# 10 LES ATTENTATS DE PARIS

# ES FAITS

Ces horreurs n'ont pas été commises dans un lieu sécurisé. dans un lieu réservé à une élite, ou une cible précise. Mais dans des endroits que nous fréquentons tous : salle de concert, restaurant, dans la rue ou encore à proximité d'un stade de football. Cet événement glace le sang à la fois en vovant le nombre de victimes, mais aussi par la situation dans laquelle celles-ci se sont retrouvées piégées. Cela aura pu nous arriver. Et l'Etat islamique veut, par ce geste, faire croire que cela pourrait tous nous arriver. Mais céder à la peur n'est pas la solution. L'écoute, l'entraide et le partage le sont. Surtout auprès des plus jeunes. Car si Daesh a créé la terreur dans les rues de Paris vendredi soir, c'est un magnifique élan de partage, de solidarité qui s'en est dégagé durant tout le

Louis Caprioli, ex-DST, spécialiste du terrorisme: «Les civils sont devenus les cibles. Le pire est à venir!» Entretien.

Zakia Khattabi, co-président d'Ecolo, très émue: «Ce n'est pas ça que mes parents

# « Dans de telles circonstances, même les adultes ont le droit d'avoir peur »

Metz et est membre du comité fiance et défiance et que l'équilibre tats, les choses vont se normaliser. traumatisme? scientifique de l'Institut belge de social s'en trouve fragilisé. La peur Si par contre, les massacres collec-Commençons victimologie.

# La « peur sur la ville » est-elle une nautés. « arme » efficace ?

non seulement parce qu'elle peut blesser et tuer un grand nombre de tismes? non seulement parce qu'elle peut pour résister à de tels traumblesser et ture un grand nombre de tismes?

Le reure un grand nombre de tismes?

Le reure un tait le terreur et à la presonnes mais aussi parce qu'elle

Le c'et une question essentielle car fois le moyen et son objet! porte en elle la promones finance ce genre de trumunatione rennet ju-lu-lu- exposition répété à d'autres drames à venir, parce tement en cause les valeurs du des événements violents qu'elle impacte toute une poupleur vivve resemble. Dans un premier est génémentent associée tout une poupleur vivve resemble. Dans un premier est génément sociée voir une symptomatologie Evelyne Josse.

The description of the descripti

traumatologie et consultante en agités par des conflits ethniques et janvier 2014. Ensuite, cela va déest un moven redoutable pour bri- tifs se répètent, un climat de doute Dans les premiers jours suivant ser les liens qui unit deux commu- et de suspicion va inévitablement l'attentat, leurs réactions sont sou-

# Le terrorisme est une arme efficace Comment un groupe social fait-il

mais mobilise également les poli- vant ces agressions inattendues, ils marquée entre autres par © RENE BRENY tiques. Ces attentats vont laisser communient, ils se rassemblent, ils un détachement du des traces durables et évolutives. Plus nous nous sentons menacés, second temps, certains plus que ficulté à maintenir des relations de symptômes particuliers commolies nou représentations men-datures vont acoir peur et ils vont i tunterpersonnelles et l'apparition de mencent à manifestre des signes de tales sont nuancées et plus elles modifier leurs comportements. Les comportements agressifs. Ces réac-détresse. Cest troubles peuvent sursont stéréotypées. Et plus nos repré- personnes qui se sentent le plus à tions signent une souffrance per- rer transitoires ou devenir chro-

sentations sont stéréotypées et plus risque peuvent aller jusqu'à fuir sonnelle mais elles interfèrent éga-E (relyne Josse est psychologue elles déterminent des émotions nos pays. Je pense notamment aux justifications professer des attitudes radicales , justifie dont certains ont décidé are nuataire. Heureusement, nous n'en thérapie. Formatire en psycho- Pour avoir travaillé dans des pays joindre Israul qu'est les attentats de sommes pas le! traumatonique et constituite en gagues par ues confins entinques et juriorer 2014. Ensuate, ceul eva de-psychologie humanitaire, elle en- par le terrorisme, je peux dire que pendre de ce qui se produit. Si plu- Pour les victimes en vie, comment seigne notamment à l'université de la peur de l'autre engendre mé- sieurs années passent sans atten- vivre avec les séquelles d'un tel

