

10 Octobre : Journée mondiale de la santé mentale

Thème : APPROCHE TRANSCULTURELLE

I. Contexte

ActionAid RDC est une organisation non gouvernementale autonome, membre de la fédération mondiale ActionAid qui œuvre pour la justice sociale, l'égalité des sexes et l'éradication de la pauvreté. Avec son expérience dans les réponses humanitaires, aider les personnes déplacées internes, les forums de femmes et les populations autochtones à construire un environnement résilient durable et des moyens de subsistance pour les femmes.

La République Démocratique du Congo en général et les territoires de Fizi et Kabambare en particulier sont des zones des conflits et des violences intercommunautaires qui mettent à la majeure partie de sa population dans une situation préoccupante. Ce problème touche l'aspect social, économique, culturel et psychologique. Les conséquences sont telles que le déplacement massif des populations vers les villages relativement calmes. Dans une société multiculturelle et post-conflit comme celle-ci, les occasions de travailler avec des personnes déplacées venues d'ailleurs sont fréquentes. Cela touche et affecte le cadre de référence et les pratiques professionnelles habituelles.

Santé mentale est un état de bien être qui permet à chacun de réaliser son potentiel, de faire face aux difficultés normales de la vie, de travailler avec succès et de manière productive à apporter une contribution à la communauté. Elle est aussi un état qui permet à l'homme de trouver, de maintenir et de préserver un équilibre émotionnel et social. C'est dire que la santé mentale est au cœur du développement d'une communauté.

Dans ce même cadre, ActionAid DRC trouve que les droits de la femme sont bafoués et moins d'intérêt est accordé à l'état psychologique surtout dans les zones de déplacement qui connaissent des troubles post-traumatiques. Les victimes des violences sexuelles présentent stress post-traumatiques qui ralentissent leur fonctionnement normal d'intelligence et affecte leur vie productive. En cette période de COVID-19, la situation continue à se détériorer.

ActionAid DRC intègre et démontre l'importance d'une prise en charge psychothérapeutique adaptée à ces personnes, avec notamment l'intervention des assistants psychosociaux et des moniteurs de protection communautaires en collaboration avec les zones de santé partenaires. Entre autres, par manque d'information lié à la confidentialité, et manque d'autres paquets qui sont non couverts (la non prise en charge holistique), ça crée certaines barrières entre les bénéficiaires, les assistants psychosociaux apportent un soutien essentiel aux personnes traumatisées en les accompagnant dans leurs suivis psychologiques.

II. Groupes thérapeutiques

ActionAid DRC met en place, les groupes thérapeutiques qui permettent de travailler sur les interactions des personnes affectées et l'établissement des relations de cohabitation et de promotion de leurs droits. Le partage d'expériences communes et le soutien mutuel face aux difficultés rencontrées donne la possibilité à chaque participant(e) de renforcer sa confiance en soi et en l'autre, et de retrouver un

sentiment de maîtrise sur son existence. Le fait d'être invitée à accueillir l'histoire de l'autre a pour conséquences implicite de conduire la personne à accepter la sienne, sans pour autant la banaliser. Ainsi, le travail collectif amène progressivement une transformation intérieure du regard sur soi et sur son propre vécu. La reconstruction d'un réseau de solidarité et de soutien favorise également le développement de l'autonomie.

ActionAid DRC dispose des espaces sûrs (centres polyvalents) communautaires pour offrir aux femmes un cadre de rencontres et d'échanges sur les questions de protection et la vie affective. Ils servent du libre d'accès et fonctionne comme un groupe ouvert. La composition des groupes est multiculturelle, leur langue locale est encouragée, favorisée dans les discussions et facilité la liberté d'expression.

Des animations diversifiées sont organisées aux participantes : présentation d'événements socioculturels, visites d'expositions et des matinées d'échange pour la thérapie orientée vers la solution. Ces activités sont élaborées à partir de besoins, des intérêts et des souhaits que les participantes expriment pendant les rencontres et / ou le contexte changeant comme celui de COVID-19.

Selon la structuration des groupes, les membres de comités font la direction et l'orientation des activités prévues. Au départ, chaque groupe était composé de 20 personnes qui actuellement, certains groupes atteignent déjà plus de 50 personnes. Dans les plans d'action élaboré, diverses activités sont entreprises par les membres de groupes comme l'agriculture, l'élevage et les petits commerces.

Les rencontres communautaires sont animées par les assistants psychosociaux qualifiée et les moniteurs de protection en accompagnement de la Psychologue clinicienne qui apporte un soutien technique et gère les cas compliqués.

III. Objectif général :

Contribuer à la culture de dénonciation des situations complexes et restreindre la difficulté majeure d'obstacle des individus dans leur processus du développement en RDC.

a) Objectifs spécifiques :

- Favoriser l'accès et la compréhension d'une grille de communication accessible à tous ;
- Permettre aux participants de sortir de l'isolement par la participation aux activités du centre polyvalent ou communautaires ;
- Renforcer leur autonomie et le tissage des liens sociaux ;
- Encourager les échanges interculturels.

1) CRITERES DE SELECTION MEMBRES DES GROUPES

- Femmes vulnérables de 18- 45 ans et plus ;
- Filles- mères ou à risque de protection ;
- Femmes et filles survivantes des violences sexuelles ;
- Personnes atteintes de maladies chroniques ou vivant avec les orphelins et/ ou enfants à risques de protection ;
- Personnes avec les handicap mental, physiques,
- Volontariat des membres ;

En plus des thérapies individuelles et familiales, la psychologue ou APS, animent plusieurs groupes thérapeutiques destinés à des patientes qui partagent un vécu, une situation ou des symptômes similaires, et pour qui un dispositif en groupe offre un accompagnement adapté et complémentaire aux entretiens individuels. L'approche transculturelle et d'autres techniques thérapeutiques permettent donc d'aborder ces différents aspects en lien avec la psychothérapie, elles favorisent également

l'autonomisation en permettant au patient ou à la patiente de mieux gérer la douleur et ses symptômes anxieux.

IV. CONCLUSION

Nombreuses femmes ont vécu de multiples ruptures et subi des violences, que ce soit dans leurs foyer, familles, leurs villages et pays d'origine qui détériorent leur état psychologique.

Les séances des psychothérapies se déroulent à l'aide des assistants psychosociaux, à travers les entretiens individuels, des thérapies de groupe conduites par un binôme des thérapeutes.

Dans les Centres Polyvalents, on préconise une approche psychosociale : les patientes sont souvent victimes de précarité et d'exclusion et requièrent une analyse approfondie de leurs difficultés sociales. La collaboration avec les autres acteurs au terrain permet d'apporter de propositions plurifocales comportant.

Le but des rencontres est de donner à l'équipe soignante de nouvelles orientations pour l'accompagnement du ou de la patiente basées sur ses représentations de la maladie et celles de son entourage. Les activités de socialisation ont pour objectifs généraux de permettre aux participants d'être en confiance lors de la prise de parole en groupe, de développer une conscience civique et de favoriser l'intégration de tous en respectant leurs dignités, cultures, rang, etc...

Aline Nkomere, Clinical Psychologist ActionAid DRC

Pour Actionaid RDC

Kinshasa, 10 Octobre 2021

Yakubu Mohammed Saani

Directeur pays/ Actionaid RDC