

REPUBLIQUE DU CAMEROUN

Paix- Travail – Patrie

UNIVERSITE DE YAOUNDE I

CENTRE DE RECHERCHE ET DE
FORMATION DOCTORALE EN
SCIENCES HUMAINES, SOCIALES ET
EDUCATIVES

UNITE DE RECHERCHE ET DE
FORMATION DOCTORALE EN
SCIENCES HUMAINES ET SOCIALES



REPUBLIC OF CAMEROON

Peace- Work – Fatherland

UNIVERSITY OF YAOUNDE I

POSTGRADUATE SCHOOL FOR
THE SOCIAL AND EDUCATIONAL
SCIENCES

DOCTORAL RESEARCH UNIT FOR
THE SOCIAL SCIENCES

**VECU TRAUMATIQUE DE GUERRE ET REMANIEMENT
IDENTITAIRE CHEZ LES REFUGIES CENTRAFRICAIS AU
CAMEROUN : étude de cas**

*Mémoire rédigé et soutenu le 31 juillet 2025 en vue de l'obtention du Master en
Psychologie*

Spécialisation : **Psychopathologie et clinique**

Par :

DJIKOLMBAYE DESIRE

Licencié en psychopathologie et clinique

Matricule : **19L543**

Membre du jury :

Président : NDJE NDJE Mireille (MC)

Rapporteur : NGUIMFACF Léonard (Pr)

Membre : OVAMBE Guy Bertrand (CC)

Université de Yaoundé 1

Université de Yaoundé 1

Université de Yaoundé 1



Juillet 2025

AVERTISSEMENT

Ce document est le résultat d'une recherche approfondie approuvée par le jury de soutenance et mis à la disposition de la Communauté Universitaire Élargie. Il est soumis aux droits de propriété intellectuelle de l'auteur, ce qui implique une obligation de citation et de référencement lors de son utilisation.

Les opinions exprimées dans ce mémoire sont celles de l'auteur et ne reflètent pas nécessairement les positions du Centre de Recherche et de Formation Doctorale en Sciences Humaines et Éducatives de l'Université de Yaoundé 1. L'institution n'entend ni approuver ni désapprouver les opinions émises dans ce document.

A

Mes chers parents

DJERAKO Bertin & NON-ASSEM Marceline

REMERCIEMENTS

Au terme de ce travail de recherche, nous adressons des remerciements :

Au Pr Ngumfack Léonard pour avoir accepté de diriger ce travail. Il a mis à notre disposition son savoir, son savoir-faire et son savoir être en matière de recherche ;

Au Dr Goula Boris pour son aide quant à la maturité de notre idée et la définition de notre objet de recherche ;

Au Dr Konfo Tcholong Clémence Idriss pour sa disponibilité et sa rigueur scientifique lors des multiples lectures de ce mémoire ;

Au Dr DJOCKI Joseph Ghislain pour ses conseils et orientations ;

À tous les enseignants du Département de Psychologie de l'Université de Yaoundé I et du Laboratoire du Développement et du Mal Développement pour les enseignements qu'ils ont toujours su mettre à notre disposition ;

À M. NGUEUDIEU Christian, Responsable du Département Psychologique de TCC qui a bien voulu accepter notre demande de recherche ;

À tout le personnel de l'Association Trauma Centre Cameroun, pour leur soutien, leur encouragement, ainsi que pour le partage de leurs expériences humanitaires, psychosociales auprès des réfugiés ;

À tous les participants de l'étude pour leur disponibilité sans laquelle l'étude n'aurait jamais eu lieu ;

À mon épouse NEKINGAM Rosine pour son soutien et sa patience sans ambages ;

À tous les membres de ma famille pour le soutien de toute nature ;

À tous mes amis et particulièrement à BERAHYO Royal, pour leur encouragement ;

À tous nos camarades, pour leur soutien ;

Enfin à toute personne qui pense avoir contribué à la réalisation de ce travail de recherche.

SOMMAIRE

REMERCIEMENTS.....	III
SOMMAIRE	IV
ABSTRACT	VI
LISTE DES TABLEAUX	VI
ABRÉVIATIONS, ACRONYMES ET SIGLES	VIII
LISTE DES ANNEXES	VII
INTRODUCTION.....	2
PARTIE 1 : CADRE THEORIQUE.....	5
CHAPITRE 1: PROBLEMATIQUE	6
CHAPITRE 2 : REVUE DE LA LITTÉRATURE	22
CHAPITRE 3 : INSERTION THÉORIQUE DE L'ÉTUDE	53
PARTIE 2 : CADRE MÉTHODOLOGIQUE ET OPÉRATOIRE.....	64
CHAPITRE 4 : MÉTHODOLOGIE	65
CHAPITRE 5 : PRÉSENTATION ET ANALYSE DES DONNÉES	83
CHAPITRE 6 : INTERPRETATIONS DES RÉSULTATS ET DISCUSSION	104
CONCLUSION.....	118
REFERENCES BIBLIOGRAPHIQUES.....	122
TABLE DES MATIERES	158

RESUME

Notre étude s'intitule : « *vécu traumatique de guerre et remaniement identitaire chez les réfugiés centrafricains au Cameroun : une étude de cas* ». La survenue d'un événement traumatique comme la guerre suivie par le déplacement forcé engendre parfois un bouleversement, une altération de la structure de l'identité chez les rescapés (réfugiés). En considérant la littérature sur le traumatisme, en occurrence celui induit par les conflits armés, nous constatons que les questions y afférentes ont amplement été abordées mais pas suffisamment celle du sentiment d'identité ou de l'identité post traumatique. Certains auteurs qui ont abordé ce sujet soulignent que la reconstruction de l'identité face à une crise est un processus complexe influencé par divers facteurs culturels et environnementaux telle la langue maternelle, les lieux de naissances (Robert, 2019) et psychologiques tels que l'écriture autobiographiques (Cauvier, 2008), la subjectivation (Malet, 2007), la production de soi (Pinceau & M. Michelle, 1983). D'après la théorie de l'identité, le traumatisme psychique inhérent à la guerre affecte la structure identitaire et le sujet se trouve dans l'incapacité d'organiser ses rôles et ses valeurs, de manipuler ses différentes expériences pour donner sens à son existence. Or nous avons constaté que bien qu'étant traumatisé, certains réfugiés ont une capacité à se percevoir comme une entité stable et unifiée. La question posée dans cette recherche est la suivante : comment le vécu traumatique de guerre retentit-il sur le remaniement identitaire ? Nous avons formulé l'hypothèse selon laquelle le vécu traumatique de guerre retentit sur le remaniement identitaire à travers la capacité d'autorégulation chez les réfugiés centrafricains au Cameroun. Tout ceci dans l'objectif d'appréhender les processus psychiques sous-jacents au vécu traumatique de guerre qui interviennent dans le remaniement identitaire des réfugiés centrafricains au Cameroun. Pour y arriver, nous avons fait usage de la méthode clinique, plus précisément de l'étude de cas. Les données ont été recueillies à l'aide des entretiens semi-directifs auprès de trois réfugiés psychotraumatisés par la guerre. Nous avons fait recours à l'analyse de contenu thématique pour analyser les données. Il ressort de nos résultats que la survenue du trauma plonge les réfugiés dans état de sidération, d'effroi et d'effraction caractérisé par leur incapacité à donner du sens à ce qui s'est passé. En ce qui concerne l'identité de ces réfugiés, les résultats montrent que face au traumatisme de guerre, certains réfugiés mobilisent un ensemble des processus psychiques tels que : les capacités créatrices, la spiritualité, la rationalisation, ainsi que le recours à l'imaginaire, à un environnement favorisant ou soutenant et grâce au rapprochement des valeurs et pratiques culturels à travers lesquelles s'activent plusieurs stratégies nécessaires leur permettant de s'adapter et de maintenir un certain sentiment de soi cohérent, une capacité à se percevoir comme une entité stable et unifiée même face aux changements.

