouvernementales et des organisations de la société civile afin d'assurer assistance, soutien et prévention de la re-victimisation des familles souffrant de la disparition d'un proche. Actuellement, le CICR et le gouvernement mexicain travaillent ensemble à la mise en place de la nouvelle base de données AM/PM, un logiciel qui facilite les recherches de personnes disparues. Ils unissent également leurs efforts pour renforcer la coopération et les échanges sur des questions d'intérêt commun. « Nous sommes bien décidés à continuer à faire changer les choses, doucement, régulièrement, mais avec persévérance et détermination, » déclarait Peter Maurer, président du Comité international de la Croix-Rouge dans un discours prononcé à la faculté de droit de l'UNAM, à Mexico, en avril.

Source : www.icrc.org

# Bannir Ebola

## du corps, de l'esprit et de l'âme

**Helena Humphrey, Fédération internationale des Sociétés de la Croix-Rouge et du Croissant-Rouge**



« Petit à petit, des hommes vêtus de blanc ont envahi mes rêves, » explique Antoine Kovana Kolié, ancien infirmier de Conakry devenu chef d'équipe Enterrement digne et sécurisé pour la Croix-Rouge, en évoquant les cauchemars qui ont commencé à le hanter plusieurs mois après qu'il soit arrivé en territoire forestier guinéen, l'épicentre de l'épidémie d'Ebola. Il se frotte les yeux au souvenir de ces nuits sans sommeil, privé du repos dont il avait désespérément besoin pour affronter les journées les plus dures où il fallait enterrer jusqu'à 12 dépouilles, jeunes ou vieux, frappés par le virus de la maladie Ebola.

« Le premier cauchemar est apparu après un enterrement communautaire que je n'oublierai jamais, » confie-t-il, marquant une pause tandis qu'il met des mots sur des souvenirs auxquels il a évidemment beaucoup de mal à repenser. « On avait appelé la Croix-Rouge parce qu'il y avait eu un décès soupçonné d'avoir été causé par Ebola dans un village. Quand je suis arrivé sur place, j'ai vu une petite fille endormie par terre. Mais j'ai vite réalisé qu'elle n'était pas en train de dormir. Elle avait été comme foudroyée par la maladie, », dit-il, en donnant un coup de poing sur la table, « là, tandis qu'elle jouait. C'est là

que j'ai réalisé à quel point cette maladie est impitoyable. Même une petite fille innocente ne pouvait y réchapper. »

Un pieux mensonge

Mari et père de deux enfants, Antoine tourne alors ses pensées vers sa propre famille, qu'il a quittée pour lutter contre l'épidémie. « J'avais le choix de ne pas y aller, mais je ne pouvais pas supporter de voir mon peuple décimé. J'avoue que je n'ai pas dit ce que j'allais faire à ma femme. Je lui ai raconté que j'allais distribuer du savon et du chlore. » Un pieux mensonge qui n'allait pas tenir longtemps. « Elle a découvert le pot-aux-roses, » rit-il, et quand son sommeil morcelé a rendu ses journées encore plus éprouvantes, c'est sa femme qui est devenue la première confidente d'Antoine. « Je me demandais

pourquoi cela m'arrivait. Était-ce parce que c'était moi qui enterrais les morts, quand il était dans la tradition que ce soit le rôle des familles ? Les ancêtres étaient-ils en colère contre moi ? »

C'est alors que ses collègues de la Fédération internationale des Sociétés de la Croix-Rouge et du Croissant-Rouge (FICR), avec la persuasion de son épouse, ont convaincu Antoine qu'il avait besoin de faire une pause pour se remettre.

Lorsqu'Antoine a finalement fait cette nécessaire pause, six mois après son arrivée sur le terrain, il avait supervisé près de 80 pour cent des enterrements dignes et sécurisés dans la région.

« Le stress psychologique associé à la prise en charge des enterrements n'est pas surprenant, et il doit évidemment être géré, » explique Babacar Sanoko, psychologue clinicien et délégué du FICR au soutien psychosocial pour la réponse Ebola en Guinée. « Les cauchemars sont une réaction au traumatisme, et le moyen qu'a l'esprit de traiter les choses difficiles dont il a été témoin. Mais si on ne s'occupe pas de ce traumatisme dans les trois mois, il peut se transformer en

syndrome de stress post-traumatique. » Babacar, en sa qualité de co-architecte de la réponse en soutien psychosocial de la FICR, a formé des volontaires de la Croix-Rouge dans les trois principaux pays touchés, de manière à ce qu'ils puissent ensuite former leurs pairs pour veiller sur le bien-être mental de leurs collègues et de leurs compatriotes. À ce jour, plus de 78 000 personnes ont reçu du soutien psychosocial. « Aussi bien pour quelqu'un qui a perdu un être cher à cause d'Ebola, ou dont un proche est malade, ou qui est maintenu sous surveillance après avoir été en contact avec quelqu'un qui a contracté Ebola, l'écoute est cruciale pour atténuer les effets à long terme de cette flambée », explique Babacar, qui ajoute que le traitement peut prendre différentes formes.

Pour Antoine, le premier point de contact a été un guérisseur traditionnel renommé de Conakry. « Quand je suis entré chez lui, j'ai vu des bougies brûler sur le sol. Je voyais bien qu'il avait travaillé toute la nuit pour préparer notre rencontre, mais je ne savais pas à quoi m'attendre. » Il y avait sur la table, préparé pour Antoine, un bol d'eau parfumée rempli de feuilles. « Le guérisseur finalisa le tout par quelques gouttes de liquide provenant de différentes petites bouteilles, mélangea la mixture et me demanda de me laver avec cette eau. Pendant que je m'exécutais, il me demanda de lui parler de tout ce qui allait mal. »

#### Mieux, mais pas le temps de dormir facilement

Antoine admet qu'il doutait un peu mais qu'il a pris sciemment la décision de mettre son scepticisme de côté. « Il fallait que je tente le coup, donc je lui ai dit tout ce qui me passait par l'esprit – mes cauchemars, qui me voyaient entouré d'hommes habillés de blanc, cette petite fille, les corps que nous trouvions en décomposition près des frontières sierra-léonaises et libériennes, les anonymes qui cherchaient à obtenir des soins, ceux que nous devons enterrer là où nous les trouvons, en présence des autorités. » Dès la cinquième séance, sur les sept prévues, Antoine signalait que son sommeil n'était plus perturbé par la vision d'hommes habillés de blanc, et qu'une fois son traitement terminé, il prévoyait de retourner en zone forestière et d'y continuer son travail. « Je suis trop impliqué pour abandonner le combat et mon corps et mon âme se sont remises », dit-il.

Les traumatismes nocturnes d'Antoine sont peut-être terminés, mais Ebola signifie que pour beaucoup, le temps n'est pas au sommeil facile. « Comme de nombreux Guinéens, je m'inquiète. Nos écoles ont été fermées pendant de nombreux mois, il y a de la pénurie alimentaire, et cette maladie a été un lourd fardeau pour nos hôpitaux. Je sais que nous bannirons Ebola de notre terre, mais je me demande également ce qui attend la Guinée, après. »

## SAFE AND DIGNIFIED BURIALS

The numbers behind the Red Cross work

**Seven people** make up one burial team, on average.  
Each person undergoes **120 hours** of training.



**8h**



Teams can spend **8 hours** traveling from one burial to another.



**One body bag** costs **\$65 US dollars**

Burial teams use an average of **40 body bags per week** in West Africa.



In Liberia, one burial team uses at least **100 body bags per week**.



**One complete burial kit** costs **\$3,700 US dollars**. Each kit contains personal protective equipment, stretcher, body bags and disinfecting supplies.



[www.ifrc.org](http://www.ifrc.org)  
Saving lives, changing minds.



International Federation  
of Red Cross and Red Crescent Societies

L'épidémie de la maladie à virus Ebola a été déclarée en Guinée par l'Organisation mondiale de la Santé en mars 2014. Conjointement à Médecins Sans Frontières et à d'autres partenaires, la Croix-Rouge a rapidement mobilisé des volontaires et organisé la réponse sur le terrain.

Ebola s'est ensuite étendu à un certain nombre de pays - notamment le Sierra Leone et le Liberia - en Afrique de l'Ouest et a coûté la vie à plus de dix mille personnes à ce jour. Avec les Sociétés nationales de la Croix-Rouge et du Croissant-Rouge et des partenaires internationaux, la FICR s'est activement engagée dans cette réponse, déployant une intervention reposant sur cinq piliers. Ces derniers sont les enterrements dignes et sécurisés, la mobilisation sociale et la communication avec les bénéficiaires, la localisation et le suivi des cas contacts, le soutien psychosocial et la gestion clinique des patients.

Le Liberia a été déclaré pays libéré d'Ebola le 9 mai 2015.

# Tenir un blog pour lutter contre la tuberculose

**Andrea Young, Centre PS**

En Afrique du Sud, la Croix-Rouge soutient des patients et des communautés touchés par la tuberculose multirésistante (TB-MR). La gestionnaire de projet Ruth Mufalali démontre comment on peut remédier à la stigmatisation et à la peur de la TB-MR par l'espoir et par l'efficacité dans son blog intitulé *South African Red Cross MDR-TB project: overcoming the burden of MDR-TB in the Eastern Cape Province, South Africa* (Projet TB-MR Croix-Rouge sud-africaine : surmonter le fardeau de la TB-MR dans la province du Cap oriental, Afrique du Sud).

