

# Le réseau de pairs (peer support network)

Le soutien du personnel humanitaire de retour de  
mission

Evelyne josse  
2007

[www.resilience-psy.com](http://www.resilience-psy.com)

14 avenue Fond du Diable, 1310 La Hulpe, Belgique

Psychologue clinicienne. Hypnose éricksonnienne, EMDR, thérapie brève  
Psychothérapeute en consultation privée, psychologue du programme ASAB, expert en hypnose judiciaire,  
consultante en psychologie humanitaire

<b>INTRODUCTION</b> .....	<b>3</b>
<b>QU'EST QU'UN RESEAU DE PAIRS ?</b> .....	<b>5</b>
Quel est l'objectif du réseau de pairs au retour de mission de l'expatrié ?.....	5
Les responsabilités des volontaires .....	5
La confidentialité, un principe directeur .....	5
La formation des volontaires du réseau de pairs .....	6
<b>CONSEILS AUX VOLONTAIRES DU RESEAU POUR LE SUPPORT PSYCHOSOCIAL AUX EXPATRIES DE RETOUR DE MISSION</b> .....	<b>7</b>
Choisir un moment propice .....	7
Etablir une relation basée sur la confiance .....	7
Faire preuve d'une écoute attentive.....	7
Demander des informations .....	8
Apporter réconfort et soutien.....	8
Définir le(s) problème(s) rencontré(s) par la personne.....	9
Elaborer un plan d'action.....	9
Offrir un suivi.....	9
<b>BIBLIOGRAPHIE</b> .....	<b>10</b>
L'auteur .....	12

# Introduction

---

Durant les missions humanitaires, les expatriés s'exposent à des situations hautement stressantes, voire traumatiques. Affectés dans des pays ravagés par la guerre ou par des catastrophes naturelles, ils peuvent être directement confrontés à des situations qui mettent leur vie en péril ou être témoins d'exactions cruelles. Ils viennent en aide à des populations en détresse et éprouvent souvent des émotions intenses en raison même du contexte de leur travail (populations en détresse, décimées par des épidémies, en proie à la misère et à la faim ; victimes gravement blessées, très mutilées et personnes décédées, parfois en masse ; vision apocalyptique de nombreuses destructions, désorganisation, etc.). Par ailleurs, la situation d'expatrié (séparation d'avec la famille, modification majeure du mode de vie, confrontation à une culture différente, etc.), la charge de travail et les conflits au sein de l'équipe entraînent fréquemment une souffrance intérieure, parfois difficile à juguler. D'autres causes peuvent contribuer à la souffrance du personnel humanitaire. Parmi celles-ci, soulignons l'importance que revêtent les défauts organisationnels (préparation de l'expatrié à son lieu d'affectation et à ses responsabilités professionnelles, règles régissant la communication et la prise de décision, gestion des équipes par les responsables, soutien technique de la part des superviseurs, etc.)<sup>1</sup>.

Le retour de mission, qu'il soit volontaire ou provoqué par les circonstances (par exemple, suite à une évacuation), qu'il soit transitoire (entre deux missions) ou définitif, représente pour les intervenants humanitaires un nouveau défi et les confronte à de nouvelles sources de stress. Si les expatriés s'attendent à expérimenter des situations difficiles à l'étranger, ils sont peut-être moins préparés aux difficultés qu'ils rencontrent à leur retour (réintégration au sein de la cellule familiale et sociale pouvant s'avérer plus complexe qu'attendu, confrontation à un quotidien considéré comme banal, recherche d'un emploi et d'un logement, etc.). Or, les stress associés au retour peuvent causer une détresse importante et avoir des répercussions non négligeables sur le fonctionnement familial, social et professionnel.

Les retrouvailles avec les proches peuvent ne pas se dérouler comme l'expatrié l'escompte. Après quelques jours d'euphorie, il risque de se sentir désorienté, frustré et incompris. Il peut éprouver le désir de raconter les expériences vécues sur le terrain mais également souffrir de ne pouvoir traduire l'intensité de son expérience. Par ailleurs, ces récits peuvent ne pas susciter l'intérêt auprès de certains de ses proches. Ceux-ci ne partagent pas forcément son enthousiasme pour l'humanitaire, sont indifférents à ce monde inconnu ou incapables de l'appréhender. Il peut avoir l'impression que son entourage ne comprend pas ce qu'il a vécu ou pire, qu'il ne s'en préoccupe pas. Sa famille et ses amis peuvent être effrayés par ses aventures, être absorbés par des problèmes personnels ou simplement rendus inattentifs par la joie de le retrouver. A contrario, le choc du retour et la disparité des modes de vie peuvent pousser l'expatrié à taire son vécu. Dès lors, il peut être agacé par les multiples et sempiternelles questions qui lui sont posées par son entourage.

