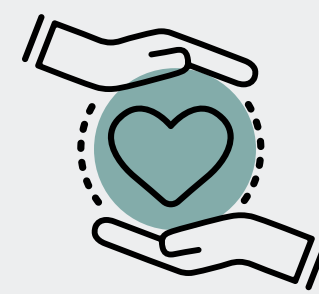


INTERVENIR AUPRÈS DES PERSONNES RÉFUGIÉES : L'APPROCHE SENSIBLE AU TRAUMATISME

POURQUOI CETTE APPROCHE ?

Les interventions sensibles au traumatisme reconnaissent que des expériences traumatiques antérieures peuvent engendrer des conséquences dans toutes les sphères de la vie de la personne.



Cette approche permet de tenir compte de la complexité des vécus, des répercussions possibles et de la singularité de la personne.

LES 4 PRINCIPES DE L'APPROCHE SENSIBLE AU TRAUMATISME

1 La reconnaissance des traumatismes en considérant les événements traumatiques et les potentiels impacts et réactions

- Reconnaître la prévalence des événements potentiellement traumatiques
- Comprendre que les traumatismes peuvent engendrer des répercussions (réactions et symptômes) et influencer les comportements
- Intervenir avec une sensibilité aux possibles vécus traumatiques, sans questionner ou encourager un dévoilement

2 L'établissement d'un sentiment de sécurité et de la confiance

Avoir vécu des événements traumatiques comprennent des abus de pouvoir au niveau relationnel peut entraîner des ruptures de confiance envers les autres



Les personnes réfugiées peuvent démontrer de la méfiance envers les intervenants, les organismes ou les institutions

3 L'importance de la relation égalitaire et de la collaboration

Les événements traumatiques sont caractérisés par un manque de pouvoir d'agir



Pour éviter de réactiver les traumatismes vécus, il est important de ne pas recréer, dans le cadre des interventions, une situation marquée par une absence de pouvoir ou de recourir à la coercition.

4 Le développement des forces et la valorisation des habiletés d'adaptation

Les personnes ayant vécu des événements traumatiques peuvent avoir développé des stratégies d'adaptation « de survie », mais qui ne sont pas nécessairement adaptées pour faire face à leurs traumatismes.

EXEMPLES

- Apprendre à reconnaître les possibles répercussions en lien avec le vécu d'événements traumatiques, au niveau physiologique et psychologique.
- Être sensible aux éléments déclencheurs (triggers).

- Offrir une expérience accueillante dès l'arrivée de la personne.
- Faire preuve de votre fiabilité en tant qu'intervenant.e ou organisme.
- Assurer un consentement éclairé.

- Favoriser la collaboration intervenant.e-client.e.
- Permettre à la personne de décider du rythme et de prendre des pauses au besoin.
- Faire savoir à la personne que vous croyez en elle et que vous soutenez ses efforts vers le rétablissement.
- Impliquer la personne dans la prise de décision.

- Identifier les forces de la personne et favoriser les opportunités pour les consolider.
- Enseigner, pratiquer et modeler entre autres des techniques de détente et de pleine conscience.

COMPRENDRE AUTREMENT : LA LENTILLE DU TRAUMA

Symptômes → Stratégies d'adaptation, mécanismes de survie

Trouble → Réaction et symptômes

À la recherche d'attention → Tentatives pour établir une connexion

Contrôlant.e → Reprise de contrôle

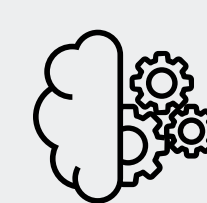
Manipulation → Difficulté à nommer directement ses besoins

Manque d'attention → Manque de disponibilité cognitive

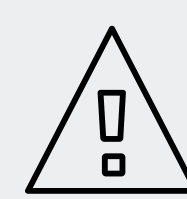
Réactions démesurées → Hypervigilance

Comportements inappropriés → Stratégies d'adaptation devenues maladaptées

COMMENT 'ÊTRE' SENSIBLE AU TRAUMATISME ?



Comprendre l'effet généralisé des traumatismes et les voies éventuelles pour favoriser la résilience



Reconnaître les symptômes et les réactions possible aux traumatismes ; éviter le rappel aux traumatismes



Répondre aux besoins en intégrant aux pratiques les connaissances en matière de traumatisme