ABSTRACT

Our study is entitled : « Traumatic experience of war and identity reshuffle among Central African refugees in Cameroon : a case study ». The occurrence of a traumatic event as the war followed by the forced displacement sometimes causes an upheaval, an alteration of the structure of identity among the survivors (refugees). Considering literature on trauma, in this case that induced by armed conflicts, we note that the related questions were amply addressed but not enough that of the feeling of identity or post -traumatic identity. Some authors who have addressed this subject underline that the reconstruction of identity in the face of a crisis is a complex process influenced by various cultural and environmental factors such as mother tongue, places of birth (Robert, 2019) and psychological such as autobiographical (Cauvier, 2008) writing, subjectivation (Malet, 2007), Self production (Brush & M. Michelle, 1983). According to the theory of identity, the psychic trauma inherent in war affects the identity structure and the subject finds it self in the inability to organize its roles and its values, to manipulate its different experiences to give meaning to its existence. However, we have found that although being traumatized, some refugees have an ability to perceive them selves as a stable and unified person. The question posed in this research is as follows : How does the traumatic war experience sound on identity reshuffle ? We have formulated the hypothesis that the traumatic experience of war sounds on identity reshuffle through self -regulation capacity in Central African refugees in Cameroon. All this with the aim of apprehending the psychic processes underlying the traumatic experience of war which intervene in the identity reshuffle of the Central African refugees in Cameroon. To get there, we made use of the clinical method, more specifically of the case study. The data was collected using semi-structured interviews with three refugees psychotraumatized by the war. We have used thematic content analysis to analyze the data. It emerges from our results that the occurrence of the trauma plunges refugees into a state of amazement, dread and break -in characterized by their inability to give meaning to what happened. With regard to the identity of these refugees, the results show that in the face of war trauma, some refugees mobilize a set of strategies to maintain a feeling of coherence such as : creative capacities, spirituality, rationalization, as well as the use of imagination, to an environment favoring or supporting and thanks to the rapprochement of cultural values and practices through which several necessary strategies allow them to adapt and to maintain a certain ability to perceive them selves as a stable and unified person even in the face of changes.

Keywords : traumatic experience, identity reshuffle, refugee, Central African.

LISTE DES TABLEAUX

TABLEAU 1 : CARACTERISTIQUES DES PARTICIPANTS.....	73
TABLEAU 2 : GRILLE D'ANALYSE	81

ABRÉVIATIONS, ACRONYMES ET SIGLES

ADN : Acide Désoxyribonucléique

AHA : Agence humanitaire Africaine

APA : American Psychiatric Association

BCAH/ OCHA : Bureau de la coordination des affaires humanitaires des Nations Unies

CICR : Comité International de la Croix-Rouge

CIM-10 : Classification Internationale des Maladies, X^{ème} Version

DSM : Manuel Diagnostic et statistique des troubles mentaux,

DSM-III-R : Manuel Diagnostic et statistique des troubles mentaux, IIIème version

DSM-IV-TR : Manuel Diagnostic et statistique des troubles mentaux, IVème version

ESPT : Etat de Stress post-traumatique

HCR : Haut-commissariat aux réfugiés

OIM : Organisation internationale pour les migrations

OIR : Organisation Internationale des Réfugiés

OMS : Organisation de la Santé Mondiale

ONG : Organisation Non gouvernementale

ONU : Organisation des nations Unies

OUA : Organisation de l'Unité Africaine

PCL-5 : Post traumatic stress disorder checklist - 5

PTSD : Post Traumatic Stress Disorder

RCA : République Centrafricaine

SSPT : Syndrome de Stress Post Traumatique

TPH : Tryptophane Hydroxylase

TSPT : Trouble de Stress Post-traumatique

UNESCO : Organisation des Nations Unies pour l'Education, la Science et la Culture

UNHRC : Haut-commissariat des Nations Unies pour les réfugiés

UNICEF : Fonds des Nations Unies pour l'Enfance

LISTE DES ANNEXES

ANNEXES	128
ANNEXE 1 : ATTESTATION DE RECHERCHE	129
ANNEXE 2 : FORMULAIRE DE CONSENTEMENT ÉCLAIRÉ DE JEZABEL.....	130
ANNEXE 3 : FORMULAIRE DE CONSENTEMENT ÉCLAIRÉ DE MARIE.....	131
ANNEXE 4 : FORMULAIRE DE CONSENTEMENT ÉCLAIRÉ DE MOÏSE	132
ANNEXE 5 : NOTICE D'INFORMATION	133
ANNEXE 6 : GUIDE D'ENTRETIEN.....	135
ANNEXE 7 : CORPUS DES ENTRETIENS AVEC JEZABEL	136
ANNEXE 8 : CORPUS DES ENTRETIENS AVEC MARIE	142
ANNEXE 9 : CORPUS DES ENTRETIENS AVEC MOÏSE.....	148
ANNEXE 10 : ECHELLE POST TRAUMATIC STRESS DISORDER CHECKLIST -5 (PCL- 5).....	155

INTRODUCTION

La situation des réfugiés devient de plus en plus un enjeu planétaire de nos jours avec la recrudescence des conflits armés dans le monde. Chaque année, selon les statistiques connues, on note un accroissement du nombre des réfugiés et selon certaines prévisions, 850 millions à un milliard de personnes pourraient être déplacées d'ici la fin de ce siècle en cours. En effet, suite aux conflits persistants et de nouvelles crises dans le monde, le nombre de réfugiés a augmenté de 89,3 millions en 2021 à 90,4 millions en 2022 et atteignant 117,3 millions à la fin de 2023. En juin 2024, le HCR estimait à 122.6 millions le nombre de personnes dans le monde qui ont été forcées de fuir leur foyer en raison de conflits armés. D'après la HCR (2021), cette situation devenue générale depuis, l'invasion russe de l'Ukraine qui a provoqué la crise de déplacement forcé le plus rapide et l'une des plus importantes depuis la Seconde Guerre mondiale. Partant de cette crise mondiale s'ajoutent les conflits armés au Sahel qui ont entraîné de nouveaux déplacements forcés, notamment au Burkina Faso, au Tchad, au Niger, au Nigeria, en République Démocratique du Congo, en Centrafrique et au Cameroun.