s'installer. Le doute et la

traumatisme sont les al-

liés de la stratégie de la terreur. La terreur est à la

hantise de la répétition du

premières réactions ne présagent pas de leur évo-lution mentale. En effet, des les premières semaines certaines voient leurs troubles s'estomper et disparaître spontané ment. D'autres, par contre, voient leurs troubles persister et des personnes qui n'avaient pas présenté initialement

nées et parfois même tout au long ments profonds. L'absence de ma-avec « la peur au ventre » t de la vie sous forme de symptômes mifestation ne signifie pas qu'elle Dabord il est important de préciser sporadiques ou récurrents et dans ne souffie pas, qu'elle nà pas besoin que, dans de telles circonstances,

# de symptômes permanents. Il existe de grandes différences

personne exprime sa souffrance ne l'interruption du traitement

l'agitation tandis que d'autres les compter que les personnes risquent à venir. Certaines personnes vont masqueut ou les répriment et res- du desenir dépendantes et de souff- aumoins faire des cauchemars personnes vont de l'entre d'ame. Les cauchemars personnes vont de venir d'ame air d'autres les vont personnes vont de venir d'articles de venir d'apendantes et de souff- autres de la venir de l'autres les vont de venir de l'entre de l'e tat et vont adopter des comporte-

# ments d'évitement au même titre partagée génère que les victimes. Les personnes les

que les victimes. Les personnes les plus sensibles réagiront de cette manière ainsi que celles qui ont déles cas les plus graves, sous forme d'aide ou qu'elle ne présentera pas même les adultes ont le droit jà vécu un traumatisme que l'at-de symptômes permanents. des troubles ultérieurement. d'avoir peur mais si cette peur est tentat aura réactivé. Les personnes d'avoir peur mais si cette peur est intense, ils devraient demander de qui auront regardé en boucle les Il existe de granaes augrernes
uniterindirectiva dans la façon d'ex-qui peut aider les vicnérin indirectiva dans la façon d'ex-qui peut aider les vicprimer leurs sentiments et de faire times?

L'acce à la souffinenc Les réponses Un recours précoce à des soins de
mettre leur propre peur à leurs en- laissent des engranmes partieur
mettre leur propre peur à leurs en- laissent des engranmes partieur
mettre leur propre peur à leurs en- laissent des engranmes partieur varient d'une personne à l'autre et santé mentale de qualité et la pour-fants. Pour la majorité d'entre liers dans le cerveau. Ce ne sont pas dépendent de leur personnalité, de suite d'un traitement psycholo-nous, l'émotion va s'apaiser dans seulement des images qui s'imaepenuent ac teur personannac, us sume um trutement psyctono- nous, cemotori ex supuser unus seutement uss images qui s'intelleurs antécédents et bien entendu, gique peuven figurendement contri- les jours et les semaines qui priment maie qui priment provent qui priment al en estatentats, par exemple elles vont après l'ébranlement provequé par suivre son cours petit à petit. A l'horreur, l'effroi, la colère, l'imrècique différenment solon qu'elles un attentat. La méthode qui semble moins, bien entendu, que l'éffon- puissance, étc. Effin intérieur est ont été ou non blessées, qu'elles ont donner de très bons résultats est drement de la crovance dans notre « actif » et « agissant » car il po ont ete ou non otessees, qu'ettes out uointer de tres oons resautus est arement de la crigance auns noire « acty » et « agissant » eur it pos-été témoins indemnes présentes au l'Emdr (désensibilisation et retrai-moment des faits ou simples ba- tement par le mouvement des activé par de nouveaux attents, constitue une sorte de souvenir dauds passant par hasard devant yeux). Par contre, les anxiolytiques ce qui est malheureusement à pour le spectateur qui finit par la boîte de nuit juste après le musne devraient pas être prescrits. Ces criudidre. El puis, évidemment, il y partager l'insécurité des victimes source, etc. Certaines victimes main médiciaments pourraient même alaura la date anniversaire de ce directes. Mois de manière générale festent bruyamment leurs émo-longer le temps nécessaire pour se tions par des pleurs, des cris ou de remettre psychologiquement. Sans bouffées d'émotion dans les années longtemps avec la peur au ventre.

