

# Projet pour aide psychologique aux réfugiés ukrainiens

## La situation actuelle

Ganna Alexandrova est Franco-Ukrainienne et vit en France depuis 12 ans ; elle habite Coublevie, dans le Pays voironnais. Dès le début de l'attaque de la Russie contre l'Ukraine elle a organisé la collecte et le transport de vêtements et médicaments, ainsi que l'accueil et l'hébergement de réfugiés. Très vite, son action a pris de l'ampleur et elle a créé l'association « *Organisation Franco-Ukrainienne "Free People"* » afin de lui permettre de récolter des fonds et d'organiser des actions d'aide à l'Ukraine, dont plusieurs voyages à Kiev pour y apporter des produits de première nécessité. Elle a aussi organisé l'hébergement d'un peu plus de 70 réfugiés aux alentours de Coublevie, femmes et leurs enfants principalement (uniquement deux hommes, l'un non ukrainien et l'autre avec trois enfants donc dispensé de combattre). Elle fait tout ce travail en articulation étroite avec la commune de Coublevie qui lui apporte aide matérielle et logistique.

Il y a peu elle m'a sollicité pour la prise en charge de la souffrance psychique de ces réfugiés, dont quelques situations de souffrance aiguë. Là, la difficulté principale est le problème de la langue, les réfugiées ne parlant suffisamment bien ni français ni anglais pour pouvoir exprimer correctement leur vécu. J'ai pu, pour ces situations aiguës, trouver quelques collègues ukrainiens à même de faire du soutien psychologique online.

Au-delà de ces situations aiguës, il y a évidemment une souffrance psychique inhérente à leur situation chez tous les réfugiés. Il convient donc de pouvoir leur offrir un environnement suffisamment favorable pour apaiser autant que faire se peut cette souffrance et prévenir ainsi, dans la mesure du possible, une aggravation ultérieure. À cette fin, Ganna a très vite organisé des rencontres hebdomadaires des réfugiés autour d'un goûter avec les enfants. Il s'agit de leur permettre de faire corps et de rompre leur isolement en un pays qui leur est étranger. Les enfants, de leur côté, sont tous scolarisés le plus rapidement possible après leur arrivée en France, là encore avec l'aide de la commune de Coublevie et des communes environnantes.

Tout ceci est actuellement en place et s'organise au fil de l'eau et de l'arrivée continue des réfugiés dans nos territoires. Ce peut cependant être rapidement insuffisant, la situation traumatisante où sont plongés ces femmes et leurs enfants étant maintenue tant que dure cette guerre. Un point important est que les hommes, les maris et pères donc, sont restés en Ukraine et que nombre d'entre eux sont aujourd'hui engagés dans les combats. Et les autres membres de la famille, notamment les plus âgés, sont bien souvent restés eux aussi au pays, soit en zone de conflit à leur risque et péril, soit en zone moins chaude, mais toujours susceptible d'être bombardée. Il y a aujourd'hui 5 millions d'Ukrainiens qui ont fui le pays, principalement pour protéger leurs enfants, et 7

millions qui ont été déplacés à l'intérieur du pays. Cela représente plus de 30% de la population ukrainienne déplacée en moins de 2 mois, avec une probabilité d'un possible retour rapide aujourd'hui considérée comme très faible par la grande majorité des analystes militaires et géopolitiques.

## **Le projet**

Une prise en charge psychologique structurée sur le moyen terme semble donc indispensable afin d'éviter des répercussions ultérieures trop graves, notamment pour tous ces enfants déracinés et privés de leurs pères et familles élargies. J'ai imaginé quelques dispositifs à cette fin, dispositifs pour lesquels j'aurai besoin de professionnels volontaires. Ces dispositifs se déclinent selon trois niveaux de réponse : le **prendre soin**, les **soins psychologiques** et les **soins psychiatriques**. Ces trois niveaux de réponse sont non exclusifs les uns des autres et peuvent être intriqués les uns avec les autres.

### 1- Le prendre soin

Il est déjà en place avec les **gouters hebdomadaires** proposés aux réfugiés. Ganna a aussi commencé à organiser des sorties avec les enfants au parc de la Brunerie de Voiron (accrobranches). D'autres sorties de ce type pourront être envisagées.

Il pourra s'y ajouter des **séjours de rupture/vacances** chez des particuliers disposant d'un logement en zone touristique ou adaptée à un accueil court avec une visée de "changement d'air" aussi bien pour les mères que pour les enfants.

Enfin des **massages bien-être** ou autres **approches corporelles** seraient bienvenus dans ce cadre.