## Offrir du soutien

Selon R. Mufalali, proposer du soutien social aux personnes touchées favorise le bien-être du patient et

démontre que des réseaux sociaux sont disponibles dans les communautés.

« Les patients atteints de tuberculose [...] peuvent vivre une vie saine, normale et productive, pourtant nombreux sont ceux qui sont stigmatisés et victimes de discrimination ; cela fait obstacle à l'accès au dépistage et à [...] l'observance du traitement. »

R. Mufalali blogue sur la manière dont la stigmatisation et la discrimination peuvent avoir un effet psychologique et social dévastateur. Ceux qui se font soigner sont confrontés à la désapprobation sociale, à l'isolement, au rejet et à la honte, ce qui peut les mener au stress psychosomatique, à la solitude et à un sentiment de désespoir. Dans certains cas, les réactions des autres influent sur l'observance ou la non observance thérapeutique des patients.

Ceux qui suivent leur traitement et surmontent la TB-MR sont la preuve que l'espoir existe. Parmi les récits, celui, très fort, d'une patiente guérie, qui envoie des messages d'encouragement à ceux qui combattent encore la maladie : « Ce que je leur dis, c'est écoutez les infirmières et les médecins parce que la TB-MR, ça se guérit... J'en suis la preuve. »

Parfois, il suffit simplement d'un petit encouragement. Quand l'équipe TB-MR de la Croix-Rouge est allée se faire dépister VIH et TB, R. Mufalali a salué cet effort visant à motiver les aidants engagés dans le projet et les membres de la communauté à se présenter et à faire de même. « Continuons de prêcher par l'exemple », écrit-elle.



La tuberculose (TB) est une maladie à propagation aérogène provoquée par une infection bactérienne et touchant habituellement les poumons. Parmi les neuf millions de personnes ayant contracté la TB en 2013, l'OMS a estimé que 480 000 d'entre elles ont développé une TB multirésistante (TB-MR) (OMS, aide-mémoire n° 104, Tuberculose). Alors que la TB est d'ordinaire traitée par un cocktail de médicaments sur ordonnance, les personnes ayant contracté la TB-MR requièrent un traitement pouvant durer jusqu'à deux ans, et qui est moins efficace, plus toxique et beaucoup plus coûteux.

Tout au long de son blog, on trouve des exemples des moyens au travers desquels le programme TB-MR de la Croix-Rouge offre un soutien permanent. Il y a notamment le cas où des colis alimentaires et des graines sont distribués aux patients dans une tentative de promouvoir un régime nutritionnel correct et un mode de vie plus sain. De plus, la livraison des provisions s'effectue dans un centre de soins de jour de Port Elizabeth dédié aux enfants infectés par le VIH/TB. Enfin, veillant à ce que les aidants TB-MR aient les capacités requises pour dispenser du conseil VIH/sida efficace et proposer un dépistage (HCT) aux communautés locales, une formation HCT a été réalisée.

### Dispenser du soutien psychosocial pendant les épidémies

On communique principalement sur les épidémies et les maladies transmissibles par le biais de campagnes de santé publique et de traitements médicaux. Toutefois, les interventions en soutien psychosocial jouent également un rôle important dans les actions engagées. La peur et la stigmatisation peuvent empêcher les patients de se procurer un traitement en temps opportun. Elles peuvent également provoquer l'isolement de certains patients et leur famille, voire leur ostracisme par leur communauté. Dans certains cas, notamment avec la TB-MR, le traitement lui-même peut être si difficile, long et cher qu'il est en soi source de détresse psychosociale.

Les activités TB-MR de la Croix-Rouge et du Croissant-Rouge au Kazakhstan, en Inde et en Afrique du Sud prouvent l'existence d'un lien étroit entre la communauté et le régime officiel de santé. La Croix-Rouge et le Croissant-Rouge ciblent ceux présentant le plus fort risque de

contraction de la TB-MR : les patients séropositifs, les détenus, les mères isolées, les enfants et tout particulièrement les orphelins, les utilisateurs de drogues illicites et les patients alcooliques, les sans-abri, les patients souffrant d'autres maladies chroniques et les migrants en situation éventuellement précaire. Parmi les plus vulnérables figurent aussi ceux chez lesquels la TB a déjà été diagnostiquée et qui courent le risque d'abandonner leur traitement TB s'ils ne sont pas assez soutenus.

### Rendre en retour

Les récits les plus galvanisants que partage R. Mufalali concernent des patients ayant contracté la TB-MR et qui informent leurs pairs. Avoir un avis de première main sur la TB-MR et comprendre les défis que vivent les patients est inestimable pour aider les autres dans leur traitement.

« De nombreux patients ont oralisé le fait qu'il est plus facile de parler à quelqu'un qui a connu la même situation ou qui la connaît encore ; savoir reconnaître des vécus similaires leur facilite l'écoute, et de là, le conseil. »

Tenir un blog pour faire la différence

Le blog du projet TB-MR de la Croix-Rouge sud-africaine affiche les ressources disponibles aux communautés touchées par la maladie et leur montre en quoi elles sont engagées. Par l'information, la formation, la communication et le soutien, les aidants et les patients sont mieux équipés pour gérer la TB-MR. Et en partageant ces puissants récits, la stigmatisation et la discrimination peuvent être surmontées.

Pour en savoir plus sur le blog de Ruth Mufalali, consultez la page : [www.redcrossecmdrproj.wordpress.com](http://www.redcrossecmdrproj.wordpress.com)

Cf. note d'information du Centre PS (2014) destinée au personnel sanitaire qui travaille dans le cadre des maladies transmissibles, dans laquelle figurent des informations sur les conséquences psychosociales des épidémies et des maladies transmissibles, et qui suggère des interventions psychosociales. Disponible sur [www.pscentre.org](http://www.pscentre.org).



# Des volontaires qui apportent de l'expérience à leur travail

**Simone von Burgwald, Centre PS**

**Lorsque la crise a éclaté en Syrie en 2011, Sabine\* a contacté la Société du Croissant-Rouge de Jordanie (SCRJ) et a proposé ses services en tant que volontaire.**

« Elle était très timide, très polie et elle parlait peu, » se souvient Razan Obeid, gestionnaire de programme psychosocial auprès de la SCRJ. Aujourd'hui, quatre ans plus tard, Sabine est une chef sûre d'elle parmi les volontaires, qui excelle à les former et à aider les bénéficiaires. Récemment, Razan discutait avec elle, se remémorant ses débuts. « Tu te souviens comment tu étais, quand tu as commencé ici ? ! » rit-elle avec Sabine. « Tu te rends compte du chemin parcouru ? »



Photo : Ibrahim Malla, FICR

## Aider les autres pour s'aider soi-même

Sabine est originaire de Syrie, mais elle vit en Jordanie depuis 1998. Elle est l'une des six volontaires psychosociaux dédiés de la SCRJ, et qui sont tous eux-mêmes des réfugiés – ou des « hôtes », selon le terme à privilégier – de Syrie ou d'Irak.

Les volontaires qui ont eux-mêmes traversé des épreuves trouvent souvent qu'aider les autres est gratifiant, voire thérapeutique. Proposer du soutien à ceux qui traversent une situation par laquelle eux-mêmes sont déjà passés peut être autonomisant, dans le sens où cela leur permet d'appliquer leurs expériences vécues à quelque chose de bon, et leur donne un axe vers l'extérieur. « Avoir vécu une épreuve telle que laisser toute sa vie derrière soi est extrêmement pénible », explique Ea Suzanne Akasha, déléguée psychosociale de la Croix-Rouge danoise en Syrie. « Reprendre la maîtrise de sa vie et retrouver le sentiment d'avoir un but comptent parmi les facteurs les plus importants pour surmonter les traumatismes et les souffrances. Aider les autres confère une certaine maîtrise sur sa propre vie. Cela donne du sens et une raison d'être à cette vie nouvelle et, par conséquent, contribue à la guérison. »

Le fait qu'ils aient subi des traumatismes, des catastrophes ou des pertes donnent à ces volontaires une optique particulière lorsqu'ils offrent du soutien psychosocial aux autres. « Les bénéficiaires se sentent souvent compris et à l'aise avec quelqu'un qui sait de première main ce par quoi ils sont passés, et voir comment d'autres ont surmonté les souffrances et les traumatismes peut être source d'inspiration », selon Ea Suzanne Akasha.

## Un historique de l'aide

Historiquement, la Jordanie a accueilli les réfugiés à bras ouverts. Parmi sa population, d'à peu près 12 millions d'habitants, on estime qu'environ 5 millions sont, à l'origine, des réfugiés et des travailleurs migrants – des Palestiniens, des Irakiens et plus récemment, des Syriens. Comme beaucoup d'autres pays touchés par la crise syrienne, la Jordanie a vu son flux de réfugiés augmenter au cours de ces quatre dernières années. Il y a actuellement plus de 600 000 réfugiés syriens vivant en Jordanie.