La conception que l'expatrié a de sa culture, de son pays, de sa famille et de ses amis se modifie au cours du temps sans qu'il en soit nécessairement conscient. Son expérience du

---

<sup>1</sup> Pour plus d'informations sur le stress des expatriés, nous renvoyons à l'article du même auteur : « Les expatriés dans la tourmente » sur [www.resilience-psy.com](http://www.resilience-psy.com)

terrain l'a transformé et son environnement familial a changé pendant son absence. Il peut avoir le sentiment désagréable que ses proches n'ont pas évolué alors qu'il a progressé grâce aux expériences extraordinaires de l'expatriation. A contrario, il peut ressentir la douloureuse impression qu'ils ont avancé tandis qu'il stagne sur le chemin de la vie (des proches se sont mariés, ont eu des enfants, etc.). Il peut en arriver à les critiquer et éprouver la sensation de ne plus appartenir au même monde, de ne plus partager leurs intérêts, leurs valeurs ou leur mode de vie. Frustration et incompréhension peuvent provoquer du ressentiment à l'égard des proches et déboucher sur des désaccords et des conflits douloureux dans un moment instable de sa vie.

Après avoir vécu en communauté, entouré de personnes dont il partage les valeurs humanitaires, il est possible que l'expatrié éprouve un sentiment de solitude dans les mois qui suivent son retour de mission. Le style de vie mené à l'étranger ainsi que les amis qu'il a quittés peuvent lui manquer d'autant plus qu'il ne parvient pas à se reconnecter à son milieu.

Ces difficultés auxquels les expatriés sont confrontés sur le terrain et au retour de mission, d'autres les ont rencontrés avant eux. Des organisations se sont données pour objectif d'offrir un support aux organismes humanitaires et certaines ONG ont créé leur propre réseau de soutien par les pairs (en anglais, peer support network). Ces réseaux regroupent des volontaires qui souhaitent apporter leur connaissance, leur expérience et surtout leur écoute à leurs collègues déployés sur le terrain et en revenant.

# Qu'est qu'un réseau de pairs ?

---

Un réseau de pairs (en anglais, peer support network) est un réseau de volontaires ayant une expérience antérieure de terrain dans le domaine humanitaire. Ils ont en commun la volonté d'aider des personnes confrontées aux difficultés engendrées par l'expérience de l'expatriation durant leur affectation ainsi qu'à leur retour dans leur pays de résidence après leur mission. Cet article se limite à ce dernier aspect.

## Quel est l'objectif du réseau de pairs au retour de mission de l'expatrié ?

L'objectif principal de ce soutien individuel est de faciliter la réintégration de l'expatrié dans son pays de résidence. Par une écoute chaleureuse, par un échange de connaissances et d'expériences, le volontaire aide son collègue à intégrer les expériences qu'il a vécues durant son séjour à l'étranger et à dépasser les difficultés propres au retour. Ce soutien psychosocial contribue ainsi à prévenir ou du moins, à atténuer la survenue de difficultés psychosociales et le cas échéant, à favoriser le rétablissement psychologique de l'expatrié par un soutien stimulant ses capacités de résilience.

## Les responsabilités des volontaires

Le volontaire apporte réconfort et soutien à l'expatrié de retour de mission par le biais d'une écoute active. Il l'aide à clarifier ses pensées et ses sentiments, à cerner ses difficultés et à examiner les diverses façons possibles de les traiter. S'il le juge opportun, il peut lui suggérer des idées et des conseils pratiques fondés sur ses connaissances et son expérience personnelle. Il l'informe également des différentes aides psychosociales disponibles (via l'organisation et externes à celle-ci) et le cas échéant, lui ouvre la voie lui permettant d'accéder à ce support ultérieur.