### 2- Les soins psychologiques

Les gouters hebdomadaires pourront dès la rentrée de septembre se transformer en **dispositif type "maison verte"** (mais sans limite d'âge pour les enfants). Il s'agira de faire participer à ces gouters quelques "psy" à la disposition des mères désirant parler. Et ces "psy" pourront aussi aller à la rencontre de mères ou d'enfants qui, au travers de leurs attitudes, manifestent une souffrance sans pour autant être à même d'exprimer une demande. Les actions de ces "psy" pourront être limitées à une ou quelques rencontres à l'occasion de ces gouters ; elles pourront aussi être l'occasion d'adresser mère et/ou enfants à un autre dispositif de soins.

L'idée de choisir la rentrée de septembre pour la mise en place de ce dispositif repose sur deux éléments. Le premier est qu'à cette date les enfants parleront français

déjà très correctement. Et le second est qu'il faut prévoir un contrecoup à ce moment-là pour les mères qui mettront leur enfant à l'école pour une nouvelle année scolaire, repoussant d'autant la perspective d'un retour chez elles. Il s'agit donc d'anticiper autant que faire se peut.

Des **soins corporels** (massages thérapeutiques et psychomotricité) sont aussi envisagés, notamment pour les femmes ayant subi des agressions sexuelles ou manifestant leur mal être au travers de leurs attitudes corporelles. Il faut bien avoir conscience que, dans les tableaux traumatiques, les mots font souvent défaut.

Des **soins psychothérapeutiques** plus classiques sont évidemment aussi envisagés pour celles et ceux qui en auraient le besoin et/ou le désir.

Enfin il pourra être envisagé la mise en place d'une formation et action d'**Expressive sandwork**. Il s'agit d'une technique non verbale créée par une analyste italienne, Éva Pattis, en vue de prise en charge de population fragilisée par un traumatisme collectif. Elle a ainsi contribué à de nombreuses actions depuis 2007 (Afrique du Sud, Chine, Colombie...) et a créé l'[\*International Association for Expressive Sandwork\*](#) en 2012. De nombreux projets ont ainsi pu être réalisés, dont une action en Ukraine après la guerre de 2014. Une nouvelle action est actuellement mise en place en Ukraine. La pertinence d'une telle action pour les réfugiés de notre région sera évaluée au fil du temps.

### 3- Les soins psychiatriques

Des **consultations psychiatriques en libéral** seront possibles dès que la question de la traduction aura été résolue, les réfugiés ukrainiens bénéficiant de l'assurance maladie.

Les tableaux plus graves nécessitant une approche institutionnelle et/ou hospitalisation devront être adressés aux **structures de la psychiatrie de secteur**. Il n'y a pas, aujourd'hui, de tels besoins.

## **Nos besoins**

### 1- Nos besoins immédiats

La question actuellement prioritaire est celle de **la traduction**. Ainsi toute personne pouvant assurer la traduction ukrainien-français ou russe-français et qui pourrait consacrer un peu de son temps sera bienvenue. À noter que la traduction peut être assurée à distance par téléphone ou internet.

Un autre besoin immédiat concerne les professionnels d'une **approche corporelle du prendre soin et du soin**. L'idée est là de pouvoir offrir une prise en charge suffisamment pertinente même en l'absence de langue commune. Tout professionnel pouvant offrir un ou deux créneaux hebdomadaires pour des massages, de la psychomotricité ou des soins somatothérapeutiques sera bienvenu.

Enfin un dernier besoin potentiellement immédiat est d'avoir quelques **psychologues psychothérapeutes** pouvant offrir un ou deux créneaux hebdomadaires pour prendre en charge celles ou ceux le nécessitant dès aujourd'hui. La question de la traduction devra évidemment être préalablement résolue avec chacun d'eux.

## 2- Nos besoins ultérieurs

Ces besoins concernent principalement le dispositif inspiré de la Maison Verte et l'éventuelle mise en place d'une action expressive sandwork.

**Pour les gouters inspirés de la Maison Verte** nous aurons besoin de quelques psychologues, psychanalystes, psychométriciens, somatothérapeutes et autres soignants du champ psychique pouvant s'engager sur une participation régulière à ces gouters, selon un rythme qui pourra aller d'hebdomadaire à mensuel.

**Pour l'éventuelle action d'Expressive Sandwork**, nous aurons besoin de personnes intéressées par une formation à cette technique et pouvant s'engager à suivre la formation et à participer à une action. C'est là un véritable engagement, le lien individuel entre chaque enfant et son adulte accompagnant, bien que non verbal, étant une dimension essentielle de la technique. Vous trouverez plus d'information sur le site : [www.sandwork.org/fr/](http://www.sandwork.org/fr/).

### **Pour nous proposer votre aide**

Merci de remplir ce formulaire en ligne :  
<https://forms.gle/dqR5G62oMY8HXqJbA>  
ou d'envoyer un mail à [francois@martin-vallas.fr](mailto:francois@martin-vallas.fr).