Le programme de soutien psychosocial de la Société du Croissant-Rouge jordanien a débuté en 2008 dans le but d'offrir ses services aux 700 000 « hôtes » irakiens qu'elle avait accueillis du fait de la guerre en Irak. Lorsque la crise syrienne a éclaté, la SCRJ a recruté un surcroît de volontaires et a commencé à intégrer les réfugiés syriens au programme.

### PS pour tous les âges

Le programme psychosocial de la SCRJ comprend des activités pour les adultes hommes et femmes, les adolescents, et les enfants, regroupés selon les tranches d'âge 4-6 ans, 7-8 ans et 9-12 ans. Les ateliers pour enfants sont axés sur des indicateurs de confiance, de tolérance, d'intérêt ludique et de communication avec les pairs. Les activités pour adultes sont axées sur des indicateurs tels que la protection, le mariage précoce, le travail des enfants, tandis que pour les adolescents, l'axe est mis sur l'espoir et l'avenir.

Le personnel psychosocial et les volontaires utilisent un manuel que Razan a compilé à partir de différents matériaux pédagogiques psychosociaux, notamment le document Soutien psychosocial fondé sur la communauté. Ce manuel est traduit et adapté pour convenir au contexte culturel. Des éléments du Programme de renforcement de la résilience des enfants ont également été incorporés aux activités infantiles. Le manuel compte 12 séances, chacune comprenant une activité. Les animateurs se concentrent sur une activité par séance – il peut s'agir de modeler de l'argile, de raconter des histoires, de dessiner ou de chanter – et se servent de ces activités pour améliorer les indicateurs de chaque groupe.

### Des volontaires investis

Tous les volontaires psychosociaux ont été formés en soutien psychosocial fondé sur la communauté et en premiers secours

La SCRJ a compilé son propre ensemble de matériels pédagogiques de soutien psychosocial à partir de plusieurs outils du Centre PS. Ce faisant, la SCRJ a adapté et combiné des outils génériques et spécialisés pour correspondre aux besoins spécifiques qui sont les siens. Tous les outils du Centre PS sont disponibles gratuitement sur le site [www.pscentre.org](http://www.pscentre.org), et le Centre PS encourage les Sociétés nationales à traduire, adapter et combiner ces matériels afin de mieux correspondre à leurs objectifs spécifiques.



psychologiques, ainsi que sur Prendre soin des volontaires. Ils travaillent cinq jours par semaine, sept heures par jour.

Dans le cadre de leurs attributions, il est important qu'ils contribuent à créer un climat de confiance, de confort et de sécurité. Les volontaires sont formés pour travailler avec des bénéficiaires aux niveaux 2 et 3 de la pyramide des interventions PS ; ils proposent du soutien familial et communautaire par le biais d'activités psychosociales, et se focalisent sur du soutien non spécialisé si nécessaire, notamment par des interventions groupales, familiales et individuelles. Un mécanisme d'orientation est en place, par lequel les volontaires peuvent orienter des personnes vers des gestionnaires de cas afin que ceux-ci réalisent un bilan en vue de services spécialisés.

### Du soutien pour les volontaires

La SCRJ a également mis en place des mécanismes de soutien pour les volontaires. En tant que gestionnaire du programme psychosocial, Razan Obeid tient régulièrement des réunions avec les volontaires psychosociaux. Des réunions de supervision sont également organisées avec un spécialiste une fois par mois. Elles permettent d'aborder toutes les questions que les volontaires peuvent avoir. Razan est convaincue que cela aide les volontaires à se sentir soutenus et leur donne un forum pour exprimer leurs préoccupations. S'il on en juge à leur ténacité, Razan a raison – tous les volontaires sont avec la SCRJ depuis plus de deux ans, voire plus de cinq pour certains.

Le bien-être des volontaires est de la responsabilité de chacun – gestionnaires, personnel et volontaires eux-mêmes. Travailler ensemble, veiller à ce que tout le monde comprenne les attentes et se sente apprécié sont des moyens d'accroître la résilience des volontaires. Ces mesures aident également les volontaires à continuer à aider ceux qui en ont besoin.

Les volontaires psychosociaux de la SCRJ apportent quelque chose d'unique à leur travail. En effet, les volontaires qui ont vécu des expériences similaires à celles des bénéficiaires sont parfois mieux équipés que les autres pour aider ceux qui se trouvent dans une situation particulière. Frehiwot Worku, Secrétaire Général de la Croix-Rouge éthiopienne, a déclaré : « Ce n'est que lorsque l'on a vécu une catastrophe que l'on comprend pleinement le besoin en soutien psychosocial, aussi bien pour les personnes touchées que pour ceux qui les aident. »

\*Prénom modifié par respect de la confidentialité.

Cet article est basé sur un entretien donné par la coordinatrice psychosociale de la Société nationale du Croissant-Rouge jordanien, Razan Obeid

# « J'étais malade

## et cette formation, c'était comme une CR »

**Ea Suzanne Akasha, Croix-Rouge danoise, Damas, Syrie**

C'est ainsi qu'un volontaire en Syrie a évalué la nouvelle formation FICR sur le thème Prendre soin des volontaires. En 2014, le Centre PS de la FICR a conçu un nouveau manuel de formation sur ce thème important et celui-ci a été testé en Jordanie et en Syrie.

À Damas, les participants de toutes les antennes qui étaient en mesure de se rendre à Damas se sont réunis pour trois jours de discussions et de réflexion intenses sur comment soutenir ses pairs du mieux possible. La crise syrienne entame sa 5<sup>e</sup> année, elle est extrêmement imprévisible et violente, et 42 volontaires ont perdu la vie depuis le début du conflit.

Les volontaires sont le plus souvent mus par leurs valeurs altruistes ; des valeurs capables de les faire continuer, même dans des circonstances extrêmement difficiles. Mais, en parallèle, cette tendance à placer les autres avant soi-même peut être source de stress et d'épuisement, si l'on ne pratique pas l'auto-prise en charge. C'est pourquoi l'auto-prise en charge faisait partie des priorités inscrites à l'agenda des formations qui comprenait des exercices applicables au quotidien, ainsi que des débats bousculant l'idée selon laquelle un volontaire doit être courageux, et montrer que l'on est affecté est un signe de faiblesse. L'une des autres notions que les animateurs voulaient apporter est l'importance qu'il y a à établir des relations sûres lorsqu'il est impossible d'établir un environnement sûr. Pour les volontaires, des relations sûres se fondent sur le développement d'une culture de partage, de soutien et de confiance.

Le projet Soins de santé en danger (SSED) du Mouvement a formulé des recommandations pour le personnel sanitaire qui travaille dans des contextes dangereux et certaines d'entre elles ont été appliquées dans la formation. Les participants ont formé un binôme avec un(e) filleul(e) sur lequel/laquelle ils ont dû veiller pendant la formation. Certaines antennes du Croissant-Rouge arabe syrien ont désormais intégré ce système. Ce n'est pas anodin de savoir

que quelqu'un garde un œil sur notre bien-être, disent les participants.

Le SSED avait également recommandé de développer des mécanismes de soutien par les pairs. Établir de tels mécanismes renforce, chez les volontaires, les aptitudes personnelles à l'adaptation, et leur permet de parler de ce qu'ils rencontrent et ressentent, à condition de disposer d'un forum où ils se sentent en sécurité et où la confidentialité est préservée. Cette recommandation a été convenue mais étant donné qu'il faut être formé pour animer des groupes de soutien par les pairs, deux journées de mise à niveau sont en préparation et auront bientôt lieu. Lors de cette formation, les participants pratiqueront l'animation de réunions de groupes de pairs, et des techniques plus concrètes de soutien par les pairs leur seront aussi enseignées.

Le projet SSED recommande aussi que les gestionnaires assurent une communication claire, franche et fréquente et veillent à ce que les informations soient disponibles. L'un des moyens de contrer le stress lié au fait de ne pas savoir et de ne pas avoir accès aux informations est de maintenir de bonnes relations entre les pairs. Le CRAS se sert de ses sites Internet pour communiquer, à moins bien sûr que cela ne mette en danger la vie des volontaires.

L'une des pratiques qui permet de réduire un taux de rotation élevé chez les volontaires consiste à créer une compréhension du besoin de soutien par les pairs et du besoin de reconnaissance des efforts des volontaires. Les participants à la formation ont donc ébauché un plan établissant une réunion entre le personnel et les volontaires sur la thématique du besoin d'attention des volontaires. Ils ont également pensé à des manières de créer une culture de l'appréciation.

Avoir été en présence d'un groupe innovant et enthousiaste de volontaires en Syrie n'a pas été seulement agréable mais aussi enrichissant et fortement préconisé. En tant qu'animatrices, Christina Bitar, du Liban, et moi-même appelons nos collègues d'autres pays à réaliser cette formation dans leurs Sociétés nationales hôtes.

Pour en savoir davantage sur le SSED, consultez la page [www.icrc.org](http://www.icrc.org)

# Prendre soin des volontaires.

## une priorité essentielle pour les Sociétés nationales en 2014 et au-delà

**Syrie, Ukraine et République centrafricaine.** Trois situations d'urgence, dans lesquelles les volontaires de la Croix-Rouge du Croissant-Rouge étaient sur le terrain en 2014, à aider les nécessiteux, au prix d'énormes risques, et trop souvent également, de coûts personnels élevés. Les défis que représentaient ces situations d'urgence étaient différents, mais un point était commun : la hiérarchie comprenait que le soutien et le soin à porter aux volontaires doivent être absolument prioritaires.

