

Trauma, santé psychique et addiction chez les jeunes migrant.e.s

conférence Addictions – RSP
16 septembre 2021

Aymeric REYRE
Psychiatre FMH
Programme Santé Migrants / Service de Médecine Pénitentiaire

Sommaire

- Qu'est-ce que le trauma ?
- Les effets du trauma chez les jeunes migrant.e.s
- Les freins et facilitateurs de la prise en charge
- L'abord par la médiation du corps
- L'expérience de la capoeira et le projet Re-Start

Qu'est-ce que le trauma ?

- Le trauma, c'est l'expérience brutale et intempestive de la certitude de la mort (Oppenheim 1889, Schauer 2010)
- Débordement des capacités fonctionnelle psychiques (stress dépassé)
- La personne va subir des modifications durables de son rapport à l'existence et +/- présenter des symptômes (intrusion, évitement, cognitions négatives, hyper-réactivité)
- Le tableau est inconstant et va évoluer au cours du temps



Les effets du trauma chez les jeunes migrant.e.s

- Anxiété et dépression
- Troubles de l'usage de substances
- Conduites à risque, actes auto-dommageables et suicides
- Symptomatologie somatique (douleurs chroniques, troubles du sommeil, HTA, surpoids, diabète...)
- Difficultés affectives et sociales
- Freins à l'intégration

Les spécificités des traumas intentionnels

- Causés délibérément par une personne / un groupe sur une personne / un groupe
- Traumas complexes, Potentiel dissociatif +++
- Pronostic moins bon
- Attaque de l'identité personnelle et collective (réduction et réification)
- Attaque de la confiance et du lien aux autres
- Dimension transgénérationnelle ++

Les freins et facilitateurs de la prise en charge

- Difficulté d'identification des symptômes (Health literacy, brouillage du sens, délai depuis les événements)
- Isolement psycho-affectif (double effet trauma/exil), méfiance
- Difficultés d'accès aux soins (physique et symbolique)
- Accueil dans des lieux inappropriés, défaut d'interprète
- Professionnels mis en difficulté :
 - Sentiment d'inefficacité et d'impuissance
 - Crainte d'être confronté à des histoires bouleversantes
 - Réactivation de traumatismes propres
 - Apparition d'un traumatisme vicariant

Les freins et **facilitateurs** de la prise en charge

- Des institutions accueillantes (travail sur l'enveloppe)
- Des soignants formés et supervisés
- Des approches de soin multifocales
 - Psychothérapeutiques
 - Psycho-corporelles
 - Sociothérapeutiques
 - Communautaires



Concept de *Trauma-informed care*

L'abord par la médiation du corps

- Les avantages :
 - Médiation de la parole chez les jeunes
 - Pas de nécessité (absolue) d'un interprète
 - Possibilité d'une pratique en groupe
 - Réinvestissement du corps
- Les techniques :
 - Psychomotricité
 - Danse
 - Activité physique adaptée (APA)
 - ...

L'abord par la médiation du corps

- La Capoeira
 - Une histoire signifiante et des valeurs partageables
 - Musique/danse/sport de combat
 - Utilisées depuis 2007 dans des camps de réfugiés
 - <https://capoeira4refugees.org/>
 - UNHCR sport for protection toolkit 2015



L'expérience de la capoeira et le projet Re-Start

- Financements : Dora, André et Cyprien, Direction médicale des HUG
- Début en juillet 2020
- 1 séance puis 2 à 3 par semaine (aléas sanitaires)
- Groupe d'abord uniquement PSM puis mixte
- 20 participants
- Socle stable et participants intermittents
- Evaluation qualitative

L'expérience de la capoeira et le projet Re-Start

Je vivais dans un abri et c'était vraiment difficile. J'avais peur de tout le monde et j'ai été très heureux d'aller à la capoeira et d'y rencontrer d'autres gens. #5

Ça me fait sortir de mon stress quotidien, de mes angoisses et de mes idées noires. Je n'y pense plus pendant une heure et demi. #15

C'était un moyen de me débarrasser de mon stress, on n'y pense plus (...) ça vous fait vous sentir bien. #1

Vous pouvez vous protéger avec vos mains, vous pouvez gagner. Ils ne peuvent pas vous battre... il y a de l'espoir. #8

J'ai beaucoup d'amis qui fument et qui boivent. Mais j'ai changé de vie et je n'ai plus tellement envie de les voir. C'est pour ça que je veux aller avec des gens qui ne boivent pas et ne fument pas. #13

L'expérience de la capoeira et le projet Re-Start

- Constats positifs à explorer :
 - Pas de problématiques émergentes liées à la culture
 - Pas de problématiques émergentes liées au genre
- Limites
 - Accès difficile si détresse trop forte (psychique/corporelle)
 - Interface encore malaisée entre soin/capoeira
- Mise en place d'une étude de cohorte (Re-Start)

MERCI !

Merci également à la Re-Start Team : Sophie Durieux-Paillard, Barbara Broers, Eva Rocillo, Aurélie Revol, au Mestre Timbalada et à l'équipe du PSM

La chronologie du trauma