Pour des raisons de survie et de sécurité personnelle, hommes, femmes et enfants étaient obligés de fuir pour pouvoir sauver leur vie. Au Cameroun, les statistiques des réfugiés augmentent de plus de 500 000 en 2024 selon la HCR dont environ 350 000 réfugiés centrafricains, 150 000 nigériens et d'autres nationalités en raison d'instabilité persistante dans les pays voisins et l'afflux continu de réfugiés. Ainsi, la gravité des événements vécus par ces réfugiés, et qui les ont poussés à se réfugier dans des pays voisins peut être traumatique en raison parfois de la destruction de leurs biens matériels ou de la perte des êtres chers. La situation des guerres est un moment propice pour le traumatisme psychique chez les rescapés en les prédisposant à un état de stress post-traumatique. C'est ce qui peut désorganiser la relation de soi à soi, altérer l'identité, de confusion ou d'aliénation qui ne permet pas au sujet de maintenir un sentiment de continu d'exister (Winnicott, 1969 cités par Jung & Roussillon, 2013).

D'après Erikson (1972) repris par Edmond, 2005, p 13), l'identité renvoie au « sentiment subjectif et tonique d'une unité personnelle et d'une continuité temporelle ». Pour (Erikson 1972), ce sentiment est le résultat d'un double processus qui opère concomitamment « à l'épicentre de l'individu ainsi qu'à l'épicentre de la culture de sa communauté ». En effet, les situations de l'existence, les rôles et les places assumés, les relations avec autrui, les événements extérieurs (rencontre, deuil, divorce, perte d'emploi, guerre, déplacement forcé) peuvent constamment affectées l'identité et avoir des répercussions considérables sur l'image de soi et le sentiment d'identité. D'après la littérature scientifique,

notamment dans le domaine de la psychologie du trauma (Herman, 1992 ; Van der kolk0., 2014), souligne que les expériences traumatiques, en particulier celles vécues lors de conflits armés peuvent profondément affecter l'identité des individus entraînant des transformations significatives et un remaniement de leur structure identitaire. Les théories constructives de l'identité (Niemeyer, 2000) suggèrent que le trauma peut remettre en question les schémas cognitifs et les récits de vie qui fondent le sentiment de soi, conduisant à une reconstruction identitaire.

Dans l'optique de rendre compte des résultats de cette étude, nous avons subdivisé notre travail en deux grandes parties constituées chacune trois chapitres. La première partie traite du cadre théorique. Elle comprend la problématique de l'étude, la revue de la littérature et l'insertion théorique. La deuxième partie quant à elle traite du cadre méthodologique et opératoire. Elle comprend la méthodologie, la présentation et analyse des résultats, et enfin l'interprétation et discussion des résultats.

PARTIE 1 : CADRE THEORIQUE

CHAPITRE 1 : PROBLEMATIQUE

En science sociale, toute recherche débute par l'identification d'un problème. Ce dernier est l'essence qui motive tout le processus de la recherche (Fonkeng et al, 2014). Une fois avoir identifié le problème, le chercheur devrait bien le formuler. Dès lors, la problématique est une articulation discutée de différentes propositions empiriques et théoriques qui visent à définir le problème de la recherche (Fernandez & Catteux, 2001). Elle passe par l'organisation, le questionnement, la dialectisation, la théorisation des éléments qui entrent en jeu dans le phénomène étudié (Eymard, Thuillier & Vial, 2004). En suivant le cheminement proposé par ces auteurs, nous présenterons dans cette partie : le contexte de l'étude, la position et la formulation du problème, la question de recherche, l'hypothèse de l'étude, l'objectif, le but, l'intérêt de l'étude.

1.1.Contexte et justification de l'étude

Depuis la Seconde Guerre mondiale, la crise des réfugiés demeure l'un des phénomènes majeurs qui affectent des millions de personnes. Selon le Haut-Commissariat des Nations Unies pour les Réfugiés (HCR, 2015), il y avait 65,3 millions réfugiés dans le monde suite à des violences et des conflits armés. D'après le rapport d'Amnesty International à la fin de 2015, la Jordanie était le pays accueillant le plus grand nombre de réfugiés dans le monde avec 2,1 millions de réfugiés palestiniens qui vivent dans le pays depuis plusieurs dizaines d'années et 664 100 réfugiés sous mandat du HCR. Avec 2,5 millions de réfugiés, dont la plus forte population de réfugiés de Syrie, la Turquie se plaçait au deuxième rang des pays d'accueil. Dans le même rapport, Amnesty International relève que le nombre de réfugiés pénétrant en Turquie a continué de croître en 2016 et a atteint, selon des sources gouvernementales syriennes, 3 millions en juin 2016. Plus d'un million et demi de réfugiés vivent au Pakistan (1,6 million) et au Liban (1,5 million). L'Iran (979 400), l'Éthiopie (736 100) et le Kenya (553 900) en accueillent chacun plus d'un demi-million. Au Liban, près d'un habitant sur cinq est réfugié (Amnesty International).

Aujourd'hui, la situation des réfugiés est un enjeu planétaire avec la recrudescence des conflits armés dans le monde. Se faisant, on note un accroissement du nombre des réfugiés et selon certaines prévisions, 850 millions à un milliard de personnes pourraient être déplacées d'ici la fin de ce siècle en cours. En 2019, le HCR estime qu'environ 79.5 millions de personnes dans le monde ont été contraintes de se déplacer en raison de persécutions, de conflits, de violences, de violations des droits humains et d'événements troublant gravement l'ordre public. En outre, suite aux conflits persistants et de nouvelles crises dans le monde, le nombre de

réfugiés a augmenté de 89,3 millions en 2021 à 90,4 millions en 2022 et atteignant 117,3 millions à la fin de 2023. Cette hausse s'explique aussi par des conflits en cours et de nouveaux conflits, comme la guerre au Soudan qui a provoqué le déplacement de 6 millions de personnes à l'intérieur du pays et 1,2 millions dans les pays voisins selon les statistiques de HCR (2023). En juin 2024, le HCR estimait à 122.6 millions le nombre de personnes dans le monde qui ont été forcées de fuir leur foyer en raison de conflits armés.

À l'aune de cela, le continent africain reste l'une des parties du monde les plus touchées par ce phénomène. L'Afrique a accueilli 7,3 millions de réfugiés en 2019, soit 25 % de la population mondiale des réfugiés. La plus grande partie des réfugiés en Afrique a été accueillie par les pays d'Afrique de l'Est (3,8 millions), de l'Afrique centrale et du Nord (1,4 million chacun), en Afrique de l'Ouest (383 000) et en Afrique australe (288 000). Ainsi, les réfugiés étaient particulièrement nombreux en Afrique de l'Est (48 %), en Afrique du Nord (46 %) et en Afrique centrale (38 %) par rapport à l'ensemble des migrants internationaux. Dans l'ensemble, 1 migrant international sur 4 en Afrique est un réfugié, contre 1 migrant international sur 10 dans le monde. L'âge médian est de 27 ans, les migrants sont les plus jeunes en Afrique de l'Est, suivie de l'Afrique centrale (31,1 ans), de l'Afrique du Nord (31,2 ans), de l'Afrique de l'Ouest (32,1 ans) et de l'Afrique australe (33,8 ans).