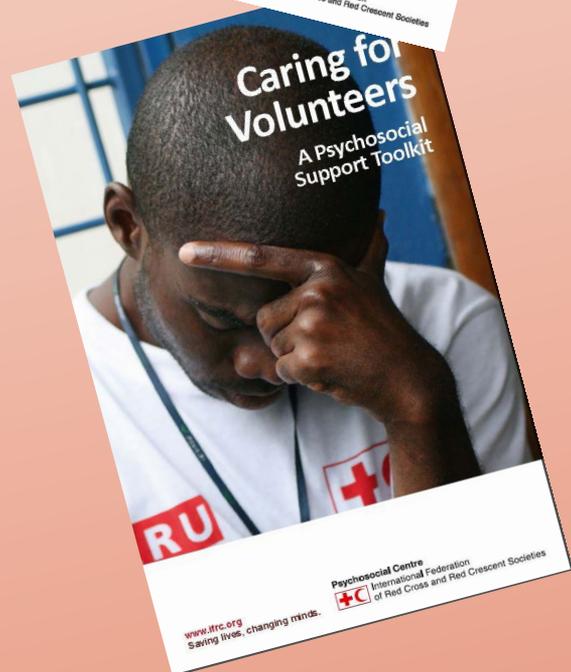
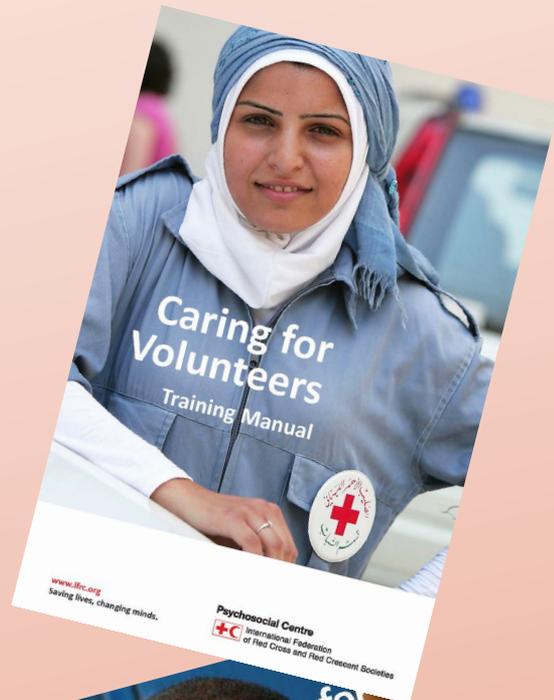
En Syrie et dans les pays voisins, plusieurs ateliers « Prendre soin des volontaires » ont été réalisés par les Sociétés nationales, et la demande pour le document Prendre soin des volontaires : Outils de soutien psychosocial a été si forte qu'il a été nécessaire de réimprimer la version arabe.

En République centrafricaine, la sécurité était si malmenée que seule une poignée de délégués a été autorisée à y travailler à l'époque. Toujours étant, inclure un délégué au soutien psychosocial était une priorité pour soutenir le personnel et les volontaires de la CRC.

En Ukraine, la capacité en soutien psychosocial était très mince lorsque les violences ont éclaté, au début de l'année. Très rapidement, la Croix-Rouge ukrainienne a demandé de l'assistance pour soutenir les volontaires qui dispensaient des services de premiers secours lors des affrontements de Kiev. Dans l'année, la Société nationale a mis sur pied une forte capacité de formation en soutien psychosocial (Prendre soin des volontaires et Soutien psychosocial fondé sur la communauté) destinée au personnel et aux volontaires dans de nombreuses antennes. (Tiré du rapport annuel 2014 du Centre PS)

Prendre soin des volontaires demeure un axe fondamental pour le Centre PS, et à la mi-2015, le matériel pédagogique mentionné dans l'article de gauche sera disponible pour téléchargement en anglais, français et arabe sur le site Internet du Centre PS.

Suivez-nous sur Facebook pour être parmi les premiers informés de son lancement !



# Soutien psychosocial destiné aux jeunes hommes



Photo : Leslie Otto Grebst, Croix-Rouge danoise

## Hans Storgaard, Croix-Rouge danoise

Dès qu'il y a rupture ou changement dramatique dans une communauté ou un pays, la population est soumise à une vulnérabilité accrue. Catastrophe ou conflit, violence, pauvreté, chômage ou migration ont un impact sur les individus qui diffère en fonction de nombreux facteurs tels que l'âge, le sexe, la santé et le niveau social. Les bouleversements peuvent générer des perceptions et des comportements négatifs, de la dépression voire une addiction ou un traumatisme. Plus particulièrement chez les jeunes hommes, faire des choix de vie positifs peut être plus difficile à un moment transitoire critique, de l'enfance à l'âge adulte. La Croix-Rouge danoise a, conjointement au Croissant-Rouge palestinien, à la Roskilde Festival Fondation et au Centre PS de la FICR, lancé un nouveau manuel spécifiquement consacré aux besoins des jeunes hommes.

Nous estimons que les jeunes hommes ont de nombreuses compétences et qu'ils devraient disposer des meilleures opportunités d'apprendre et de se développer, d'exprimer leurs opinions et de concevoir des idées quant à leur avenir de manière à participer pleinement à leur communauté. Le programme de renforcement de la résilience des jeunes hommes comporte des activités qui étayent l'amélioration de l'estime de soi et de la perception de soi, essentielles au bien-être psychosocial. Il vise à renforcer l'interaction sociale, la créativité et le soutien par les pairs, en encourageant une bonne communication, la collaboration au sein du groupe, la confiance mutuelle, le respect, la compréhension

et l'appréciation des différences. Le programme tend ainsi à développer la résilience chez les jeunes hommes, à dynamiser l'image qu'ils ont d'eux-mêmes et, en conséquence, à accroître l'impact positif qu'ils ont sur la société. Ceci encourage les jeunes hommes à assumer la responsabilité de leurs actes.

Au cours du programme, ils sont invités à réfléchir et à débattre de leurs sentiments et de leurs réactions vis-à-vis de la situation actuelle, et à échanger les uns avec les autres dans un cadre sécurisé. Nous utilisons des activités qui bâtissent la confiance de manière ludique, active et créative, et qui donnent l'occasion aux participants d'élargir leurs horizons, de renforcer leurs compétences et d'améliorer leur résilience. Ceci contribue à restaurer la cohésion sociale, après des événements tumultueux, et à bâtir des communautés résilientes.

## Focalisation sur les jeunes hommes

Antérieurement, ce groupe n'avait pas reçu beaucoup d'attention. De ce fait, les jeunes hommes sont parfois négligés et causent des problèmes dans leur communauté à force de frustration et d'ennui. Focaliser des ressources sur les jeunes hommes et différencier leurs besoins par rapport à ceux d'autres groupes, notamment les jeunes femmes et les hommes adultes, contribue à créer des activités sur mesure et à les rendre plus efficaces. Le programme de renforcement de la résilience des jeunes hommes vise à combler l'écart dans la gamme de ressources disponibles.

Dans la plupart des cultures, on attend des garçons qu'ils grandissent et deviennent forts, et qu'ils protègent et soutiennent leur famille. Lorsque les temps sont durs, ils peuvent se retrouver dans une situation où la culture exige d'eux qu'ils prennent des responsabilités envers des membres de leur famille à un âge précoce. On attend souvent d'eux qu'ils soient soutien de famille, mais dans des situations de chômage chronique, ils sont particulièrement vulnérables. Ces circonstances présentent des défis considérables et peuvent conduire à des décisions prises en « mode de survie » qui ont des conséquences négatives sur leur avenir.

### Augmenter la résilience des jeunes hommes en Palestine par des activités créatives

Um al-Rehan, novembre 2014. Nos activités se déroulent dans un petit village palestinien de la zone de Barta'a, dans la région nord-ouest de la Cisjordanie. Si le village est situé en Cisjordanie, la barrière de séparation israélienne le sépare géographiquement des territoires palestiniens. Les conséquences en sont une mobilité considérablement réduite pour les jeunes hommes du village, ce qui a un effet dommageable sur leur vie quotidienne et les empêche de fréquenter les cours des universités de Jénine et Naplouse. Cette mobilité réduite est source de frustrations croissantes chez les jeunes hommes, ce qui produit occasionnellement des échauffourées avec les colons israéliens ou les forces de sécurité présents dans la région. Dans ce conflit existant, qui a touché des générations de Palestiniens, les interventions psychosociales sont une nécessité pour beaucoup, afin de gérer la situation. La situation des jeunes hommes est particulièrement difficile : ils sont non seulement confrontés à la frustration de ne pas pouvoir réaliser leurs rêves et leurs buts dans la vie, mais ils doivent également gérer les attentes que leur société place en eux et qu'ils ne sont pas en mesure de remplir. Même si la phase pilote initiale du programme de renforcement de la résilience des jeunes hommes a été menée dans ce village, elle est applicable à toutes les sociétés dans le monde.

