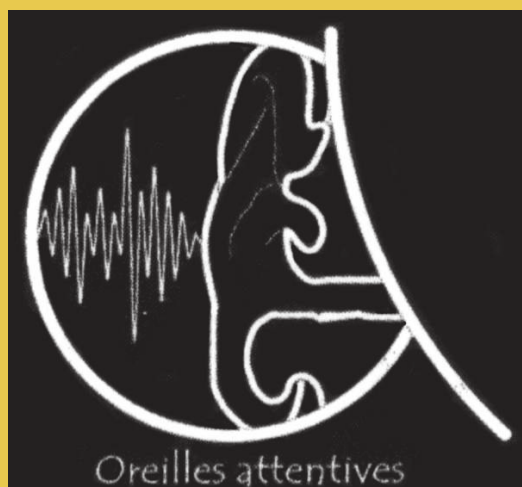


LES OUTILS D'INTERVENTION D'OREILLE ATTENTIVE



GUIDE D'ANIMATION D'ATELIERS D'ACCOMPAGNEMENT PSYCHOSOCIAL À L'ÉCOUTE D'EXPÉRIENCES D'ÉVÉNEMENTS TRAUMATIQUES

Table des matières

Avant-propos	3
Préambule et présentation	4
Présentation et objectifs de la série d'ateliers d'accompagnement psychosocial	5
À qui s'adressent ces ateliers?	5
Qui peut animer ces ateliers?	6
Pour assurer la continuité de la démarche	6
Un espace physique et une atmosphère propices à la tenue des ateliers	7
Durée et fréquence des ateliers	7
Plan de la série d'ateliers d'accompagnement psychosocial	7
ATELIER 1 — La verbalisation d'expériences d'événements traumatiques	8
ATELIER 2 — L'expression et la communication des émotions et des sentiments reliés à l'événement traumatique	11
ATELIER 3 — Partage de connaissances objectives sur l'événement traumatique	15
ATELIER 4 — La prise de décision sur les plans personnel, de groupe et ou communautaire, pour avancer	18
ATELIER 5 — Activité ou rituel de deuil symbolique	21
Conclusion de la série d'ateliers	24
Pour plus d'informations et contacts	24

Conception : Irdèle Lubin, travailleuse sociale, fondatrice d'Oreille attentive et professeure au département de service social de l'Université d'État d'Haïti

Rédaction : Irdèle Lubin et Marie-Laurence Poirer, professeure à l'École de travail social de l'Université de Montréal

La version originale a été rédigée en français. Une traduction en créole est disponible; elle a été réalisée par Sadrac Antoine, travailleur social et membre d'Oreille attentive.

Infographie : Juley Maynard

Dépôt légal à la Bibliothèque Nationale d'Haïti :
25-05-154
ISBN : 978-99994-0-282-8

Cette publication a reçu l'appui de l'Équipe de recherche et d'action en santé mentale et culture dans le cadre d'un projet de collaboration et de solidarité internationale Haïti-Québec et le soutien financier d'UdM International.



Avant-propos

Dans son contenu et sa forme, ce guide d'animation d'ateliers *À l'écoute d'expériences d'événements traumatiques* est ancré dans des expériences de pratique d'accompagnement psychosocial sur le terrain en Haïti, développées par des praticiennes et des praticiens du travail social de l'organisme Oreille attentive, à Port-au-Prince et ailleurs dans le pays.

Son élaboration résulte d'une série de rencontres entre une travailleuse sociale et professeure, Irdèle Lubin, qui a été au cœur de la mise en place et de la réalisation des ateliers dans une diversité de milieux et de terrains, et une professeure de l'Université de Montréal. La préoccupation de rendre compte de l'état d'esprit et du déroulement de cette série d'ateliers tels qu'ils ont été pensés et vécus par l'une des autrices a animé l'ensemble de la démarche.

Le but de la publication du guide en créole et en français est que d'autres puissent s'approprier cet outil d'animation et continuent à le faire vivre dans différents lieux et milieux.

GUIDE D'ANIMATION D'ATELIERS D'ACCOMPAGNEMENT PSYCHOSOCIAL À L'ÉCOUTE D'EXPÉRIENCES D'ÉVÉNEMENTS TRAUMATIQUES

Préambule et présentation

Oreille attentive (OA) est un organisme sans but lucratif et indépendant qui travaille sur le terrain à Port-au-Prince. Fondé en 2018 par des travailleuses sociales d'Haïti, entièrement porté par des praticiennes et des praticiens formé.e.s dans le pays, Oreille attentive comporte à la fois un volet de centre de formation et un volet d'accompagnement psychosocial de la crise et des expériences d'événements traumatiques. Le volet d'accompagnement psychosocial propose de l'intervention individuelle, de couple et familiale, de groupe et communautaire. Dans ces différents registres, la démarche qui est proposée par OA part de la réalité du pays et essaie de s'adapter aux divers événements qui exigent des interventions spécifiques.

Oreille attentive a été mis en place dans un contexte de crise aiguë dans le pays, où la population ne fait que tenter de survivre. La santé mentale est fortement affectée. Beaucoup parlent et manifestent des maladies psychosomatiques. Parmi d'autres, Cadichon (2019) a bien souligné comment les « conséquences des événements traumatiques peuvent s'avérer très durables ».

C'est dans un tel contexte que OA parle d'accompagnement psychosocial.

Les ateliers d'accompagnement psychosocial qui proposent une démarche de groupe autour du vécu d'expériences traumatiques représentent un aspect clé des interventions développées par Oreille attentive. Au fil des années, ces ateliers ont été réalisés dans une diversité de contextes, de milieux et de publics, à Port-au-Prince et dans d'autres régions du pays. Les grands objectifs et la démarche sont les mêmes dans les différentes situations.

Sur le plan de la philosophie d'intervention, la démarche de OA s'inspire des idées suivantes :

- Les personnes accueillies sont des êtres humains à part entière;
- Elles sont des actrices dynamiques;
- Comme actrices dynamiques, elles sont des sujets capables, moyennant un coup de pouce, de sortir de certaines de leurs difficultés suite à certaines circonstances particulières;
- Comme sujets actifs, elles peuvent déconstruire certaines connaissances pour entrer dans un processus de reconstruction d'autres ou de nouvelles connaissances, moyennant la disponibilité et l'accès à des données et d'outils nécessaires leur permettant de le faire.