Le Cameroun en particulier a accueilli depuis quelques années les réfugiés nigériens, centrafricains et d'autres. Selon un rapport du Haut-Commissariat des réfugiés datant de 2015, le Cameroun compte environ 323 000 réfugiés, dont des Nigériens dans l'Extrême-Nord, des Centrafricains dans les régions frontalières de l'Est et des réfugiés de différentes nationalités dans les centres urbains (UNHCR, 2015). En plus de ces statistiques parlantes, le Ministère des Relations extérieures du Cameroun par l'entremise du représentant de HCR à Yaoundé révèle en juin 2023 que plus de 477 535 réfugiés ont été enregistrés du fait, essentiellement des conflits armés dont la majorité était des femmes et des enfants. Ces statistiques augmentent de plus de 500 000 réfugiés dont environ 350 000 réfugiés centrafricains et 150 000 nigériens et d'autres nationalités en raison d'instabilité persistante dans les pays voisins et l'afflux continu de réfugiés. La Loi n°2005/006 du 27 juillet 2005 portant statut des réfugiés au Cameroun définit comme réfugié :

- Toute personne qui, craignant avec raison d'être persécutée à cause de sa race, de sa religion, de sa nationalité, de son appartenance à un certain groupe social ou de ses opinions politiques, se trouve hors du pays dont elle a la nationalité et qui ne peut ou, du fait de cette crainte, réclamer de la protection de ce pays; ou qui, si elle n'a pas de nationalité et se trouve

hors du pays où elle avait sa résidence habituelle, à la suite de tels évènements, ne peut ou, en raison de ladite crainte, ne veut y retourner ;

- Toute personne qui, du fait d'une agression, d'une occupation extérieure, d'une domination étrangère ou d'évènements troublant gravement l'ordre public dans une partie ou dans la totalité de son pays d'origine ou du pays dont elle a la nationalité, est obligée de quitter sa résidence habituelle pour chercher refuge dans un autre endroit à l'extérieur de son pays d'origine ou du pays dont elle a la nationalité.

En outre, une loi portant sur la journée internationale des réfugiés a été votée le 04 décembre 2000. C'est ainsi que l'Assemblée générale des Nations Unies décide « qu'à compter de 2001, le 20 juin marquera la journée mondiale des réfugiés ». Tous les ans, le 20 juin est dédié comme une journée mondiale des réfugiés, une occasion de saluer la force et le courage de celles et ceux qui ont été forcés de fuir leur pays d'origine pour échapper aux conflits ou à la persécution. Cette journée permet aussi de renforcer l'empathie et la compréhension de leur sort et de reconnaître leur résilience dans la reconstruction de leur vie. L'année 2023, la journée internationale des réfugiées met l'accent sur le pouvoir de l'inclusion et les solutions pour les réfugiés, notamment sur le thème : « pour un monde qui accueille les personnes réfugiées. »

Vu la recrudescence des réfugiés dans le monde, plusieurs mesures ont été prises : au niveau international et gouvernemental pour aider ces personnes vulnérables. C'est ce qui a d'ailleurs conduit l'ONU à créer l'Organisation Internationale des Réfugiés (OIR) et ensuite le Haut-Commissariat des réfugiés en 1950. Sans toutefois oublier l'UNICEF et l'UNESCO dont les rôles sont primordiaux dans l'accompagnement des réfugiés. Pour faire face à cette énorme tâche, l'ONU a remplacé l'OIR par l'UNHCR ou le HCR à travers la convention de Genève de 1951. Cette convention définit le statut des réfugiés et codifie le droit d'asile. Au départ, l'article 1 alinéa 2 de la convention avait prévu s'occuper uniquement des réfugiés de la Seconde Guerre mondiale, mais, cet article s'est avéré limitatif et a été supprimé en 1971. Cette suppression a permis à la convention de Genève de s'appliquer à tous les réfugiés du monde, et ce, jusqu'à nos jours. Au Cameroun, les autorités en charge des réfugiés ont introduit une série de lois qui visent la protection des étrangers en général, et des réfugiés légaux en particulier. Ces lois sont renforcées par des conventions internationales, notamment la convention de Genève en Suisse de 1951 relative au statut des réfugiés. Le principe de cette convention est le non refoulement.

Malgré ces mesures, nous constatons selon le rapport annuel de HCR (2022), une insuffisance de ressources pour répondre aux besoins des réfugiés dû au manque de financement

ainsi que les capacités d'accueil limitées dans les pays hôtes laissant les réfugiés dans les conditions précaires souligne l'Amnesty International (2020). De même qu'à la lecture des différents textes de loi, des articles et des rapports dressés par l'UNHCR ou HCR, l'Amnesty International et bien d'autres organisations, nous constatons que seul le bien-être physique du réfugié qui est beaucoup plus mis en exergue. L'on se préoccupe peu du bien-être psychique de ce dernier. Ceci dit, les différentes politiques en charge des réfugiés prennent beaucoup plus en compte l'aspect de l'épanouissement physique de ces derniers. Or, très souvent, la gravité des événements vécus par ces réfugiés, et qui les ont poussés à se réfugier dans des pays voisins peut les pousser à un remaniement identitaire.

Ainsi, à chaque fois qu'un sujet se trouve confronté à une menace qui pèse sur son identité, débordé dans sa capacité à faire face à son expérience, la relation de soi à soi se désorganise, l'identité se mêle à l'altérité, le sujet vit alors un état paradoxal de dépersonnalisation, de confusion ou d'aliénation qui ne lui permet plus de maintenir un sentiment continu d'exister (Winnicott, 1969 cités par Jung & Roussillon, 2013). La souffrance identitaire se traduit concrètement par une blessure de l'être qui entrave la réflexivité interne : le sujet ne parvient plus à se relier à son miroir interne, à se sentir ou s'éprouver lui-même vivant (Jung & Roussillon, 2013).

De ce qui précède, la question des réfugiés continue de soulever de nombreux débats quant à l'accueil politique et social, si ces enjeux ont été largement débattus dans l'espace public, l'accueil intime, psychologique et le vécu quotidien de ces personnes à majorités vulnérables reste souvent dans l'ombre. Ceci étant, les réfugiés peuvent présenter un taux jusqu'à dix fois plus élevé de trouble de stress post-traumatique et courent un risque plus élevé de développer une dépression ou un trouble somatique comparativement à la population générale selon Renard et Doumont (2004). De plus, les réfugiés centrafricains au Cameroun ont vécu des situations de guerres potentiellement traumatisantes suivies de déplacement forcé, cette situation reste préoccupante en ce qui concerne leur bien-être psychologique. Raison pour laquelle, cette étude inscrite dans le vaste champ de la Psychopathologie et clinique cherche à explorer le vécu traumatique de guerre chez les réfugiés centrafricains afin de comprendre les processus psychiques qui interviennent dans le remaniement identitaire de ces derniers. Somme toute, la question du remaniement identitaire sous-jacent au vécu traumatique de guerre chez les réfugiés reste préoccupante et mérite amplement à notre sens qu'on s'y intéresse.

1.2. POSITION ET FORMULATION DU PROBLÈME

Le déplacement forcé qu'impose la situation sécuritaire en RCA depuis 2012, oblige de milliers de citoyens à fuir dans un ailleurs autre que leur habitat habituel où ils sont amenés à gérer l'inconnu, faisant d'eux à présent des personnes réfugiées. Face à un départ non désiré et forcé, les sujets se voient arracher brutalement de leur sol, culture, langue, êtres chers, ce qui crée une rupture dans leur vie d'avant et d'après l'exposition à cette situation. Cette situation est très souvent à l'origine de la souffrance sociale et psychique importante ou considérable avec des retentissements sur l'identité, induisant une nouvelle construction du sens et de la représentation de la réalité psychique. En dépit des efforts pour assurer le bien-être physique, psychique et le processus de reconstruction identitaire des réfugiés, en particulier ceux de la RCA au Cameroun, sont souvent négligés. Ce manque de prise en compte des enjeux identitaires et des traumatismes psychiques laisse de nombreux réfugiés dans un état de déstabilisation identitaire selon Corin (2005).

