



Regards sur le monde

FRANCE | DIANA KOLNIKOFF, responsable de projet à Traces réseau clinique international •
Interview réalisée par Hélène Legeay, responsable Maghreb/Moyen-Orient à l'ACAT •

Le traumatisme secondaire

Diana Kolnikoff revient sur une dimension importante du travail de l'organisation : le soutien apporté aux professionnels qui viennent en aide aux victimes de la violence politique et qui développent de ce fait un traumatisme secondaire, encore bien trop souvent négligé.

Comment peut-on définir le trauma secondaire ? Quels sont ses causes et ses symptômes ?

Premièrement, peut-être faut-il commencer par dire un mot sur le trauma causé par la violence politique. Les victimes ont souvent subi une violence extrême, psychologique et physique, que ce soit à travers la torture ou d'autres formes de violences intentionnelles qui ont ceci en commun de viser à détruire la personne, ses appartenances, sa communauté. Cela crée un trauma très profond qui peut demeurer dans la durée et se manifester par toutes sortes de symptômes : troubles du sommeil, maux de tête, dépression, retrait du monde, manque de confiance en les autres, etc. À ces effets psychologiques peut s'ajouter un trauma physique selon les sévices que la personne a subis.

On s'aperçoit - et c'est là que l'on commence à parler de trauma secondaire - que le trauma touche aussi les proches de la victime, sa famille, ses descendants. Les effets peuvent être générationnels, comme on l'a constaté après la Seconde Guerre mondiale ou à l'occasion de plusieurs génocides.

Il touche aussi les personnes qui travaillent en lien avec des victimes telles que les membres d'associations de défense des droits de l'homme ou d'associations humanitaires qui interviennent dans des zones de conflits, ou encore les psychologues spécialisés dans l'assistance aux victimes. Ces personnes écoutent sans arrêt des histoires pénibles et douloureuses et sont parfois particulièrement touchées,

sans savoir pourquoi ni comment gérer cette émotion. Elles peuvent alors présenter des symptômes tels que des troubles du sommeil, de l'angoisse, de la déprime, le sentiment d'être débordé, des images récurrentes qui reviennent en tête, l'envie de pleurer en entendant certains récits, etc. Ainsi, à force d'être dans la compassion, elles sont souvent débordées par ce qu'elles ressentent vis-à-vis de la victime et peinent à garder de la distance. C'est ce que l'on appelle le « traumatisme secondaire ».

Il y a donc toute une approche à développer pour prendre en charge des victimes, pour pouvoir parler des effets que cela a sur soi et même des techniques pour aider la personne qui écoute les victimes à recevoir ces témoignages difficiles.

Comment en êtes-vous venue à travailler sur le trauma secondaire ?

Quand nous avons créé le Centre Primo Levi de réhabilitation pour les victimes de torture, nous étions déjà conscients de l'effet que peut avoir sur le personnel soignant le fait de travailler avec des victimes de torture. La violence subie par ces dernières se transmet à ceux qui leur viennent en aide, se perpétue inconsciemment au point de pouvoir mettre en péril toute l'équipe. La communication peut devenir violente, dictatoriale, au détriment des règles de travail en commun. On peut d'ailleurs constater le même phénomène au sein des familles de victimes.



Formation des juristes et avocats en Guinée Conakry, février 2012 et 2013 - © TRACES

Par conséquent, dès la création du centre, nous avons organisé, une fois par mois, une séance de supervision pour l'équipe de l'association par un psychologue extérieur. Dans l'association Traces, pour laquelle je travaille aujourd'hui, nous organisons des formations à destination des personnes qui travaillent, en France ou à l'étranger, en lien avec des victimes de violence politique : des défenseurs des droits de l'homme, des médecins, des avocats, des psychologues. Au début de chaque formation, nous ouvrons un espace de parole pour que chacun puisse parler de son travail, mais aussi de l'effet que ce travail a sur lui.

Comment traite-t-on le traumatisme secondaire ?