### Les graffiti, un outil pour les interventions psychosociales

Ce concept vise à développer des environnements créatifs à Um al-Rehan où les jeunes hommes peuvent exprimer leurs opinions et leurs idées. Nous voulions créer un espace physique où les jeunes hommes pourraient se confronter à des activités créatives qui les soutiennent et qui accroissent leur bien-être social, les encourageant ainsi à devenir des modèles masculins positifs dans leur communauté. Deux artistes du graffiti, de renommée internationale, ont été recrutés en tant que volontaires pour participer à l'animation d'un atelier graffiti avec la jeunesse locale. Le but était d'aider les jeunes à décorer cet environnement dans le village et d'offrir aux jeunes hommes une plateforme d'expression à travers l'art.

L'atelier graffiti a attiré beaucoup de gens de la communauté locale et il a été fièrement présenté par les jeunes hommes. À l'aide de graffitis, ils ont créé des pièces uniques à montrer au reste du village. Grâce à ce projet, les jeunes hommes ont pu ressentir qu'ils avaient leur mot à dire et qu'ils pouvaient influencer sur la communauté locale en exprimant leurs pensées et leurs idées.

« L'art, c'est important parce que les jeunes hommes ont eu l'opportunité de s'exprimer et d'exprimer ce qu'ils pensent personnellement, et de traiter des émotions qu'il est difficile d'exprimer. » – Leslie Otto Grebst, gestionnaire de programme, Croix-Rouge danoise

« On avait déjà vu des graffitis avant, mais pouvoir exprimer ses propres idées et être formé par des artistes internationaux, c'était exaltant. » – Abdala Kelani, participant à l'atelier graffiti

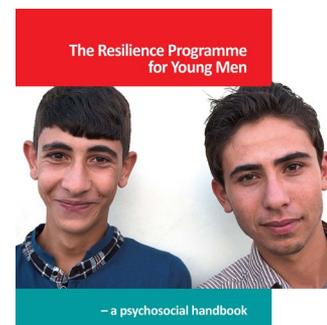
### Exporter des activités ailleurs dans le monde

Le concept est de promouvoir une culture de non-violence auprès de jeunes touchés par des conflits armés. La crise en Ukraine s'est soldée par plus d'1,1 million de déplacés internes, et beaucoup d'entre eux sont des jeunes dont l'avenir est incertain et qui ont besoin de soutien psychosocial. Le programme de renforcement de la résilience sera mis en place sur toute l'année 2015, conjointement à la Société de la Croix-Rouge ukrainienne. Il touche à des questions sensibles, notamment les perspectives d'avenir et les rêves, et il aide les jeunes touchés au travers d'espaces créatifs où ils ont la possibilité d'exprimer leurs idées et leurs pensées.

Ce concept a également été exporté en Arménie, où la Société de la Croix-Rouge arménienne soutient les réfugiés arméno-syriens qui ont fui l'Arménie en raison de la crise syrienne.

Comme l'explique Leslie Grebst : « Nous devons veiller à ce que les jeunes aient l'opportunité d'apprendre, d'être créatifs, et de vivre dans la paix et l'espérance. »

Ce manuel est disponible pour téléchargement sur le site Internet du Centre PS de la FICR : [www.pscentre.org](http://www.pscentre.org).



# Terreur à Copenhague :

## Victim Support Denmark et Croix-Rouge

### **Else Windfeldt Bundesen, antenne de Copenhague, Croix-Rouge danoise**

Dans l'après-midi du samedi 14 février, un groupe de gens s'était réuni dans un café culturel de Copenhague pour un événement sur la liberté d'expression. Sans prévenir, un homme armé a ouvert le feu sur le café, tuant un homme et blessant trois agents de police. L'auteur prenait la fuite et, quelques heures plus tard, il tuait un second homme, qui se tenait à l'extérieur d'une synagogue. Une course-poursuite effrénée s'ensuivit et, dans les premières heures de la matinée, le lendemain, l'homme armé était finalement abattu par la police.

Des volontaires au soutien appartenant à Victim Support Denmark (VSD) se tenaient prêts à dispenser soutien et premiers secours psychologiques. En moins d'une heure, 30 à 40 volontaires au soutien des victimes étaient capables de se présenter là où l'on avait besoin d'eux. Toutefois, la police décidait de déplacer tous les témoins hors de la zone de la fusillade et de les emmener au commissariat principal pour les interroger et les débriefer. Les familles des victimes ont été aidées par des psychologues professionnels. Les témoins ont reçu les coordonnées de VSD au cas où ils auraient besoin d'aide plus tard.

À Copenhague, VSD est hébergée par la Croix-Rouge danoise, antenne de Copenhague. Travaillant étroitement avec la police mais en toute indépendance, VSD propose des rencontres individuelles et assure une ligne d'assistance téléphonique, ouverte nuit et jour, le tout étant entièrement gratuit. VSD informe sur les réactions traumatiques aux événements critiques et dispense les premiers secours psychologiques, aide à traiter avec les organisations, renseigne sur

les autres sources d'aide disponibles, et établit le contact avec des médecins, psychologues, avocats, compagnies d'assurance, et autres.

Dans la synagogue, un groupe important de personnes s'était réuni pour célébrer une Bat Mitzvah (cérémonie de « maturité » religieuse), lorsque l'attaque s'est produite, et c'est un jeune homme de la communauté juive qui a été tué. Les invités de la Bat Mitzvah n'ont pas reçu l'autorisation de quitter la synagogue avant plusieurs heures et ce, jusqu'à ce que la police juge que cela était sûr. De ce fait, les gens ont dû rester ensemble, à se soutenir mutuellement, aux premières heures du choc. De plus, la communauté juive a activé sa propre cellule d'intervention d'urgence, et dans les jours qui ont suivi les attaques, elle a fait preuve d'autonomie, prenant soin d'elle-même par le biais de son propre réseau de soutien.

Dans les deux semaines qui ont suivi les fusillades, Victim Support Denmark a reçu 28 appels téléphoniques de la part de témoins qui avaient vécu les événements de près, ainsi que de proches des victimes, et a organisé six rencontres individuelles avec des témoins ou des citoyens inquiets. Il y avait les appels des parents d'enfants qui fréquentaient l'école juive, craignant que l'école ne devienne une cible terroriste. Il y avait également ceux de gens qui résidaient dans la rue où le tireur présumé avait été poursuivi et finalement abattu par la police. Ils présentaient des réactions allant de la peur à l'angoisse, et avaient généralement besoin de quelqu'un à qui parler de ce qu'ils avaient vécu.



Dans son bilan d'intervention, Victim Support a constaté avoir reçu moins d'appels après l'événement qu'elle n'en avait prévu. Ceci s'explique par plusieurs facteurs. Peut-être n'y avait-il pas suffisamment d'informations sur l'existence de ce service, et peut-être en aurait-il été autrement si les volontaires de Victim Support avaient été présents au commissariat où se trouvaient de nombreuses

personnes touchées, de manière à aider la police dans ses investigations. L'intervention et la coordination avec la police sont actuellement examinées dans le bilan de l'événement dont l'objectif est qu'au cas où quelque chose de grave se produise à nouveau, tous soient mieux informés et que les procédures d'action soient clairement définies.

## Nouvelles directives fondées sur la recherche pour le soutien psychosocial après des attaques terroristes

Les chercheurs engagés dans un vaste projet de recherche européen intitulé « Operationalising Psychosocial Support in Crisis » (OPSIC) ont recueilli 282 directives relatives à la santé mentale et au soutien psychosocial et plus de 600 outils. Ces directives et outils ont été analysés ; l'ensemble des connaissances a ensuite été distillé dans 51 outils de planification individuels appelés aide-mémoire et qui couvrent différents domaines d'intervention psychosociale en cas de crise. Chaque aide-mémoire contient des informations et des recommandations sur la dispense de soutien psychosocial en cas de catastrophe, et propose également des ressources et des exemples de bonnes pratiques basées sur la meilleure littérature disponible sur ce sujet.

Les aide-mémoire traitant du soutien psychosocial après les attaques terroristes soulignent six principes essentiels à prendre en compte :

**S'attendre à ce que la tristesse, la peur, l'angoisse, mais également la colère, soient les sentiments prédominant des personnes touchées**

Les personnes directement et indirectement touchées ont généralement plus de mal à intégrer et à comprendre l'horreur de l'événement du fait de sa nature hostile. Les catastrophes naturelles et les délits plus « ordinaires », un cambriolage par exemple, sont moins difficiles à comprendre pour la plupart des gens. Les attaques terroristes sont parfois une série d'incidents qui font que les gens se sentent fragilisés, y compris le personnel de secours et de soutien.

**S'attendre à des effets sur les collectivités**

Les attaques terroristes font habituellement l'objet d'une couverture importante de la part des médias sociaux et traditionnels. Intimider des populations importantes est un élément central du terrorisme en tant qu'arme de guerre psychologique. Atténuer les effets psychosociaux des attaques terroristes peut par conséquent être considéré comme un élément important d'une stratégie antiterroriste

**La gestion de la crise doit fortement soutenir les personnes touchées et le grand public dans un processus donnant et créant du sens**

Le contexte politique est encore plus important dans une réponse à des attaques terroristes que dans d'autres types de catastrophes.

