



REA MAG'

4

Automne 2015

LA LETTRE D'INFORMATION DE RESILIENCE ENFANTS D'ASIE

DANS CE NUMERO

Edito

par Nicole Weerts

Chers Adhérents et Donateurs, chers Amis,

Tous les membres de l'association se sont mobilisés comme jamais cette année. Forte des initiatives de chacun, l'association a multiplié les actions.

Au delà des missions réalisées au Cambodge, l'association a récemment élargi ses horizons. Le voyage d'un de nos membres amoureux du Népal, une rencontre avec l'association *Planète Enfants* et c'est une belle collaboration qui est née. Les événements tragiques au Népal ont donné à plus forte raison un sens à l'élaboration de futures missions à Katmandou. Isabelle Désages, l'une de nos psychologues bénévoles, est ainsi partie à la rencontre des associations népalaises sensibles à notre cause.

Inutile de rappeler que ces missions, dont l'utilité est saluée par les ONG locales, n'existeraient pas sans un appui financier. C'est pourquoi REA est à pied d'œuvre pour s'associer autant que possible à des événements qui lui permettent de promouvoir son action et de financer les interventions en cours d'élaboration. Après avoir été l'invitée d'honneur du festival *Les Z'Artistes* de Saint Germain en Laye en avril, c'est toute notre équipe qui s'est mobilisée pour participer aux 3 journées de collecte *MicroDON* en octobre. Couronnée de succès cette collecte ne doit pas nous faire oublier

que, face à notre action croissante, nous devons être en capacité de répondre aux demandes de ces ONG qui ont tant besoin de l'expertise de nos psychologues bénévoles pour mieux gérer les traumatismes de l'enfance.

Cette fin d'année 2015 est donc pleine de projets et nous espérons que c'est à vos côtés que nous pourrons les réaliser.



Nicole Weerts



Pourquoi existe-t-il encore un besoin de prise en charge des souffrances post-traumatiques au Cambodge ? - p2



Toute l'actualité de l'association dans nos brèves - p4

Nous avons besoin de votre soutien
Pensez à nous envoyer vos dons
avant le 31 décembre
pour bénéficier de la déduction
fiscale sur vos revenus 2015 !

Pourquoi existe-t-il encore un besoin de prise en charge des souffrances post-traumatiques ?

par Maya

Beaucoup de personnes se demandent pourquoi le besoin de prise en charge des souffrances post-traumatiques reste encore si fort au Cambodge, 40 ans après la fin de la guerre civile. Forts des témoignages terrains de nos bénévoles, nous allons tenter dans ce numéro de vous expliquer pour quelles raisons la prise en charge des souffrances post-traumatiques au Cambodge reste encore nécessaire, auprès d'enfants qui n'ont pourtant pas vécu la guerre.

Des enfants indirectement impactés par les souffrances post-traumatiques non soignées de leurs parents

De par les différents traumatismes que le Cambodge a subis au cours du siècle dernier, le pays a laissé une proportion non négligeable de sa population dans un état de grande fragilité psychologique. Comme l'expliquait notre vice-présidente, Nicole Weerts ("Au delà de l'urgence, il reste un grand besoin de prise en charge des souffrances post-traumatiques", à retrouver sur resiliencenfantssdasie.org), les associations humanitaires ont fait un travail remarquable tout au long de ces années pour répondre aux besoins immédiats engendrés : nourriture, soins médicaux, hygiène, éducation, habillement, etc. Pour autant, les souffrances psychologiques directement liées à ces mêmes événements n'ont que très peu été traitées chez les personnes les ayant directement vécues. Dans le précédent numéro de REA MAG', le Dr Emmanuel Contamin définissait les souffrances post-traumatiques comme étant "un réseau de souvenirs traumatiques associé à une très forte charge d'émotions et à une mauvaise image de soi." Il poursuivait en disant : "Quand le traumatisme est réactivé, les personnes le vivent comme s'il était encore présent, comme si c'était encore une définition d'elles-mêmes." Par conséquent, les Cambodgiens qui ont vécu la guerre civile, entre autres traumatismes du passé, n'ont que très peu eu l'opportunité de guérir de leurs souffrances. Les années passent mais beaucoup ressentent encore les conséquences psychologiques d'un traumatisme réactivé par des souffrances non soignées. Ces enfants d'hier sont les parents et grands-parents d'aujourd'hui. Comment épouser un rôle de parents avec sérénité quand les souffrances d'un traumatisme subi dans le passé hantent le présent et paralysent le futur ?