Aujourd'hui où nous engageons cette étude sur le remaniement identitaire à l'épreuve du vécu des situations de guerre potentiellement traumatisantes chez les réfugiés, la littérature indique que de nombreux travaux ont été menés sur la question de la migration en général et spécifiquement sur la migration forcée, analysant son retentissement sur la santé mentale (Zübeyit, 2013 ; d Aker, 2002 ; Bayram, 1998) ; sur la relation fraternelle (Guerraoui & Mousset, 2012 ; Yahyaoui, 2010 ; Ganem & Hassan, 2019) ; sur la famille (Moro 1994 ; Legault & Rachédi, 2008 ; Yahyaoui, 2010 ; Daure & Reveyrand-Coulon, 2012 ; Ganem & Hassan 2013) ; sur le couple (Bernier, 2014 ; Vatz Laaroussi & Boisjoli, 2016). Peu d'études ou d'auteurs (Ricoeur, 1985 ; Gordon, 2010 ; Robert 2009 ; Rachédi 2010, cité par Niwemugeni, 2018 ; Tcholakova, 2013) se sont concentrés toutefois sur le retentissement au niveau identitaire.

En outre, ces auteurs ont montré que la reconstruction de l'identité face à une crise est un processus complexe influencé par divers facteurs culturels et environnementaux tels que la langue maternelle, les lieux de naissance (Robert, 2019) et psychologiques tels que l'écriture autobiographique (Cauvier, 2008), la subjectivation (Malet, 2007), la production de soi (Pineau & Marie Michelle, 1983) ou encore la formation du sujet (Dominicé, 1990). Rachédi (2010, cité par Niwemugeni, 2018) recommande le recours à l'écriture autobiographique comme médium ajusté à l'intervention auprès des populations immigrantes. Dans le même sens, Tcholakova (2013) fait allusion à la reconnaissance et au maintien de la cohérence

biographique. Cependant, ces études n'ont pas tenu compte des processus psychiques sous-jacents au vécu traumatique de guerre qui interviennent dans le remaniement identitaire des réfugiés.

Pourtant, l'identité est envisagée selon Nguimfack et al (2009) comme un ensemble de caractéristiques dont certaines s'avèrent stables et d'autres en mouvance, mais c'est à travers elle que le sujet « se définit et se reconnaît » en tant que lui-même. Ce sujet, conçu comme un être symbolique, en quête de sens, donne des significations à son expérience et se définit en dressant l'inventaire des caractéristiques qui lui appartiennent en propre et qui font de lui ce qu'il est ou ce qu'il veut être. Se faisant, en se concentrant principalement sur les facteurs notés ci-dessus, ces études sous-estiment d'autres éléments importants dans le remaniement identitaire des réfugiés, tels que les réseaux de soutien social, les expériences vécues, les contextes politiques et culturels ainsi que les processus psychiques sous-jacents au vécu traumatique de guerre. Or la reconstruction identitaire peut prendre plusieurs formes chez les déplacés de force, affirme Castelli (2004). Vu sous cet angle, l'identité résulterait donc des relations complexes entre la définition extérieure de soi et la perception intérieure, entre l'objectif et le subjectif, entre soi et autrui, entre le social et le personnel (Lipiansky, 1990).

Dans cette même logique, Rogers (1980), affirme que chaque individu possède en lui-même des ressources considérables pour se comprendre, se percevoir différemment, changer ses attitudes et son comportement vis-à-vis de lui-même dans un climat de soutien et de confiance. Ce qui serait partagé aussi par Nader-Grosbois (2009), pour qui l'autorégulation constitue un processus dynamique par lequel tout individu face à l'adversité mobilise un ensemble de ressources à travers lesquels s'activent plusieurs stratégies nécessaires à la résolution de la situation problème.

Par ailleurs, le traumatisme psychique tel que Freud le conçoit est une blessure sur le plan psychique qui en tant que telle va parasiter le fonctionnement psychique ou social de l'individu et donc dans le parasitage de ce fonctionnement on pourra alors noter entre autres des fluctuations ou des modifications dans l'identité de l'individu. D'ailleurs à ce propos Lipiansky et al. (1990) stipulent que l'identité est « le produit d'un processus qui intègre les différentes expériences de l'individu tout au long de la vie ». Ce serait la résultante de l'interaction entre l'individu et le monde qui l'entoure. Que ce soit au sein de sa famille, de ses amis ou dans un milieu de travail, l'individu se situe dans le monde à chaque moment et il s'y construit et reconstruit afin de se définir aux yeux des autres et d'y être reconnu. Ainsi, pour

définir et affirmer son l'identité, il faut que l'individu passe par le sentiment d'appartenance et même le sentiment d'identité qu'il a un « je » qui existe, donc tous ces éléments nous permettent de montrer comment les situations conflictogènes peuvent affecter l'intégrité psychique des individus et par ricochet leur identité.

Lorsqu'on est exposé à un conflit armé, au regard de la violence qui accompagne ce conflit, les individus peuvent parfois se trouver blessés physiquement et émotionnellement en raison parfois de la destruction de leurs biens matériels ou de la perte des êtres chers. Cette double situation notamment de conflit et de perte poussent généralement certains individus à fuir pour pouvoir sauver leur vie et donc le fait de partir pour sauver sa vie, abandonner son histoire derrière soi peut donc être doublement traumatogènes pour les personnes qui en sont victimes. En effet, cette situation a des effets multiples sur l'individu qui la vit. Elle induirait au niveau psychique un important retentissement qui va alors se percevoir dans l'agir quotidien du sujet et c'est alors qu'on pourra observer des failles ou des difficultés dans les liens à soi, les liens aux autres, des difficultés dans la construction des relations sociales, à pouvoir continuer à assumer ou à jouer les rôles qu'on jouait avant, à pouvoir se définir en tant que sujet pensant et agissant. En outre, tous ces éléments rendraient alors compte de la modification dans l'identité du sujet parce que ce par quoi le sujet se posait et s'opposait aux autres pourraient se trouver alors diluer par l'effet du traumatisme qu'induit non seulement le conflit, mais le fait de pouvoir être forcé de partir, d'abandonner tout derrière soi à l'effet de sauvegarder sa vie.

Pour rendre compte de cette expérience émotionnelle désagréable et étrange, de ce sentiment de déplaisir qui se répète et s'amplifie de représentations liées à la souffrance, la littérature scientifique, notamment dans le domaine de la psychologie du trauma (Herman, 1992 ; Van der kolk, 2014), souligne que les expériences traumatiques, en particulier celles vécues lors de conflits armés peuvent profondément affecter l'identité des individus entraînant des transformations significatives et un remaniement de leur structure identitaire.

