

# De la réaction de stress au sens de la cohérence : psychologie des humanitaires

Autor(en): **Thomas, Ros**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Revue Militaire Suisse**

Band (Jahr): - **(2007)**

Heft 4

PDF erstellt am: **19.09.2024**

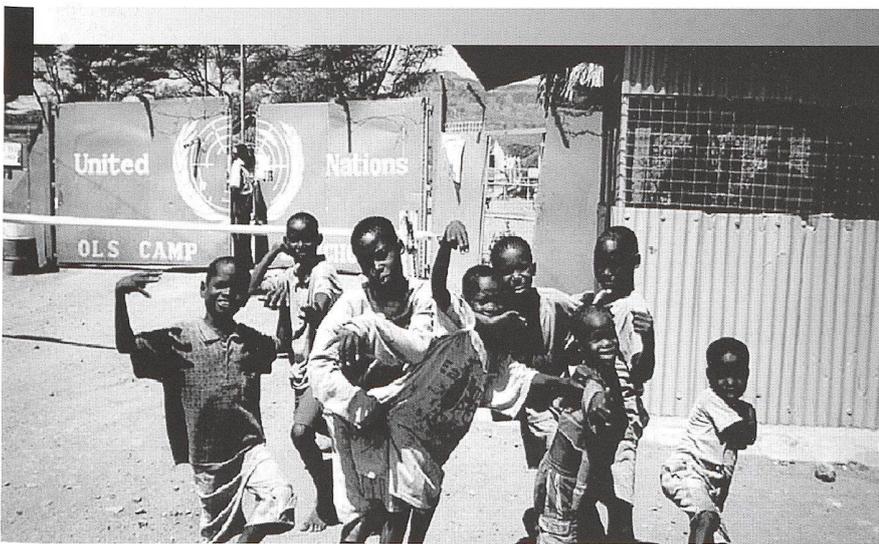
Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-346723>

## **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern. Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

## **Haftungsausschluss**

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.



## De la réaction de stress au sens de la cohérence : Psychologie des humanitaires

**Ros Thomas**

Psychologue, thèse au département de Développement international, Université d'Oxford

Une thèse en cours, dont les points essentiels sont ici résumés, vise à étudier la santé psychologique des travailleurs humanitaires, affectée par la proximité de la violence au jour le jour. Elle remet en cause le paradigme médical de la limitation du stress. Cette étude démontre la tendance des organisations humanitaires et de leurs membres à rester attaché à une conception strictement médicale, centrée sur l'étude des pathologies, minimisant les réactions de stress aux dépens de la reconnaissance de facteurs de stress sociaux, politiques et psychiatriques. Il s'agit notamment de mettre en évidence les conséquences politiques, sociales et psychologiques de la réduction de la question aux seules pathologies et maladies mentales. La recherche se positionne dans le contexte des opérations humanitaires, dans leur configuration post-guerre froide. Cette période, marquée par les conflits de longue haleine des années 1990, les attentats du 11 septembre 2001 et les ripostes politico-militaires qui leur ont succédées, est une époque charnière pour les travailleurs humanitaires vis-à-vis des conflits armés.



Notre époque est désormais en rupture avec la tradition historique dans laquelle l'humanitaire s'engage en marge du conflit, pour désormais s'intégrer dans un courant d'assistance complexe et interdisciplinaire. Ces travailleurs s'impliquent de plus en plus dans les machinations politiques et pragmatiques de l'aide d'urgence, au sein même des populations civiles touchées.

L'étude se base sur le modèle du sens de la cohérence (SOC) d'Antonovsky. Il s'agit cependant de tenir compte de l'expérience sociale plus large des travailleurs humanitaires, en insistant sur l'efficacité des stratégies individuelles pour le maintien de la santé mentale –et ainsi, de l'efficacité- au sens large, par la réalisation personnelle et le sens du propre travail.

Par contraste, on peut considérer les travailleurs humanitaires en tant que prototypes ou modèles de santé et de bien-être. On peut ainsi déduire des implications concrètes dans le domaine de la structure des organisations, de l'efficacité opérationnelle, de la planification des opérations, ainsi que dans le soutien des travailleurs humanitaires.

On peut ainsi tirer les conséquences suivantes :

- Les organisations, ONG et entreprises sont responsables de mettre à disposition une couverture psychologique si des employés sont engagés dans des zones à risque.
- Les discussions sur la santé mentale des travailleurs humanitaires doivent désormais se concentrer sur leurs forces et leurs facultés d'adaptation, plutôt que sur les stigmates et un discours uniquement basé sur le stress et la vulnérabilité.
- Il est important d'étendre et de renforcer l'évaluation et la sélection psychologique lors du recrutement et l'envoi en mission.
- A travers la formation et la supervision, des mécanismes d'autoprotection doivent être activement encouragés. Ceux qui savent prendre soin d'eux-mêmes sont plus aptes à prendre soin des autres !
- L'organisation et la conduite dans le terrain comme dans les administrations doivent être intégrés dans une conception plus large de soutien psychologique et de gestion de la sécurité.