Tout le monde a besoin d'une réponse à la question : « Pourquoi est-ce arrivé ? » – pas uniquement les personnes directement touchées

**Communication orchestrée et stratégie médiatique sont cruciales**

L'on peut atténuer les effets d'attaques terroristes par une stratégie de communication bien planifiée. Parmi les éléments importants, on compte : avoir un porte-parole fiable, officiel, un axe sur les secours et les activités de soutien, des informations pertinentes pour ceux qui sont touchés, des informations honnêtes non alarmistes (par ex. exploiter la situation pour blâmer des groupes, organisations, pays spécifiques, etc. conduit fortement à l'escalade)

**Coordination très étroite nécessaire entre services de secours, soutien psychosocial et autorités judiciaires/administratives/policières**

Le lieu de l'incident est également un lieu de crime.

**Les personnes touchées auront généralement besoin de soins ultérieurs et de soutien plus longtemps après des attaques terroristes**

Établir du soutien en SMSPS plus permanent, ainsi que d'autres types de soutien (par ex. aide juridique, centres d'assistance, portails en ligne) le plus tôt possible. Les interventions fondées sur la communauté sont tout particulièrement importantes après des attaques terroristes.

(Extrait de « The Comprehensive Guideline on Mental Health and Psychosocial Support (MHPSS) in Disaster Settings », projet OPSIC, 2015, prochainement)

Le projet OPSIC est financé par l'Union européenne (FP7-SEC-2012-312783) et entrepris par un groupe international de professionnels en interventions d'urgence, de volontaires, d'experts universitaires et de concepteurs. Le projet est coordonné par le Centre PS. Pour en savoir plus, consultez [www.opsic.eu](http://www.opsic.eu)

**OPSIC** OPERATIONALISING  
PSYCHOSOCIAL  
SUPPORT IN CRISIS

## Identité altruiste : les humanitaires sont exceptionnels !

S'occuper du bien-être psychosocial chez les travailleurs humanitaires pendant leur réintégration

Lynne McCormack, École de Psychologie, Université de Newcastle Australie et Croix-Rouge australienne



Photos de gauche à droite : Croix-Rouge canadienne ; Ibrahim Malla, FICR ; Palani Mohan ; IFRC ; IFRC. À noter : aucune des personnes figurant dans les photos ci-dessus ne participe à l'étude mentionnée dans l'article

« Plus tu travailles dans ce domaine, plus tu constates une sorte d'effet d'érosion ou de corrosion au fil du temps... que tu ne peux pas entièrement éviter... c'est comme porter un poids qui t'accompagne partout. » (- Agent humanitaire)

Le travail humanitaire s'accompagne de risques d'exposition aux maladies professionnelles susceptibles de nuire aux bonnes pratiques humanitaires sur le terrain et à une réintégration psychosociale positive après la mission. Pour beaucoup de travailleurs humanitaires, il y a un double risque de traumatisme primaire et vicariant, découlant de la menace personnelle que l'on peut ressentir pour sa propre sécurité et en étant témoin d'événements horribles. Il est frappant qu'il n'y a souvent aucun sens de clôture, et que beaucoup transportent leurs expériences partout avec eux, comme un fardeau, comme il est dit plus haut. Malgré leur propre détresse intérieure, beaucoup d'humanitaires retournent toutefois sur le terrain, mus par un sentiment altruiste de responsabilité vouée au soutien d'autrui en situation

de crise. Ces personnes ont pris le chemin d'un engagement permanent avec le monde.

Toutefois, les humanitaires déployés de multiples fois sans une « pause » permettant de donner du sens entre les missions, ou sans un bon soutien de réintégration de la part des organismes qui les ont déployés, courent le risque de burnout, de sentiments de honte, de culpabilité, et de fermeture émotionnelle, tous ces symptômes étant bien documentés dans la littérature de recherche.

« J'étais consumé par les pensées et les souvenirs et... rien n'avait d'importance, sauf rationaliser, 'Avais-je fait ce qu'il fallait pour aider... ?' Et quand tu rentres chez toi, tu te dis 'pourquoi est-ce que je compte ? Si eux ne comptent pas, alors, sûrement, moi non plus... Je ressentais de la colère... Je me suis renfermé et je suis devenu un reclus et – j'ai commencé à boire et à m'apitoyer sur mon sort. »

(- Agent humanitaire)

L'on peut décrire comme altruistes beaucoup de gens que leurs choix de carrière confrontent à un risque psychologique ou physique au service des autres, y compris le personnel humanitaire. Un acte altruiste peut momentanément procurer un puissant sentiment de plaisir et de valorisation personnelle déclenchant d'autres actes d'altruisme. Les gens fortement altruistes sont décrits comme étant serviables, généreux et prosociaux (au bénéfice d'autrui ou de la société dans son ensemble). Ils sont plus enclins à accepter des désagréments personnels pour le bien d'autrui. Bien que certains croient que l'altruisme a pour moteur des désirs désintéressés mais aussi égoïstes, de nombreuses recherches affirment qu'il n'y a pas d'explication égoïste plausible à trouver dans l'altruisme.

Les humanitaires, ainsi que les groupes à carrières fortement altruistes, courent le risque de développer une rupture de l'identité altruiste (Altruistic Identity Disruption, AID). L'AID décrit l'épreuve psychosociale à laquelle peut être confrontée une personne qui est de retour du fait de son invalidation ou du manque de soutien de l'organisme qui l'a déployée, de sa famille ou de la société, après une mission difficile. L'AID se manifeste alors par un sentiment d'isolement, des doutes, et de l'auto-culpabilisation. Paradoxalement, souffrir d'une AID peut précipiter des tentatives de redéploiement prématuré, laissant toute réaction négative ou traumatique antérieure irrésolue.

Quoi qu'il en soit, les processus de réintégration post-mission sont importants pour déterminer le bien-être psychologique et ils sont un devoir pour les organismes gouvernementaux et non gouvernementaux humanitaires dans le cadre des services qu'ils fournissent. Malheureusement, le désengagement du rôle identitaire joué au cours d'une mission et une réintégration réussie dans la société et dans la famille après une mission ne sont pas uniformément – et souvent mal – gérés par les organismes humanitaires dans le monde. Retourner sur le terrain devient alors une option attractive pour le travailleur, dans le sens où des collègues empathiques deviennent la source de sa validation. La question que les organismes doivent se poser est de savoir s'ils doivent redéployer des personnes avant qu'un solide soutien de réintégration ne soit mené et que les expériences vécues lors de précédentes missions ne soient résolues, au risque, pour ces personnes, de développer une souffrance accumulée et de long terme de leur santé mentale. Ceci se complique par le fait que certaines personnes qui reviennent craignent que l'assistance psychologique post-mission ne soit vue comme une faiblesse personnelle, ou qu'elle influe sur les prochaines sélections que feront les organismes, ou encore, que leurs besoins soient dérisoires comparés aux besoins de ceux qu'ils servent. Toutefois, sans cette assistance nécessaire, beaucoup travaillent inefficacement sur le terrain à cause du stress permanent.

Heureusement, un environnement favorablement social influera sur le bien-être et permettra de créer du sens positif après une situation pénible. Les personnels et les organismes humanitaires doivent par

conséquent s'impliquer dans le soutien psychosocial et dans des stratégies de réintégration post-déploiement. En effet, une pleine réintégration suite à un déploiement antérieur est le tremplin d'un redéploiement réussi.

« J'ai retrouvé ma compassion... Finalement, tu te rends compte que tu vaux quelque chose et que tu peux contribuer à nouveau... Une vie qui a du sens – et je me sens bien par rapport à ce que j'ai fait... J'ai beaucoup appris sur ce que je suis capable de faire – J'ai aussi appris... mes limites (psychologiques). » (- Agent humanitaire)

Actuellement, il n'existe pas de normes synthétiques en termes de soins psychologiques post-déploiement dans le secteur humanitaire. Dans cette optique, le questionnaire post-mission sur la rupture de l'identité altruiste (Q/PostAID) s'efforce de normaliser l'évaluation de la détresse spécifique à la réintégration chez les individus revenant d'un déploiement humanitaire. Développé par McCormack et Joseph (2012), cet outil de dépistage auto-déclaratif en 18 points a récemment fait l'objet d'une étude plus poussée démontrant sa valeur prédictive importante, sa forte cohérence interne et l'écart significatif au-delà des autres mesures de détresse psychologique en ce qui concerne la détresse après déploiement spécifiquement humanitaire. Le Q/PostAID n'a pas pour vocation de diagnostiquer la morbidité psychologique, d'autres tests cliniques existent pour cela. Il est conçu pour servir aux personnes et aux organismes à mettre en lumière les difficultés précoces à la réintégration, au moment où les comportements, pensées et émotions liés aux expériences vécues au cours d'une mission récente ont un impact sur l'identité altruiste de l'individu, et entravent sa réintégration dans sa famille, sa carrière et la société.