Neimeyer (2000) suggèrent que le trauma peut remettre en question les schémas cognitifs et les récits de vie qui fondent le sentiment de soi, conduisant à une reconstruction identitaire. D'après la théorie de l'identité (Erikson, 1968 ; Marcia, 1980 ; Kroger, 2003 ; cités par Maguiabou, 2015), le traumatisme psychique inhérent à la guerre et au déplacement forcé affecte la structure identitaire et le sujet est dans l'incapacité d'organiser ses rôles et ses valeurs, de manipuler ses différentes expériences pour donner un sens à son existence. Ainsi, face aux expériences nouvelles affectant son intégrité, le sujet va mettre en œuvre des mécanismes

d'adaptions pour définir de nouveaux repères identitaires. Cette redéfinition est fondamentalement relationnelle et se développe à travers les interactions entre individus et son contexte. Face à la guerre suivie par le déplacement forcé, on relève des blessures identitaires chez les réfugiés qui se cicatrisent progressivement lorsque le sujet, cherchant à se réorganiser, mobilise des supports de l'identité et des objets infantiles du pôle stable de l'identité.

Sachant avec Kroger (2003), le traumatisme psychique affecte la structure identitaire des réfugiés. Car, cette structure est l'élément par lequel les rôles et les valeurs définissant l'identité sont organisés. Elle constitue donc le « filtre » par lequel chacun reçoit, retient, manipule, évalue ses différentes expériences de vie. Pour Kroger (2003) ce filtre permet à chacun de donner un sens à son existence.

Or, nous avons observé lors de notre stage au Trauma Centre Cameroun (TCC) que bien qu'étant traumatisé par les événements de la guerre, certains réfugiés expriment des valeurs et des croyances cohérentes dans leurs paroles et leurs actions, ils participent à des activités sociales et communautaires qui reflètent leur appartenance à un groupe, ils ont une conscience claire de leur passé, de leur présent et de leur avenir. En plus, ils expriment leur individualité à travers leurs choix de vie, leurs intérêts et leurs passions avec une capacité de réfléchir sur leur vie et expérience. Partant de ces observations, nous avons fait le constat selon lequel certains réfugiés présentent une capacité à se percevoir comme une personne stable et unifiée après le traumatisme psychique de guerre. Ceci se manifeste par le maintien de leur sentiment d'unité, de différence, de cohérence personnelle, d'appartenance ainsi que de leur sentiment de continuité temporelle.

1.3. QUESTION DE RECHERCHE

Au regard du problème que pose cette étude, nous nous posons la question de recherche suivante : « Comment le vécu traumatique de guerre retentit-il sur le remaniement identitaire chez les réfugiés centrafricains au Cameroun » ?

1.4. HYPOTHÈSE DE L'ÉTUDE

Nous formulons l'hypothèse selon laquelle : « le vécu traumatique de guerre retentit sur le remaniement identitaire chez les réfugiés centrafricains à travers leur capacité d'autorégulation ».

1.5.OBJECTIF DE L'ÉTUDE

L'objectif de cette étude est d'appréhender les processus psychiques sous-jacents au vécu traumatique de guerre chez les réfugiés centrafricains au Cameroun qui interviennent dans le remaniement de leur identité.

1.6. LE BUT DE L'ÉTUDE

Partant de l'objectif formulé ci-dessus, le but de cette recherche est de contribuer à l'étude des processus psychologiques inhérents au vécu traumatique de guerre qui interviennent dans le processus de remaniement identitaire chez les réfugiés centrafricains. Et dans le même sillage de ce but, nous pensons élargir la perspective de la prise en charge holistique des réfugiés et de la résolution des problèmes psychiques post-conflits armés.

1.7. INTÉRÊT DE LA RECHERCHE

Les intérêts de ce travail seront présentés sur le plan scientifique, social et personnel.

1.7.1. Sur le plan scientifique

Notre étude va servir de base de données pour les recherches ultérieures sur le vécu traumatique de guerre et les déterminants du remaniement identitaire. En outre, cette recherche va donc apporter de nouvelles connaissances dans le domaine de la science en générale et de la psychopathologie et clinique en particulier sur la question de l'identité post-traumatique. Puisqu'elle constitue de nos jours une source de réflexion inépuisable sur l'individu et faisant d'elle, « *une sorte de foyer virtuel auquel il nous est indispensable de nous référer pour expliquer un certain nombre de choses, mais sans qu'il n'ait jamais d'existence réelle* » (Lévi-Strauss et al. (1977, p.331). Vu sous cet angle et selon Dupont (2012), la construction de l'identité est un processus en constant mouvement, et que chaque changement apporté à cette dernière a un impact à la fois sur le réseau et sur la perception de soi des parties en cause.

Sur le plan clinique, les résultats de cette étude pourront permettre de prendre en compte l'unicité et la singularité des réfugiés dans des situations potentiellement traumatisantes de guerre suivies par le déplacement forcé. Cette étude adoube le postulat selon lequel « face aux situations de crise, le sujet est obligé de changer pour rééquilibrer son système capacitaire, car le fait de se sentir capable peut avoir une influence importante sur la représentation que le sujet a de lui-même » (Mezza, Lhuilier & Loarer, 2016).

En plus, cette étude permettra un changement de regard bénéfique pour le praticien. En effet, en situation thérapeutique, il serait utile pour le thérapeute de s'atteler à aider ces derniers à retrouver l'ensemble de leurs capacités auto-organisationnelles momentanément perdues et non pas de le considérer comme des réfugiés en déficit des ressources.

1.7.2. Sur le plan social

Sur le plan social, cette recherche est utile pour les réfugiés dans le sens où être reconnu par les organismes d'intervention comme compétent et capable est bénéfique et constructeur. Savoir qu'ils disposent en eux des ressources suffisantes pour faire face à l'adversité que représente les traumatismes de guerre, leurs permettraient d'avoir une meilleure estime d'eux-mêmes et de surpasser les mauvais souvenirs de guerre. Ainsi, déceler les capacités d'autorégulation chez les réfugiés dans des situations traumatisantes de guerre, permettra de pouvoir les mettre en application et de ce fait, de mieux vivre, de devenir des modèles pour les autres réfugiés dans des situations similaires, bref de se sentir mieux.

Aussi, en comprenant mieux les besoins spécifiques des réfugiés, les acteurs peuvent orienter, élaborer et développer des programmes de formations professionnelles et d'insertions sociales adaptées à ces derniers. À part ces centres d'intérêt, cette recherche peut inspirer des actions politiques et aider les acteurs politiques dans leurs prises de décisions pour améliorer les conditions de vie des réfugiés.

1.7.3. Sur le plan personnel

En dehors de tout autre avantage, cette étude est une contribution d'abord d'un effort de formation permettant de nous doter d'un ensemble de savoirs, savoir-faire et savoir-être en matière de prise en charge et d'accompagnement des victimes des traumatismes psychiques en général et en particulier des réfugiés centrafricains au Cameroun. Visant à mieux garantir la qualité de l'aide que nous serons appelés à apporter aux réfugiés victimes des situations potentiellement traumatisantes de guerre, ce travail vient combler un besoin personnel, celui de se sentir utile et efficace dans la formulation des réponses à apporter aux problèmes qui touchent l'humain en général.

