



Les traumatismes et problèmes de santé mentale chez les réfugiés

23/06/2015

Alain Nlandu

Etnopsychologue

Consultant pour Solentra vzw



Universitair Ziekenhuis Brussel

Thèmes

- Présentation Solentra vzw
- Les problèmes psychologiques des familles réfugiés
 - Migration
 - Culture
 - Trauma
- Le “resettlement”

Présentation Solentra

- Vertrouwenscentrum Kindermishandeling
(Centre de la maltraitance des enfants)
- La sous-représentation de certains groupes dans la pédopsychiatrie:
 - Augmentation de familles ayant des antécédents de migration
 - Prévalence de problèmes de santé mentale: les enfants immigrés = les enfants autochtones

Présentation Solentra

- Public
 - réfugiés,
 - enfants migrants,
 - Et leurs familles.

Présentation Solentra

- Offre

- Service d'assistance téléphonique
- Diagnostique
- Thérapie
- Supervision et intervision
- Formation et éducation
- Recherche

Approche communautaire et ethno-thérapeutique

Présentation de Solentra


- Le modèle écologique de Bronfenbrenner (1979)



Présentation de Solentra

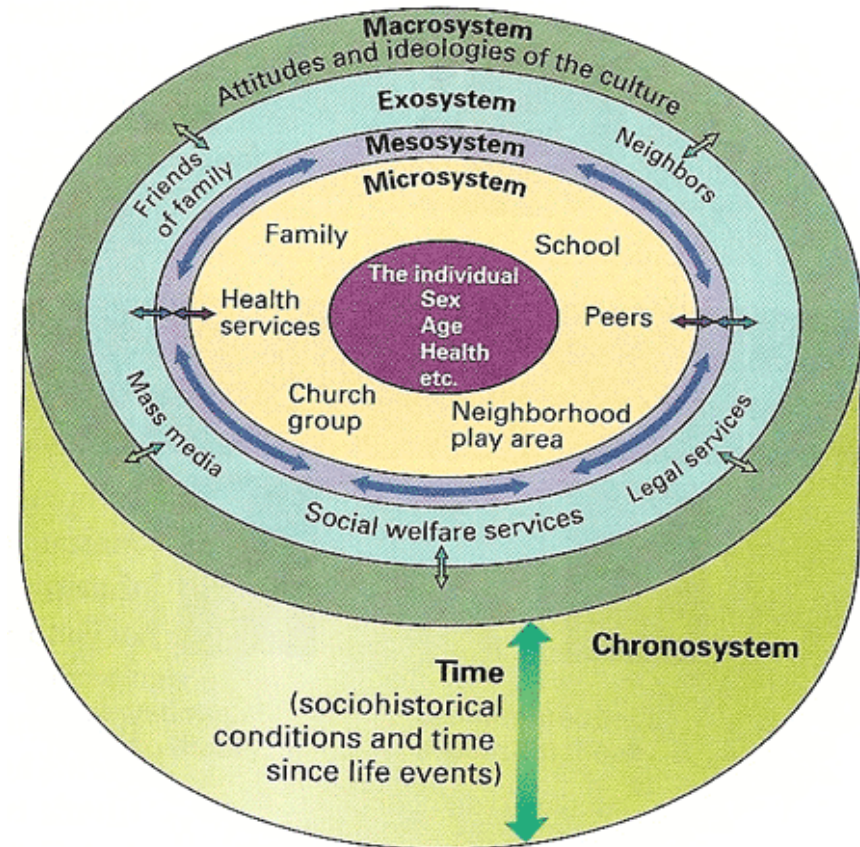
- Le modèle écologique de Bronfenbrenner

→ Développement dans une perspective large et contextuelle

- 
- Niveau micro: environnements immédiats
 - Niveau méso: les liens entre les systèmes d'environnement immédiates
 - Niveau exo: environnement indirecte
 - Niveau macro: environnement plus large de la société

Présentation méthodique : PACCT (®)

- Psychology Assisting the Cultural Diverse Community in Creating healing Ties



Présentation méthodique : PACCT (®)

- Psychology Assisting the Cultural Diverse Community in Creating healing Ties
- Intervention double
 - Interventions “communautaires” : la mobilisation de la communauté
 - Consultations transculturelles

Le processus de migration

- Processus de migration
 - Expérience de perte massive qui affecte les relations familiales et la connectivité
 - Phase de séparation
 - Phase de transition: ambivalent
 - Phase de réintégration
 - Processus de deuil
 - Dénégation / rejet
 - Négociation
 - Rage
 - Peine/douleur
 - Acceptation
 - “Situation étrange” conteste les modèles d’attachement
 - Selon l’âge (ex. 3-ans comparé à 10 ans)

Le processus de migration

→ Caractéristiques

- Changement d'identité
 - Loyautés multiples et parfois contradictoires
 - Problèmes de racisme, de discrimination et de l'ethnocentrisme
 - Joue un rôle dans différentes phases
 - Une fois migrant toujours migrant
 - Transmission transgénérationnelle
-
- Pour les enfants: la socialisation multiculturelle et plurilingue
 - Source d'enrichissement
 - Source potentielle de tension