La démarche d'accompagnement psychosocial d'Oreille attentive a été récemment systématisée dans un texte publié dans les *Cahiers d'Oreille attentive* intitulé *La démarche d'accompagnement psychosocial à Oreille attentive*. Avant la production du présent guide d'animation d'ateliers, il n'y avait par ailleurs pas d'outil disponible présentant la démarche sous une forme plus pédagogique et détaillée, qui puisse servir de guide pour l'animation. Ce guide d'animation d'ateliers a été de part en part éla-

boré à partir de l'expérimentation et de plusieurs expériences de réalisation d'ateliers dans différents milieux, notamment dans des camps de personnes déplacées, dans des communautés paysannes, auprès de personnel de milieu scolaire, etc.

Présentation et objectifs de la série d'ateliers d'accompagnement psychosocial

Dans un contexte où la population haïtienne partage un lourd vécu d'événements traumatiques qui s'est encore aggravé dans les dernières années, cette série d'ateliers a pour principal objectif de soutenir et d'accompagner une démarche personnelle et interpersonnelle en profondeur sur le vécu d'événements traumatiques. Les ateliers visent ainsi fondamentalement à accompagner les personnes participantes dans un processus progressif de réparation.

Plus spécifiquement, les ateliers, qui sont réalisés en groupe, visent à amener les participantes et les participants à :

- Verbaliser leurs expériences de l'événement traumatique;
- Exprimer et communiquer des émotions et des sentiments reliés à l'événement traumatique;
- Partager des connaissances objectives sur l'événement traumatique;
- Se projeter dans des décisions sur les plans personnel, de groupe et ou communautaire pour avancer, et envisager des pistes pour le suivi de la démarche entamée dans les ateliers;
- Envisager et mettre en place les conditions d'une activité, d'un rituel de deuil symbolique.

Ces différents objectifs correspondent en même temps aux grandes étapes de la démarche d'accompagnement psychosocial en groupe d'Oreille attentive.

À qui s'adressent ces ateliers ?

Ces ateliers s'adressent à toute personne adulte désireuse et prête à s'engager dans une démarche de groupe en profondeur sur le vécu d'événements traumatiques.

La démarche proposée dans ces ateliers d'accompagnement psychosocial en groupe est exigeante. Les personnes participantes seront appelées à s'engager dans un travail en profondeur. La qualité de la démarche qui s'effectue dans un contexte de groupe est fondée sur la qualité de l'implication et de l'engagement de chacune des personnes du groupe. En ce sens, il pourra arriver qu'une personne soit appelée à se retirer de la démarche de groupe si elle démontre peu de disponibilité; elle pourra alors, le cas échéant, entreprendre une démarche à un autre moment, dans une autre série d'ateliers en groupe ou dans une démarche individuelle si celle-ci est envisageable.

Par ailleurs, le groupe est un groupe fermé puisqu'il s'agit d'entamer et de poursuivre ensemble une démarche; cela implique qu'il n'est pas possible d'accueillir de nouvelles personnes participantes après le premier atelier.

Afin de rendre possibles le partage d'expériences et les échanges, la taille du groupe ne devra idéalement pas dépasser une quinzaine de personnes.

Qui peut animer ces ateliers ?

De manière plus générale, les ateliers d'accompagnement psychosocial qui ont été développés par Oreille attentive sont animés par ses membres, qui sont des travailleuses sociales et des travailleurs sociaux ayant complété une formation universitaire en travail (service) social.

Par ailleurs, des intervenantes et intervenants expérimenté.e.s du domaine psychosocial pourraient animer les ateliers; lorsque c'est possible, cela pourra se faire sous la supervision d'une ou d'un membre d'Oreille attentive. Dans tous les cas, il sera important d'avoir au préalable pris attentivement connaissance du numéro 4 des *Cahiers d'Oreille attentive* intitulé *La démarche d'accompagnement psychosocial à Oreille attentive et du 4-2 Yon leve rido sou jan nou anime yon atelye sikososal nan OA*.

Dans la mesure du possible, deux personnes assurent l'accompagnement des ateliers; l'une d'entre elle sera responsable de l'animation et l'autre de la seconder à cet égard tout en prenant des notes attentives sur ce qui est partagé lors de l'atelier. Il s'agit à cet égard de permettre une continuité dans l'accompagnement tant du groupe que de chaque personne participante dans sa singularité.

La personne responsable de l'animation des ateliers d'accompagnement psychosocial ne se posera pas en experte d'intervention, mais davantage comme une facilitatrice de la démarche. La perspective d'accompagnement portée par Oreille attentive ne repose pas sur une position d'expertise mais sur les potentialités du partage d'expériences et d'un travail en groupe sur un vécu à la fois commun et singulier d'événement traumatique. Au fil des rencontres d'ateliers, la personne responsable de l'animation et la personne qui l'assiste seront elles aussi amenées à partager certaines dimensions de leur propre vécu d'événements traumatiques.

Pour assurer la continuité de la démarche

La réalisation des ateliers en petite équipe de deux personnes, une personne responsable de l'animation et une personne assistante, facilite une continuité dans la démarche dans une préoccupation attentive tant pour la dynamique du groupe que pour la singularité des témoignages et des expériences individuelles.

Afin d'assurer cette continuité de l'ensemble de la démarche au fil des différents ateliers, il est important de consigner systématiquement les propos qui sont exprimés et partagés lors des rencontres. Cette restitution en verbatim du contenu des ateliers, qui contribuera significativement aux ateliers suivants et à la progression de la démarche, est réalisée par la personne assistante.

Un espace physique et une atmosphère propices à la tenue des ateliers

L'accès à un espace ou une salle suffisamment calme et retirée est, dans la mesure du possible, requis pour la tenue des ateliers. Un fond musical pourra être prévu pour accueillir les personnes participantes. On mise autant que possible sur l'installation d'une atmosphère apaisante et conviviale. Les personnes seront invitées à s'installer en cercle afin de favoriser le partage et les échanges.

La personne responsable de l'animation sera la gardienne de la qualité de l'atmosphère tout au long de la tenue d'un atelier. L'importance de l'écoute et du respect de l'autre, comme de la confidentialité de ce qui est partagé dans le groupe, sera mise de l'avant et réitérée lors de chaque rencontre d'atelier. La personne responsable de l'animation veillera ainsi à préserver un climat de sécurité affective pour toutes les personnes présentes.