L'on suggère d'utiliser le Q/PostAID pour faciliter le processus collaboratif de réintégration entre le personnel individuel et son organisme afin de : (a) valider toute réaction psychosociale de souffrance liée au vécu professionnel ; (b) valoriser le retour d'information sur le vécu du personnel de l'aide humanitaire ; (c) informer et aider les familles en matière de processus psychosociaux de réintégration post-mission, et (d) contrôler et soutenir le personnel lors des étapes de réintégration et de redéploiement. En se basant sur cette validité apparente, les auteurs suggèrent que les scores supérieurs à 72 indiquent qu'il faut un surcroît de soutien de la part de l'organisme, notamment du soutien clinique individuel permettant de traiter une détresse psychologique préoccupante. =Il est important de souligner que la détection précoce de toute détresse post-mission offre des possibilités de bien-être, de sortie de l'adversité, de préparation au redéploiement, et au fonctionnement positif de la famille et des réseaux de soutien.

Si vous souhaitez participer à l'enquête, merci de prendre contact avec l'auteur de cet article, Lynne McCormack à l'adresse électronique :

lynne.mccormack@newcastle.edu.au

## Bouger ensemble :

### Promouvoir le bien-être social par le sport et l'activité physique

Si vous étiez à Rikuzentakata, au Japon, dans les années qui ont suivi le grand séisme de l'est du Japon qui s'est produit en 2011, vous avez peut-être rencontré un groupe d'hommes et de femmes - pour la plupart, plus très jeunes - marchant rapidement avec de longs bâtons en main.

Ce groupe faisait partie du programme de soutien psychosocial de la Société de la Croix-Rouge japonaise composé essentiellement de marche nordique, de massages et d'exercices de stretching et de relaxation. Les psychologues et d'autres prestataires de soins de santé s'inquiétaient du fait que de nombreux survivants vivaient une sévère détresse émotionnelle en silence. Dans la culture japonaise, il est rare de parler ouvertement de sentiments difficiles. En revanche, il est plus acceptable d'expliquer sa détresse au travers de la description de la gêne et de la douleur physiques. Les exercices physiques ont par conséquent contribué à faire vivre des expériences physiques positives aux participants qui, en conséquence, ressentaient moins de gêne à parler de leurs sentiments. Une situation qui, à son tour, a diminué les symptômes de stress, de deuil et d'angoisse, et ces personnes ont également constaté moins de problèmes de santé physique.

#### De la drogue au football et à l'amitié

Au Danemark, un groupe d'anciens consommateurs de drogue et d'alcool se rencontre régulièrement pour des séances de football, de badminton, d'escalade, de natation et de yoga. Les volontaires de la Croix-Rouge danoise, dont certains sont d'anciens toxicomanes, organisent des activités adaptées aux différents besoins et capacités. L'un des volontaires s'appelle Michael. Il a 45 ans et pendant 12 ans, il a été toxicomane. Il coordonne désormais les activités.

« Nous sommes environ 30 gars à nous rencontrer de temps à autre dans un centre sportif. La plupart d'entre nous prenait des drogues dures et maintenant, vous nous voyez à courir après un ballon de football. C'est dingue. Le soutien que j'ai reçu en participant à ces activités quand j'ai arrêté mon traitement a été d'une valeur inestimable. Surtout, j'ai appris à être avec les autres. Quand tu es accro, tu te préoccupes surtout de tes besoins, mais avec ces activités, j'ai appris que faire quelque chose pour les autres me fait sentir capable et apprécié. Mais ce n'est pas tout. Maintenant, j'ai de nouveaux

amis et j'ai récupéré un sentiment de force et de contrôle sur mon corps que j'avais perdu depuis longtemps. »

#### Le bien-être par l'activité physique

Différents types d'activités physiques et sportives sont appréciés partout dans le monde et ils peuvent être un puissant vecteur d'intégration sociale, créant un sens fort de la communauté et du vivre ensemble. Ceci est particulièrement important dans les épreuves, qu'elles soient dues à une crise économique ou sanitaire, à la pauvreté, à une catastrophe naturelle ou à un conflit.

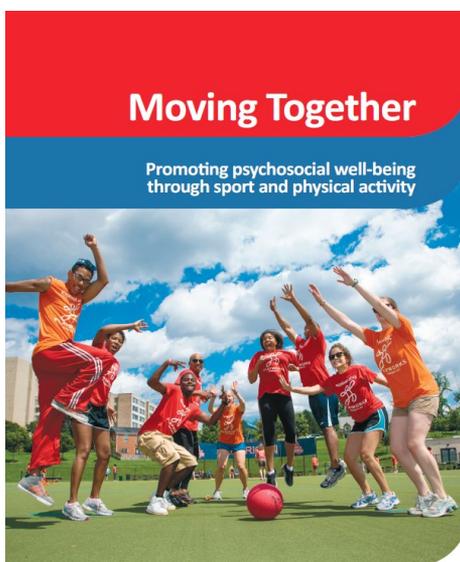
Dans de telles circonstances, le sport devient de plus en plus populaire en tant qu'instrument au service de la réhabilitation psychosociale. Précisément, des activités sportives bien conçues offrent un espace amical et sûr pour exprimer et traiter problèmes et peurs, et grâce auquel ceux qui sont touchés peuvent reprendre confiance et espoir et développer résilience, aptitudes à l'adaptation et un sentiment de cohésion au sein de leur communauté. De plus, les sports et les jeux sont facilement adaptables et utilisables dans différents contextes culturels. La définition de sport utilisée dans ce contexte va bien au-delà de la compétition, et elle comprend des notions de jeu et d'activités physiques non compétitives. L'esprit du sport, dans ce contexte, est principalement celui du jeu.

Les recherches menées sur les populations non traumatisées ont révélé un vaste éventail de résultats positifs de la participation à un sport, y compris une santé psychologique et physique, un fonctionnement cognitif et une intégration sociale améliorés.

#### Un nouveau manuel

Le Centre PS a travaillé en collaboration avec le Conseil international pour l'éducation physique et la science du sport, la Direction du développement et de la coopération suisse et l'Université technique de Munich afin de développer un manuel destiné aux experts et praticiens en sociologie, psychologie, travail social, éducation physique et sportive, qui leur permette de délivrer des programmes de soutien psychosocial dans les situations de crises partout dans le monde.

Cette publication a été évaluée et testée de manière à élargir les connaissances et les compétences nécessaires pour mettre en



œuvre des programmes efficaces d'activités physiques et sportives pour le soutien psychosocial.

### **Bouger ensemble : promouvoir le bien-être social par le sport et l'activité physique comporte trois parties**

La première partie du manuel explicite le cadre théorique dans lequel les activités physiques et sportives s'intègrent aux interventions de soutien psychosocial.

La deuxième présente 28 fiches d'activité à utiliser telles quelles ou à adapter dans les interventions de soutien psychosocial. Les fiches d'activité expliquent comment animer les activités, comment les adapter aux différentes situations, et comment les utiliser comme base de discussion et de réflexion.

Enfin, la troisième partie explique comment animer des interventions psychosociales avec des activités physiques et sportives et comment mettre en place des interventions et des programmes, de l'évaluation initiale jusqu'à la stratégie de désengagement.

## **Différent. Tout comme vous :**

### **une approche psychosociale favorable à l'inclusion des personnes en situation de handicap**

Plus d'un milliard de personnes dans le monde vive avec un handicap. Malgré les conventions internationales, les personnes en situation de handicap se heurtent à d'importants problèmes. Les plus grands obstacles à l'inclusion sont causés par la société elle-même : l'inaccessibilité des bâtiments signifie que des

enfants en situation de handicap ne sont parfois pas en mesure d'aller à l'école, et le rejet des différences peut prendre la forme de discrimination et de stigmatisation.

Le Centre PS, conjointement à ses partenaires, le Conseil international pour l'éducation physique et la science du sport et Juul Kommunikation, vient de lancer une nouvelle publication, Différent. Tout comme vous : une approche psychosociale favorable à l'inclusion des personnes en situation de handicap qui s'adresse aux professionnels et aux volontaires travaillant aux côtés de personnes handicapées. Le concept d'autonomisation est au cœur de l'approche présentée dans ce manuel conçu pour sensibiliser sur l'importance du soutien psychosocial et de l'inclusion dans la promotion du bien-être des personnes en situation de handicap, et pour fournir des conseils sur le soutien psychosocial et l'inclusion et, en parallèle, des ressources pratiques pour la mise en place d'activités psychosociales inclusives dans des contextes très variés.

