

# Résumés en Français

*Section spéciale : discussion sur la thérapie par exposition à la narration*

**Évaluer les interventions visant les troubles de stress post-traumatique dans les pays à bas et moyens revenus : la thérapie par exposition à la narration**

*Adrian P. Mundt, Petra Wünsche, Andreas Heinz & Christian Pross*

Cet article offre un cadre pour évaluer des essais contrôlés randomisés de l'efficacité du traitement des troubles de stress post-traumatique, dans les pays à bas et moyens revenus, appliqués à la thérapie par exposition à la narration. Une liste d'indicateurs méthodologiques et conceptuels pour évaluer les données des essais a été mise au point et employée afin de juger six essais. L'efficacité de cette thérapie pour réduire les symptômes est principalement déduite à partir d'effets ayant été mesurés à des étapes d'un suivi de long terme, alors que ceux-ci n'étaient pas visibles à des étapes du suivi un peu antérieures. Les interventions ciblées, telles que la thérapie par exposition à la narration, pourraient être d'une durée trop courte pour traiter les troubles de stress post-traumatique résultant d'une exposition longue et répétée au traumatisme avec une importante perturbation des environnements sociaux. L'approche de la thérapie par exposition à la narration ne prend pas en considération le contexte culturel et politique, pas plus que les effets des événements traumatisants sur les communautés et elle semble être déconnectée des systèmes de santé plus extensifs. Il en résulte que les données sur l'efficacité de cette thérapie dans des situations d'après catastrophe ne sont pas encore concluantes. Les problèmes conceptuels devraient être abordés dans des essais d'efficacité supplémentaires.

**Mots-clés :** Thérapie par exposition à la narration, essais d'efficacité, trouble de stress post-traumatique, examen

**Commentaires sollicités :** Le Comité de rédaction a invité un certain nombre d'experts (F. Neuner, et al., D. Pedersen, A. Fernando, W. Yule, A. Rasmussen, and A. Northwood & P. Orieny) à présenter un bref commentaire de *Évaluer les interventions visant les troubles de stress post-traumatique dans les pays à bas et moyens revenus : la thérapie par exposition à la narration*, avec une introduction au débat faite par Peter Ventevogel.

**Autres contributions**

---

**Se sentir bien : perceptions du bien-être psychosocial par des femmes vivant dans trois pays en proie à des conflits**

*Martha Bragin, Karuna Onta, Taaka Janepher, Generose Nzeyimana & Tonka Eibs*

Les effets dévastateurs des conflits armés sur le bien-être psychologique et social des femmes ont été attestés et étudiés au cours des dernières années, et cela a conduit à inclure des programmes psychosociaux en tant que pratiques habituelles dans le cadre des interventions humanitaires visant des femmes touchées par des conflits. Cependant, il leur a rarement été demandé de définir et d'opérationnaliser le bien-être psychosocial avec leurs propres mots et dans leurs propres contextes, et c'est pourquoi il a été difficile de déterminer l'efficacité de tels programmes. Il en a résulté une maigre base de données probantes. L'étude a utilisé des méthodes à la fois participatives et ethnographiques, en recourant à un échantillonnage raisonné de 1218 femmes âgées de 18 à 65 ans dans des groupes de discussion ainsi que 79 informateurs clés au Burundi, au Népal et au nord de l'Ouganda. Il a résulté de cette étude un développement de constellations interconnectées en matière d'aspirations positives qui comprennent le bien-être psychosocial ainsi que des exemples

détaillés. Ceci invite à une méthode reproductible afin de développer des indicateurs pour l'évaluation de futurs programmes destinés à des femmes adultes touchées par un conflit armé, dans le but d'inclure leur point de vue lors de la planification des programmes et des politiques dont elles bénéficieront.

**Mots-clés :** touché par un conflit, évaluation participative, bien-être psychosocial, femmes

---

**Médiation des facteurs de stress quotidiens sur la santé mentale dans un environnement conflictuel : une étude qualitative à Gaza**

*Alison Schafer, Hajar Masoud & Rania Sammour*

Les Directives du Comité permanent interorganisations (CPI/IASC) concernant la santé mentale et le soutien psychosocial (IASC 2007) ont recommandé la satisfaction des besoins essentiels et le soutien communautaire/familial comme approche essentielle pour améliorer le bien-être général des personnes touchées par des crises, y compris par des conflits armés. Cependant, les constatations -en matière de théorie et de recherche psychologique- sur les impacts positifs ou les données probantes, sont restées limitées. Un projet sur les moyens de subsistance à Gaza, réalisé par World Vision AusAID, a été examiné de manière qualitative, afin de rechercher de quelle façon les soutiens psychologiques améliorent le bien-être des hommes, des femmes et des enfants. Les résultats de cet examen qualitatif présentés dans cet article montrent que les sentiments de bien-être localement souhaités se sont améliorés grâce à la diminution des facteurs de stress quotidien et ils ont confirmé le modèle d'une relation médiatrice entre des événements traumatiques et la santé mentale, comme le suggéraient Miller & Rasmussen (2010). L'article démontre également les avantages d'une approche multidisciplinaire et intégrée en matière de soutien psychosocial pour les programmes mis au point dans une perspective visant la totalité de la famille, qui réponde

mieux aux besoins psychosociaux de cette communauté touchée par un conflit. L'article aborde la question de la nécessité de modèles de mesure efficaces visant à vérifier l'impact des approches en matière de soutien psychosocial intégré.

