

**Réseau de Formation, de Recherche et d'Action
sur les Migrations Africaines (REFORMAF)**

5, chemin de Compostelle - 1212 Grand-Lancy
+41793229130 - info@reformaf.org
www.reformaf.org



Afrique en mouvement



**Migration & Development
mdplatform.ch**

Swiss Civil Society Platform on Migration and Development

Etude sur les aspects psychosociaux de la migration

Rapport final Genève, Août 2017

Dr Gakuba Théogène-Octave, **Coordinateur** - REFORMAF
Dr Mukundji Richard, **Membre du Comité scientifique** - REFORMAF
Mme Sergi Milena, **Chargée des programmes** - REFORMAF

Etude mandatée par la Plateforme de la Société Civile Suisse sur Migration et Développement

Table des matières

Introduction	3
1. Eléments théoriques sur les défis psychosociaux de la migration	4
1.1. Migration, traumatismes et santé mentale	4
1.2. Résilience des migrants	7
1.3. Le migrant comme acteur de développement.....	10
2. Méthodologie	11
3. Analyse des données et interprétation des résultats de l'enquête.....	13
3.1. Les aspects psychosociaux de la migration	13
3.2. La résilience des migrants	16
3.3. Les migrants en tant qu'acteurs de développement	17
4. Portraits des personnes interviewées	18
4.1. Le cas de Remi	18
4.2. Le cas d'Amina	19
4.3. Le cas de Nima	20
5. Quelques exemples de structures de prise en charge des migrants	22
5.1. Appartenances Lausanne	22
5.2. Permanences volantes, Entraide Protestante Suisse, Genève.....	24
5.3. Corridors for Peace.....	25
Conclusion.....	26

Pour faciliter la lecture du document, le masculin générique est utilisé pour désigner les deux sexes.

Introduction

Le monde est actuellement confronté aux mouvements migratoires sans précédent, dus notamment aux guerres et aux crises socio-économiques dans les différentes régions de la planète. D'autres flux migratoires sont liés aux raisons d'études et professionnelles ainsi qu'au regroupement familial. Ces migrations, qu'elles soient forcées ou volontaires, peuvent avoir des conséquences psychologiques sur la personne, en fonction des conditions pré-migratoires dans le pays de départ et des conditions migratoires dans les pays de transit et d'accueil. La migration est ici comprise dans son sens le plus large, c'est-à-dire le déplacement de l'individu d'un endroit à un autre, dans le but d'y séjourner à plus ou moins long terme ou de s'y établir (Bolzman, Gakuba, Amalaman, 2017).

Dans certains cas, la migration est envisagée comme une situation difficile mais elle est aussi considérée comme une ressource pour certaines personnes qui s'inscrivent dans les théories de la nouvelle économie familiale (Stark, 1991). Selon ces théories, la migration est le résultat d'une stratégie familiale destinée à maximiser le revenu qu'à minimiser les risques.

Cette étude a pour but d'analyser les défis psychosociaux de la migration. Elle essaie également de comprendre comment le migrant surmonte ces défis et devient un acteur de développement, aussi bien dans son pays d'accueil que dans son pays d'origine. Nous utilisons le terme de « résilience » des migrants, qui se réfère aux ressources personnelles et sociales développés par ces derniers pour faire face à la situation difficile dans laquelle ils vivent. Plusieurs définitions de la résilience ont été données par les auteurs (Cyrulnik, 1999, 2001 ; Garmezy, 1985 ; Manciaux, 1998, 2001 ; Rutter, 1985, 1990). Nous retenons ici la proposition de Cyrulnik (1999), qui définit la résilience comme : « *la capacité d'une personne ou d'un groupe à bien se développer, à continuer à se projeter dans l'avenir -véritable métamorphose- en présence d'événements déstabilisants, de conditions de vie difficiles, de traumatismes parfois sévères* » (Cyrulnik.1999, p.10).

Ce rapport est divisé en cinq parties. La première apporte des éclaircissements théoriques sur les défis psychosociaux de la migration. La deuxième décrit la méthodologie utilisée et la troisième présente l'interprétation des entretiens. Elle met en évidence les aspects psychosociaux de la migration évoqués par les personnes interviewées ainsi que les bonnes pratiques de certaines structures qui prennent en charge les migrants sur le plan psychosocial.

La quatrième partie dresse les portraits de personnes interviewées. La cinquième partie présente un échantillon des structures de prise en charge des migrants en Suisse.

1. Eléments théoriques sur les défis psychosociaux de la migration

1.1. Migration, traumatismes et santé mentale

Les effets de la migration et de l'exil sur la santé mentale font l'objet d'une attention particulière dans le champ des études migratoires. Selon Santé Canada (1999), les nouveaux immigrants et réfugiés risquent de vivre des situations stressantes liées à leur acculturation, en raison de divers facteurs. En effet, les circonstances économiques, les attitudes négatives ainsi que l'isolement social et personnel peuvent avoir une incidence sur leur santé physique et mentale.

Dans des situations de migration forcée due à la guerre, les réfugiés sont susceptibles de développer des traumatismes. Certains auteurs (Doray & Louzoun, 1997 ; Mansour, 1995 ; Maqueda, 1999 ; Nguyen Ba Thien & Malapert, 1988 ; Sironi, 1992) s'accordent à reconnaître que la guerre est un événement traumatique, dans le sens où elle produit de la violence et menace l'intégrité physique et psychique du sujet. Les traumatismes liés à des situations de guerre peuvent causer un trouble d'anxiété connu sous le nom de « stress post-traumatique » (*Post Traumatic Stress Disorder, PTSD*). Celui-ci résulte de « l'exposition à un événement traumatique dont la personne a été victime ou témoin, et qui a provoqué en elle la peur de mourir, d'être sérieusement blessée ou de voir d'autres sujets atteints. Cette peur a été en général accompagnée d'un sentiment d'impuissance ou d'horreur » (Smaga, Archinard & Savary, 1995, p. 936). Cependant, il convient de préciser que les traumatismes n'entraînent pas de symptômes de stress post-traumatique chez les victimes de la même façon. Certaines personnes peuvent s'en sortir plus facilement, alors que d'autres vont être plus affectées. L'âge, les ressources adaptatives de l'individu, le vécu antérieur, la personnalité, le réseau familial et social, le contexte culturel sont autant de facteurs qui ont une influence sur les symptômes du stress post-traumatique. Les enfants et les adolescents sont plus vulnérables et présentent un risque plus élevé de développer les symptômes (Bailly, 1992, 1996 ; Péchiné, 1999 ; Moro, Lachal & Baubet, 2001). Selon l'association canadienne pour la santé mentale (2003 : 1), « les adolescents ont de la difficulté à surmonter les traumatismes antérieurs et à

se définir une nouvelle identité partagée entre deux cultures. Les jeunes arrivants ont deux fois plus de risques de dépression que les personnes de 35 ans et plus dans la même situation. Les statistiques sur le suicide décrivent souvent les jeunes comme une population déprimée et vulnérable ».

Parmi les études qui se sont intéressées aux conséquences de la migration sur le bien-être psychologique des personnes, l'on peut mentionner celles de Fatahi (2014), Douglas (2011) et Stern (1996).