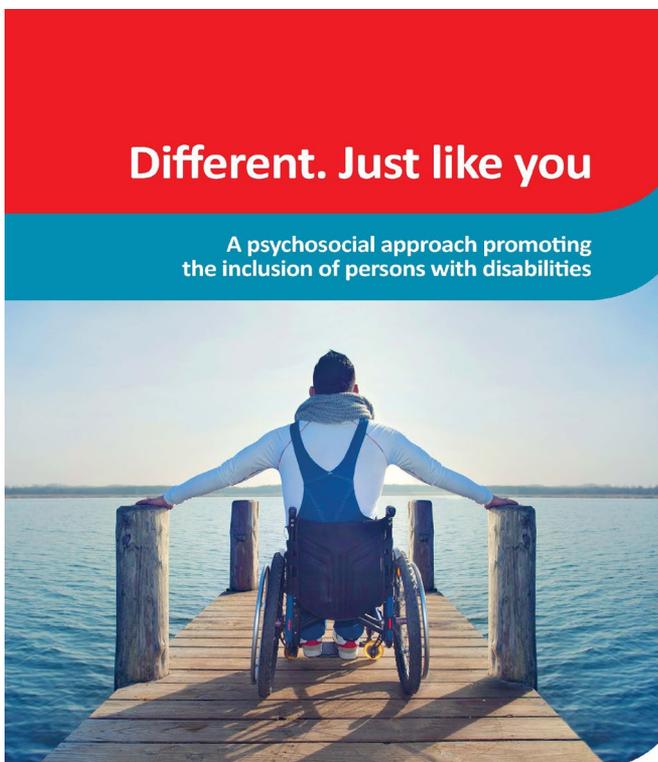
Ce manuel présente les bonnes pratiques en matière de soutien psychosocial et d'inclusion, et propose un large éventail d'activités qui offrent aux personnes handicapées la possibilité de réaliser tout leur potentiel et de participer activement au sein de la société.

Disponible auprès du Centre PS ou à télécharger sur le site Internet du Centre PS :

[www.pscentre.org](http://www.pscentre.org).



Le programme pour l'éducation et la formation tout au long de la vie de la Commission européenne a offert son soutien financier aux deux publications « Bouger ensemble : promouvoir le bien-être social par le sport et l'activité physique » et « Différent. Tout comme vous : une approche psychosociale favorable à l'inclusion des personnes en situation de handicap ».



« Il est plus facile de  
**créer des enfants solides**  
 que de réparer des hommes brisés »



Photo : Société de la Croix-Rouge arménienne

**Ani Mirakyan, Société de la Croix-Rouge arménienne**

J'avais noté ce titre citation de Frederick Douglass dans mon carnet il y a longtemps, mais ce n'est que maintenant je réalise l'essence de sa signification.

**Tout a commencé il y a sept mois.**

Été 2014, camp de tentes de la Croix-Rouge pour enfants réfugiés ; nature à couper le souffle, température clémente, tentes installées dans la nature, volontaires de la Croix-Rouge enthousiastes, motivés et pleins d'énergie et beaucoup d'enfants ravis, de Syrie et d'Arménie.

Nous avons prévu le cours des choses à l'avance et nous imaginions que tout serait merveilleux et aventureux. Tout marchait comme sur des roulettes et tout le monde avait

l'air d'apprécier ce moment passé dans le camp lorsque, soudain, il y eut un changement dans le comportement des enfants. Ils avaient des difficultés à communiquer et à tisser des amitiés.

**Des problèmes aux racines profondes**

Toutefois, avant la fin du camp, tout était réglé. Nous avons parlé aux enfants, en les aidant à se comprendre mutuellement et à régler leurs disputes. Ensemble, nous sommes parvenus à un compromis. À voir tant d'enfants s'étreindre, nous avons cru avoir réussi. Mais le problème était plus profond que nous ne l'avions estimé.

Trois semaines après le camp, on nous a proposé de commencer un nouveau programme avec une composante psychosociale pour des enfants arméno-syriens réfugiés. On a suggéré que je sois le chef du programme, et j'ai accepté, sachant que cela me ferait acquérir de nouvelles aptitudes et beaucoup plus d'expérience dans ce domaine. Je n'aurai jamais pu imaginer à quel point cette expérience allait être merveilleuse et difficile à la fois.

Un psychologue et des animateurs de la Société de la Croix-Rouge arménienne (SCRA) ont donné trois journées de formation, visant à doter les volontaires et les enseignants impliqués dans le projet des connaissances et aptitudes nécessaires pour la mise en place du programme. C'est là que j'ai rencontré l'enseignante avec laquelle j'allais travailler et très vite, je me suis retrouvée au sein d'une équipe extraordinaire.

### Travailler dans les écoles

Après la formation, on nous a donné des manuels et des matériels à utiliser pendant les cours comme principales troupes à outils pédagogiques. Nous avons rencontré les parents et obtenu leur approbation pour travailler avec leurs enfants. Et les ateliers ont décollé. Chaque semaine, des volontaires de la Croix-Rouge arménienne venaient dans les écoles et tenaient des ateliers de résilience de l'enfant avec les élèves. À la fin de chaque atelier, il y avait une évaluation lors de laquelle les participants exprimaient leurs avis et leurs émotions en choisissant un smiley « heureux » ou « malheureux ». Jour après jour, nous remarquions des changements positifs dans le comportement des enfants qui commençaient à communiquer les uns avec les autres, à s'impliquer plus activement dans la société et à faire confiance à leur environnement. Ils avaient trouvé un espace sûr pour partager leurs pensées et leurs sentiments.

Outre les ateliers scolaires, nous avons aussi organisé des réunions avec les volontaires pendant lesquelles ils pouvaient échanger leurs avis et partager leurs propres histoires vécues.

Le Programme de renforcement de la résilience des enfants a éclairé toute ma vie ; quand chaque enfant sent personnellement qu'il a été compris et écouté, et qu'il sent qu'il est dans un environnement sûr, il se sent valorisé et prêt à surmonter les défis qui peuvent survenir.

Créer ce sentiment de sécurité et faire en sorte que la vie des enfants soit plus colorée est une manière importante de favoriser le bel avenir qui les attend.

## Programme de renforcement de la résilience des enfants



### Comment aider les enfants en situation de crise - soutien psychosocial à l'intérieur et en dehors du cadre scolaire

Le Programme de renforcement de la résilience des enfants fait partie d'un kit d'information destiné à guider la planification et la mise en œuvre d'un programme de renforcement de la résilience des enfants. Les activités proposées dans ce matériel visent à aider les enfants à devenir plus forts et résilients afin d'être capables de surmonter de manière positive les situations difficiles auxquelles ils peuvent être confrontés. Cette brochure s'intéresse en particulier à l'impact des conflits armés, des catastrophes, de la maltraitance et de l'exploitation ainsi qu'aux risques encourus par les enfants qui vivent dans des communautés avec des taux de prévalence du VIH élevés.

Le kit complet contient une brochure consacrée à la compréhension du bien-être des enfants, un manuel pour les gestionnaires de programme, deux manuels comportant des activités structurées en atelier pour les enfants - à l'intérieur et en dehors du cadre scolaire -, et un guide pour les entretiens avec les parents et les aidants. Outre les publications, du matériel de support sous forme de présentations PowerPoint, de brochures et autres, est à votre disposition sur le site Internet du Centre PS.

Il n'est pas indispensable de disposer de ces quatre publications pour organiser des activités constructives et appropriées pour les enfants. La plupart des documents peuvent être utilisés seuls ; toutefois, en les utilisant ensemble, ils permettront de bien comprendre comment mettre en œuvre le Programme de renforcement de la résilience des enfants.

Tous les modules d'ateliers sont disponibles en ligne, en anglais et en français, à l'adresse : <http://activitybank.net>

Le matériel est disponible en anglais et en français, et les quatre publications, ainsi que des documents et activités complémentaires, sont également disponibles en ligne sur ce même site. Des exemplaires papier peuvent être commandés en adressant un e-mail à l'adresse : [psycho-social.centre@ifrc.org](mailto:psycho-social.centre@ifrc.org).

# Un nouvel outil : le Programme de renforcement de la résilience des jeunes hommes

**Le Programme de renforcement de la résilience des jeunes hommes – Manuel psychosocial** est un nouveau manuel spécifiquement conçu pour aider les jeunes hommes dans les situations instables qui suivent les conflits et les crises. Ce manuel, adjoint d'un catalogue d'activités, offre des ressources pour concevoir et mettre en place des programmes favorisant les mécanismes positifs d'adaptation et la résilience chez les jeunes hommes de 15 à 30 ans.

La première partie aborde la gestion de programmes de soutien psychosocial pour jeunes hommes et oriente sur la manière d'organiser et de mener un atelier de formation. La seconde couvre un atelier de deux jours de formation. Ce manuel comprend une annexe où figurent activités brise-glace et stimulantes, ainsi qu'un questionnaire d'évaluation, aussi en version arabe. Il est disponible ici :

<http://www.rodekors.dk/resilience>

Ce manuel a été élaboré par le Centre PS et la Croix-Rouge danoise, en collaboration avec la Société du Croissant-Rouge palestinien et la Roskilde Festival Charity Foundation.

The Resilience Programme  
for Young Men



– a psychosocial handbook



## Psychosocial Centre

 International Federation  
of Red Cross and Red Crescent Societies

du Centre PS pour le soutien psychosocial de la Fédération internationale des Sociétés de la Croix-Rouge et du Croissant-Rouge a/s Croix-Rouge danoise

Blegdamsvej 27  
PO. BOX 2600  
2100 Copenhagen  
Danemark

Tél. : +45 3525 9200  
E-mail : [psychosocial.centre@ifrc.org](mailto:psychosocial.centre@ifrc.org)  
Internet : [www.pscentre.org](http://www.pscentre.org)

Chercheurs associés



Et avec le soutien

 Norwegian Red Cross

 Finnish Red Cross

 Icelandic Red Cross

 croix-rouge française

 Canadian Red Cross

 Japanese Red Cross Society

Hébergé et soutenu par