Lorsque c'est possible, un petit goûter sera servi à la fin de chaque rencontre d'atelier.

Durée et fréquence des ateliers

De manière plus générale, les ateliers d'accompagnement psychosocial d'OA se veulent flexibles, en respect des conditions et des rythmes spécifiques des publics auxquels ils s'adressent.

Ainsi, en fonction des contextes et des situations où les ateliers seront réalisés, ces derniers et les différentes étapes du processus pourront être déployés sur un temps long (de quelques semaines à quelques mois) ou sur un temps court, de façon intensive (en quelques jours).

À titre indicatif, une rencontre d'atelier pourrait être prévue pour chaque objectif, qui correspond aussi à une étape de la démarche. Le présent guide d'animation présente d'ailleurs une série de cinq ateliers, chacun s'articulant à l'un des objectifs spécifiques et étapes de la démarche.

On peut prévoir une durée de deux à trois heures pour chaque rencontre d'atelier.

Plan de la série d'ateliers d'accompagnement psychosocial

ATELIER 1 : La verbalisation des expériences d'événements traumatiques.

ATELIER 2 : L'expression et la communication des émotions et des sentiments reliés à l'événement traumatique.

ATELIER 3 : Le partage de connaissances objectives sur l'événement traumatique.

ATELIER 4 : La prise de décisions sur les plans personnel, de groupe et ou communautaire pour avancer.

ATELIER 5 : Activité ou rituel de deuil symbolique.

ATELIER 1

LA VERBALISATION DES EXPÉRIENCES D'ÉVÉNEMENTS TRAUMATIQUES

Présentation et objectif du premier atelier

La verbalisation des expériences d'événement traumatique constitue la première étape de la démarche. Il s'agit aussi de l'objectif du premier atelier qui vise à permettre et à soutenir les personnes participantes dans cette verbalisation des expériences d'événement traumatique. Il est important de faire toute une mise en place pour bien préparer les participants et les participantes à vivre l'expérience. Chaque personne doit se sentir à l'aise et prête à contribuer par son implication à l'atelier pour permettre une bonne réussite de cette étape. Chacun, chacune prend son temps pour faire une description de ce qu'il ou elle a vécu. C'est une étape au cours de laquelle chaque personne parle en « je », en son nom propre. À partir de ses propres mots, chaque personne explique, raconte, comment s'est passé l'événement traumatique. Chacun, chacune prend le temps qu'il faut pour dire, raconter, verbaliser son vécu.

La personne responsable de l'animation doit s'attendre à ce que le premier et le deuxième ateliers soient particulièrement chargés émotionnellement, et qu'ils suscitent des manifestations de détresse et des pleurs chez les personnes qui participent à l'atelier. Elle doit être préparée à accueillir ce partage de vécus traumatiques.

Les retours qu'elle peut faire, au besoin, suite à certains partages, le climat sécurisant de l'atelier de groupe et le rituel qui viendra clore le premier atelier sont autant de façons d'à la fois donner place au vécu de l'événement et d'accompagner les personnes participantes dans l'amorce d'un processus de réparation.

DÉROULEMENT

Lors de chaque atelier, les personnes participantes sont invitées à se placer en cercle, dans une position confortable.

Ouverture de l'atelier

- Après avoir souhaité la bienvenue aux participantes et aux participants, la personne animatrice insiste sur l'importance, dans un contexte où personne n'est épargnée par les événements traumatiques, de prendre soin de soi face à son propre vécu d'événements traumatiques et rappelle que la série d'ateliers d'accompagnement psychosocial d'Oreille attentive vise précisément à y contribuer.

- La personne responsable de l'animation souligne ensuite l'importance de la confidentialité, c'est-à-dire que tout ce qui est partagé pendant l'atelier doit rester dans le groupe. Elle rappelle aussi toute l'importance de l'écoute respectueuse de ce qui va être partagé. L'atelier n'est notamment pas un lieu pour juger autrui, ni pour rire ou ridiculiser. De plus, si une personne ne se sent pas prête à s'engager véritablement dans le processus exigeant de l'atelier ou si elle ne se sent pas capable de partager dans un contexte de groupe, elle sera invitée à se retirer et à rejoindre à un autre moment, si elle se sent prête, une autre série d'ateliers d'accompagnement psychosocial d'Oreille attentive.
- La personne animatrice présente ensuite l'objectif du premier atelier, qui vise à permettre et soutenir chez les personnes participantes la possibilité de mettre des mots (verbaliser), de raconter des expériences d'événement traumatique. Elle rappelle aussi que cet atelier fait partie d'une démarche plus large qui se poursuivra à travers une série d'ateliers.
- Dans un contexte plus large où les événements traumatiques sont à la fois complexes, rarement uniques et largement enchevêtrés, les personnes participantes ont certainement vécu bien plus d'un événement traumatique. Pour le partage dans ce premier atelier, il leur sera demandé de se pencher sur un événement dont le vécu les habite particulièrement et qu'elles se sentent aujourd'hui prêtes à partager.



Activité

- La personne animatrice explique que chaque personne participante va être tour à tour invitée à partager sur son expérience d'un événement traumatique, ce qui lui est arrivé et comment elle l'a vécu. Chaque personne doit parler au « je » ; c'est sa propre expérience de l'événement traumatique qu'elle va mettre en mots. À cet égard, la personne animatrice peut rappeler que cela peut être un défi de s'exprimer à la première personne au lieu de le faire en évoquant le « on » ou le « nous », lesquels peuvent sembler à prime abord plus rassurants, mais ne permettent précisément pas un travail en profondeur sur son propre vécu singulier.

C'est ainsi à partir de ses propres mots que chaque personne explique, raconte, comment s'est passé l'événement traumatique. Chacun, chacune, prendra le temps qu'il lui faut pour faire une description de ce qu'il ou elle a vécu, pour dire, raconter, verbaliser son vécu.

- Après avoir présenté ces consignes générales, la personne animatrice demande si une personne souhaite commencer à prendre la parole. Elle peut aussi proposer à une personne de commencer avec son partage, et indiquer un ordre des partages pour la suite. Elle rappelle qu'il est très important que chaque personne puisse participer et s'exprimer sur son vécu.

- Lors du partage, la personne animatrice intervient le moins possible. Elle interviendra toutefois pour revenir, si cela se produit, sur des propos dans lesquels la personne se sous-estime et ou se culpabilise, exprime un vécu de honte, pour recadrer la situation et ainsi mettre des mots pour la décharger de ce vécu de honte et ou de culpabilité qui vient redoubler la détresse liée à l'événement.