"Ne pas prendre en compte leurs souffrances sous prétexte que la guerre est finie depuis de nombreuses années, reviendrait à - dans un contexte occidental - nier toutes les souffrances post-traumatiques causées aux générations suivantes par les deux dernières guerres mondiales."
Isabelle Désages.

Un contexte social et économique difficile engendré par une guerre civile sans précédent

La guerre civile et le régime Khmer Rouge ont laissé le pays dans un chaos économique et social sans précédent. Le Cambodge s'est par la suite courageusement engagé dans une véritable bataille sur un plan économique pour tenter de rattraper son retard par rapport à ses voisins. Même si la croissance du pays s'est considérablement améliorée ces dernières années, avec un Revenu National Brut de 1030\$* (soit 40 fois moins que celui de la France à titre de comparaison), le Cambodge n'en reste pas moins en cours de reconstruction et sa croissance reste extrêmement fragile face aux événements qui ont secoué et impactent encore le reste du monde, comme la crise économique de 2008. Cette extrême fragilité économique engendrée par la guerre a pour conséquence un déséquilibre social dont les enfants d'aujourd'hui sont les premières victimes : malnutrition, mortalité infantile, prostitution infantile, travail infantile, un taux d'alphabétisation inférieur aux pays voisins, orphelinisme... Ces sévices ont eu, et ont encore, un impact direct sur l'état psychologique de ces enfants. Ils expliquent le fort besoin de prise en charge qui perdure aujourd'hui. Isabelle Désages, bénévole psychologue pour REA, rappelle ainsi l'importance de la mission de notre association auprès de ces enfants : "le soutien des ONG du domaine de la santé auprès des enfants d'aujourd'hui est crucial pour favoriser la résilience dans le pays tout entier. C'est pourquoi REA s'engage aux côtés de ces ONG pour apprendre à pêcher plutôt que de donner du poisson, pour qu'elles aient les clés indispensables pour être également autonomes en matière de soins post-traumatiques. Notre engagement rejoint la démarche locale qui vise à rendre autonomes les institutions du pays notamment via la formation professionnelle."

Notre réponse : soutenir les progrès déjà engagés pour favoriser la résilience

De nombreuses actions - aussi bien locales qu'internationales - ont été engagées auprès des enfants au Cambodge pour répondre à un besoin vital de soins ou encore d'éducation. Des ONG locales œuvrent chaque jour auprès des enfants les plus démunis pour leur apporter le soutien indispensable dont ils ont besoin. Isabelle Désages, qui a recueilli en 2013 les besoins d'une partie de ces ONG, explique que "les enfants d'aujourd'hui



mesurent dans leur chair et dans leur esprit les conséquences de ce que les générations précédentes ont vécu directement". Ainsi, la prise en charge des souffrances et symptômes post-traumatiques s'inscrit comme un besoin complémentaire indispensable dans le développement chez l'enfant. C'est ainsi que notre association agit depuis 2006, en ayant comme mission principale la transmission du savoir-faire nécessaire en matière de traitement des souffrances post-traumatiques chez l'enfant auprès des professionnels qui pourvoient - au quotidien - à leurs besoins fondamentaux. Ce complément de compétences et de connaissances permet de soutenir l'action humanitaire et sociale déjà en place depuis des années au Cambodge.

Notre objectif ? Contribuer à ce que toutes les souffrances de l'enfant, physiques comme psychiques, soient soignées pour lui donner toutes les chances d'exprimer ses potentialités dans un devenir harmonieux.

"Prendre soin de soi pour mieux prendre soin des autres"

C'est ainsi que Catherine Pétard, notre bénévoles psychomotricienne, psychothérapeute et relaxologue, a intitulé sa formation en gestion du stress. Un titre qui traduit l'importance de l'état psychologique d'une personne dans son rôle de transmission, qu'elle soit un parent, un éducateur ou un professionnel de l'humanitaire. Début 2014, Catherine a mené une première formation de 4 jours à Phnom-Penh pour accompagner le personnel s'occupant d'enfants à mieux gérer le stress. Elle expliquait que la cause de leur stress était plus ou moins liée au contexte économique et social du pays : des métiers avec beaucoup de pression pour un faible salaire, des enfants difficiles à gérer (fugue, solitude, violence, traumatismes divers,...), des enfants gravement malades, etc. Un personnel qui vit au quotidien les conséquences d'un contexte socio-économique difficile et qui est lui-même encore affecté par les ravages du régime des Khmers Rouges. En 2015, les ONG qui avaient suivi la formation de Catherine en 2014 ont émis le souhait de renouveler cette formation dédiée à la gestion du stress. Interview de Catherine Pétard.