1.2. CLARIFICATIONS DES CONCEPTS FONDAMENTAUX DE L'ÉTUDE

1.2.1. Le Traumatisme psychique

Le traumatisme, est dérivé du grec « traumatos » et signifiant à la fois une effraction et une blessure ; désigne les conséquences d'un événement dont la soudaineté, l'intensité et la brutalité peuvent non seulement entraîner un choc psychique, mais aussi laisser des traces durables sur le psychisme d'un sujet. En médecine, il se réfère à une blessure locale produite par un agent extérieur. En plus l'OMS (2021) le définit comme un « dommage physique subi par un corps humain lorsqu'il est brutalement soumis à des quantités d'énergie (mécanique, thermique, chimique, rayonnée) qui dépassent le seuil de tolérance physiologique ou privé d'un ou de plusieurs éléments vitaux (oxygène, chaleur) ». Par traumatisme, nous entendons à la fois l'événement (guerre) et ses atteintes psychologiques et/ou corporelles éventuelles (lésions, blessures). Cette notion est, dès l'origine, au cœur de la théorie psychanalytique et occupe tout au long de l'œuvre de Freud une place importante.

Dans la perspective cognitiviste, le traumatisme est conçu comme un « *trouble caractérisé par une modification des schémas cognitifs que le sujet a sur lui-même, sur le monde, et sur les autres* » (Ehlers & Clark, 2000). Le terme de schémas cognitifs désigne à la fois la structure cognitive et les croyances qui composent la structure cognitive. Ces croyances, offrent au sujet un cadre de compréhension de ce qui lui arrive, et lui permettent de rester stable devant un événement. C'est cette définition du traumatisme que nous adoptons dans cette étude. Allant dans la même conception cognitiviste, Crocq (2007) décrit le traumatisme en ce sens : « *cette épreuve constitue pour le sujet un bouleversement profond de l'être, dans ses rapports avec le monde, et avec lui-même* ». Ainsi, il se réfère à une blessure psychologique résultant de situations extrêmement traumatisantes, pouvant perturber profondément le fonctionnement psychique de l'individu. Qu'il soit considéré comme une épreuve ou comme un trouble, chaque victime ressent le traumatisme de manière singulière, c'est-à-dire qu'il le vit subjectivement.

1.2.2. Vécu

Dans la vie en générale, les êtres humains sont confrontés à des situations qui sur le plan psychique les engagent presque toujours dans un vécu. Ainsi, comprendre le comportement manifesté ou affiché par celui-ci suppose au préalable que l'on s'intéresse à son vécu. Ainsi, dans sa considération étymologique, le mot « vécu » vient du mot grec « *veky* » qui signifie « *vivre* » et se définit comme « *la manière de passer sa vie* ». En tant qu'adjectif, vécu est ce qui appartient à l'expérience de la vie, c'est-à-dire le réel ; ce qui s'est passé et/ou se passe réellement. Tandis qu'en tant que nom masculin, le vécu est synonyme de l'expérience vécue,

le véridique, le vrai (Ovambé, 2016). Le vrai ici n'est pas obligatoirement la concordance entre ce que le sujet vit et ce qu'il ressent, car comme le souligne Merleau-Ponty (1945) « *Le vécu n'est jamais tout à fait compréhensible, ce que je comprends ne rejoint jamais exactement ma vie* » (p.35). Doron et Parot (1991) définissent le vécu comme « *l'ensemble des évènements inscrits dans le flux de l'existence en tant que ceux ceux-ci sont immédiatement saisis et intégrés par la conscience subjective* ».

En psychologie, le vécu renvoie à l'expérience de la vie, l'expérience vécue en relation avec un phénomène. C'est l'ensemble de tous les évènements qui vont meubler la vie de l'individu concerné par une étude sur un phénomène qui l'inclut (Panes, 2008). Il englobe l'ensemble des expériences, des perceptions, des émotions et des interprétations subjectives qu'une personne vit dans une situation donnée, reflétant ainsi sa réalité individuelle et subjective explique Nguimfack (2015). En effet, le vécu est l'expérience réellement vécue, les faits, les événements de la vie. Il est aussi défini comme l'ensemble des expériences, des faits, des événements de la vie réelle.

1.2.3. Vécu traumatique

Le vécu traumatique fait référence aux conséquences psychologiques durables d'un traumatisme sur un individu. Cela peut inclure des troubles tels que le stress post-traumatique. Dans cette étude, nous pouvons noter avec (Fitzell & Pakenham, 2010, cité par Ovambé, 2016) que le vécu est compris comme le récit de la vie du sujet, prenant en compte la manière dont il s'adapte ou non à la situation dont il fait face. D'autre part, le traumatisme psychique est pris comme un phénomène d'effraction du psychisme et de débordement de ses défenses par les excitations violentes afférentes à la survenue d'un événement agressant ou menaçant pour la vie ou l'intégrité d'un individu, qui y est exposé comme victime, témoin ou acteur (Crocq, 1999). En effet, il expliquera à nouveau que l'événement traumatisant est porteur de sens et est vécu comme une rupture. Mais en plus d'être porteur de sens, il insiste sur le fait que c'est une expérience de non-sens. La personne entrevoit non pas sa mort, mais sa disparition et son effacement de la vie : un retour au néant. Ainsi, la combinaison de ces deux éclaircissements nous donne une définition du vécu traumatique.

Autrement dit, le vécu traumatique sera donc défini comme le récit de la vie du sujet, prenant en compte la manière dont il s'adapte ou non à une situation d'effraction de son psychisme et de débordement de ses défenses. Ainsi, Nelson (2007) allant dans le même sens, conçoit le vécu traumatique comme « *la manière dont un individu s'adapte ou non à la situation traumatique* » (p. 19). De toute façon, avant que chacun ne vive le traumatisme à sa manière, il faut qu'il y'ait au préalable une exposition à ce dernier (Ovambé, 2015). Nguimfack (2019)

stipule que ce vécu traumatique désigne les expériences vécues lors d'événements traumatisants, engendrant une profonde détresse émotionnelle et affectant la stabilité psychique de l'individu. Par ailleurs, il explique le vécu traumatique de guerre en se référant à l'ensemble des expériences traumatisantes vécues lors des conflits armés, incluant l'exposition à la violence, à la perte, le stress intense, et d'autres conséquences psychologiques et émotionnelles graves.

1.2.4. Identité

D'après le Grand dictionnaire de la psychologie de Bloch, Chemama, Gallo et al., (1991), l'identité est une caractéristique de personnes, d'objets réels ou représentés, d'évènements, d'énoncés, etc., considérés comme substituables l'un à l'autre. Ainsi, l'identité d'une personne ou d'une chose renvoie à ce qui la spécifie, la singularise et la distingue des autres, personnes ou choses. Dans le contexte de la migration, l'identité se comprend d'après Mata Barreiro (2004, p.40), comme un ensemble complexe fait d'identité personnelle et d'identité sociale, d'identité souhaitée et d'identité perçue, d'un rapport à soi de type perceptif et réflexif et d'un rapport aux autres. Avoir le *sentiment d'identité* veut dire percevoir sa propre individualité comme intégrée, stable et constante dans le temps. Ce qui signifie qu'il y a une continuité entre ce que le sujet était hier, ce qu'il est aujourd'hui et ce qu'il sera demain ; l'image que le sujet a de lui-même est continue. En effet, s'il n'y a pas intégration de l'image de soi et continuité dans la représentation que le sujet se fait de lui-même, on assiste à ce que Erikson (1972) a désigné dans un premier temps « *diffusion de l'identité* », et plus tard « *confusion de l'identité* ».