Il s'agit de permettre à la personne de se raconter tout en veillant à ce qu'elle « s'accroche » et non qu'elle « s'affaisse ».

La verbalisation est un moment et une condition dans un processus de réparation, et c'est ce processus qui sert d'aiguillon, de baromètre et de repère lors des ateliers.

- À la fin d'un partage, la personne animatrice remercie la personne d'avoir eu le courage de se raconter, puis donne la parole à une autre personne qui poursuit avec son propre partage sur l'événement traumatique qu'elle a vécu.
- Dans ce cercle de partages, la personne animatrice est appelée elle aussi, comme les personnes participantes, à raconter son expérience d'un événement traumatique; il en est de même pour la personne qui l'assiste.

Conclusion de l'atelier

- La personne animatrice revient sur certains éléments qui ont été partagés dans le groupe. Ces éléments peuvent concerner des aspects qui font écho aux expériences de différentes personnes dans le groupe, notamment qui s'accompagnent d'un vécu de honte et ou de culpabilité.
- Elle annonce le prochain atelier qui portera plus directement sur les émotions et les sentiments reliés à l'événement traumatique. Si un calendrier des rencontres n'a pas encore été établi, elle donne les informations nécessaires pour les prochaines rencontres.

CLÔTURE DE L'ATELIER

Un rituel accompagne la clôture de l'atelier. Les personnes participantes sont invitées à se tenir par la main et à se rapprocher puis à frapper du pied tout en affirmant ensemble : « Je reconnais ce que j'ai vécu de terrible, et je prends la décision de m'en sortir ».

La rencontre se termine avec un petit goûter lorsque c'est possible.

ATELIER 2

L'EXPRESSION ET LA COMMUNICATION DES ÉMOTIONS ET DES SENTIMENTS RELIÉS À L'ÉVÉNEMENT TRAUMATIQUE

Présentation et objectif du deuxième atelier

L'expression et la communication des émotions et des sentiments en lien avec l'événement traumatique sont au cœur de la deuxième étape de la démarche. Il s'agit aussi de l'objectif de ce deuxième atelier qui vise à permettre et à soutenir les personnes participantes dans cette expression des émotions et des sentiments reliés à l'événement traumatique.

En vivant un événement déstabilisant, certaines émotions et des sentiments nous traversent. Encore une fois, chaque personne participant à l'atelier est invitée à prendre la parole pour exprimer les émotions et les sentiments qui la traversaient au moment du vécu de l'événement qu'elle a décrit lors de la première étape (premier atelier). Il s'agit ici de ses propres sentiments et non de ceux des autres ou de la communauté ou de son organisation. La personne animatrice doit orienter les personnes participantes à bien se circonscrire dans l'objet de cette étape.

Comme lors du premier atelier, la personne responsable de l'animation doit s'attendre à ce que ce deuxième atelier soit très chargé émotivement, et qu'il suscite des manifestations de détresse et des pleurs chez les personnes qui participent à l'atelier. Elle doit être préparée à accueillir ce partage de vécus traumatiques. Elle et la personne qui l'assiste lors des ateliers sont elles aussi partie prenante du partage; à ce titre, elles peuvent être amenées à exprimer et revivre des émotions douloureuses.

DÉROULEMENT

Lors de chaque atelier, les personnes participantes sont invitées à se placer en cercle, dans une position confortable.

Ouverture de l'atelier

- Le deuxième atelier s'ouvre sur un petit exercice de relaxation et d'étirement sur un fond musical.
- La personne responsable de l'animation rappelle ensuite que tout ce qui est partagé pendant l'atelier doit rester dans le groupe, ainsi que l'importance de l'écoute respectueuse de ce qui va être partagé tout au long de l'atelier.

- Dans un deuxième temps, la personne responsable de l'animation invite les personnes participantes à s'exprimer sur comment elles se sont senties après et depuis l'atelier précédent lors duquel chacune a été amenée à verbaliser, à mettre des mots sur son propre vécu d'un événement traumatique. Comme lors du premier atelier, il est demandé à chaque personne de s'exprimer en son nom propre, au « je ».

Il est alors essentiel pour la personne responsable de l'animation de l'atelier et son assistante d'écouter attentivement ce qui se dit lors de ce tour de table afin de pouvoir y revenir dans la suite de l'atelier.

- Après que chaque personne se soit exprimée, la personne animatrice effectue un retour sur certains des éléments qui ont été mentionnés par les personnes participantes.

Il s'agit de faire un suivi du premier atelier et de ses effets chez les personnes dans les heures et les jours qui ont suivi, de prendre le pouls de l'état général des personnes participantes. Dans le cas où le premier atelier semble avoir eu un effet très fragilisant chez une personne, la possibilité d'un suivi plus individualisé entre deux ateliers pourra être proposée.

De manière générale, il est essentiel que toutes les personnes participantes sentent qu'elles ont été et seront écoutées tout au long de la démarche d'ateliers en groupe; qu'elles ne sont pas et ne seront pas seules et abandonnées face à leur détresse, que les ateliers visent précisément à les accompagner dans une démarche progressive de réparation.

La petite équipe d'animation doit rester très vigilante et au besoin fournir le soutien ou référer une personne pour permettre que la démarche de groupe réponde pour chacune et chacun à cette visée générale de réparation. Si des problèmes importants d'ordre psychosomatique (de l'insomnie ou une perte d'appétit significatives, par exemple) sont évoqués, la ou les personnes concernées seront autant que possible référées vers d'autres ressources.

- La personne responsable de l'animation rappelle ensuite brièvement ce qui a été partagé lors du premier atelier, avec la préoccupation que chaque personne participante puisse retrouver dans ce rappel ce qu'elle a elle-même exprimé sur son vécu d'un événement traumatique lors du premier atelier, qu'elle puisse sentir ainsi qu'elle a été et est vraiment écoutée, entendue et prise en compte.
- Suite à cela, la personne animatrice présente ce qui est visé pour ce deuxième atelier. Celui-ci fait suite à ce qui a été partagé lors du premier atelier tout en centrant l'attention sur certains aspects du vécu : il s'agit dans ce deuxième atelier de revenir au plus près possible des sentiments et des émotions ressentis au moment de l'événement traumatique vécu et évoqué lors du premier atelier.