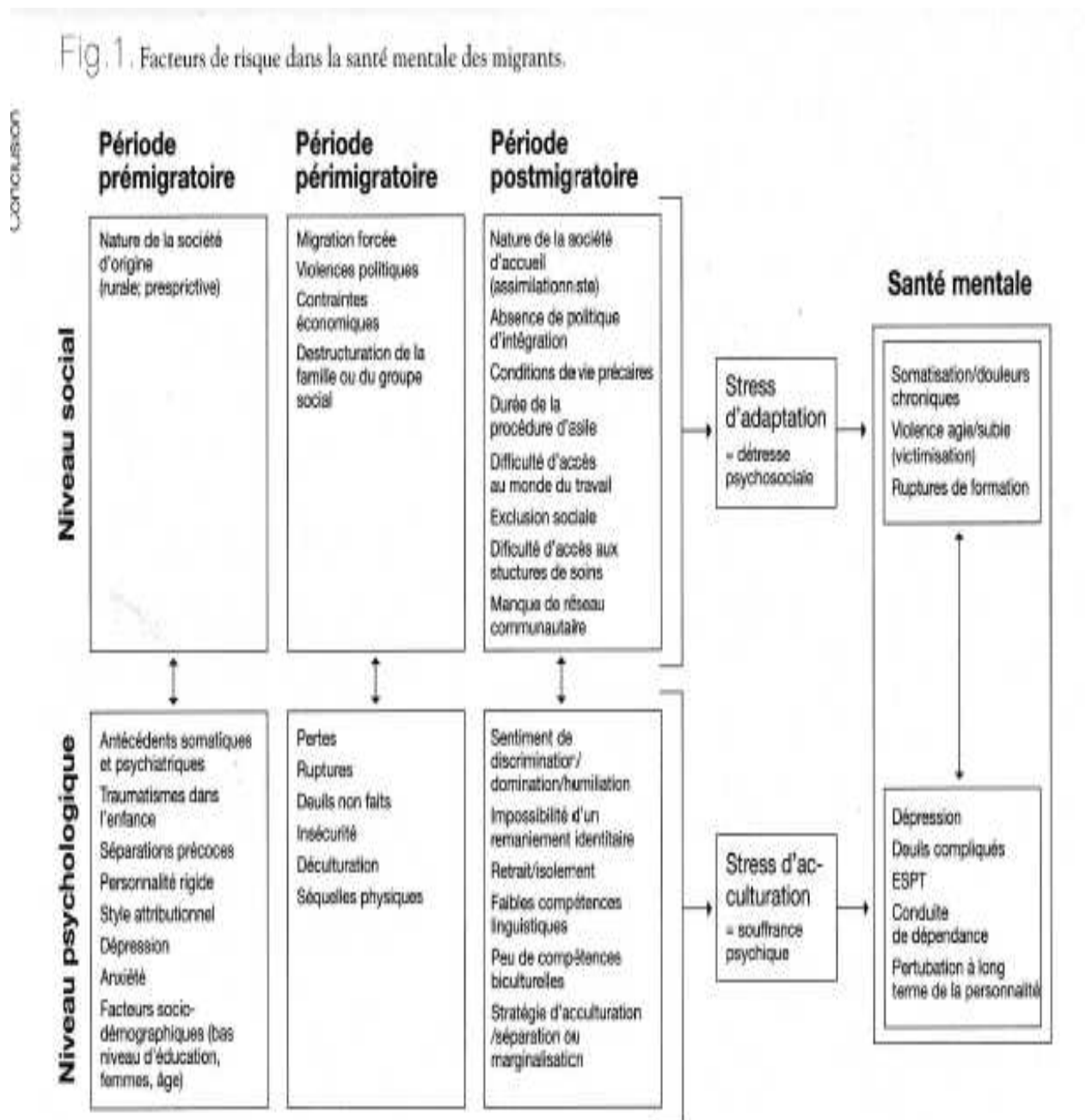
L'étude de Fatahi (2014) montre l'influence de la migration sur le bien-être mental des réfugiés kurdes installés en Suède et la relation entre les expériences de pré-migration et le bien-être post-migration. L'auteur suggère que non seulement les facteurs de post-migration, mais aussi les facteurs de pré-migration et de migration, jouent un rôle important. En effet, les processus de migration et de post-migration sont caractérisés par la perte de capital social, la barrière de la langue, la diversité culturelle, l'aliénation, la régression sociale et professionnelle, et la discrimination. Du côté des facteurs positifs, les immigrants qui ont réussi à obtenir un emploi de niveau égal ou supérieur à celui dans le pays d'origine se disent satisfaits de leur vie, ont une meilleure estime de soi et jouissent d'un certain bien-être.

Dans leur introduction au numéro spécial sur les études psychosociales sur la migration et la communauté, Douglas et al. (2011) mettent en exergue l'impact négatif que peut avoir l'exode des cerveaux et la traite des êtres humains sur les communautés d'origine ainsi que les défis sérieux que représentent l'acculturation, l'intégration, la discrimination et l'acceptation pour les migrants et pour les communautés d'accueil. Cependant, ils relèvent l'importance de la migration dans le développement. Le plus souvent, les migrants renforcent leurs communautés en fournissant une main-d'œuvre nécessaire et une diversité culturelle. En outre, ils aident par la même occasion leurs familles et leurs communautés d'origine, notamment par le biais du transfert de fonds.

Quant à Stern (1996), il étudie le concept de nostalgie mis en relation avec les phénomènes du deuil et de l'immigration. L'auteur définit la nostalgie dans son sens large comme un phénomène qui permet à l'immigrant de recréer son propre pays natal après l'avoir quitté. Il met en évidence trois différents aspects de la nostalgie qui sont les souvenirs sensoriels, la tradition familiale et la communauté culturelle. La nostalgie est donc non seulement définie

comme pathologie du deuil mais également comme agent de liaison mis au service de la continuité de l'identité.

Goguikian (2009) propose un modèle explicatif suivant des facteurs de risque dans la santé mentale des migrants :



Selon ce modèle, « le processus migratoire et les difficultés en termes de santé mentale qui peuvent en résulter sont influencés par une pluralité de facteurs de niveaux différents :

- i. macrosociaux (contexte socio-économique, géographique, démographique, politique, culturel, historique, etc) ;
- ii. microsociaux (contexte de vie proximal pouvant exercer un impact direct sur la manière de « négocier le virage » de la migration : ressources sociales et communautaires à disposition, mais aussi institutionnelles : crèches, écoles, hôpitaux, aide sociale, etc.) ;
- iii. individuels (antécédents personnels et familiaux, estime de soi, affirmation de soi, cohérence identitaire, valeurs, attentes, attitudes, flexibilité, compétences biculturelles, compétences sociales, niveau d'éducation, etc.) » (Goguikian, 2009, p.194).

Pour Goguikian (2009), « une prise en charge globale (physique, mentale et sociale) de la problématique de la migration nécessite aussi bien une action à un niveau sociopolitique et contextuel, que l'installation et la coordination de mesures de soutien individuel et familial » (p.194).

1.2. Résilience des migrants

Groteberg (1995) distingue trois catégories de facteurs de résilience qui sont :

- *Les ressources et soutiens externes*, c'est -à- dire ce que la personne possède, y compris son entourage familial et social (**j'ai**) ;
- *les forces personnelles intérieures*, autrement dit ce que la personne est: sentiments, croyances, attitudes (**je suis**) ;
- *les compétences sociales et interpersonnelles* ou ce que la personne est capable de faire (**je peux**).

Quant à Lecomte (1999, pp.13-17), il identifie les facteurs affectifs, cognitifs et conatifs, tout en précisant que les limites de ces trois catégories ne sont pas toujours nettes. Les facteurs affectifs concernent essentiellement les relations chaleureuses que l'individu résilient entretient avec des proches. Les facteurs cognitifs sont en rapport avec les capacités intellectuelles et la résolution des tâches ou des problèmes déterminés. Les personnes « résilientes » doivent être capables de se fixer des objectifs et d'élaborer une stratégie pour parvenir à les atteindre. Les facteurs conatifs se réfèrent à la volonté de l'individu, à ses motivations.

Pour Garmezy (1985), les facteurs de résilience sont des traits de caractère personnels tels que: i) autonomie ii) estime de soi iii) orientation sociale positive iv) famille chaleureuse et unie v) cohérente au point de vue éducatif vi) disponibilité des systèmes de supports extérieurs qui encouragent et renforcent les efforts de l'enfant. Ce dernier facteur constitue ce que l'auteur appelle le « support social ». Il s'agit de ce qu'une personne ou un groupe peut mobiliser et recevoir comme soutien, soit dans la vie de tous les jours, soit dans des situations de crise, et qui peut prendre des formes matérielles. Gakuba (2004) propose également ci-après un autre modèle pour l'analyse de la résilience en situation de migration :

Ce modèle considère deux dimensions (personnelle et sociale). Il analyse la résilience du migrant dans une approche systémique, qui tient compte de trois composantes : la famille (microsystème), la communauté (mésosystème) et la société (macrosystème).

Sur le plan individuel, le modèle insiste sur le vécu personnel (identité personnelle, histoire, représentations d'avenir), les caractéristiques psychologiques (traits de personnalité) et la santé physique et psychique de la personne en situation de migration. Sur le plan social, le modèle envisage la migration comme un phénomène qui concerne aussi bien le pays d'origine que le pays d'accueil. La famille du migrant (dans le cas où il n'est pas seul dans le pays d'accueil) ou les substituts des parents, les membres de sa communauté d'origine, les institutions de la société (école, institutions sociales, églises) constituent son nouvel environnement socioculturel dans le pays d'accueil. Cet environnement est évidemment en rapport avec celui du pays d'origine, dans lequel le migrant a évolué. Parmi les études qui se sont intéressées à la résilience des migrants, nous pouvons mentionner celles de Siriwardhana et al. (2014) et de Wiese, Van Dijk et Seddik (2009).

Dans leur revue de la littérature sur l'impact de la résilience sur la santé mentale des populations adultes déplacées dans le cadre de conflits, Siriwardhana et al. (2014) ont identifié la cohésion ainsi que le soutien de la famille et de la communauté, les qualités personnelles individuelles, l'identité collective, les relations et la religion comme facteurs induisant une meilleure résilience ainsi qu'un niveau moindre de problèmes psychologiques, et ce, à toutes les étapes d'une migration forcée. Ils définissent également d'autres facteurs pouvant influencer sur le niveau de résilience, en particulier les facteurs de stress quotidiens ou liés au genre, tout comme un déplacement prolongé, qui a clairement une incidence négative

sur le niveau de résilience. De la même façon, il est démontré que la séparation ou le rejet des parents en période de conflit/migration forcée peuvent affecter les niveaux de résilience et de bien-être psychosocial dans la vie future.

Wiese, Van Dijk et Seddik (2009) s'intéressent aux transformations de la matrice familiale et leurs effets sur les individus et les familles dont l'histoire récente est traversée par la migration choisie ou forcée. Ces auteurs discutent des aspects positifs et négatifs ainsi que des différents niveaux d'intervention: macro (valeurs, lois, coutumes), micro (famille, communauté, crèche, école) et chrono (dynamiques et constants changements dans l'environnement). Ces différents niveaux influencent les individus dans leur devenir et leur insertion dans une nouvelle culture, tout comme leurs ressources culturelles, qui peuvent favoriser ou défavoriser leur adaptation socioculturelle.