## La confidentialité, un principe directeur

Les volontaires sont tenus de respecter une stricte confidentialité par rapport aux informations recueillies lors de leurs contacts avec les expatriés recourant à leurs services. Cette confidentialité inclut toute information permettant d'identifier l'expatrié (nom et prénom, pays de mission, position dans l'organigramme, profession, âge, incidents critiques éventuels vécus, etc.). Elle doit être garantie vis-à-vis du siège de l'organisation, des responsables de la mission quittée par l'expatrié, des collègues expatriés, du staff national, de la famille et des amis ainsi que de toute autre personne.

Les volontaires peuvent éprouver des difficultés à respecter la confidentialité de leurs entretiens notamment lorsqu'ils fréquentent des proches de l'expatrié ou lorsque celui-ci a

vécu des événements sortant de l'ordinaire. Ne pas respecter une stricte confidentialité peut s'avérer préjudiciable pour l'expatrié. De plus, si le fait est connu, cela peut en décourager d'autres à solliciter le soutien des pairs.

## **La formation des volontaires du réseau de pairs**

Il est essentiel que les volontaires du réseau de pairs reçoivent une formation adéquate. En effet, ils devront soutenir des expatriés qui auront vécu ou auront été témoin d'incidents critiques ou de dévastation. Ils doivent donc être capables de reconnaître les signes de stress et le cas échéant, pouvoir référer les personnes en souffrance vers des professionnels de la santé mentale.

# Conseils aux volontaires du réseau pour le support psychosocial aux expatriés de retour de mission

---

## Choisir un moment propice

L'expatrié de retour du terrain peut être occupé par de nombreuses obligations familiales, amicales, administratives, etc. Or, s'il n'est pas dans un moment propice, il se limitera dans ce qu'il vous dira. Demandez-lui s'il est à l'aise pour discuter. Le cas échéant, proposez-lui de le rappeler ultérieurement et convenez d'un moment favorable pour lui comme pour vous.

## Etablir une relation basée sur la confiance

La relation de confiance se construit peu à peu. Au début, la personne évoque souvent son vécu et ses difficultés de façon superficielle. Progressivement, elle se livre davantage. C'est par votre comportement que vous gagnerez sa confiance. Rappelez-vous que certains expatriés échaudés par des déboires ont des raisons de ne pas faire confiance à leurs collègues (mesquinerie, lutte de pouvoir, mécontentement, etc.).

Soyez empathique : mettez-vous à la place de l'expatrié et essayez de comprendre ce qu'il ressent. Il est important qu'il ait le sentiment que vous comprenez ce qu'il a vécu. Cette reconnaissance est essentielle pour gagner sa confiance. Laissez-lui le loisir de s'exprimer. Ne citez pas trop rapidement vos expériences personnelles et lorsque vous le faites, restez constructif et expliquez ce qui vous a aidé à résoudre la situation.

Si la personne a vécu des événements ou des situations difficiles sur le terrain, elle risque de développer un comportement revendicateur, voire agressif, vis-à-vis de l'organisation. Même si vous partagez partiellement ou totalement ses griefs, évitez le piège d'alimenter la polémique. En la renforçant dans ses revendications, vous ne l'aidez pas. Votre rôle est de l'aider clarifier son vécu et non à étaler vos ressentiments. Rappelez-vous que dans ce rôle de volontaire, vous êtes plus qu'un simple collègue ; vous avez un mandat d'aidant.

## Faire preuve d'une écoute attentive

Réprimer ses sentiments ou les taire peut être à l'origine de malaises physiques (troubles somatiques et plaintes fonctionnelles) et psychologiques (dépression, anxiété). Les gens commencent souvent à aller mieux lorsqu'ils ont l'opportunité de parler et de se sentir écoutés.

Le rôle du volontaire est d'encourager l'expression des émotions. Cela nécessite de savoir écouter.

## **Demander des informations**

Aider une personne à cerner ses difficultés nécessite de le questionner sur ses comportements, ses pensées et ses émotions.