Activité

- Chaque personne est invitée à prendre la parole à tour de rôle pour, autour de l'événement traumatique vécu et mis en mots lors du premier atelier, retrouver et évoquer les sentiments et les émotions qu'elle a alors éprouvés, au plus près de ce qu'elle a ressenti lors de l'événement.

Il est essentiel ici que chaque personne sente qu'elle dispose du temps suffisant et de toute l'ouverture nécessaire pour partager autour des émotions qui ont été les siennes lors de l'événement.

- Ce partage autour des sentiments et des émotions qui ont accompagné l'événement traumatique est souvent très fort et chargé. La personne responsable de l'animation reste très à l'écoute tout au long du partage et se rapproche au besoin physiquement d'une personne en grande détresse, peut la toucher délicatement, lui prendre la main si la personne l'y autorise. Elle peut lui demander si elle l'autorise à laisser la parole à une autre personne si elle ne se sent pas prête à poursuivre son partage et a besoin d'un peu de temps. Elle restera dans les deux cas à proximité de la personne en grande détresse, lui manifestant ainsi sa présence et son écoute face à ce qui est exprimé.
- Les personnes peuvent parfois avoir de la difficulté à mettre des mots sur l'émotion vécue lors de l'événement, ou peuvent avoir recours à des mots qui ne semblent pas toujours en résonance avec l'émotion ressentie qui est évoquée. Il revient alors à la personne animatrice d'aider la personne à trouver des mots qui soient au plus près de ce qu'elle tente d'exprimer.
- Suite aux partages sur les sentiments et émotions ressentis au moment de l'événement traumatique, la personne animatrice prend le temps de faire un retour sur ce qui a été partagé.

Elle rappelle les émotions qui ont été nommées (par exemple : rage, colère, perte de confiance, culpabilité...), et illustre à partir des témoignages ce qui est en jeu dans telle et telle émotions.

Toujours à partir des témoignages, elle « normalise » les émotions ressenties (par exemple : « *c'est normal que vous viviez de telles émotions* »), tout en recadrant certaines émotions (par exemple : « *tu n'es pas responsable de toute cette violence* », « *tu ne dois pas endosser la culpabilité* »). La personne animatrice veille ici à aider les personnes à se libérer d'un sentiment de culpabilité tellement lourd à porter et qui ne leur appartient pas.

Dans cette perspective, elle peut mentionner que le prochain atelier vise précisément à apporter des connaissances et des informations plus objectives sur les événements et ce qui les a rendus possibles ou a favorisé leur déclenchement, incluant, lorsque cela s'applique, les responsabilités de certains groupes et acteurs.

Conclusion de l'atelier

- Le thème du prochain atelier est annoncé. De nature différente de celle des deux premiers, celui-ci portera sur un partage de connaissances objectives et d'informations sur les événements traumatiques vécus par les personnes participantes. Si des personnes invitées sont prévues pour ce troisième atelier, la personne animatrice peut le mentionner.
- La petite équipe d'animation doit veiller à ne pas laisser les personnes participantes quitter l'atelier avec des sentiments encore à vif (qu'il s'agisse de rage, de culpabilité, de honte...).
- Un accompagnement ponctuel individuel peut être proposé si cela apparaît nécessaire pour certaines personnes qui sont apparues particulièrement ébranlées pendant l'atelier.
- La personne responsable de l'animation prend le temps de rappeler que la démarche est loin d'être terminée, et que le groupe se retrouvera prochainement pour la suite des ateliers.

CLÔTURE DE L'ATELIER

La clôture de l'atelier dépend de l'état d'esprit dans le groupe. Si un abattement important se dégage de celui-ci, des exercices de respiration et ou de relaxation peuvent être proposés.

La rencontre se termine avec un petit goûter lorsque c'est possible.

ATELIER 3

PARTAGE DE CONNAISSANCES OBJECTIVES SUR L'ÉVÉNEMENT TRAUMATIQUE

Présentation et objectif du troisième atelier

Le partage de connaissances objectives en lien avec l'événement traumatique constitue la troisième étape de la démarche. Il s'agit aussi de l'objectif de ce troisième atelier qui vise à rendre disponibles et à partager des connaissances objectives sur l'événement traumatique.

C'est au cours de cette troisième étape que l'on doit faire le point sur l'événement. En effet, au cours des deux premières étapes (des deux premiers ateliers) les personnes participantes expriment clairement ce qu'elles ont vécu et ressenti. L'analyse des verbatims obtenus de ces deux étapes permet d'apprécier la compréhension de l'événement de la part des participants et des participantes. Au cours de cette troisième étape, on organise, rectifie, discute, visualise si c'est possible des connaissances objectives relatives à l'événement. On fait le point à partir d'autres sources disponibles et accessibles. Cela peut se faire à travers plusieurs formules pédagogiques : conférence avec un ou une spécialiste de la question, visionnement de vidéos, lecture de textes si possible. La personne animatrice doit s'assurer d'une bonne compréhension de la part des personnes participantes. Ce point n'est pas à négliger dans le processus. Il est déterminant pour la suite de l'atelier. Il peut arriver et il arrive souvent que la personne responsable de l'animation fasse aussi la preuve de ce qu'elle apprend des personnes participantes. Mais finalement, il serait intéressant que tous et toutes soient, d'une certaine manière, au même point sur le plan de la connaissance surgie de cette expérience.

Remarque à l'attention de la petite équipe d'animation

Ce troisième atelier est particulièrement important dans un contexte où, face aux multiples événements traumatiques vécus, une partie de la population du pays trouve un apaisement dans les explications provenant de certains groupes religieux. L'enjeu n'est certainement pas de mettre en question des croyances et des repères porteurs de sens, mais beaucoup plus d'élargir la compréhension et la connaissance des événements pour éviter une interprétation trop univoque et fataliste.

Cette visée s'inscrit dans cette idée et ce principe de base de la philosophie d'intervention d'Oreille attentive selon lequel comme sujets actifs, les personnes accueillies peuvent déconstruire certaines connaissances pour entrer dans un processus de reconstruction d'autres ou de nouvelles connaissances, moyennant la disponibilité et l'accès à des données et d'outils nécessaires leur permettant de le faire.

Le troisième atelier demandera un type de préparation différent de la part de la petite équipe d'animation. Celle-ci aura possiblement des spécialistes à inviter et ou elle aura à choisir du matériel pédagogique, comme des vidéos et ou des textes, en fonction de ce qui aura été partagé par les personnes participantes depuis le premier atelier.