La matrice familiale, qui peut se définir comme un réseau de repères auxquels l'individu membre peut accéder physiquement ou symboliquement, dans le but d'étayer son appartenance identitaire, participe positivement au renforcement de la résilience des membres d'une famille. Les éléments de cette matrice, qui peuvent favoriser ou défavoriser l'acculturation, apparaissent dans le travail psychothérapeutique, en particulier en consultation d'ethnopsychothérapie.

1.3. Le migrant comme acteur de développement

Les rapports entre migration et développement occupent actuellement une place privilégiée dans les discours politiques, les documents des organisations internationales et ceux des mouvements associatifs ainsi que dans les études scientifiques. Parmi les principaux textes et initiatives qui organisent le champ migrations/développement, il convient de mentionner la Convention des Nations Unies sur la protection des droits de tous les travailleurs migrants et des membres de leur famille, adoptée par l'Assemblée générale des Nations Unies le 18 décembre 1990, dans sa résolution 45/158. Cette convention « met en place un cadre institutionnel et juridique susceptible de répondre aux défis que pose le phénomène migratoire, sa gestion, ainsi que la protection des travailleurs migrants » (Charbon, Lahaye et Sensi, 2010, p.10). C'est sous l'égide du Conseil économique et social de l'Organisation des Nations Unies, et en particulier de sa Commission « Population et développement » s'est instauré un « dialogue à haut niveau » sur le thème « migrations et développement » à New York en septembre 2006. Une des résolutions de ce dialogue de haut niveau a invité les Etats à promouvoir et à défendre les libertés et les droits fondamentaux de tous les migrants, quel que soit leur statut au regard de l'immigration, notamment les droits des femmes, et des enfants. C'est dans cette perspective que les Etats membres des Nations Unies ont pris l'initiative d'organiser le premier Forum Mondial sur la Migration et le Développement (FMMD) à Bruxelles en 2007.

Le Forum s'inscrit dans « une nouvelle approche de la migration et promeut les bonnes pratiques en matière de migration et de développement par l'échange de connaissances et d'expériences. En effet, c'est une approche politique cohérente sur la migration et le développement qui évite la prise de décisions contradictoires d'un domaine à l'autre » (De Clercq, 2007)¹. Le récent Forum Mondial sur la Migration et le Développement s'est tenu sous la présidence de l'Allemagne et du Maroc du 28 au 30 juin 2017 à Berlin. La place qu'occupent les migrants et les associations de migrants dans le développement concernent notamment les transferts d'argent, les transferts de compétences, les transferts des biens et équipements matériels, les transferts culturels, des mentalités et idées y compris politiques, les retours et leurs incidences. Dans les pays d'accueil, les migrants participent également au développement, à travers leur participation dans la vie politique, économique, sociale et

¹ Régine De Clercq a été l'organisatrice du Forum Migration et Développement en Belgique.

culturelle. Concernant les transferts d'argent, un rapport du Secrétariat d'Etat français à la prospective, à l'évaluation des politiques publiques et au développement de l'économie numérique précise cependant que ces transferts ne financent que marginalement les investissements productifs des pays d'origine. Ils servent principalement à financer des dépenses de consommation courante, de santé et d'éducation.

A ce titre, les transferts de fonds contribuent directement à la réduction de la pauvreté des populations concernées. Les liens entre les transferts de fonds et la croissance économique à long terme sont très complexes et leur analyse ne conduit pas à des conclusions unanimes selon la Banque mondiale (Besson, 2008). Pour mieux favoriser la participation des migrants dans le développement, le rapport met en évidence quelques propositions plus particulièrement l'amplification des transferts de fonds et le flux d'investissement en faveur de la création d'entreprises et du développement économique local ainsi qu'à favoriser la mobilité et le transfert des compétences des diasporas qualifiées au profit de leurs pays d'origine.

2. Méthodologie

L'approche méthodologique adoptée dans cette étude est l'enquête par entretien. Nous avons privilégié l'entretien au détriment du questionnaire, car, comme Blanchet et Gotman (2007, p.37), nous ne voulons pas « *décider à priori du système de cohérence interne des informations recherchées* ». Dans cette étude, il s'agit du parcours migratoire des personnes interviewées.

Aussi, il y a lieu d'admettre que plusieurs études sur les migrations relèvent que « *les raisons qui poussent autant de personnes à migrer sont évidemment très diverses et difficiles à agréger : chaque migration est une histoire individuelle, et souvent aussi un déracinement. Certains partent pour trouver du travail, d'autres pour poursuivre leurs études, tandis que d'autres encore se mettent à la recherche d'un environnement moins hostile* ». (Blanchet et Gotman, 2007, p.129).

Dans cette optique, notre choix de l'analyse par entretien repose sur l'hypothèse que chaque singularité est porteuse du processus soit psychologique, soit sociologique que l'on veut analyser.

Nous avons mené des entretiens semi directifs avec les migrants et les responsables des institutions et associations (Appartenances Lausanne, Permanences Volantes Genève, Cooridors of Peace Bâle), et observé certaines activités.

Le tableau ci-après fournit les caractéristiques et le nombre de personnes migrantes qui ont participé aux entretiens :

Tableau 1 : Caractéristiques des personnes interviewées

Catégorie	Tranche d'âge	Nombre
Jeunes	20 -25 ans	2
Adultes	30-40 ans	4
	Plus de 40 ans	4
Senior	Plus de 58 ans	2
Total		12

Source : Enquête des auteurs

Cet échantillon est composé de six femmes et six hommes. Cinq personnes étaient dans le processus de l'asile, trois étaient migrants sans papiers, deux évoluaient dans le cadre d'un regroupement familial et deux possédaient un statut de réfugiés. Nous avons utilisé nos réseaux dans les milieux associatifs et les relais institutionnels pour recruter les personnes aussi bien en Suisse romande (Genève, Vaud) qu'en Suisse alémanique (Berne et Bâle). Les personnes interviewées sont de diverses nationalités et ont des parcours migratoires divers (études, asile, travail, regroupement familial) et des caractéristiques socio-démographiques variées (âge, état civil, situation familiale). Elles proviennent de différentes régions du monde (Asie, Moyen Orient, Asie, Afrique, Europe). Les thèmes abordés dans les entretiens avec les migrants portent principalement sur leurs parcours migratoires, la participation sociale, le

rapport au pays d'origine, l'accès à la formation et à l'emploi et sur les personnes et ressources sociales dont ils disposent. Les entretiens ont été menés en français et en allemand. La grille d'entretien (voir annexe) a été traduite en allemand. Les thèmes de l'entretien avec les organisations qui prennent en charge les migrants ont porté sur leur mandat, le public cible et les actions en faveur des personnes migrantes, sur les difficultés psychosociales rencontrées par les personnes migrantes, la participation des migrants au développement, et sur leurs ressources personnelles et sociales.

L'analyse de contenu a été utilisée pour examiner les entretiens semi-directifs réalisés avec des personnes migrantes et auprès des professionnels. Elle a permis de mieux comprendre le sens donné par les interviewés aux différents thèmes de la grille d'entretien. Ceux-ci ont été regroupés en différentes catégories, en fonction de leurs caractéristiques communes (Bardin, 1988). En plus de cette approche analytique, nous nous sommes intéressés à certains portraits sociologiques des migrants, qui tiennent compte de l'histoire et du parcours migratoire. Dans notre recherche, nous avons pris en considération les enjeux éthiques, en expliquant d'abord les objectifs de l'étude aux participants. Nous avons ensuite précisé que la confidentialité et l'anonymat des personnes interviewées seront garantis. Nous leur avons aussi demandé l'autorisation d'enregistrer l'entretien et les avons informés de leur droit de répondre ou ne pas répondre aux questions. Les entretiens ont eu lieu dans un endroit choisi par la personne ou un lieu approprié qui permettait d'enregistrer dans des conditions idéales.

3. Analyse des données et interprétation des résultats de l'enquête

3.1. Les aspects psychosociaux de la migration

Les difficultés psychosociales mentionnées par les personnes interviewées sont liées à leur parcours migratoires, à leur statut de séjour et à leur histoire personnelle et familiale.

Les raisons d'émigration évoquées par les personnes interviewées sont diverses : économiques, politiques (asile), études, regroupement familial. Les principales difficultés psychosociales sont :

- i. la déqualification et la perte du statut social
- ii. le chômage et l'absence de perspectives d'avenir

- iii. l'attente du statut de séjour pour les personnes demandeuses d'asile et l'absence de permis de séjour pour les personnes sans papiers
- iv. la séparation familiale
- v. l'apprentissage de la langue et l'adaptation aux valeurs de la société suisse ainsi la maîtrise du fonctionnement de différents systèmes en Suisse

La *déqualification* est caractérisée par la difficulté du migrant à valoriser sa formation sur le marché du travail et, pour la société d'accueil, de la sous-utilisation des compétences des personnes concernées. Ce phénomène, appelé aussi *gaspillage de cerveaux*, se traduit par des pertes de revenus et des conditions d'emplois précaires pour les migrants, ainsi que par une moindre efficacité productive pour les entreprises. Une personne interviewée de formation universitaire et vivant en Suisse depuis trente cinq ans, est restée longtemps gardien d'un centre pour requérants d'asile. Nous pouvons également citer le cas d'un ingénieur en métallurgie de 63 ans qui travaille depuis dix-sept ans dans la restauration.