Traces a organisé une formation en trois temps, à Vilnius, auprès de défenseurs des droits de l'homme biélorusses qui travaillent sous une pression constante. Ils vivent dans un pays sans État de droit véritable et se battent dans de nombreux domaines très difficiles (la peine de mort, la torture, la prison). Ils sont débordés par l'ampleur et la gravité de leurs tâches, comme c'est souvent le cas des militants qui travaillent dans des pays où les droits de l'homme ne sont pas respectés. Leur vie privée est mise à mal, leurs familles sont persécutées, leurs associations travaillent clandestinement. Leur travail n'est pas un simple emploi, c'est un engagement à plein-temps.

Ces Biélorusses avaient, par conséquent, besoin d'un espace de parole pour partager ce que le contact avec les victimes produit comme effets sur eux, mais aussi sur leur travail.

L'idée de la formation était d'aborder à la fois le traumatisme des victimes de violence politique, afin que les défenseurs sachent comment adapter leur comportement à la victime, et aussi le traumatisme secondaire, intrinsèquement lié au premier. La première fois, nous les avons donc laissé s'exprimer sur les difficultés qu'ils rencontraient dans leur travail. Nous nous sommes rendu compte que, comme dans beaucoup d'autres associations de défense des droits de l'homme, ils n'évoluent pas dans un cadre de travail clair et respecté. Il n'y a ni horaire, ni organisation, ni rôle précis et l'activité professionnelle empiète systématiquement sur le cadre de la vie privée.

Notre objectif a été de leur faire prendre conscience du problème, puis de les aider à envisager leur activité en faveur des droits de l'homme comme un travail salarié qui doit être traité et vécu comme tel, quoi que l'on ressent pour les victimes. Ensuite, nous avons essayé de trouver ensemble des solutions, telles que l'organisation de réunions d'équipe hebdomadaires afin que les membres de l'association puissent échanger sur les difficultés rencontrées dans le cadre de leur travail ; la limitation stricte des horaires de travail ; l'identification claire

« Traces »

Traces réseau clinique international est un réseau de psychanalystes engagés dans les droits de l'homme. Ce réseau prend en charge des victimes de violence politique, forme d'autres associations ou professionnels à cette prise en charge. Il soutient les victimes et les témoins lors des procès impliquant les violations des droits de l'homme.

du rôle de chacun au sein de l'organisation et la rationalisation des tâches ; l'assignation de rendez-vous aux victimes pour qu'elles ne restent pas toute la journée dans les bureaux et pour que l'équipe puisse gérer son emploi du temps.

Ils ont aussi réfléchi à des mécanismes de protection en cas de descente de police et de menaces.

Au cours de la deuxième rencontre, deux mois plus tard, nous avons organisé des entretiens individuels avec ceux qui le désiraient. Ils ont tous pris rendez-vous. Chacun a expliqué ce qu'il avait mis en place depuis la dernière formation afin de mieux gérer son travail et préserver sa vie personnelle.

Nous avons constaté une vraie évolution dans leur façon de penser leur vie et leur travail. Ils ont tous bien intégré la nécessité de prendre du recul régulièrement.

Quels obstacles avez-vous constatés dans ce cheminement ?

Il y a le phénomène de la culpabilité, bien sûr, par rapport à la souffrance qu'ont endurée les victimes. Les défenseurs des droits de l'homme tendent à donner tout leur temps et toute leur énergie et à se sentir malgré tout coupables de ne pas faire assez. Il faut rompre avec la victimisation et ne pas mettre les victimes sur un piédestal. Par ailleurs, le rapport à l'argent est aussi parfois compliqué. Certains ont tendance à travailler gratuitement car ils considèrent illégitime d'être payés pour défendre les droits de l'homme. Nous insistons alors sur le fait que ce qu'ils font est un travail, pas du bénévolat, et qu'ils doivent donc être salariés. À part ces quelques réticences, qui soulignent d'ailleurs la nécessité de notre intervention, notre travail est toujours très bien accueilli par les défenseurs des droits de l'homme avec lesquels nous nous entretenons. Ils apprécient tous ce moment de libre parole qui leur est donné et qui peut leur être extrêmement profitable sur le long terme. •