Quels ont été les objectifs de la formation qui a eu lieu début 2015 ?

Les objectifs restent les mêmes que la formation précédente : permettre aux adultes accompagnant les enfants à mieux



Enfants d'un centre de Krousar Thmey.

gérer leur propre stress, renforcer leur connaissance des mécanismes du stress, qu'il soit positif ou négatif et leur montrer comment aider l'enfant en souffrance à retrouver un sentiment de sécurité et de confiance notamment à partir de l'écoute des signaux corporels. En revanche, cette année j'ai voulu aller à la rencontre de mes stagiaires de l'an passé directement sur leurs lieux de travail pour mieux appréhender leurs difficultés et m'ajuster au plus près de leurs besoins. Comme en 2014, mon objectif était de leur permettre d'identifier et de repérer les symptômes du stress (musculaires, physiologiques, psychologiques et relationnels) ainsi que les causes, aussi bien sur eux-mêmes qu'auprès des enfants dont ils

ont la charge et surtout trouver des solutions simples à mettre en œuvre dans leur cadre professionnel. Ces rencontres en province étaient également l'occasion de rencontrer les enfants avec lesquels ces professionnels travaillent, d'expérimenter avec eux les outils proposés, de voir ce qu'ils avaient mis en pratique depuis un an, de rencontrer les autres membres de l'équipe (ce qui a créé davantage de cohésion au sein de chaque centre visité), et de réfléchir ensemble aux très nombreuses questions qu'ils se posent sur leur rôle dans l'accompagnement au quotidien des enfants en souffrance et de leurs familles.

Dans quelle mesure le propre vécu traumatique des stagiaires a-t-il été pris en compte lors de la formation ?

La formation professionnelle telle que je la propose s'appuie sur l'expérience et le vécu de chacun de mes stagiaires, tant au niveau de leur expérience en tant que professionnel que de leur expérience en tant que personne ayant vécu des traumatismes. L'intégration du vécu corporel des stagiaires a ainsi servi de base à l'évocation des besoins de l'enfant "normal" et de l'enfant ou de l'adolescent "en souffrance". Ils ont même pour la plupart fait vivre ces exercices le soir à leurs propres enfants et conjoints. En ce qui concerne leurs propres traumatismes, la parole s'est libérée dès le deuxième jour, au delà de mes attentes. Certains stagiaires ont évoqué les horreurs vécues pendant la période des Khmers Rouges, d'autres ont pleuré à l'évocation de ces événements traumatiques qu'ils ont vécus. J'ai bien senti que le travail de reconstruction psychique au Cambodge est loin d'être terminé et de très nombreux intervenants en ressentent la nécessité. Malgré tout, ce moment de partage a connu également beaucoup de rires et de bonne humeur, signe de la capacité de résilience des Cambodgiens.

"J'ai bien senti que le travail de reconstruction psychique était loin d'être terminé au Cambodge. De très nombreux intervenants en ressentent la nécessité."

Catherine Pétard

Quelles limites avez-vous rencontrées dans votre travail sur les signaux corporels ?

Même si les exercices corporels ont amplement contribué à la compréhension des concepts théoriques qui expliquent le stress et la souffrance chez l'enfant, certains stagiaires ont exprimé quelques résistances. Ces peurs et résistances s'expliquent en partie par des différences culturelles, historiques et sociologiques mais aussi par rapport au vécu traumatique des enfants. Parmi les peurs exprimées, certains se demandaient comment faire vivre des exercices à des jeunes filles sans que cela ne favorise la

prostitution ou encore si les exercices favorisant la reconnaissance de l'agressivité (sans passage à l'acte) ne risqueraient pas d'engendrer des actes violents. Au-delà de cela, ils ont tous compris la nécessité de cette approche qui leur a donné une base d'outils simples qu'ils pourront reproduire en s'adaptant aux besoins de chaque enfant de façon individuelle et en groupe.