Les causes de la déqualification sont multiples, mais les personnes interviewées ont surtout évoqué la non-reconnaissance de leurs diplômes obtenus dans leur pays d'origine et de leurs expériences professionnelles ainsi que le manque de réseaux professionnels comme facteurs principaux.

L'accès à la formation et à l'emploi est difficile pour certains migrants plus particulièrement ceux qui ont un statut de séjour provisoire (permis F) ou des personnes frappées de Non entrée en Matière (NEM) ou les déboutées.

Dans la plupart des cas, les personnes bénéficiant d'un permis de séjour provisoire ont des difficultés à trouver un apprentissage ou à trouver un emploi qualifié, du fait qu'ils ne maîtrisent pas les langues nationales suisses (suisse- allemand, français, italien), ou qu'ils n'ont pas de qualification. L'âge, est aussi un obstacle pour les jeunes de plus de 19 ans qui arrivent en Suisse et qui souhaitent faire une formation professionnelle. Dans certains cantons, ils ne peuvent pas être intégrés dans des classes de transition professionnelle ou des classes d'accueil, destinées aux jeunes âgés de 15 à 19 ans.

Le témoignage de ce migrant montre sa déception et son incertitude face à l'avenir :

« Je ne suis pas contente parce que je n'ai pas de statut de réfugié et ça fait quatre ans que j'attends. La vie est incertaine, il faut vivre jour au jour. Avec le permis N que j'ai, il est difficile de trouver du travail, certains employeurs ne connaissent même pas ce permis. Les Suisses ont des préjugés sur les requérants d'asile, ils pensent qu'ils sont des trafiquants de drogue, des prostituées, des ignorants mais nous sommes des personnes comme les autres, nous devons être respectés, avoir nos droits, pouvoir travailler et d'intégrer dans

la société d'accueil. Donc, de manière générale, je n'ai pas d'avantages ici, je vis jour au jour et je ne sais pas comment ça va se passer dans l'avenir ». (Issa, 30 ans demandeur d'asile à Genève avec un permis N).

La précarité sociale et financière dans laquelle se trouvent les demandeurs migrants, particulièrement les demandeurs d'asile, les personnes frappées de non entrée en matière et les déboutés, a des conséquences néfastes sur leur santé psychique. Comme le précise un article du 29 juin 2012, publié dans *Le Temps*², des médecins et psychiatres interrogés tirent la sonnette d'alarme sur les troubles psychiques comme les troubles anxieux et dépressifs graves avec tendances suicidaires et le stress post traumatique, manifestés par les personnes qui bénéficient de l'aide d'urgence. Pour Jean-Claude Métraux, psychiatre spécialiste de la prise en charge des victimes de conflits armés et des migrants, certains demandeurs d'asile souffrent « d'états de survie engendrant un état d'alerte permanent, un sentiment total d'impuissance et une projection impossible dans le futur. Ce « syndrome d'Ulysse » touche aussi les enfants »³. Ces troubles peuvent s'accompagner d'actes agressifs. Il convient de préciser qu'en Suisse, les migrants accèdent aux soins de santé et que certains cantons disposent des structures publiques ou associatives de santé spécifiques pour cette population. A titre d'exemple, il y a lieu de citer la Polyclinique médicale universitaire de Lausanne et Appartenances dans le canton de Vaud, la Consultation ambulatoire mobile de soins communautaires, le programme Santé Migrants des Hôpitaux Universitaires de Genève et l'association Pluriels. Des différences cantonales existent cependant dans l'accès aux soins des personnes vulnérables, notamment les personnes sans papiers et les demandeurs d'asile. Dans cette perspective, la Plateforme nationale pour les soins de santé aux sans papiers (2014, pp.23-24) a formulé les recommandations suivantes :

- i. Garantir un accès aux soins et à la prévention pour les personnes les plus vulnérables par le **maintien d'une « porte d'entrée » au système de santé**, à travers des dispositifs de santé primaire facilement accessibles à tous, dans le respect des principes constitutionnels, de l'équité entre les cantons et de la déontologie soignante et médicale.

² *Le Temps* | *Requérants à l'aide d'urgence: les troubles psychiatriques augmentent* par Valérie de Graffenried (Lien vers l'article sur le site du Temps).

³ Idem

- ii. Veiller à la mise en œuvre de la directive fédérale⁴ permettant aux personnes sans statut légal de faire partie des catégories soumises à l'assurance obligatoire. Corollairement, édicter des conditions-cadres pour permettre **l'accès aux subsides cantonaux de réduction des primes** d'assurance à cette population.
- iii. Faciliter l'octroi d'un **permis de séjour humanitaire aux migrants souffrant de maladies graves déjà soumis à un traitement en Suisse** et dont l'interruption peut représenter des risques graves pour la santé et la vie du patient. Cette dernière condition doit être préférée à l'analyse documentée de la possibilité d'être traité dans le pays d'origine.

3.2. La résilience des migrants

Les ressources personnelles évoquées par les personnes interviewées qui favorisent leur résilience sont **la capacité d'avoir un projet, le fait pouvoir s'adapter au contexte socio-culturel suisse et la religion.**

Le projet des personnes fait référence à l'investissement dans la formation et dans la recherche de travail, dans le but d'améliorer leur situation professionnelle. C'est l'exemple de Marc, 30 ans demandeur d'asile depuis une année à Genève et qui a reçu une réponse négative :

« Personnellement, mes études que je fais à distance, je me consacre sur mes études, c'est cher mais je paie avec le programme d'occupation, moi je réunis toutes les chances pour être ce que je vais être, c'est tout un projet, il faut s'organiser, il faut avoir les compétences, les ressources, il faut que je travaille ici pour que je sois sûr que ça va me réussir en Afrique, il me faut une évolution, par rapport au niveau que j'avais... ».

Marc parle aussi de sa capacité à s'adapter :

« Je pense que c'est mieux de m'en sortir individuellement parce que les amis te conseillent mal, il faut s'adapter, l'adaptabilité nous apprend qu'on n'est pas d'ici, on n'a pas fait l'école ici, il faut s'adapter, nous sommes ici en tant que néant, on n'a pas de proches ».

⁴ Directive du 19 décembre 2002, OFAS : la directive spécifie que les assureurs ont, en vertu de l'article 4 LAMal, "l'obligation d'accepter les sans-papiers à l'instar de toute personne tenue de s'assurer".

La religion est évoquée par certains migrants comme une importante source de réconfort. Ainsi, la Parole de Dieu qui leur enseigne le pardon, le courage et la confiance en soi est un important moyen pour surmonter les événements vécus et se projeter vers l'avenir. Ils reconnaissent, presque unanimement, que même s'ils étaient déjà croyants à la base, leur situation actuelle leur a permis renforcer leur foi et surtout de croire encore en eux. Pour d'autres encore, chanter à la chorale leur permet d'oublier les moments difficiles vécus. L'un d'eux parle de l'apport de la religion en ces termes :

« En tout cas je peux dire que c'est Dieu mon soutien, parce que j'étais traumatisé les soirs. Je criais la nuit et je faisais des cauchemars. Après, la prière m'a beaucoup aidé. Je suis allé à l'Eglise, on priait pour moi, moi-même je me suis mis vraiment à prier et à jeûner. Voilà maintenant ça va ».

Les ressources sociales mentionnées sont principalement le réseau social (amis), l'utilisation des structures sociales et la participation aux activités associatives. Certains migrants apprécient le travail qui est fait par les structures d'accueil, malgré que le système d'asile en Suisse soit très difficile :

« Les structures qui nous aident font de leur mieux, elles ont aussi des contraintes, elles ne peuvent pas faire plus, elles peuvent nous trouver l'apprentissage, quand tu mets les barrières, ce n'est pas à cause d'eux, c'est le système ». (Jean, demandeur d'asile avec permis N).

Les migrants trouvent également un soutien de la part de leur communauté et dans la participation aux activités (cours de français, football, musique, groupe de parole) organisées par les différentes associations qui les prennent en charge.

3.3. Les migrants en tant qu'acteurs de développement

Certains migrants interviewés se définissent comme acteurs de développement, en particulier ceux qui sont insérés professionnellement et qui gardent un lien avec le pays d'origine. Les rapports que les migrants entretiennent avec ce dernier se font à travers les séjours réguliers, les contacts téléphoniques, l'investissement dans les affaires et des actions de solidarité, le transfert d'argent, le transfert des compétences et les transferts culturels. D'autres migrants parlent cependant d'obstacles qui les empêchent d'être des acteurs de développement. Il s'agit particulièrement des difficultés liées à l'intégration, comme le problème de chômage et le statut de séjour précaire. Ils estiment que pour être un acteur de développement, il faut être

bien intégré dans le pays d'accueil. Isidore, en Suisse depuis plus de 30 et qui vient de prendre sa retraite, a par exemple décidé d'investir dans son pays d'origine :

« J'ai des projets mais c'est des microprojets. Je le fais aussi dans la fonction d'expérimenter parce que quand on veut se lancer... Parce que là-bas il y a d'autres réalités qu'on n'a pas ici, donc il faut du temps pour bien maîtriser ces créneaux et une fois qu'on sait comment ça fonctionne, on peut se lancer. Ce que j'ai pensé, parce que j'ai un cousin là-bas qui est dans l'agriculture donc ça m'a beaucoup intéressé. Je me suis associé avec lui donc pour l'instant c'est ça et je me dis qu'aussitôt que ce sera maîtrisé... dans ce domaine surtout, c'est le début qui est difficile. Une fois que les choses sont maîtrisées, alors là, ça va. Ça se passe dans ma région d'origine. Pour le moment je fais des vas-et-viens ».

