

## Podcast - Episode 6

Bonjour,

Je m'appelle Dr. Charles David Tauber et je suis directeur général de *The Coalition for Work with Psychotrauma and Peace (CWWPP)* (en français, La Coalition pour le travail avec les psychotraumatismes et la paix). Vous pouvez en savoir plus sur notre organisation sur [www.cwwpp.org](http://www.cwwpp.org). Vous pouvez également y commenter et nous donner des idées pour de futurs podcasts. N'hésitez pas à nous faire part de vos commentaires.

Dans ce podcast, nous parlerons des migrants et de leurs problèmes.

Pourquoi les gens migrent-ils ? Ce n'est pas du tout une chose facile à faire. Les gens émigrent à cause de la guerre, parce qu'ils ont été discriminés, parce qu'ils ont été victimes de violence, parce qu'ils veulent échapper à la pauvreté, parce qu'ils veulent une meilleure vie pour eux-mêmes et leurs enfants. La plupart des personnes qui émigrent sont forcées de le faire. Certains émigrent volontairement, pour l'école ou le travail, etc., mais la plupart des gens se sentent obligés de partir.

Malheureusement, on assiste aujourd'hui à une déshumanisation et à une criminalisation de la migration. De nombreux gouvernements le font, ce qui est très regrettable et, à notre avis, contraire à l'éthique.

Les gens sont maltraités dans leur lieu d'origine, ils ont été maltraités en cours de route, et ils sont forcés de vivre dans de très mauvaises conditions. Souvent, les conditions sont insalubres, froides, et toutes les horreurs auxquelles vous pouvez penser. Il y a aussi le terme "violence administrative", qui signifie qu'ils doivent passer par des procédures impossibles dans une langue qui n'est pas la leur.

Les migrants sont traumatisés à plusieurs niveaux et en plusieurs endroits. Ils ont subi un traumatisme dans leur lieu d'origine, en cours de route, et ils subissent un traumatisme dans leur lieu de destination, c'est-à-dire en s'adaptant à une nouvelle culture et une nouvelle situation. Je parlerai de chacun d'entre eux dans les prochains podcasts.

Le fait est que les migrants sont souvent très traumatisés. Nous savons que le fait d'ignorer ces traumatismes est très dangereux, tant pour les migrants que pour la société. Pour les migrants, ils n'ont pas seulement la détresse psychologique, mais ils contractent aussi des maladies physiques. Sur le plan social, il existe des possibilités pour la violence domestique, qui est très

fréquente, car les gens sont frustrés et très traumatisés. Si ces traumatismes et cette frustration ne sont pas traités, cela peut entraîner des violences civiles au sein de la société.

Les migrants ont beaucoup de problèmes physiques et psychologiques, et il est très important de les faire sortir et de les traiter. Certains des problèmes psychologiques comprennent l'anxiété, la dépression, l'addiction. Ils peuvent même avoir ce que nous appelons *une psychose réactive*, ce qui est une évasion de la réalité de la situation.

Lorsque le traumatisme n'a pas d'endroit pour sortir, n'a pas d'endroit pour se défouler, il peut entrer dans le corps et provoquer des symptômes physiques. Les plus courants sont les problèmes du système circulatoire, tels que l'hypertension artérielle, les crises cardiaques, les AVC, etc. Il peut également y avoir des problèmes gastro-intestinaux tels que des ulcères. Le système immunitaire est affecté par le stress et les traumatismes et les gens sont donc plus susceptibles de tomber malades plus souvent. Cela peut même provoquer un cancer. Il existe des problèmes endocrinologiques tels que les problèmes de thyroïde, le diabète, etc. En bref, tout peut arriver. Il est très important de traiter à la fois les problèmes psychologiques et physiques.

Lorsque vous travaillez avec des migrants, votre principale tâche est d'écouter. Je ne sais pas combien de fois on m'a dit que j'étais la première personne à les écouter, à sympathiser avec eux, à entendre ce qu'ils ont à dire, et d'écouter leurs histoires. C'est extrêmement important et je ne saurais trop insister sur ce point.

Lorsque vous travaillez avec des migrants, vous devez faire très attention à vos relations. Vous devez obtenir leur confiance. C'est un vieux dicton, mais c'est la vérité : la confiance est très difficile à obtenir et très facile à perdre. Dites aux gens la vérité. Ne faites pas de promesses que vous ne pouvez pas réaliser. En ce qui concerne votre niveau de proximité, soyez amical mais ne vous approchez pas trop, surtout si vous ne serez sur place que pendant une courte période. Soyez très prudent parce que les personnes très traumatisées commenceront à être dépendantes de vous, et rompre cette relation ou la laisser aller trop loin peut être très dangereux, tant pour les migrants que pour vous. Vous pouvez subir un traumatisme secondaire. Cela arrive à pratiquement tout le monde, surtout aux personnes qui travaillent avec les migrants. Vous avez de l'empathie pour eux, vous ressentez quelque chose pour les gens.

Il est également très important d'orienter les migrants vers les bonnes personnes qui peuvent les aider. De nombreux migrants auront des problèmes juridiques. Assurez-vous de faire appel à un avocat qui en sait beaucoup sur le droit de l'immigration, car les questions juridiques

peuvent être très compliquées et peuvent souvent changer. Nous avons mentionné que les migrants ont souvent des problèmes physiques. Assurez-vous de faire appel à un bon médecin qui sait de quoi il parle. De plus, dans certaines organisations, certains médecins savent faire un examen médical destiné aux migrants, notamment en ce qui concerne la torture et les questions médicales dont nous avons parlé.

Nous vous recommandons également de faire participer les migrants à une sorte de groupe d'entraide ou de groupe psychologique où quelqu'un peut travailler avec eux sur le long terme. C'est très important.

Ce ne sont pas des problèmes qui seront résolus aujourd'hui ou demain. Cela prend du temps.

Nous avons parlé des problèmes des migrants, mais les migrants ont un très bon effet sur la communauté. En général, les migrants font de gros efforts et sont donc de très bons travailleurs. Ils enrichissent la diversité culturelle, et ils apportent de nouvelles idées. Il est donc très avantageux pour la communauté d'avoir des migrants sur place.

N'oubliez pas qu'il est très important de traiter les migrants avec humanité et correctement et de ne pas les déshumaniser ce qui arrive trop souvent. Ils sont également criminalisés, comme nous l'avons dit. Ce n'est ni éthique ni moral.

Accepter et aider les migrants est avantageux pour la communauté et permet également d'éviter la violence.

Merci d'avoir écouté ce podcast.

A la prochaine.