

# LE TRAUMA CHEZ LES PERSONNES RÉFUGIÉES : PARCOURS MIGRATOIRE, FACTEURS DE RISQUE ET DE PROTECTION, RÉACTIONS ET SYMPTÔMES

## L'IMPORTANCE DE CONSIDÉRER LA NOTION DE TRAUMATISME

Expériences d'adversité avant et durant la migration forcée

Effets considérables sur le bien-être et la santé mentale

Risque élevé de présenter des symptômes de trouble de santé mentale

Difficultés ancrées dans le **contexte postmigratoire**

Effet médiateur de la **stabilité** en contexte de réinstallation

Importance de la **qualité de l'accueil** et de l'**accompagnement psychosocial** à la phase postmigratoire

## APPROCHE SENSIBLE AUX TRAUMATISMES



**Comprendre** l'effet global des traumatismes et les moyens susceptibles de favoriser la résilience.



**Reconnaître** les symptômes et les réactions possibles qu'engendrent les traumatismes.



**Répondre** aux besoins en intégrant aux pratiques les connaissances en matière de traumatismes.

## TRAUMA ≠ TRAUMATISME

### Trauma

- Événement vécu
- Déclenche une perception de menace à l'intégrité physique et psychique
- Circonscrit dans le temps
- Origine du stress = externe

Évaluation subjective



Qualité du processus adaptatif

### Traumatisme

- Mode de fonctionnement affecté (physiologique et psychologique)
- État d'activation intense
- Indifférent au temps
- Origine du stress = interne

## PARCOURS MIGRATOIRE

Quels sont les **vécus possibles** et leurs **conséquences potentielles** durant leur migration forcée ?

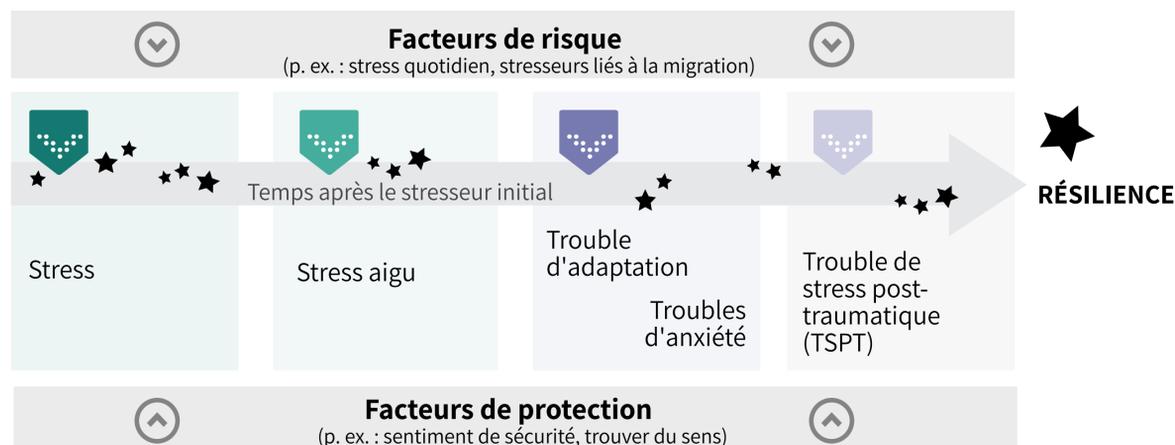


## À RETENIR

L'arrivée : une phase de survie et d'adaptation vécue en accélérée, exigeante pour les personnes (parfois traumatique)

**Impact crucial de l'intégration** : peut aggraver ou atténuer les conséquences des vécus traumatiques pré et périgratoire sur le bien-être

## CONTINUUM DE STRESS



## À RETENIR

- **Faire preuve de prudence** en questionnant une personne ayant un possible vécu traumatique.
- **Ne pas questionner systématiquement** le vécu traumatique et les symptômes (**aggravation possible**).
- **Lorsque nécessaire, questionner le parcours migratoire pour mieux comprendre**, tout en douceur et avec délicatesse.
- Questionner pour **mieux comprendre la signification des événements** plutôt que de chercher les détails.
- Reconnaître **les forces** de la personne pour mieux répondre à ses **besoins** dans le « ici et maintenant ».