# Des nhotos partagées sur internet L'Etat Islamique ne s'est pas

attaqué à une cible précise Mais à des personnes qui n'ont eu que la malchance de se trouver à cet endroit. A ce moment. Dans ces lieux que nous fréquentons tous : un restaurant, une salle de concert, un stade de foot,.. C'est cette proximité avec la ort qui, aujourd'hui, choque, fait peur. Voici les portraits de quatorze

victimes, que leurs proches ont choisi de partager avec les internautes

De gauche à droite et de haut en bas: Mathieu Hoche (37 ans, chef opérateur chez France24), Fabrice Dubois (46 ans, rédacteur chez Publicis), Valérie Solesin (28 ans. doctorante en sociologie), Christophe Lellouche (33 ans. sans emploi), Lola Salines (28 ans, employée dans une maison d'édition), Quentin Boulenger (29 ans, project manager chez L'Oréal), Hodda Saadi (35 ans). Alban Denuit (32 ans. professeur d'arts plastiques) chroniqueur aux Inrocks). Véronique Geoffroy de Bourgies (54 ans, responsable d'une association d'aide aux enfants malgaches), Ludovic Boumbas (environ 40 ans, transporteur chez Fedex). Matthieu Giroud (39 ans, maître de conférence en géographie) Thomas Avad (34 ans, chef de projet dans une

maison de disques), Maxime

Bouffard (26 ans. réalisateur)



témoin « L'horreur

sur les oreilles quand j'ai été sur- Damien Jalet était rue Charonr

pris par une énorme salve qui m'a fait sursauter. Je me suis retourné et iuste à ma gauche à moins de Cambodge et qui a évité une balle et juste a ma gauche à mons de deux mêtres, jau deux nêtres, autre une oute deux mêtres, jau deux ou trois dejustesses Cest êtrange parec que types avec des Kalachnikovs. Ils ils. (joute cette horreur partagée gêtratient avec une especée dissance nêre une grande chaleur, un beste de determination intervyable. Jai beaucoup. On se rend comple à l'activation de de l'activation de l' eu un sursaut, quelque chose qui quel point les histoires se re m'a dit de courir. Cours! Cours!

l'ai détalé à toutes jambes. tagés. »

Je crois que tous les gens qui Dans tout son parcours d'arétaient en face ont été tués. Si tiste, Damien Jalet n'a cessé de j'étais resté trois ou quatre se-défendre des valeurs d'ouverture, condes de plus, je serais sans de partage. Des valeurs qu'il ne doute mort. A chaque pas que je veut abandonner à aucun prix faisais, je me disais : tu es encore après ce qu'il vient de vivre. «Je vivant, tu es encore vivant... Le ne veux surtout pas nourrir un plus choquant, c'était le calme, la discours de droitisation, de ferprécision avec lesquels ils fai-saient ça. Un vrai moment d'hor-reur. Une fois qu'on comprend ce donne d'autant plus l'envie d'esqui se passe, chaque impact par-court l'échine... C'est une violence bration au monde. De lutter à ma indescriptible qui reste dans le manière. Ce que ces tueurs ont corps. Le cerveau n'arrive pas à fait, c'était clairement une atréagir. L'immobilité, c'est ce qui taque contre la joie de vivre, le fait nous tue. » d'être ensemble, la jeunesse, le plaisir. Ils se sont attaqués à des Les sentiments sont partagés endroits de convivialité, de par-Au lendemain de cette nuit tage... Il est d'autant plus impor-d'horreur, Damien Jalet a tenu à tant de ne pas s'enfermer après ça a norreur, namen auet a tenu a inte en pas seigermer apres qualter teniopera et au commissariat et des erappeler à quel point la vie du 1º rarondissement qui 1º en suite aiguillé sur la cellule de crise. « Les rescapés des différents en tentats peuvent recevoir en violent done d'albu tutte de plus en plus en tentats peuvent recevoir en violent done d'flaut lutter en contiassistance psuchologique, Là, i'ai nuant à prôner des valeurs de assistance psychologique. La, ja in mant a promer else vaieurs de pu échanger avce beaucoup de partage, de créativité, de plaisir, gens dans la même situation que de convivialité. Mais la, je dois noi. Fui beaucoup parfie avce un dabord me remettre de q. Le vais ado qui a réussi à sortir du Bata-cian oii il a vécu un véritable en- super de le déposser. Cest numa. Et cian oii il a vécu un véritable en- super de le déposser. Cest num confer. Il s'est échappé en marchant l'ai vécu mais ca aurait pu être sur d'autres corps... Après, j'ai n'importe qui se baladant en rue discuté avec une famille qui était en écoutant de la musique... »