Voici quelques pistes :

- Le comportement : En général, les personnes évoquent leurs difficultés en les décrivant sous forme de comportements, par exemple : « Je suis irritable, tout m'énervé, je pars en vrille au quart de tour ». Posez des questions afin d'obtenir des informations qui vous permettront de vous faire une idée précise des difficultés et de la vie de la personne : « Tu peux me donner un exemple ? », « Décris-moi comment cela s'est passé la dernière fois où tu es parti en vrille », « Y a-t-il des personnes avec qui cela se produit davantage ? », « Y a-t-il des moments ou des situations où cela t'arrive plus souvent ? », « Depuis quand cela se passe-t-il ainsi ? », « Y a-t-il des moments où tu parviens à rester calme ? », « Comment réagit ton entourage quand tu t'énerves ? ».
- Les pensées : Demandez à la personne ce qu'elle pense du problème, par exemple : « Quand tu t'énerves, que te dis-tu à toi-même ? Quelles sont les pensées qui te traversent l'esprit ? Qu'est-ce qui t'irrite exactement ? »
- Les émotions : Encouragez-la à parler de ce qu'elle éprouve. Cela peut s'avérer difficile. En effet, dans la culture humanitaire, nombreux sont ceux qui se croient obligés de paraître forts et sûrs d'eux, ce qui bloque leur faculté d'expression émotionnelle. Néanmoins, dès qu'ils comprennent qu'il est permis d'exprimer ses sentiments, ils parlent généralement facilement.

Préférez les questions ouvertes aux questions fermées (qui requièrent de courtes réponses telles que « oui » ou « non »). Elles permettent d'obtenir davantage d'informations. Demandez par exemple : « Comment cela s'est-il passé sur le terrain ? », « Comment cela se passe-t-il avec ton entourage depuis ton retour ? », « Quels sont tes projets ? », « As-tu trouvé un logement ? », etc.

Ecouter les gens exprimer leurs émotions peut être éprouvant. Il faut cependant résister à l'envie instinctive de réconforter immédiatement la personne et prendre le temps de l'écouter.

## **Apporter réconfort et soutien**

Il existe de nombreuses manières d'apporter réconfort et soutien. Voici quelques pistes :

- ⇒ Parlez posément.
- ⇒ Evitez le style qui condamne (« Tu aurais dû... », « Pourquoi n'as-tu pas... ? »)



- ⇒ Evitez de minimiser les difficultés (« Ce n'est pas grave, moi aussi j'ai vécu ça... »)
- ⇒ Asseyez-vous près de la personne. Si c'est approprié, posez délicatement une main sur son bras.
- ⇒ Montrez votre sollicitude par les expressions de votre visage.
- ⇒ Eviter de plaisanter ou d'utiliser l'humour noir.

## **Définir le(s) problème(s) rencontré(s) par la personne**

Aidez la personne à cerner ses difficultés. Prenez en considération ses conditions de vie du moment présent. Rappelez-vous que certaines solutions qui t vous paraître sont peuvent ne pas convenir à votre collègue en raison de ses besoins, de ses valeurs, etc. ou ne pas être applicables au regard de sa situation.

Considérez sa famille et ses amis. Examinez quel rôle joue son entourage. Offre-t-il un soutien ? En quoi est-il éventuellement à l'origine d'une difficulté ou d'une préoccupation ?

## **Elaborer un plan d'action**

Aidez la personne à se fixer des buts. Examinez avec elle les diverses façons possibles de traiter les problèmes. Proposez des idées et encouragez-là à suggérer les siennes. Elle doit choisir le mode d'action qui lui convient le mieux.

Ne lui dites pas ce qu'elle doit faire, même à sa demande. Elle a besoin de choisir comment elle va procéder. Cela l'encouragera aussi à avoir confiance en elle.

Essayez de savoir ce qu'elle fera si un de ses plans échoue. Quel autre plan a-t-elle en réserve ? Quelles solutions alternatives envisage-t-elle ?

## **Offrir un suivi**

La nécessité d'un suivi varie d'une personne à l'autre. Certaines éprouveront le besoin de vous rencontrer régulièrement et d'autres, occasionnellement, voire une seule fois.

Lorsqu'elles possèdent leur propre réseau de pairs, les organisations humanitaires limitent généralement l'offre de suivi à quelques séances. Si l'expatrié a besoin d'un support plus soutenu, il est référé vers des professionnels de la santé mentale.

