

## **Santé psychique des réfugiés – Atelier 4**

Asefaw Fana, spécialiste en psychiatrie pour enfants et adolescents, sur le thème « traumatisme et migration »

### **Quelques mots d'introduction**

La santé psychique des jeunes réfugiés que je rencontre dans le quotidien clinique et dans des ateliers dépend de nombreux facteurs. Parmi eux, l'échec de l'intégration joue un rôle décisif dans la péjoration de la santé psychique sur le long terme.

Une intégration réussie peut agir de manière préventive pour le maintien de la santé psychique. Il est souvent difficile pour les intéressés de comprendre et de vaincre les obstacles que constituent les circonstances structurelles et personnelles. Il leur manque les aptitudes et les stratégies leur permettant de passer rapidement ce cap et d'utiliser leurs propres ressources. En outre, les représentations et les besoins des réfugiés sont incompatibles avec la réalité à laquelle ils sont confrontés en Suisse. Il y a aussi les différences de valeurs culturelles, de conception du monde et de langue. Ils n'ont guère accès au système de vie suisse. Au début surtout, et parfois pendant de nombreuses années, ils sont hébergés dans des centres d'asile très éloignés de la société locale. Il y a même des espaces sensibles auxquelles ils n'ont pas accès (piscines, places de sport, etc.). Même s'ils suivent des cours d'allemand, l'apprentissage pratique du parler quotidien s'avère très difficile.

Seuls quelques réfugiés réussissent à s'intégrer rapidement. Ce taux de réussite très faible s'explique par l'absence de coordination entre les besoins et les ressources ainsi que les offres disponibles. Nombre de systèmes, notamment le système de santé, les prestations sociales (service d'aide sociale) et les écoles, sont surchargés, mais les objectifs d'intégration ne sont pas atteints. Une approche culturellement sensible avec des bâtisseurs de ponts et des incitations adéquates telles par exemple la possibilité d'améliorer le logement, l'école, des opportunités professionnelles et le regroupement familial pourraient soutenir la motivation des réfugiés à s'intégrer et stabiliser leur santé psychique.

### **Expériences après l'accueil**

Parmi les réfugiés qui ont actuellement déposé une demande d'asile en Suisse, il s'agit pour la plupart de jeunes adultes. Beaucoup d'entre eux ont dû affronter des défis intenses durant la fuite. Ils disent : lorsque nous sommes arrivés en Suisse, nous nous sommes sentis en bonne santé ; mais peu à peu, au fil des années vécues au sein de la société locale, nous nous sentons psychologiquement toujours plus fragilisés et développons divers symptômes (troubles du sommeil, angoisses, dépression, etc.).

### **Discussion**

N'est-ce pas le contraire qui devrait arriver ? Quels facteurs structurels et personnels « rendent malades » les personnes concernées ? Comment pouvons-nous, en tant qu'experts, mieux accompagner les réfugiés par un processus interdisciplinaire, constituer un réseau efficace et profiter de synergies ?

#### **Fana Asefaw**

Docteure en médecine, Fana Asefaw est psychiatre et psychothérapeute pour les enfants et adolescents. Elle a étudié la médecine humanitaire de 1996 à 2002 à l'Université Witten/Herdecke à Wittwen (D). Après une formation continue de 2005 à 2007 en thérapie familiale systémique, thérapie/conseil, à l'Institut Helm Stierlin (hsi) à Heidelberg, elle a pratiqué notamment à la clinique

Vivantes Humbolt und Neukölln à Berlin, puis au service de pédopsychiatrie de Zurich et à celui de Bâle, et enfin comme médecin-chef au centre de psychiatrie pour enfants et adolescents de la clinique privée Clenia Littenheid AG en Suisse. Entre mars 2014 et mai 2016, elle accomplit un CAS en psychotraumatologie à l'Université de Zurich. Elle travaille depuis décembre 2016 à la clinique Clenia Littenheid à Winterthour, en tant que médecin-chef suppléante dès août 2020. Elle collabore depuis juin 2020 à un projet de recherche de l'Université de Zurich sur le thème traumatisme et migration, impliquant des femmes érythréennes et leurs enfants. Depuis septembre 2020, projet avec NCBI Suisse « Bâtisseurs de ponts et traumatisme » soutenu par Promotion Santé Suisse.

Informations complémentaires:

**«Trauma und Migration Kompetenzzentrum»**

NCBI soutient le centre de compétences dans le cadre d'un partenariat du projet. Le centre de compétences collabore étroitement avec les bâtisseurs de ponts du NCBI.

Le centre de compétences offre surtout un service de prévention de la santé psychique et psychosociale pour les réfugiés. Il est dirigé par la doctoresse Fana Asefaw, psychiatre pour enfants et adolescents, avec spécialisation en traumatisme et migration.

Membre du comité directeur de l'association Paxion: <https://www.paxion.ch/>