au restaurant en face du Petit

# « Un besoin de Rornard Rimé est

spécialiste des émotions collectives à l'UCL. il comm besoin de rassemblement dans de telles circonstances. met automatiquement en place spirale communicationnelle. Cette spirale n'apaise pas l'émotion, elle même temps, les gens se mettent sentiment d'unité Cette spirale

ne fait que la réactiver. Mais en dans un état de connivence émotionnelle Ces rassemblements sont une formidable source de communicationnelle contient donc les aermes pour un renforcement de l'intégration sociale qui est notre outil le plus précieux. On parle alors de résilience collective A partir du moment où les gens résonnent à la même émotion qu'ils se synchronisent, cela ac croît le sentiment d'intégration sociale. Du coup se manifestent des comportements pro-sociaux les gens deviennent temporaire ment soucieux des autres, aénéreux. Ça crée aussi un sentiment de confiance. Les aens se sentent forts ensemble. Aussi, de tels événements aboutissent à un renforcement des croyances er nos valeurs fondamentales plutôt au'à leur destruction. La responsabilité des dirigeants est de favoriser ce mouvement. Interdire les rassemblements

risquerait de freiner un mouve-

brandir son drapeau sont des

ment important pour la résilience.

Se rassembler, proclamer sa force,

outils de résilience collective dont les effets sont incontestablement



















# LUMAGE

J'ai détalé à toutes jambes.



# Une chanson de paix sur un piano mobile

Samedi, un musicien a surpris tout le monde en arrivant anonymement à quelques mètres du Bataclan avec un piano mobile déplacé avec un... vélo. Sans un mot. il s'est assis derrière l'instrument et a commencé à jouer la célèbre chanson « Imagine » de John Lennon. Faut-il en rappeler les paroles ? « Imagine tous les gens, vivant leur vie en paix... J'espère qu'un jour, tu nous rejoindras et que le monde vivra uni ». Désirant témoigner de son soutien aux victimes des attentats de la nuit précédente le jeune pianiste, Davide Martello, avait déjà joué sur la Place de la République quelques jours après les attentats de janvier 2015

# les jeunes Ecouter d'abord, semer des graines de réflexion ensuite

pilque Evelyne Josse, psychot strainantaloque. Les adultes sont parfois réticents à évoquer des situations doulueruses de finat voir occurrent d'angoisser les enfants et crimate d'angoisser les enfants et compris, vérei... » A l'instar de la desse. » d'induire che eux des troubles en ministre Milquet qui demande. Or, la meilleure façon de les airde à surmonter leurs peurs et leurs engoisses est de les encourager à les ergenines. »

2 Neve des enfants. Il de les encourager à les ergenines. » et fluid uverir parler des évenements, l'ant, insiste : « If fluid uverir parler des évenements, l'entre de l'entre que les tout et une question l'entre de l'entre

portes ou de mellenter paire de se construir espace ae parole, gage utiliste. «Des la vocascossors moins l'atrocité du spec-tare parler ou d'entendre paire des ce n'est pas paires soi-même. 3 maternélle, une partie et c'échements. Réfuser de l'adulte. Si l'adulte reste de la décardin l'acceptant de sujet est un mogen pour cur de se défendre contre le émo-tre du collente. Notes altaines de la surfoit et un mogen pour que c'est de l'adulte. Si l'adulte reste de la décardin l'acceptant d'acceptant de la monte de l'acceptant de