# Bibliographie

---

Abaakouk Z. (2005), «Guide gestion émotionnelle et intervention après un incident critique », Médecins Sans Frontières-Espagne

Amloot L. (2005), «You are stressed?», Humanitarian operations courses, Handicap International-Belgique

Antares Foundation (2005), «Managing stress in humanitarian workers», <http://www.antaresfoundation.org/download/Managing%20Stress%20in%20Humanitarian%20Aid%20Workers%20-%20Guidelines%20for%20Good%20Practice.pdf>

Attorney-General's Department (2003), «Preparing for the unexpected», Emergency Management Australia (EMA), <http://www.ema.gov.au/agd/ema/emaInternet.nsf/0/C7AF0EEDB2B58615CA256CC200CF078?OpenDocument>

Bierens de Haan B. (1997), «Providing support for Red Cross volunteers and other humanitarian workers following a security incident or a disaster», International Review of the Red Cross, no 318, p. 311-323

Bierens de Haan B. (1998), « Le débriefing émotionnel collectif des intervenants humanitaires : l'expérience du CICR », Archives suisses de neurologie et de psychiatrie, 1998 ;149 :218-28

Bierens de Haan B., Van Beerendonk H., Michel N. et Mulli J.-C. (2002), « Le programme de soutien psychologique des intervenants humanitaires du Comité International de la Croix-Rouge (CICR), La Revue Française de Psychiatrie et de Psychologie Médicale, Février 2002, Tome VI, N° 53

Bryce P. C. (2001), «Insights into the concept of stress», Emergency Preparedness and Disaster Relief Coordination Program, Pan American Health Organization, World Health Organization, Washington D.C., <http://www.paho.org/English/DD/PED/stressin.htm>

CARE Aceh (2005), «Natural disaster safety guidelines», EPO Office, [Alexandre\\_carle@hotmail.com](mailto:Alexandre_carle@hotmail.com)

Crocq L. (1999), « Les traumatismes psychiques de guerre », Paris, Editions Odile Jacob

De Soir E. (2004), « Marqué au cœur », Antwerpen-Appeldoorn, Garant.

De Soir E. (2003), « Cadre conceptuel pour l'aide psychosociale en situations d'exception traumatogènes : la prévention primaire, secondaire et tertiaire de traumatismes psychiques », Année 1, Numéro 2, Janvier 2003, JIDV. COM, [http://www.jidv.com/EDITO%20-%20JIDV%202003%201%20\(2\).htm](http://www.jidv.com/EDITO%20-%20JIDV%202003%201%20(2).htm)

- De Soir E., Fils J.-F. (2004), « Le débriefing psychologique est-il dangereux ? », Année 2, Numéro 3, Juillet 2004, JIDV.COM N°7, [http://www.jidv.com/DE\\_SOIR,E\\_JIDV2004\\_2\(3\).htm](http://www.jidv.com/DE_SOIR,E_JIDV2004_2(3).htm)
- De Soir E., Vermeiren E. (2002), «Les débriefings psychologiques en question... », Antwerpen-Appeldoorn, Garant.
- Ehrenreich J. H. (2005), «The humanitarian companion”. A guide for International Aid, Development and Human Rights Workers”, Great Britain, ITDG Publishing
- Emory University (2005), “Safety and Security Handbook”, Rollins School of Public Health, Atlanta, <http://www.sph.emory.edu/gh/Safety%20&%20Security%20Handbook%5B1%5D%5B1%5D.doc>
- Fédération Internationale des Sociétés de la Croix Rouge et du Croissant Rouge (2001), “Gérer son stress sur le terrain », <http://www.ifcr.org/pubilcat/catalog/autogen/4773.asp>, <http://www.ifcr.org/what/health/psycholog/stress.asp>
- Fillot A. (2005), « L’urgence de prévoir », Médecins Sans Frontières-Belgique
- Fillot A. (2005), « Critical incident intervention. Step by step. For SMS team leaving », Médecins Sans Frontières-Belgique
- Human Resources Branch (1997), “Resources Guide for Critical Incident stress and Debriefing in Human Service Agencies”, Department of Human Services, Melbourne, <http://www.health.vic.gov.au/archive/archive2004/96ma124/downloads/96ma124.pdf>
- International Federation of Red Cross and Red Crescent (2001), “Managing stress in the field”, <http://www.ifrc.org/what/health/psycholog/stress.asp>
- Johannes M. (1993), “Helping the helpers”, Kansas State University, Kansas, <http://www.oznet.ksu.edu/library/hlsaf2/mf1140.pdf>
- Josse E., (2004), “Le trauma. Guide de prise en charge psychosociale », Médecins Sans Frontières- Belgique, document interne.
- Josse E. (2004), “Le traumatisme psychique. Théorie », Médecins Sans Frontières-Belgique, document interne.
- Légeron P. (2001), « Le stress au travail », Paris, Editions Odile Jacob
- Maquéda F. (1997), « Le vécu du traumatisme chez des « soignants » (volontaires) en situation d’intervention « humanitaire » », in « Les traumatismes dans le psychisme et la culture », sous la dir. De Doray B. et Louzoun C., Ramonville Saint-Agne, France, Editions Erès
- Ouss-Ryngaert L., Dixméras J.-P. (2003), « Que vivent les équipes dans les situations extrêmes ? » in « Soigner malgré tout », Baubet T., Le Roch K., Bitar D., Moro M.R, France, Editions La Pensée Sauvage.