Une autre personne interviewée a, quant à elle, des projets dans les domaines de la formation et du tourisme, dans son pays d'origine. Une troisième personne souhaite retourner dans son pays pour s'intégrer à la dynamique associative de changement social. Pour d'autres migrants, la contribution au développement du pays d'origine peut aussi se faire dans le pays d'accueil, à travers la transmission des valeurs culturelles aux enfants. C'est le cas par exemple d'une interviewée d'origine mongole, qui nous a affirmé que le fait d'apprendre la langue mongole à ses enfants, qui habitent en Suisse, était une participation au développement du pays d'origine, dans la mesure où cet apprentissage est une valorisation de la culture de celui-ci. Après l'analyse synthétique de ces éléments qui ressortent des entretiens, il est intéressant de présenter quelques portraits sociologiques des personnes interviewées.

4. Portraits des personnes interviewées

4.1. Le cas de Remi

Rémi est un homme âgé de 58 ans né dans un pays africain. Il est arrivé en Suisse à l'âge de 22 ans et s'est remarié après son divorce. Il a 3 enfants de ses deux mariages. Rémi a un permis de résidence en Suisse. Il est actuellement salarié mais souhaite changer de statut pour devenir entrepreneur et être à son propre compte. Il envisage également de se lancer dans l'entreprenariat, dans son pays d'origine.

Rémi est arrivé en Europe dans les années 70, suite aux violences dans son pays d'origine, pour faire des études de langue. Après le début des cours, les difficultés sont apparues, dues au non-paiement de trois mois de frais d'écolage. Il était devenu difficile pour lui de vivre

sans ressources. En décembre 1979, il décide de retourner dans son pays, afin de faire les démarches pour obtenir une bourse auprès du Ministère des Affaires Etrangères, mais sans succès. En mars 1980, Il est obligé de retourner en Europe par les moyens propres de la famille, via l'Italie, pour finalement arriver en Suisse et demander l'asile. Rémi était très jeune et en bonne santé. En tant qu'étudiant, il faisait du sport, le judo.

Rémi souhaite contribuer au développement de son village natal, par la formation des jeunes marginalisés en raison de leur manque de ressources financières et de leurs difficultés professionnelles. Il a mis sur pied un projet qui a pour finalité de créer un centre des métiers agricoles et de transformation agroalimentaire. Les objectifs spécifiques poursuivis pour son projet sont notamment :

- Contribuer à la réduction de la pauvreté des populations et habitants de la commune ;
- assurer l'autosuffisance alimentaire aux ménages ruraux ;
- former les jeunes aux métiers agricoles ;
- assurer aux jeunes l'apprentissage des techniques de l'agro-alimentaire ;
- réduire l'exode rural des jeunes de la commune.

4.2. Le cas d'Amina

Amina a 48 ans et est arrivée en Suisse en décembre 2015, durant la période de Noël, en tant que réfugiée politique, avec ses deux garçons âgés aujourd'hui de 6 et 17 ans. Aujourd'hui, elle vit à Bâle et possède un permis N. Dans son pays d'origine, Amina était responsable au sein d'une agence de voyages. Elle a dû fuir son pays, après avoir abandonné sa religion, l'Islam, parce que cette décision est punissable de la peine de mort. Ayant non seulement perdu son emploi mais craignant d'être dénoncée puis arrêtée, Amina a pris la fuite, laissant derrière elle son mari, resté pour s'occuper de sa mère. Son périple a duré deux jours, pendant lesquels elle a craint à chaque instant qu'on ne lui enlève ses enfants.

Après avoir vécu dans un centre pour réfugiés, elle s'est vue attribuer un appartement, il y a 6 mois.

Selon Amina, le plus difficile, en Suisse, c'est de tout recommencer à zéro. Elle aimerait beaucoup travailler, ce qui lui est interdit pour le moment. Ses enfants vont à l'école. Elle n'a que peu de contacts avec son époux, car cela reste dangereux.

La différence de culture n'est pas évidente pour elle, mais elle apprécie la démocratie, l'égalité hommes-femmes ainsi que la liberté de religion.

Amina a souffert psychologiquement, non seulement à cause de cette migration forcée mais également parce qu'elle a perdu sa mère deux mois avant sa fuite. En Suisse, elle est suivie par un thérapeute que son médecin généraliste lui a trouvé. Il lui est d'une grande aide, notamment parce qu'il parle sa langue et connaît les deux cultures. Son fils aîné est également suivi. Le cadet, quant à lui, souffre énormément de l'absence de son père.

Trois fois par semaine, elle participe aux activités organisées par un groupe composé de bénévoles et de migrants. Elle y fait notamment la cuisine. Ces activités restent irrégulières et le fait de ne pas pouvoir travailler lui pèse énormément. La sœur d'Amina, arrivée en Suisse deux mois avant elle avec sa fille, vit également à Bâle. Elle a, elle aussi, laissé son mari au pays.

4.3. Le cas de Nima

Nima est une jeune fille de vingt ans, d'origine africaine, qui vit à Genève. Elle est arrivée en Suisse à l'âge de 15 ans, pour rejoindre sa mère arrivée plus tôt. Elle possède aujourd'hui un permis F. Sa maman n'a pas de formation et est femme de chambre. Elle ne sait pas ce que fait exactement son père, resté dans son pays d'origine. La famille a fui le pays à cause des menaces de Daesh, son père ayant déjà subi une tentative d'assassinat. C'est la maman qui est partie en premier. Nima et les autres enfants ont vécu quatre ans dans un pays voisin, avant de la rejoindre en Suisse. Nima a deux tantes à Genève, ainsi que dix cousins.

Avant d'arriver en Suisse, Nima n'avait jamais été à l'école et ne parlait pas un mot de français. Elle a commencé par fréquenter pendant six mois une classe d'accueil. Ce qui a été le plus dur pour elle, c'est la méchanceté des autres élèves, la voyant totalement perdue et désorientée. Au-delà de la barrière de la langue, elle se rappelle par exemple ne pas avoir compris le concept même de « date », lorsque que le professeur lui a un jour posé la question.

Par la suite, elle a fait deux ans dans les Classes d'Accueil du Post-obligatoire (ACPO), suivis de deux ans de remise à niveau en français et maths à la Fédération Maison Kultura. Durant les derniers trois mois, elle a suivi en parallèle des cours à l'Université Ouvrière de Genève et a obtenu un certificat. Dans le même temps, au printemps 2016, elle a passé avec succès les examens pour l'entrée en apprentissage et a décroché un apprentissage d'assistante en soins et santé communautaire, au sein de l'Institut de Maintien à Domicile (IMAD), l'apprentissage qu'elle souhaitait le plus.

Ce qui fait sa force, c'est une volonté ainsi qu'une motivation à toute épreuve. Elle admet également avoir eu autour d'elle des personnes qui l'ont aidée à réussir, alors que sa famille non seulement ne croyait pas qu'elle entamerait un jour une formation, mais la dissuadait même d'essayer, car elle était arrivée trop tard en Suisse, la réussite n'étant possible que pour les plus jeunes nés ici. Malgré son parcours, Nima n'a jamais souffert de troubles psychologiques et c'est une jeune fille radieuse et toujours souriante, bienveillante et à l'écoute. Ce qu'elle apprécie en Suisse, c'est avant tout la possibilité d'étudier, la gratuité des études au niveau primaire et secondaire (scolarité obligatoire), l'accès à l'éducation pour les filles et le fait qu'il n'y ait pas de limite d'âge au-delà de laquelle les portes des établissements scolaires se ferment. Elle soulève également les diverses alternatives qui s'offrent à celui qui échoue à un moment donné pendant son cursus. Au-delà du domaine scolaire, elle loue également la gratuité des services publics et les structures d'accueil et d'aide à l'intégration, telles que Kultura.

Aujourd'hui, elle est en première année d'apprentissage et tout se passe très bien. Elle vient d'être choisie par le Rotary Club pour recevoir un prix qui honore son parcours. Elle a également décroché un emploi à côté de ses études comme aide à domicile pour une personne âgée. De plus, elle s'est engagée en tant que bénévole au sein de l'association AGIS. Nima est aussi une passionnée de lecture. Son objectif est de devenir médecin ou infirmière. Elle souhaite également faire de l'humanitaire. Dans l'immédiat, elle économise pour passer son permis et s'acheter une voiture. Elle se sent pleinement actrice du développement. Elle n'est jamais retournée dans son pays d'origine, pour des raisons de sécurité, mais son père est en contact avec la famille par téléphone. Sa mère aimerait un jour retourner au pays.