Par contre, «il ne faut jamais espace de parole dans les écoles. de contenu et de lanforcer les enfants qui refusent de Mais ouvrir un espace de parole, gage utilisé. «Dès la

NOUE ROCDERACH

I est important d'écouter les première attitude à avoir ce ments qui s'en dégagent. Matéexprimer leurs criaties, leurs luid interest de les encourager à le première attitude à avoir ce ments qui s'en dégagent. Matéexprimer leurs criaties, leurs lundi matin, céet d'aborder le reillement, c'est te simple, il trisse F En colter ? » Il faut cerient de leur servir un discours vice-rous - est valable à tout
énotions et leurs réflexions, exsujée autour de questions fout tracer trois colonnes sur un pendant, poursuit l'expert, faire concenu auquel ils ne peuvent âge. Avec des grands ados on
plique Evelpre, Josse, psycho- simple, dit Jean-Pixe Blayez-pè - tableau ou une feuille
et de leur servir la simplicité pas prendre part. Level peut partir dans des dipeut partir dans des dipeut partir dans des di-

des mots, si nécessaire réexpliquer certaines notions. Attention aussi a éviter les images les plus horribles aux plus petits mais si c'est un l'adolescent est comme petit qui raconte ce qu'il l'adulte : il a été bom-a vu il ne faut jamais bardé d'informations l'arrêter ». Ce qui trau- depuis trois jours mais

bats plus intellectuels mais il faut éviter qu'ils soient stériles, qu'ils les empêchent d'aller dans leurs émotions. A leur âge, il est important d'exprimer les enjeux pour leur propre vie, pour leurs relations matise l'enfant, «c'est conserve un sentiment moins l'atrocité du spec- d'impuissance. «Dans survanpible de spec- d'impuissance. «Dans survanpible de survan

\* 10

# politique Réponse musclée à la peur mais il doit aussi répondre aux I l'na fallu que quelques pééventuels propos excessifs. I tards pour faire paniquer la réelle menace.» Et de pourhadiste toute personne qui eventuels propos excessifs. I tards pour faire paniquer la réelle menace.» Et de pourhadiste toute personne qui eventuels et a large foule qui s'était rassemblée suivre: «Tous ceux qui sont consulte des sites djihadistes. Ca garder son calme. Le ton doit place de la République pour se partis faire le djihad et qui rdoit être considéré comme un dé-

être "ça c'est ce que tu penses recueillir au pied de la statue de viennent doivent être mis en pri- lit, comme c'est le délit de consul mais je ne pense pas la même Marianne. En entendant les dé-chose, dit Jean-Yves Hayez. Il tonations, de nombreuses perchose, an Jean-tvee Inque. It of nontrouses personnes es sont enflués dans tous mais si une errer la tôle il faut êt es ens, pris par la peur de rearrice sur la tôle il faut êt ev vivre les horeurs de vendredi solo flancien président frannet, dire au jeune qu'il se trompe soir. Quelques instants plus tard, çais, une solution au terrorisme

sans être ni humiliant ni culpa-la foule se calme. De mauvais passe notamment par un bilisant. L'enseignant est là pour En soirée, Nicolas Sarkozy contrôle accru aux frontières et donner son opinion, mais donner son opinion, mais donner son opinion ce riest pas ouvrir un manuel d'information,
vrir un manuel d'information,
e n'est pas creaser par son "ation à résidence des personnes fi- determiner ce que doit être les ce nest pas certaser par son sat-tion a restauence des personnes pr-voir de matire. Se En fait, «il chées pour radicalisation, avec contrôle des frontières (...) Il appartient aux enseignants de bracelet électronique». Un dis-semer des graines de réflection dans un contexte de prise de pa-rolle ». B ERIC BURGRAFF ce qu'elles font, le temps de sa- Nicolas Sarkozy propose égale-



« L'assignation à résidence des norsonnos fichões w exponences