Peace Corps (1999), “Crisis Management handbook”,  
[http://www.globaled.us/peacecorps/crisis\\_h.html](http://www.globaled.us/peacecorps/crisis_h.html)

People In Aid (2005), “Managing people under pressure. On day symposium. Report”

People In Aid (2002), « Supporting aid’s psychological casualties »,  
<http://www.peopleinaid.org/download/French%20translations%20January2002.pdf>

People In Aid (2002), “Debriefing to support aid workers after trauma”  
<http://www.peopleinaid.org/download/French%20translations%20January2002.pdf>

Reuters Foundation (2002), « Managers must help aid staff cope with stress »,  
<http://www.alertnet.org/thefacts/reliefresources/392006.htm>

Santé Canada (2004), « Se préparer et intervenir face à un incident traumatique au travail : Guide électronique pour gestionnaires », Bureau des Services d'aide aux employés (SAE),  
[http://www.hc-sc.gc.ca/ewh-semt/pubs/occup-travail/empl/trauma/e\\_guide-man\\_gest/index\\_f.html](http://www.hc-sc.gc.ca/ewh-semt/pubs/occup-travail/empl/trauma/e_guide-man_gest/index_f.html)

Santé Canada (2004), « Se préparer et intervenir face à un incident traumatique au travail : livret pour gestionnaires », Bureau des Services d'aide aux employés (SAE), [http://www.hc-sc.gc.ca/ewh-semt/pubs/occup-travail/empl/trauma/man\\_hand-livret\\_gest/index\\_f.html](http://www.hc-sc.gc.ca/ewh-semt/pubs/occup-travail/empl/trauma/man_hand-livret_gest/index_f.html)

United Nations, Office of Human Resources Management (1998), « Mission readiness and stress management”, NY, <http://www.un.org/Depts/OHRM/stress.htm>

United Nations Department of Peace-keeping Operations (1995), “Stress management booklet”, NY, [http://www.the-ecentre.net/resources/e\\_library/doc/UN%20Stress%20Management%20Booklet.pdf](http://www.the-ecentre.net/resources/e_library/doc/UN%20Stress%20Management%20Booklet.pdf)

UNHCR (2001), “Managing the stress of humanitarian emergencies”, Staff Welfare Unit, Career and Staff Support Services, Geneva,  
[http://www.reliefweb.int/rw/lib.nsf/db900SID/LGEL-5G8JQH/\\$FILE/unhcr-stress-jul01.pdf?OpenElement](http://www.reliefweb.int/rw/lib.nsf/db900SID/LGEL-5G8JQH/$FILE/unhcr-stress-jul01.pdf?OpenElement)

Groupe URD Urgence Réhabilitation Développement, “Gérer stress et santé”,  
<http://www.urd.org/rech/securite/stress.htm>

Webmaster (2005), « Faire face au stress sur le terrain »,  
<http://www.secourisme.net/article184.html>

## **L’auteur**

### **Sites de l’auteur :**

<http://www.psycho-ressources.com/evelyne-josse.html>: liste des différents articles écrits par Evelyne Josse

<http://www.stressaeronautique.netfirms.com> : articles professionnels et tous publics sur la peur de l'avion

<http://www.psychologiehumanitaire.netfirms.com>: site consacré à la psychologie humanitaire. Articles sur le stress des expatriés, le débriefing psychologique, les thématiques humanitaires (enfants des rues, torture, violence sexuelle, traumatisme dans les catastrophes humanitaires, etc.)