Quel fut l'intérêt de l'immersion dans le lieu de travail de vos stagiaires ?



Ce fut personnellement très intense pour moi de vivre des moments très forts de partage. Plus important encore, cela m'a permis de constater comment ils mettaient en pratique les éléments appris au cours de la formation et de préciser certains exercices avec eux, quand c'était nécessaire. Ces visites sont apparues comme étant essentielles à la formation de base, pour eux mais également pour moi.

Informations pratiques

Dates : du 2 au 15 janvier 2015

ONG participantes : Enfants du Mékong, Krousar Thmey, Enfants & Développement.

En bref...

REA mise à l'honneur lors du Festival des Z'Artistes de Saint Germain en Laye !

Chaque année, le Festival des Z'Artistes de Saint Germain en Laye met en avant une association humanitaire. Pour l'édition d'avril 2015, c'est REA qui a été choisie !

Nos bénévoles, présents lors de plusieurs événements, ont ainsi pu présenter l'association et ses activités et récolter quelques dons.

Grand succès de l'opération microDON 2015 !

Pour la première fois REA participait à l'Opération microDON qui a eu lieu à Paris les 9 & 10 octobre. Nos bénévoles se sont relayés tout le weekend au Franprix de la rue Boursault dans le 17ème arrondissement pour sensibiliser les clients à nos activités et besoins. Cette opération nous a permis de récolter plus de 670€ ! Bravo à tous !
Toutes les photos sur notre page facebook et sur www.resilienceenfantsdasiae.org



Tour d'horizon des missions 2015 :

- Catherine Pétard a proposé en janvier 2015 une nouvelle session de formation à la gestion du stress. Elle est également partie en province dans plusieurs centres de l'ONG Krousar Thmey à la rencontre des participants de l'année précédente : cette tournée de suivi a permis aux stagiaires de consolider leurs acquis et d'évoquer avec Catherine des problèmes concrets qu'ils ont pu analyser ensemble.

- Le Dr. Emmanuel Contamin a quant à lui assuré une formation "Stabilisation et mise en pratique EMDR" pour des psychologues de PSE et de l'Association EMDR-Cambodge en janvier 2015 (voir notre article dans le précédent REA MAG').

Plus d'info sur ces 2 missions sur notre site internet, rubrique "Notre action en 2015"

- Isabelle Désages a réalisé en août 2015 une mission d'audit et de recueil des besoins au Cambodge et au Népal. Au Cambodge, elle a rencontré plus de 15 ONG à Phnom Penh mais aussi à Battambang et Takhmau. Elle a ainsi pu vérifier la pertinence des précédentes missions de formation, noter les améliorations à apporter et également recueillir les besoins encore très nombreux. Au Népal, et en collaboration avec Planète Enfants, Isabelle a audité les compétences et besoins en matière de prise en charge psychologique du personnel de Planète Enfants et a analysé la situation quant à l'opportunité du protocole post-traumatique EMDR. Une présentation des recherches et analyses d'Isabelle a eu lieu le 21 novembre à l'attention des bénévoles pédopsychiatres et psychocliniciens afin de faciliter l'organisation des futures missions.

Prochaines missions :

- Une mission de formation à la prise en charge post-traumatique au Népal est en cours d'organisation en partenariat avec l'ONG Planète Enfants. Elle devrait avoir lieu début 2016.
- Catherine Pétard va à nouveau repartir au Cambodge en février 2016 pour poursuivre son formidable travail de formation à la gestion du stress.



Pour en savoir plus sur Résilience Enfants d'Asie :

- www.resilienceenfantsdasiae.org
- www.facebook.com/resilience.enfants.asie

Vous souhaitez faire un don et/ou devenir adhérent ?

- www.resilienceenfantsdasiae.org - Rubrique "Nous aider"
- info@resilienceenfantsdasiae.org

Vous souhaitez rejoindre notre équipe de bénévoles en France ou sur le terrain ?

- www.resilienceenfantsdasiae.org - Rubrique "Nous aider"
- benevolat@resilienceenfantsdasiae.org

Journalistes, blogueurs... vous souhaitez en savoir plus sur notre action ?

- communication@resilienceenfantsdasiae.org

Résilience Enfants d'Asie

c/o Impact Développement, 26 rue Brunel, 75017 Paris

Tél : 01 45 72 66 81