En ce qui concerne cette dernière, une dynamique qui semble sans fin s'est mise en place avec le pays d'origine. Elle envoie de l'argent à son mari et à la famille, et rembourse également ses dettes auprès de certains membres. Le problème est que plus elle gagne d'argent, plus il y a de personnes, dans son pays, qui lui en demandent. Et parce qu'elle a eu la chance de venir en Suisse et qu'elle se sent redevable, elle accepte d'envoyer toujours plus d'argent pour soutenir toujours davantage de personnes. D'ailleurs, Nima a dû céder une large partie de ce qu'elle gagnait en apprentissage à sa mère pour cette raison, alors que l'argent pourrait servir aux autres enfants de la famille. Ce sentiment de loyauté envers le pays d'origine reste ici très fort et problématique. Nima n'adhère pas.

Ces études de cas mettent en évidence les parcours migratoires des personnes interviewées, leurs difficultés psychosociales mais aussi leur processus de résilience. Les migrants peuvent aussi utiliser les structures publiques et associatives actives dans la prise en charge des migrants qui existent dans les cantons où ils résident. Nous citons ci-après quelques exemples de structures qui prennent en charge les migrants sur le plan psychosocial.

5. Quelques exemples de structures de prise en charge des migrants

5.1. Appartenances Lausanne⁵

Créée en 1993 à Lausanne par un groupe de médecins psychiatres, psychologues et travailleurs sociaux, l'association a pour mission de favoriser le mieux-être et l'autonomie des personnes migrantes et de faciliter une intégration réciproque avec la société d'accueil. L'association compte aujourd'hui 297 collaborateurs salariés, répartis entre Lausanne, Vevey et Yverdon-les-Bains, soutenus par plus d'une centaine de bénévoles. Avec son équipe de 133 interprètes communautaires active dans tout le canton, Appartenances Lausanne s'investit dans quatre domaines d'intervention étroitement liés :

i) Formation de base, socialisation et intégration

Les espaces Femmes à Lausanne, Vevey et Yverdon-les-Bains ainsi que l'espace Mozaïk à Lausanne, offrent un accueil individualisé aux personnes migrantes en situation de précarité ainsi qu'à leurs jeunes enfants. Ces lieux proposent des activités de formation et de socialisation qui favorisent l'autonomie et la création des liens sociaux

ii) Interprétariat communautaire

Le secteur de l'interprétariat communautaire engage, forme et encadre des interprètes qui interviennent à la demande des institutions scolaires, sociales et de la santé du canton de Vaud. Ces interprètes permettent aux personnes migrantes de s'exprimer dans leur langue et facilitent leur accès aux services existants.

⁵ Les informations sur l'appartenance sont tirées des brochures de l'association et de son rapport annuel de 2015 (cfr. www.appartenances.ch).

iii) Formation des professionnels

Le service Formation s'appuie sur l'expérience et les savoirs développés à Appartenances. Une palette variée de cours, séminaires, rencontres et activités à la carte est proposée aux professionnels et intervenants d'Appartenances ainsi qu'à ceux de son réseau.

iv) Soins psychothérapeutiques

La Consultation Psychothérapeutique pour Migrants (CPM) propose une aide psychothérapeutique et psychiatrique spécialisée à des personnes présentant une souffrance psychique en lien avec la migration et /ou un vécu de guerre, de torture ou d'une autre forme de violence collective.

Au sein de la CPM, une équipe pluridisciplinaire (psychologues, psychiatres, pédopsychiatres, physiothérapeutes) offre des traitements spécialisés, adaptés en fonction du type de problématique :

- a. Entretiens individuels, de couple, de famille, de groupe ;
- b. entretiens en collaboration avec des interprètes communautaires ;
- c. travail centré sur des séquelles de traumatisme (violence collective, guerre, torture) ;
- d. approche psychocorporelle.

Une attention particulière est accordée à la culture d'origine des patients à leur vécu migratoire, ainsi qu'à leurs conditions de vie en Suisse.

Au sein du dispositif d'accompagnement d'Appartenances, le focus est mis sur l'autonomie de la personne, des groupes et de la communauté. En ce qui concerne le migrant en tant qu'acteur du développement au sein de sa communauté, un des professionnels d'Appartenances interviewé précise « *qu'il s'agit d'une étape qui se situe encore au-delà de la reconstitution individuelle, c'est une étape supplémentaire. La participation au développement se situe plutôt au niveau transgénérationnel et ce n'est que là qu'elle sera visible, bien que l'on observe aujourd'hui une accélération dans la vie des migrants* ». Dans le passé, l'association a utilisé une approche communautaire dans ses interventions, comme le souligne l'une des responsables : « *Au départ, les migrants choisissaient les questions sur lesquelles ils voulaient travailler, en groupe. Puis, une fois les thèmes choisis, des ateliers étaient organisés, dans le but de trouver des solutions possibles. Finalement, on mettait en forme ces solutions. Ensuite, les migrants devenaient des « promoteurs » au sein de leur propre communauté, après deux ans de cursus, et aidaient les nouveaux arrivants à*

s'intégrer. Ils étaient clairement acteurs du développement. Ces initiatives ont été stoppées par manque de fonds ».

5.2. Permanences volantes, Entraide Protestante Suisse, Genève

Les Permanences volantes, mises en place en 2003 par l'Entraide Protestante Suisse (EPER)⁶ sont un projet de primo-information, de soutien, d'orientation et d'accompagnement, permettant aux personnes migrantes de recevoir des informations sur le système socio-sanitaire genevois et de bénéficier d'un soutien social et administratif. Le projet a pour objectif de contribuer concrètement à l'amélioration des conditions de vie des personnes migrantes vivant en situation de grande précarité dans le canton de Genève. Parmi celles-ci, nombreux sont les sans-papiers venant d'Amérique latine et d'Amérique centrale et qui travaillent dans l'économie domestique, dans l'hôtellerie, dans la restauration, dans l'agriculture et dans la construction.

L'objectif de ces permanences d'écoute et d'orientation est d'offrir un espace de parole confidentiel, en langue d'origine, sur des problématiques sociales et de santé, permettant aux bénéficiaires d'exposer leurs difficultés, de recevoir des informations pertinentes et de bénéficier d'une orientation adéquate, en fonction de leurs situations, au sein du réseau socio-sanitaire genevois. L'objectif de ces entretiens est aussi de renforcer l'autonomie et l'estime de soi.

Les Permanences ont également mis en place des actions communautaires permettant de rompre l'isolement, favorisant l'intégration et la mixité sociale, et contribuant à l'empowerment des participants. Des actions communautaires, sous forme d'ateliers artistiques, d'activités sportives, de projets culturels ou de formations, permettent de valoriser les ressources des bénéficiaires, de développer leurs compétences et de favoriser leur intégration

Dans le domaine de la santé, les Permanences volantes proposent aux migrants l'entraînement à la marche et à la course ainsi qu'un cours de gymnastique du dos. Les entraînements ont commencé en avril 2016, sous l'impulsion des Permanences, en collaboration avec l'association « Je Cours Pour Ma Forme », qui a pour objectif de promouvoir l'activité physique de santé, de bien-être et de lutte contre la sédentarité. Quant aux cours de gymnastique du dos, ils sont organisés en collaboration avec la Haute Ecole de Santé de Genève (cabinet de physiothérapie de l'école). Cette activité vise à remettre les bénéficiaires

⁶ Pour plus d'information voir <https://www.eper.ch/>

en forme en termes musculaires et de souplesse, pour qu'ils prennent du plaisir à reprendre une activité physique.

5.3. Corridors for Peace

Corridors for Peace est une association sans but lucratif basée à Bâle depuis deux ans. Elle est active dans la promotion de la paix et la prévention des conflits dans différents pays, à travers des activités interculturelles. A Bâle, Corridors for Peace organise des activités artistiques et culinaires, en faveur des personnes migrantes et demandeuses d'asile : musique, danse, chant, peinture. Celles-ci favorisent le bien-être psychologique des personnes migrantes et demandeuses d'asile. Les enfants peuvent faire des exercices rythmiques, des cours de chants et des contes.



Photo : Corridors for Peace

Conclusion

La migration représente pour certaines personnes interviewées un risque mais aussi pour d'autres une opportunité de reconstruction et de transformation pour un avenir meilleur. Il ressort des résultats de cette étude que les défis psychosociaux des migrants sont réels. Certains sujets de notre échantillon d'étude ont mis en évidence les traumatismes liés à leurs parcours migratoires et à leurs conditions de vie (problème de statut de séjour, chômage, séparation d'avec la famille) et d'adaptation (difficultés de langue et acculturation, discrimination) difficiles, qui peuvent entraîner des problèmes psychologiques, en fonction de l'histoire personnelle de chaque individu. Ces problèmes peuvent se manifester par la perte de confiance et d'estime de soi, le sentiment d'impuissance et d'avenir bouché, les sentiments persistants de honte et de culpabilité, le repli sur soi, les problèmes identitaires, les somatisations, les difficultés de concentration et d'attention. Les migrants disposent cependant des ressources personnelles et sociales qui peuvent leur permettre de jouer un rôle dans le pays d'accueil et dans leur pays d'origine. Pour qu'ils soient de véritables acteurs de développement, aussi bien en Suisse que dans le pays d'origine, la prise en charge psychosociale centrée sur le développement de leurs ressources est indispensable. Cette prise en charge nécessite une prise en compte des trois niveaux : macrosocial (contexte socio-politique et culturel), mésosocial (institutions, communauté) et microsocial (individu, famille). La déqualification, le chômage, les difficultés d'accès à la formation, les problèmes d'obtention d'un statut de séjour, le sentiment d'isolement et d'exclusion sont parmi les obstacles qui empêchent les migrants de s'épanouir et de participer au développement.