<http://www.resilience.netfirms.com>: Articles sur le traumatisme psychique, les enfants malades, l'hypnose, la thérapie brève, etc.

<http://www.acouphenes.netfirms.com> : site consacré aux acouphènes. Articles destinés aux psychothérapeutes prenant en charge des patients atteints d'acouphénie et articles tous publics

Evelyne Josse est psychologue diplômée de l'Université Libre de Bruxelles. Elle est formée à l'hypnothérapie éricksonienne, à l'EMDR et à la thérapie brève.

Elle exerce en qualité d'expert en hypnose judiciaire auprès de la Justice belge et pratique en tant que psychothérapeute en privé. Elle est également consultante en psychologie humanitaire.

Elle a travaillé pour différentes ONG dont « Partage avec les enfants du Tiers Monde », « Avenir des Peuples des Forêts Tropicales », « Médecins Sans Frontières-Belgique » et « Médecins Sans Frontières-Suisse ».

Passionnée d'ULM 3 axes (type avion), elle a mis sur pied avec Thierry Moreau de Melen, un ami pilote, le programme ASAB (Anti Stress Aéronautique Brussels).

Auparavant, elle a également travaillé pour Médecins Sans Frontières-Belgique. Elle a exercé dans des hôpitaux universitaires auprès d'adultes atteints du VIH/SIDA et auprès des enfants malades du cancer. Elle a également été assistante en faculté de Psychologie à l'Université Libre de Bruxelles.

D'autres articles on-line du même auteur sont disponibles :

### **Traumatisme psychique et maladie grave**

Sur <http://www.resilience.netfirms.com> :

- Accueillir et soutenir les victimes de violences sexuelles. Approche orientée vers la solution
- Le développement des syndromes psychotraumatiques. Quels sont les facteurs de risques ?
- Victimes, une épopée conceptuelle. Première partie : définitions
- Le vécu de l'enfant atteint d'une maladie cancéreuse. Diagnostic et première hospitalisation
- Le vécu des parents d'un enfant malade du cancer
- Métaphore et Traumatisme psychique
- La torture de masse. Le cas de l'ex-Yougoslavie
- Les violences sexuelles. Définitions d'un concept multiforme

## **Stress et traumatisme du personnel expatrié**

Sur <http://www.psychologiehumanitaire.netfirms.com> :

- Les expatriés dans la tourmente. Le stress humanitaire
- Les expatriés à l'épreuve des séismes
- Comment faire? Le débriefing psychologique des expatriés affectés par un incident critique
- Comment gérer le stress dépassé lié à l'expatriation ?
- Comment gérer le stress traumatique survenant dans le cadre d'une expatriation ?
- Le défusing du personnel expatrié affecté par un incident critique
- Le débriefing psychologique dans un cadre professionnel
- Le soutien immédiat et post-immédiat des expatriés affectés par un incident critique
- Le soutien psychosocial des équipes humanitaires. De l'incident critique à la prise de décision

## **Problématiques humanitaires**

Sur <http://www.psychologiehumanitaire.netfirms.com> :

- Guide pour un assessment rapide des besoins psychosociaux et en santé mentale des populations affectées par une catastrophe naturelle
- Le traumatisme dans les catastrophes humanitaires
- Reconstruire le quotidien après un traumatisme collectif. Éloge du quotidien, de la routine, des rites et des rituels
- Les enfants des rues. L'enfer du décor
- Violences sexuelles et conflits armés en Afrique
- Déceler les violences sexuelles faites aux femmes

## **Divers**

Sur <http://www.stressaeronautique.netfirms.com> :

- Stress aéronautique. Peur de voler, phobie de l'avion, panique à bord

Sur <http://www.resilience.netfirms.com> :

- Familles en difficulté. Guide à l'intention du psychothérapeute orienté vers la solution

Sur <http://www.acouphenes.netfirms.com> :

- Les acouphènes. Traitement par l'hypnose