**Mots-clés :** conflit, facteurs de stress quotidiens, psychosocial, bien-être

---

**Capital social et santé mentale : connexions et complexité dans les contextes de rétablissement post-conflictuel**

*Willem F. Scholte & Alastair K. Ager*

Dans les populations touchées par une guerre, il y a souvent une grave perturbation de la cohésion sociale. De plus, la douleur et les traumatismes ainsi que des services de santé insuffisants et une absence de sécurité entraînent une augmentation des problèmes de santé mentale. Le capital social est potentiellement une ressource majeure pour soutenir un rétablissement d'après conflit, et il est de plus en plus considéré non seulement comme un moyen de favoriser le développement économique et social mais aussi comme ayant une forte influence sur la santé des populations. Néanmoins, les liens entre le capital social et la santé mentale sont complexes. C'est pourquoi cet article commence par une introduction à l'élaboration du capital social, il passe en revue les conclusions principales sur sa relation à la santé et au bien-être ainsi qu'à la santé mentale dans les situations faisant suite aux crises. Finalement, il y est examiné s'il est possible de promouvoir intentionnellement le capital social, ainsi que cela a été tenté au Rwanda dans un programme de psychothérapie communautaire. Même s'il semble y avoir des arguments en faveur d'une promotion du capital social dans les cadres post-conflictuels, un travail supplémentaire est requis pour documenter des manières fiables d'assurer cela et de dégager des voies influant sur le bien-être social et la santé mentale.

**Mots-clés :** participation civique, intervention psychosociale communautaire, santé mentale, rétablissement post-conflictuel, guerre, capital social

---

**Les chemins vers la résilience au Rwanda après le génocide : un modèle ressources-efficacité**

*Fabien Dushimirimana, Vincent Sezibera & Carl Auerbach*

Des chercheurs de terrain et des praticiens dans le domaine de la santé mentale post-conflit se sont distanciés de l'intérêt exclusif porté au traumatisme et aux dommages subis, pour se tourner vers la perspective de la résilience. Cette nouvelle perspective se concentre sur la manière dont les individus et les communautés traumatisées reconstruisent leurs vies et leurs institutions. L'étude qualitative examine la résilience dans le Rwanda après le génocide, dans le but de développer un modèle permettant de comprendre les processus de résilience dans ce pays. Les auteurs ont employé un échantillon de 20 participants, considérés comme résilients, qui s'étaient réadaptés à la vie de manière satisfaisante et ne signalaient aucun signe de trouble dû au stress post-traumatique. La plupart d'entre eux avaient moins de dix ans lors du génocide et tous avaient perdu un parent ou leurs deux parents pendant cette période. Tous étaient membres de l' Association des Etudiants et Elèves Rescapés du Génocide, une organisation étudiante servant de nouvelle famille aux participants. Les interviews étaient analysées grâce à une procédure de recherche qualitative. L'analyse conduisait à une description du cours de la vie des participants pendant et après le génocide, et à une prise en compte théorique des facteurs ayant contribué à la résilience. Les résultats suggéraient un modèle de «ressources-efficacité-résilience» dans lequel la disponibilité de certaines ressources crée une

auto-efficacité facilitant la résilience, c'est-à-dire la capacité de surmonter le traumatisme passé et de créer une vie réussie. Les résultats suggèrent un modèle structurel pour des programmes de résilience assistée au Rwanda et ailleurs.

**Mots-clés :** génocide, recherche qualitative, résilience, Rwanda, traumatisme

---

**Construire la résilience et prévenir le burnout chez les agents humanitaires en Palestine : un témoignage personnel des soins de santé au personnel basés sur la mindfulness (pleine conscience)**

*Alessandra Pigni*

Cet article est un témoignage personnel concernant l'introduction de la pratique de la «mindfulness» chez les professionnels de l'humanitaire travaillant à Jérusalem-Est et sur la rive ouest du Jourdain, afin de les aider à réduire le stress et à traiter le problème du burnout. «Mindfulness» signifie cultiver systématiquement la prise de conscience qui survient lorsque l'on accorde volontairement de l'attention, dans le moment présent, avec de la compassion et une curiosité sincère. En cultivant la conscience attentive, nous découvrons comment vivre dans le moment présent, au lieu de ruminer sur le passé et de s'inquiéter de l'avenir. A travers les interventions basées sur la mindfulness, l'auteur - une psychologue ayant l'expérience de l'humanitaire - vise à encourager chez les agents humanitaires et leurs organisations, une culture basée sur «apprendre et prendre soin». La représentation sous-jacente admet l'interconnexion entre la santé personnelle et la santé globale, entre la transformation personnelle et la transformation globale.

**Mots-clés :** burnout, organisations humanitaires, mindfulness, Palestine, résilience