Au terme de cette étude, nos recommandations portent ainsi sur des actions qui peuvent renforcer l'estime de soi et la confiance des migrants qui se sentent dévalorisés, leur insertion professionnelle, la prévention de leur santé physique et mentale ainsi que leur participation et leur contribution aux secteurs clés de développement de leur pays d'origine notamment l'éducation, la santé et l'économie. Ces actions, qui peuvent être initiées par le groupe de travail « aspects psychosociaux de la migration », en collaboration avec les autres associations membres de la Plateforme de la société Civile sur Migration et développement sont les suivantes :

i) Animation de groupes de parole, d'écoute et de lien

Ces groupes seront un espace pour promouvoir le développement personnel des personnes migrantes, en parlant de leur souffrance et de leurs expériences difficiles. Ils favoriseront les interactions entre les participants et permettront l'échange d'expériences, ce qui permettra aux participants de reprendre confiance et de développer leur estime de soi. Les groupes seront animés par les psychologues ou les professionnels compétents dans le domaine.

ii) Organisation des ateliers de développement de la résilience

Ces ateliers ont pour objectif d'amener, à travers les discussions et les jeux de rôle, les migrants à prendre conscience de leurs ressources personnelles et sociales, qui peuvent les aider à être des acteurs de développement en Suisse.

iii) Organisation des ateliers d'insertion socioprofessionnelle

Ces ateliers auront pour but d'apprendre aux migrants à mieux cerner le marché du travail dans leur canton ou ailleurs en Suisse, d'échanger sur les procédures de demande d'équivalence des diplômes, de discuter de leurs projets professionnels en fonction des opportunités d'emploi et de leurs qualifications, d'apprendre des stratégies pour créer et entretenir un réseau professionnel, de comprendre comment communiquer pour mieux se mettre en avant et d'avoir confiance en soi.

iv) Permanences d'information et d'orientation

Certaines personnes migrantes éprouvent des difficultés à trouver des informations sur le fonctionnement des institutions en Suisse et sur les activités des services publics ou privés qui les prennent en charge. Les difficultés d'accès aux informations sont par ailleurs liées à la non maîtrise de la langue de la société d'accueil par des migrants qui ne parlent aucune des langues nationales suisses. Les permanences d'information seront des lieux d'accueil, où les migrants se sentiront valorisés, dans la mesure où des interprètes de leurs communautés seront impliqués pour leur donner des informations sans la barrière de la langue. Les compétences de ces interprètes seront reconnues et auront leur place dans le développement de la Suisse.

v) Organisation des activités de promotion de la santé mentale chez les migrants

Des activités artistiques (peinture, dessin, musique, théâtre), sportives et culturelles, à l'instar de ce que fait l'association Corridors for Peace peuvent être organisées par des associations, pour promouvoir la santé mentale des migrants. Ces activités permettront de valoriser les ressources des participants et de contribuer à leur bien-être psychologique.

En plus des actions que nous venons de d'examiner, d'autres initiatives visant l'implication des migrants ou les associations de migrants dans les secteurs favorisant développement peuvent être analysées et soutenues par la Plateforme de la Société Civile Suisse sur Migration et Développement, par exemple :

- i. Mieux soutenir financièrement les migrants ou les associations de migrants qui souhaitent mettre en place des projets de développement dans le pays d'origine ;
- ii. Valoriser les compétences des personnes migrantes en les intégrant dans les projets de coopération au développement entre la Suisse et les pays d'origine, ou en faisant connaître et en soutenant les initiatives déjà existantes ;
- iii. Encourager et financer les initiatives entrepreneuriales des migrants en Suisse et dans leur pays d'origine.

Références bibliographiques

Association canadienne pour la santé mentale (2003). *La santé mentale, ça nous concerne. Feuillet d'information* (mois d'avril, disponible sur le site <http://www.cmha.ca>. Consulté le 10.7.2017).

Bailly, L. (1992). Séquelles psychiques des psychotraumatismes chez l'enfant. *Psychologie médicale*, 24, 453-454.

Bailly, L. (1999). Les guerres fratricides. Quelles conséquences pour l'enfant ? In F. Maqueda (Eds.), *Traumatismes de guerre. Actualités cliniques et humanitaires* (pp.21-28). Revigny-sur-Ornain : Hommes et perspectives.

Besson, E (2008). *Les migrants, acteurs du développement solidaire : soutenir les initiatives des migrants en faveur du développement de leur pays d'origine*. Paris : Secrétariat d'Etat à la prospective, à l'évaluation des politiques publiques et au développement de l'économie du numérique.

Blanchet, A. et Gotman, A (2007), *L'enquête et ses méthodes : L'entretien*. 2^{ème} édition, Paris : Armand Colin.

Bolzman, C., Gakuba, Th.0 & Amalaman, M (2017). Honte et migration. Une relation complexe à saisir. *Pensée Plurielle*, (1), 129-137

Charbon, P, Lahaye, J.P et Sensi, D (2010). Migrations et développement dans les politiques européennes et la société civile. In S. Amoranitis et A. Manço (Eds). *Migration et développement en Europe, politiques, pratiques et acteurs* (pp.10-20). Bruxelles : Eunomad et IRFAM.

Cyrulnik, B. (1999). *Un merveilleux malheur*. Paris : Odile Jacob.

De Clercq, R (2007). Forum mondial sur la migration et le développement : début d'une meilleure gouvernance globale. *Accueillir*, N° 247, 30-32.

Doray, B. & Louzoun, C. (1997). *Les traumatismes dans le psychisme et la culture*. Ramonville Saint-Agne : Erès.

Fatahi, N (2014). The Impact of the Migration on Psychosocial Well-Being: A Study of Kurdish Refugees in Resettlement Country Community, *Medicine & Health Education*, 4:2.1-7

- Gakuba, Th.O (2004). *La résilience des jeunes rwandais réfugiés en France et en Suisse*, Thèse de doctorat en sciences de l'éducation. Université de Genève.
- Garnezy, N. (1985). Stress resistant children, the search for protective factors. In J. Stevenson (Ed.), *Recent advances in developmental psychopathology* (pp.213-233). Oxford : Pergamon.
- Goguikian, B (2009). Pour une clinique plus sociale du traumatisme et de l'exil. In B. Goguikian et O. Strasser (pp.185-196). *Clinique de l'exil. Chroniques d'une pratique engagée*. Genève: Médecine et Hygiène.
- Groetberg, E. (1995). *A guide to promoting resilience in children: strengthening the human spirit*. La Haye: Bernard Van Leer Foundation.
- Lecomte, J. (1999). La résilience. Résister aux traumatismes. *Sciences humaines*, 99, 12-17.
- Malewska-Peyre, H., Taboada-Leonetti, I. & Zaleska, M. (1982). *Crise d'identité et déviance chez les jeunes immigrés*. Vaucresson: CRIV.
- Manciaux, M. (1994). *De la vulnérabilité à la résilience : du concept à l'action*. Texte présenté à la journée d'étude organisée par le Bureau International catholique de l'Enfance. Genève.
- Manciaux, M. (1998). La résilience : mythe ou réalité? In B. Cyrulnik (Ed.), *Ces enfants qui tiennent le coup* (pp.109-120). Revigny-sur-Ornain: Hommes et perspectives.
- Manciaux, M. (2001). Maltraitance, résilience, bientraitance. *Medecine & Hygiène*, 2361, 1852-1854.
- Mansour, S. (Ed.). (1995). *L'enfant réfugié*. Paris : Syros.
- Maqueda, F. (Ed.). (1999). *Traumatismes de guerre. Actualités cliniques et humanitaires*. Revigny-sur-Ornain: Hommes et perspectives.
- Moro, M.R., Lachal, C. & Baubet, T. (2001). Traumas extrêmes et adolescence. *Adolescence*, 19, 2, 469-477.
- Nguyen Ba Thien, K. & Malapert, B. (1988). Conséquences psychologiques de la guerre et de la migration sur les enfants. In D. Miserez (Ed.), *Réfugiés: les traumatismes de l'exil* (pp 249-281). Bruxelles: Bruylant.

Péchiné, C. (1999). Guerre et catastrophe. Souffrance et traumatisme psychique de l'enfant. In F. Maqueda (Eds.), *Traumatismes de guerre. Actualités cliniques et humanitaires* (pp.29-37). Revigny-sur-Ornain : Hommes et perspectives.

Perkins, D.D, Palmer, N.A, García-Ramírez (2011), M Psychosocial Studies of Migration and Community: Introduction to the Special Issue, *Psychosocial Intervention*, Vol. 20, No. 3, pp. 237-242.