Le processus de migration

- Signification d'être migrant pour les enfants (avec parents)
 - Les enfants sont en souffrance
 - Ils subissent le départ et ses conséquences
 - Les parents sont silencieux sur le départ (le tabou)
 - Fantaisie propre chez les jeunes enfants
 - Colère chez les adolescents
 - Séparation et perte
 - Sentiment de culpabilité vis à vis de la famille restante
 - Image des parents= protecteur?
 - Disponibilité émotionnelle réduite
 - Rythme d'intégration accéléré des enfants en comparaison avec les parents
 - Enfant = raison de départ
 - Angoisse d'un futur incertain

Le processus de migration

- Signification d'être migrant pour les parents
 - Absence de références traditionnelles
 - Relation mère-enfant vulnérable
 - Relation père-enfant vulnérable
 - Rythme d'intégration différent
 - Les enfants=interprètes \geq les parents dans une position de dépendance
 - Tension chez les parents dû \Rightarrow au manque de contrôle / indifférence apparente
 - Institutionnalisation
 - Stagnation de la fluidité culturelle
 - \Rightarrow Migration met le système familial sous pression
 - \Rightarrow *Changement de rôles familiaux forcé par les événements*

Le processus d'acculturation

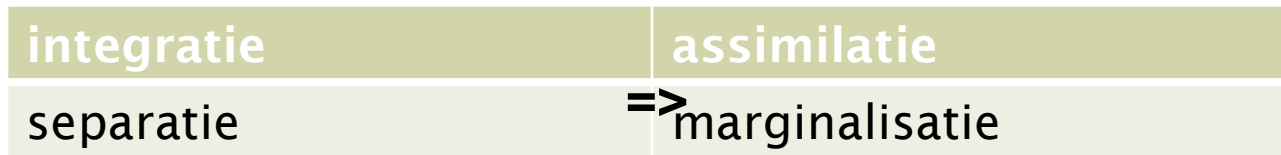
- Acculturation

- choc culturel

- La culture comme un cadre de référence (Pinto). La culture s'exprime dans les comportements, mais pas tous les comportements sont déterminés par la culture/ une programmation mentale qui s'établit pendant l'enfance (Hofstede). Largement inconscient
- Perte de l'enveloppement => psychose migratoire
- stress d'acculturation
- Enrichissement potentiel : devenir plus de deux culture

Processus d'acculturation

- J. Berry : stratégie d' acculturation



→ Processus bidirectionnel

- Racisme, discrimination, ethnocentrisme, politique national, attitude de la société accueillante vav des réfugiés
- Healthy immigrant effect

Trauma

- Trauma : un événement menaçant de vie
- Réponse universelle neurobiologique
 - Fight
 - Flight
 - Freeze
- DSM V : Trouble de Stress Posttraumatique , après 6 mois symptômes de
 - revivre
 - éviter
 - Hypersensitivité
- Vision occidentale : pathologie individuelle
 - Trauma comme pathologie sociale, associé à des pertes multiples
 - tenir compte du contexte familiale, sociale et culturel

Trauma

- Trauma et mémoire

→ Mémoire autobiographique consiste en

- une mémoire froide (=savoir sur les événements de la vie, général et spécifiques) et une mémoire chaude (=liée aux événements du circuit sensoriel/émotionnel)

→ Mémoire chaude = mémoire non déclarative

- Amygdale
- Déclenché automatiquement par des stimuli extérieurs
- Perceptions sensorielles (odeur, couleur, sensation), perceptions émotionnelles et perceptions physiologiques (respiration ralenti/rapide,...)

Trauma

→ Mémoire froide = mémoire déclarative

- Hippocampus
- à consulter délibérément
- Savoir des événements dans le contexte de sa vie, dans l'espace et dans le temps
- Rapport chronologique

⇒ PLUS DE STRESS,
PLUS D'AMYGDALÉ,
MOINS D'HIPPOCAMPUS

Trauma

- Comment le reconnaître

→ Importance du temps: court et long terme

- Court terme :

- différents mécanismes de défense

Passif : endurer : SYMPTOMES

Actif: attaque: action sur la réalité externe pour l'adapter à nos besoins

- Troubles du sommeil
- Pas de lien avec le monde extérieur
- Eoussement des affects
- Impossibilité de se projeter dans l'avenir

- Court terme (suite)
 - Angoisse
 - Méfiance
 - Flashbacks
 - Problèmes de concentration et d'attention
 - Somatisation

Trauma

- Long terme :
 - conflit entre la volonté de raconter et la volonté d'oublier (le dénie totale, dissociation, hystérie, dépression et suïcidalité)
 - Alerte aigue
 - Angoisse sous toute sa forme
 - Comportement d'évitement
 - Revivement du trauma (rêve, images, sensations)
 - Problèmes de relation, problèmes sexuels
 - Dépression et pensées de suicide
 - Honte, sentiment de culpabilité et reproches
 - Colères , revanche

Resettlement

- **Facteurs protecteurs**
 - Pas l'insécurité de la procédure
 - Invité par le gouvernement
- **Facteurs de risques**
 - Souvent personnes vulnérables
 - Fragilisés alors ils doivent parcourir le processus de migration et d'acculturation
 - Besoin d'un soutien spécifique
 - Institutionalisation de part des camps de réfugiés/ subissent la décision de départ
 - Besoin de TEMPS pourqu'ils reprennent contrôle de leur vie ; besoin d'une aide dans le temps