DÉROULEMENT

Lors de chaque atelier, les personnes participantes sont invitées à se placer en cercle, dans une position confortable.

Ouverture de l'atelier

- Le troisième atelier s'ouvre sur une petite activité dynamique, comme chanter ensemble ou, si la salle le permet, bouger ensemble (sauter à la corde, danser...)
- Un petit exercice de respiration peut suivre au besoin pour aider les participantes et les participants à se recentrer pour la suite.
- La personne responsable de l'animation s'informe ensuite auprès des personnes participantes sur comment elles se sont senties suite au dernier atelier. Un tour de table est effectué. Il s'agit que chaque personne sache qu'il y a un suivi attentif de ce qu'elle partage et continuera à partager sur son vécu face à l'événement traumatique.
- L'objectif du troisième atelier est présenté et expliqué : Jusqu'ici, dans les deux premiers ateliers, les personnes participantes ont pu partager sur leur vécu d'événements traumatiques et les émotions et sentiments qu'ils ont suscités chez elles; dans le troisième atelier, il s'agit de regarder autrement ces événements traumatiques; on le fait non pas au « je », mais avec une position plus distanciée, à partir de connaissances objectives. Pour cela, différentes sources seront présentées et discutées pendant l'atelier.



Activité

- La personne responsable de l'animation présente le ou les thèmes (situation ou événement traumatique déjà évoqué) qui seront abordés au cours de cet atelier; il s'agit de thèmes qui sont directement en lien avec ce qui a été partagé par les personnes participantes dans les deux premiers ateliers.

Lors du même atelier, deux ou trois thèmes (événements ou situations traumatiques) pourront au besoin être abordés.

- La personne animatrice annonce ensuite la formule pédagogique qui aura été choisie pour chacun des événements ou situations dont il sera question dans l'atelier.

Par exemple, pour aborder la situation de violence, une présentation d'une personne spécialiste invitée, sociologue ou d'une autre discipline; ou encore, le visionnement d'une vidéo et ou une lecture de textes.

- Elle rappelle qu'à partir de la présentation et de la prise en compte de connaissances objectives, ce troisième atelier vise à sensibiliser les personnes participantes à différents aspects entourant l'événement traumatique; le but étant de clarifier davantage un événement ou une suite d'événements, en recadrant d'une manière plus objective certains faits, actions et acteurs impliqués, d'en arriver en quelque sorte à une compréhension élargie de l'événement.
- L'activité autour du thème abordé se déroule selon la séquence suivante : une première période est consacrée à la présentation sur l'événement ou la situation (conférence, vidéo, texte), une deuxième aux questions que pourraient avoir les personnes participantes, une troisième à la discussion.
- À la fin de l'activité autour d'un événement ou situation, une discussion est ainsi engagée où chaque personne participante est appelée à s'exprimer sur sa compréhension de ce qu'elle vient d'entendre et d'apprendre sur l'événement ou la situation, donc à partir de ce qui vient d'être présenté et discuté.

En résonance à ce qui est dit, la personne responsable de l'animation tente, par ses relances, et au besoin à travers certains recadrages, d'amener les personnes participantes à élargir leur compréhension de l'événement et de ce qui l'a rendu possible, ce qui inclut la prise en compte des connaissances objectives qui ont été présentées et discutées durant l'atelier. On vise ainsi une amorce d'intégration d'une compréhension élargie de l'événement ou de la situation qui prend en compte des dimensions plus factuelles et objectives.

Avoir pu développer un regard et une compréhension plus large et fondée de l'événement et de la situation apporte un certain pouvoir pour faire face, et possiblement agir sur certaines des difficultés issues de cet événement.

Conclusion de l'atelier

- La personne animatrice annonce la thématique du prochain atelier et invite les participantes et les participants à commencer à s'y préparer : À partir de ce qui est entre leurs mains, individuellement et collectivement, il s'agit d'envisager et de se projeter dans des décisions, sur les plans personnel, de groupe ou communautaire qui permettront d'avancer face aux difficultés liées aux événements traumatiques.

CLÔTURE DE L'ATELIER

Des jeux ou une petite activité ludique favorisant notamment l'entraide pourront être organisés pour clore ce troisième atelier.

La rencontre se termine avec un petit goûter lorsque c'est possible.

ATELIER 4

LA PRISE DE DÉCISION SUR LES PLANS PERSONNEL, DE GROUPE ET OU COMMUNAUTAIRE, POUR AVANCER

Présentation et objectif du quatrième atelier

Au cours de cette étape, la personne animatrice fait une synthèse des séances antérieures de travail. Elle reprend et tente une certaine systématisation de ce qui a émergé des discussions qui ont eu lieu au fil des trois premiers ateliers.

L'objectif de cet atelier est d'amener les personnes participantes à prendre certaines décisions pour sortir du labyrinthe où elles se trouvent. Le pas ou les pas à faire sont difficiles et ne doivent ni être imposés, ni choquer les personnes participantes. Ces dernières doivent assumer leur décision. La personne animatrice facilite la compréhension des conséquences des décisions prises. Dans le même temps, elle apprécie l'évolution et la détermination de chaque personne pour avancer positivement. Elle poursuit son travail d'orientation en s'assurant de bien toucher les dimensions prévues. Cela peut être au niveau personnel, familial, groupe, communautaire ou national.

DÉROULEMENT

Lors de chaque atelier, les personnes participantes sont invitées à se placer en cercle, dans une position confortable.

Ouverture de l'atelier

- Lors de ce quatrième atelier, les personnes participantes sont accueillies avec une musique; une pièce musicale conscientisante est à cet égard privilégiée.
Le choix d'une pièce musicale (chanson ou autre) conscientisante vise à sensibiliser d'emblée les personnes à l'état d'esprit et à l'objectif d'engagement qui sont au cœur de cette étape et de cet atelier.
- Suite à cet accueil musical, une brève activité peut être réalisée qui, elle, visera à favoriser le travail d'équipe ainsi que le rire; cela peut, par exemple, se faire à travers la danse, le chant ou encore un jeu.