Plateforme nationale pour les soins de santé aux sans-papiers (2014). *Accès aux soins des populations vulnérables en Suisse*. Situation et recommandations 2014 (<http://www.sante-sans-papiers.ch/>)

Rutter (1985). Resilience in the face of adversity. Protective factors and resistance to psychiatric disorder. *British Journal of Psychiatry*, 147, 598-611.

Rutter, M. (1990). Psychological resilience and protective mechanisms. In J. Rolf, A.S. Masten, & D. Cicchetti (Eds.), *Risk and protective factors in the development of psychopathology* (pp.79-101). New York : Cambridge University Press.

Santé Canada (1999). *Recherche sur l'immigration et la santé au Canada*. Ministère des travaux publics et des Services gouvernementaux du Canada.

Sironi (1992). Les victimes de tortures et de répression : Nature, singularité et fonction du traumatisme. *Psychologie médicale*, 24, 495-464.

Smaga, D., Archinard, M. & Savary, P.A. (1995). Les états de stress post-traumatique (PTSD) en médecine. *Médecine et Hygiène*, 253, 936-942.

Stern, J (1996). L'immigration, la nostalgie, le deuil, *Filigrane*, N° 5, pp. 15-25.

Siriwardhana, ch, Shirwa Sheik, A, Bayard R., Stewart, R (2014). A systematic review of resilience and mental health outcomes of conflict-driven adult forced migrants, *Conflict and Health*, 8:13.

Wiese, E.B., Van Dijk, M. et Seddik, H. (2009). La matrice familiale dans l'immigration: Trauma et résilience, *Dialogue*, 3/185, pp. 67-78.

Annexe

GRILLE D'ENTRETIEN DESTINEE AUX MIGRANTS AUSSAGEN VON MIGRANTEN : FRAGEN

SITUATION MIGRATOIRE / MIGRATIONSSITUATION

1. Parlez-moi de votre situation migratoire (pays d'origine, pays de transit, pays d'accueil)
Erzählen Sie mir von Ihrer Migrationssituation (Herkunftsland, den Transitländern, Gastland)
2. Avez- vous vécu des situations difficiles dans le pays d'origine ou durant votre parcours migratoire (pays de transit et pays d'accueil) ? Comment avez-vous réagi à ces situations? Trouvez-vous que vous avez changé depuis ? (troubles du cpmt, nerveux agressif, violent,)
Haben Sie schwierige Situationen im Herkunftsland oder während der Migrationsroute (Transitländer und Aufnahmeländer) erlebt? Wie haben Sie reagiert, auf diese Situationen? Finden Sie, dass Sie geändert haben? (Verhalten Störungen, Nerven aggressiv, gewalttätig)
3. Avez- vous été malade à cause de votre parcours migratoire ? (problèmes psychologiques liés à la guerre et à l'exil, dépression, troubles de l'identité, soutien psychologique, problèmes de santé)
Sind Sie wegen Ihrer Migrationsroute krank gewesen? (Psychische Probleme im Zusammenhang mit dem Krieg und Exil, Depressionen, Identitätsstörungen, psychologische Unterstützung, gesundheitliche Probleme)
4. Avez-vous des difficultés d'accès aux soins de santé ?
Haben Sie einen schlechten Zugang zur Gesundheitsversorgung

PARTICIPATION SOCIALE / SOZIALE TEILHABE

5. Avez-vous de la famille ici (conjoint ou conjointe, enfants, parents)? Quelles sont les relations avec votre famille (parents, enfants...) ?
Haben Sie Familie hier (Ehepartner, Kinder, Eltern)? Wie ist die Beziehung mit Ihrer Familie (Eltern, Kinder
6. Avez-vous des amis : Combien, de quels pays ?
Où rencontrez-vous vos amis (chez vous, café, espace public, lieux de culte, centre socio-culturel...)?
*Haben Sie Freunde: wieviel, woher kommen sie?
Wo treffen Sie Ihre Freunde (zu Hause, im Café, den öffentlichen Raum, Kirchen, Gemeindezentrum, ...)?*
7. Avez-vous des relations avec les membres de la communauté d'origine ou des membres des associations d'autres pays ?
Haben Sie eine Beziehung mit den ursprünglichen Mitgliedern der Gemeinschaft oder die Mitglieder der Verbände anderer Länder?

8. Participez-vous à la vie associative (centre de loisirs, clubs sportifs, associations, maison des aînés, vie sociale du quartier...)?
Beteiligen Sie sich am Gemeinschaftsleben (Freizeitzentren, Sportvereine, Verbände, Haus für Senioren, das soziale Leben des Quartiers ...)?
9. Comment participez-vous à votre vie citoyenne (votations, devoirs civiques...)?
Wie nehmen Sie am Ihrem gesellschaftlichen Leben teil (Referenden, Bürgerpflichten ...)?

RAPPORT AU PAYS D'ORIGINE / HEIMATLAND

10. Est-ce qu'il vous arrive de visiter et séjourner dans votre pays d'origine ? (Pourquoi, combien de fois ?)
Besuchen Ihr? (Warum, wie viele Male?)
11. Avez- vous des projets dans votre pays d'origine ou dans d'autres pays ? (envoi d'argent, construction de maison ...)
Haben Sie Projekte in Ihrem Land oder in anderen Ländern? (Geld senden, Haus Bauen,...).

ACCES A LA FORMATION ET A L'EMPLOI / AUSBILDUNG UND BERUF

12. Parlez-moi de votre parcours scolaire et/ou professionnelle : (formation et insertion professionnelle)
Wie ist Ihre Ausbildung und / oder Berufskursus (Ausbildung und berufliche Integration)?

RESSOURCES PERSONNELLES ET SOCIALES / PERSÖNLICHE UND SOZIALE RESSOURCEN

13. Selon vous, qu'est-ce qui vous aide (sur le plan personnel) à surmonter la situation de migrant dans le pays d'accueil ?
Was hilft Ihnen (persönlich), um die Migrationssituation im Gastland zu überwinden?
14. Quelle est la place de votre famille en situation de migration (le réseau familial : relations avec les parents, autres membres de la famille) ?
Was ist die Rolle Ihrer Familie in der Migrationssituation (das Familiennetzwerk: Beziehungen mit den Eltern, andere Familienmitglieder)?
15. Avez- vous des liens particulièrement étroits avec des amis ou d'autres personnes ? Si c'est le cas, en quoi chacune de ces personnes peut-elle vous aider ?
Haben Sie besonders enge Verbindungen mit Freunden oder anderen Menschen? Wenn dies der Fall ist, wie kann jede Person Ihnen helfen?
16. Appréciez – vous le soutien que vous apportent les institutions socio-éducatives et sanitaires du pays d'accueil. Si non, pourquoi ?

Genießen Sie die Unterstützung, die die sozialen und Gesundheitsinstitutionen des Gastlandes Ihnen bringen ? Wenn nicht, warum ?

DONNEES BIOGRAPHIQUES / BIOGRAPHISCHE DATEN

- | | |
|---|---|
| a. Age | h. Statut (demandeur d'asile, statut de réfugié, nationalité) |
| b. Lieu de naissance | i. Situation de famille (présence des parents ou pas, divorce, membres de famille ou pas) |
| c. Lieu résidence et/ ou d'origine (ville/pays) | j. Statut des parents : père et mère (demandeur d'asile, statut de réfugié, nationalité) |
| d. Sexe | k. Formation des parents |
| e. Durée de séjour dans le pays d'accueil (âge à l'arrivée) | l. Situation professionnelle des parents dans le pays d'origine et dans le pays d'accueil |
| f. Statut civil (marié ou célibataire) | |
| g. Nombre d'enfants | |

- | | |
|---|--|
| <i>a. Alter</i> | <i>h. Der Status (Asylbewerber, Flüchtlinge und Nationalität)</i> |
| <i>b. Geburtsort</i> | <i>i. Familienstand (Anwesenheit der Eltern oder nicht, Scheidung, Familienmitglieder oder auch nicht)</i> |
| <i>c. Wohnsitz und / oder Herkunft (Stadt / Land)</i> | <i>j. Der Status der Eltern: Vater und Mutter (Asylbewerber, Flüchtlinge und Nationalität)</i> |
| <i>d. Geschlecht</i> | <i>k. Ausbildung den Eltern</i> |
| <i>e. Dauer des Aufenthalts im Gastland (Alter bei Ankunft)</i> | <i>l. Berufliche Situation den Eltern im Herkunftsland und im Gastland</i> |
| <i>f. Familienstand (verheiratet oder single)</i> | |
| <i>g. Anzahl der Kinder</i> | |

Grille d'entretien destinée aux organisations

- Historique de l'organisation
- Mandat
- Public cible

1. Quelles sont les actions de votre organisation en faveur des personnes migrantes et réfugiées ?
2. Quels problèmes de santé mentale les personnes migrantes et réfugiées rencontrent-elles ?
3. Comment ces problèmes limitent-ils leur participation à la vie sociale et économique
4. Comment votre organisation prend-elle en charge sur le plan psychosocial les migrants et les personnes réfugiées pour qu'ils soient des acteurs de développement ?
5. Comment développez-vous les ressources personnelles et sociales (résilience, *empowerment*) des personnes migrantes et réfugiées ?
6. Quelles propositions pouvez-vous formuler pour une meilleure prise en charge psychosociale des migrants, afin qu'ils soient des acteurs de développement ?