Activité

- La personne animatrice reprend certains éléments qui ont été partagés et discutés lors des ateliers qui précèdent. Elle souligne les éléments autour desquels un accord s'est dégagé et exprimé dans le groupe dans la compréhension de l'événement traumatique, particulièrement lors du dernier atelier. Elle valide sa lecture auprès du groupe, en prenant soin de ne blesser personne dans son vécu singulier, ni dans ses émotions ni dans ses croyances.

Ainsi, lors d'une série d'ateliers où les partages ont principalement porté sur le traumatisme lié à un tremblement de terre, la personne animatrice a pu valider un accord général : le constat de causes naturelles, géologiques, du tremblement de terre est apparu acceptable et accepté par l'ensemble des personnes participantes, que celles-ci attribuent ou pas à l'événement d'autres formes de causalités (spirituelles, surnaturelles...)

- À partir d'une compréhension au moins partiellement partagée de l'événement traumatique fondée notamment sur la reconnaissance de certaines connaissances objectives entourant celui-ci, la personne animatrice rappelle l'objectif du présent atelier qui va amener le groupe à faire un pas de plus face à l'événement traumatique : il s'agit d'amener les personnes participantes à prendre certaines décisions pour sortir du labyrinthe où elles se trouvent. À partir de ce qui est entre leurs mains, individuellement et collectivement, elles vont être amenées à envisager et à se projeter dans des décisions, sur les plans personnel, de groupe et ou communautaire qui leur permettront d'avancer.
- À cet égard, la personne animatrice va inviter le groupe à imaginer et à se projeter dans des gestes et ou des actions sur différents plans et à différents niveaux. Sur fond d'un événement traumatique qui a touché individuellement et collectivement les personnes participantes, il s'agit ainsi d'envisager des gestes et ou des actions à la fois pour soi, pour ses proches, et plus collectives.
- À la différence des partages et échanges lors des ateliers qui ont précédé, le tour de table est ouvert. Chaque personne prend la parole lorsqu'elle se sent prête; l'équipe d'animation s'assure par ailleurs de la participation de toutes et de tous. Si une personne parle moins, elle pourra être invitée à s'exprimer, si elle le souhaite.
- Au fil des partages, la personne animatrice, de façon délicate et sans pression, ramène au besoin les personnes participantes à s'interroger sur ce qu'elles se sentent prêtes à faire, à la fois pour elles-mêmes et pour leur famille, pour les personnes de leur entourage, pour leur communauté et éventuellement pour d'autres communautés.
- Des gestes et des actions que les personnes participantes souhaitent poser vont petit à petit émerger des partages. La personne animatrice va accompagner cette démarche progressive, validant une compréhension commune de ces gestes et actions à poser, clarifiant au besoin les implications des décisions en ce sens.

- Progressivement, il s'agit ainsi de donner une forme et une orientation à ce qui émerge afin de dégager peu à peu, de manière réaliste, des gestes et des actions qui pourront être concrétisés par les personnes participantes, individuellement et de manière collective. Le groupe travaille ainsi à une sorte de plan d'action.
- Les gestes et les actions à mettre en place peuvent être de toutes sortes. À titre indicatif, le groupe pourrait envisager de rendre possible une suite à la série d'ateliers qui permettrait aux personnes participantes de continuer à se rencontrer pour s'entraider; un projet spécifique d'entraide pourrait être ciblé qui serait porté par le groupe, et possiblement bénéficier à une communauté plus large; le groupe pourrait aussi souhaiter rendre accessible à d'autres la série d'ateliers, et s'engager dans leur réalisation.
- L'accompagnement de ce processus exige généralement du temps; cet atelier est donc souvent relativement long. Il est dès lors bénéfique de l'entrecouper de petites pauses et de petites activités ressourçantes comme un jeu, de la danse ou du chant. Au besoin, une seconde rencontre pourrait être planifiée pour compléter l'atelier.

Conclusion de l'atelier

- Le moment de la terminaison de la série d'ateliers approche. À partir de ce qui s'est dégagé lors du présent atelier, des suites à ces ateliers ont été envisagées.
La personne animatrice valorise le chemin parcouru depuis le premier atelier et souligne l'importance et la qualité de l'engagement des personnes participantes dans les ateliers et dans le désir d'y donner des suites à travers certains gestes et actions.
- Parmi les gestes et actions qui se sont dégagés lors de cet atelier, il se peut que la décision d'organiser un rituel de deuil symbolique ait été envisagée; celui-ci sera au cœur du prochain et dernier atelier.
- Si cela n'a pas été le cas, la personne animatrice peut proposer aux personnes participantes de tenir un dernier atelier qui sera consacré à un rituel de deuil symbolique.
- Le groupe discute et s'entend sur ce qu'il souhaite pour ce rituel de deuil.

CLÔTURE DE L'ATELIER

La rencontre se termine avec un petit goûter lorsque c'est possible.

ATELIER 5

ACTIVITÉ OU RITUEL DE DEUIL SYMBOLIQUE

Présentation et objectif du cinquième atelier

La participation à un rituel de deuil symbolique peut être fondamentale pour la terminaison de la démarche d'ateliers d'accompagnement psychosocial à l'écoute du vécu d'événements traumatiques. À travers la tenue d'un rituel de deuil symbolique, l'objectif de cet atelier est de contribuer à rétablir une paix intérieure chez les personnes participantes, survivantes d'événements traumatiques.

L'accompagnement psychosocial, comme nous l'entendons actuellement, a démarré dans un contexte où on a enregistré plusieurs milliers de morts : le cyclone Jeanne aux Gonaïves, les inondations à Mapou et dans d'autres régions du pays par la suite, plus tard le tremblement de terre de 2010 avec environ 300 000 morts pour ne citer que ces exemples. Au cours de ces malheureuses circonstances, le pays a enregistré beaucoup de morts, dont très peu a pu avoir une sépulture digne. Les parents et les familles restent affectés; on a de la difficulté à vivre avec cette profonde peine. Il faut faire quelque chose qui rétablit la paix intérieure chez les personnes survivantes de ces catastrophes. Elles ont besoin de pleurer leurs morts, de leur donner une sépulture digne même symbolique pour soulager leur conscience. Un deuil est important. Mais on doit éviter de choquer les croyances et la culture. Chaque personne doit se sentir à l'aise pour intégrer un tel processus qui procure un certain soulagement. Ce dernier est profondément interne. Ce n'est pas tant ce que dit la personne qui importe. C'est plutôt le soulagement du poids de sa conscience qui importe. C'est de là que vient l'importance interne et profondément personnelle de cette étape.

Il faut souligner que le deuil ne fait pas appel uniquement à un être humain. On peut avoir à faire le deuil de certaines habitudes par exemple ou de certains objets importants pour soi.

Cependant, on sait que, dans le cas d'un être humain, la population haïtienne garde des liens importants avec ses morts. Ces derniers restent dans le prolongement de sa famille demeurée vivante. En tout cas, cela passe dans les croyances. Ainsi, le pire qui peut arriver à quelqu'un ou à une famille, c'est de ne pas avoir enterré un parent proche mort et *de kite nam moun nan ap vagabonde*. Il existe toute une série de rituels à prendre en compte à la mort de quelqu'un. Comme nous sommes en accompagnement psychosocial, il ne fait pas de doute que cet aspect n'est pas à négliger.

DÉROULEMENT

Avant l'arrivée des personnes participantes, l'équipe d'animation, aidée au besoin de quelques personnes participantes, procèdent à l'installation de la salle ou du lieu choisi pour la tenue du rituel de deuil.

À titre indicatif, nous nous inspirerons ici d'un rituel expérimenté lors de la terminaison d'expériences passées d'ateliers d'accompagnement psychosocial d'Oreille attentive pour présenter le déroulement de la rencontre. Ce déroulement et les activités pourront être adaptés si une autre forme de rituel symbolique est privilégiée.

Le rituel dont il sera question ici s'organise autour d'un geste symbolique par lequel la personne brûle une feuille de papier sur laquelle elle a consigné quelque chose de sa douleur. Pour cela, un réchaud sera installé de manière sécuritaire au milieu de la salle, autour duquel les personnes participantes seront placées.

Ouverture de la rencontre

- Les personnes sont accueillies au son d'une musique apaisante.
- Elles sont invitées à garder le silence tout en s'installant en cercle; chaque personne doit avoir la possibilité de voir ce qui va se passer pendant le rituel.

Introduction au rituel

- La personne animatrice et son assistante auront au préalable relu les verbatims des deux premiers ateliers. Sur cette base, la personne animatrice commence par nommer devant le groupe des éléments qui ont été partagés lors des deux premiers ateliers permettant d'identifier les pertes vécues. Elle le fait de manière à ce que chaque personne retrouve l'écho de ce qu'elle a exprimé et partagé lors des ateliers qui précèdent et sente que sa propre expérience de l'événement traumatique est placée au cœur de la cérémonie de rituel symbolique (Par exemple : *Nous nous rappelons que Monsieur M. a perdu sa fiancée lors de cet événement; Madame R nous a parlé de...*)
- La cérémonie de deuil symbolique vise à relier les personnes participantes autour d'expériences à la fois singulières et communes.

Déroulement du rituel

- Des feuilles de papier sont distribuées. Les personnes participantes sont invitées à y écrire quelques mots ou phrases qui permettent de nommer la douleur de la perte et de dire adieu. Il peut s'agir aussi de confier les vivants aux personnes disparues, appelées à veiller sur les personnes survivantes. La feuille de papier est ensuite pliée, son contenu demeurant dans l'intimité de chaque personne.
- La personne animatrice rappelle qu'il n'est pas impératif d'écrire quelque chose sur la feuille de papier, et que les personnes peuvent plutôt identifier dans leur cœur la perte et l'adieu. Dans ce cas aussi, la feuille de papier est ensuite pliée, symbolisant ainsi l'intimité de la personne, de sa douleur face à la perte vécue.
- Chacune à leur tour, les personnes participantes sont ensuite invitées à se rapprocher du réchaud, à s'y recueillir une minute avant de brûler la feuille de papier. Chaque personne attend que la feuille soit complètement consumée pour reprendre sa place dans le cercle; chaque personne va ainsi accomplir ce geste rituel, en présence du groupe qui reste recueilli tout au long du rituel.
- Ce rituel peut s'accompagner d'émotions vives, de pleurs et de plaintes. La solidarité entre les personnes pourra alors s'exprimer en serrant les mains, en étreignant l'autre; cela s'effectuera, autant que possible, dans le silence, sans échanges de paroles dans le groupe.

Clôture du rituel

- Après que chaque personne ait procédé à ce geste rituel, la personne animatrice procède à la clôture du rituel en rappelant le sens de celui-ci : de façon symbolique, les souffrances, les douleurs ont été rendues à la terre et au ciel; les vivants peuvent ressentir une forme de libération, et les morts peuvent enfin reposer en paix.

CLÔTURE DE LA RENCONTRE

La fin du rituel de deuil peut être une occasion d'exprimer et de solliciter des émotions qui célèbrent la vie; cela peut se faire à travers la danse, le chant ou d'autres formes d'expression.

Ce moment de célébration est suivi d'un moment de partage entre les personnes participantes. L'objectif est de poursuivre collectivement la réflexion entamée lors du précédent atelier sur les suites à donner. Les personnes participantes peuvent aussi, de façon plus ponctuelle, partager des stratégies aidantes auxquelles elles ont recours pour elles ou pour leurs proches.

CONCLUSION DE LA SÉRIE D'ATELIERS

Il est important que la terminaison de la série d'ateliers soit explicitement nommée et la démarche du groupe valorisée.

La personne animatrice va procéder à une sorte de bilan de l'expérience du groupe au fil des différentes rencontres. Elle pourra pour cela s'inspirer de ces quelques réflexions :

Nous arrivons au terme de cette série d'ateliers. Nous avons énormément cheminé au fil des rencontres. Nous avons pu mettre des mots sur des épreuves et des traumatismes qui ont bouleversé nos existences. Nous nous sommes senti.e.s écouté.e.s et entendu.e.s. À l'écoute des témoignages et des sources d'information qui ont été mobilisées, nous avons aussi été capables d'élargir notre compréhension des événements terribles auxquels nous avons survécu. Nous avons ainsi vécu ensemble des moments de grande intensité qui se sont accompagnés de beaucoup de solidarité et de bienveillance de la part de chacun et chacune d'entre nous. Collectivement et individuellement, nous avons peu à peu avancé dans une démarche progressive de réparation. Nous en ressortons grandi.e.s, plus fortes et plus forts.

Pour plus d'informations et contacts



Oreille attentive – OA.

À l'écoute du couple et de la famille

Recherche, Actions, Formation – RAF

Téléphone et WhatsApp : (509) 4384-1315 / 38152741

Courriel : rafayiti2018@gmail.com