Selon les travaux de Courtemanche et Pâquet (2001), l'identité a une dimension réflexive et ontologique qui renvoie à soi-même et une dimension pragmatique qui renvoie à autrui. Bouche-Florin, Skandrani, et Moro, (2007) s'inspirent des travaux de Camilleri et Vinsonneau (1996) pour expliciter ces différentes dimensions et fonctions de l'identité en ces termes : *La dynamique identitaire nécessite une négociation du sens, de la valeur et d'autrui. Par la fonction ontologique de la dynamique identitaire, l'individu investit une structure de sens et de valeurs qui lui procure son unité interne. Par la fonction pragmatique, il tente de s'adapter aux exigences de l'environnement tout en négociant ce qu'il veut être. La cohérence entre ces deux fonctions est fournie par le système culturel : l'individu s'étaye sur ce système culturel pour développer une variante personnelle d'une identité sociale commune aux membres d'un groupe culturel.*

L'identité personnelle réfère à la manière dont l'individu se définit. Elle se construit tout au long de l'histoire de celui-ci à partir de ses expériences, ses représentations, ses sentiments et ses projets d'avenir. L'identité personnelle est donc comprise par un processus subjectif (Malewska-Peyre, 2002 ; Campeau et coll., 2004). Pour sa part, l'identité sociale est construite à travers les interactions sociales et plus particulièrement à travers le processus de socialisation (Mead, 1963 ; Berger & Luckman, 2003 ; Dubar, 1998 ; Campeau et coll., 2004). Ces deux dimensions de l'identité sont interdépendantes et indissociables. C'est pourquoi la notion d'identité est généralement appréhendée en tant que le résultat d'un processus dynamique qui se développe et se transforme progressivement tout au long de la vie de l'individu ainsi qu'à travers la socialisation (Dubar, 1998 ; Campeau et coll., 2004).

Cette question de l'identité individuelle et collective fait partie intégrante de l'expérience d'être humain. À un moment ou à un autre de sa vie, tout individu en vient à se demander qui il est, qu'est-ce qui le relie aux autres et qu'est-ce qui le distingue. Cette quête individuelle de soi se vit aussi à un niveau plus large, au sein des collectivités. On passe ainsi de la quête d'un Soi à la quête d'un nous. La mobilité des populations, la rencontre des cultures et la mondialisation amènent une complexité considérable à ces processus d'identification, autant sur les plans individuels que collectifs.

1.2.5. Remaniement identitaire

En psychologie, le « remaniement identitaire » est un processus dynamique et complexe qui fait référence à la modification ou à la transformation de l'identité d'une personne. Ce processus est généralement déclenché par des expériences de vie significatives, des transitions, des crises ou des interactions sociales. Il implique une réévaluation de soi et une redéfinition de la place de l'individu dans le monde. En littérature, c'est le changement de quelque importance apporté par un auteur au texte de son ouvrage. Par remaniement identitaire, nous entendons des transformations de l'identité qui sont parfois désignées, dans la littérature sociologique, par les termes de « redéfinition identitaire », « crise identitaire », « transition identitaire », « reformulation identitaire » ou « changement identitaire ».

En d'autres termes, la notion de remaniement fait allusion à l'ensemble de changements qui s'opèrent dans la vie psychique d'une personne une fois que celle-ci est confrontée à une situation mettant à l'épreuve ou non ses capacités d'adaptation. En effet, face à une réalité de vie, le sujet humain est appelé à se redéployer. Ce redéploiement n'est autre qu'un travail d'appropriation, parfois défensif savamment mis en place par le « Moi » afin de s'approprier la nouvelle réalité qui par la force des choses vient de s'imposer. Il faut pour le sujet, la construire psychologiquement. Cette construction prend en compte les dispositions psychiques, physiques ou

biologiques, ainsi que son expérience de vie. Dans le cadre de la présente étude, nous parlons de remaniement de l'identité des réfugiés à l'épreuve du vécu traumatique de guerre.

1.2.6. Réfugiés

Exil forcé, déracinement, rupture brutale, voilà quelques expressions souvent associées dans la littérature à l'expérience des réfugiés. En un sens historique courant, le mot "réfugié" a une signification plus large que celle qui tend à s'imposer à la fin du XXe siècle, à savoir : « La personne qui a trouvé refuge hors de sa région, de son pays d'origine dans lequel il était menacé (par une catastrophe naturelle, une guerre, des persécutions politiques, raciales, etc.) ». Le sens initial est proche de celui d'exilé ou de migrant forcé. Cependant, on assiste à des transformations historiques de l'idée du « droit d'asile » commué en un « droit du réfugié » du fait de la définition restrictive donnée du réfugié par la Convention du 28 juillet 1951 relative au statut des réfugiés et du droit de l'asile. Tel qu'elle se développe dans les différents États, cette convention conduit aujourd'hui, à employer le terme de réfugié en un sens juridique restrictif. Il est désormais réservé à la catégorie des exilés reconnus comme réfugiés à l'issue de cette convention.

En raison de cette évolution, des expressions spécifiant le sens du mot réfugié apparaissent dans le langage des spécialistes du secteur : celle de « *réfugié prima facie* » procède du droit d'asile et de l'aide humanitaire et celle de « *réfugié statutaire* » du droit de l'asile. En Afrique, l'Article I (2) de la Convention de 1969 de l'OUA, régissant les aspects spécifiques des problèmes des réfugiés en Afrique, un instrument juridique contraignant ouvert à tous les États membres de l'Union africaine, élargit la définition du réfugié à : « *toute personne qui, en raison d'une agression extérieure, d'une occupation, d'une domination étrangère ou d'évènements ayant sérieusement porté atteinte à l'ordre public dans une partie quelconque ou l'ensemble de son pays d'origine ou le pays dont elle est citoyenne, est contrainte de quitter son lieu de résidence habituel pour trouver refuge ailleurs, hors de son pays d'origine ou du pays dont elle détient la nationalité* ».

À propos du phénomène de remaniement identitaire en contexte de déplacement forcé, plusieurs études ont été faites. Nous les explorerons dans le chapitre revu de la littérature.

CHAPITRE 2 : REVUE DE LA LITTÉRATURE

La revue de la littérature selon (N'DA, 2015) est un texte rédigé sur la base des données recueillies par la recherche documentaire, un texte articulé logiquement, une sorte de dissertation organisée, structurée qui fait progresser dans la compréhension des idées, des théories, des débats, des convergences et divergences entre les auteurs sur un sujet. Elle consiste à « *consulter des livres, des revues spécialisées et des actes de colloques scientifiques traitant du thème abordé dans le projet de recherche* » (Nkoum, 2015, p.46). Ainsi, après avoir formulé, dans le chapitre précédent, le problème de recherche, la question de recherche, l'hypothèse et les objectifs de recherche qui sous-tendent cette étude, nous nous attelons, dans ce second chapitre, à présenter la revue de la littérature autour du vécu traumatique de guerre, l'identité et le réfugié.

2.1. ÉTAT DES LIEUX SUR LE VÉCU TRAUMATIQUE DE GUERRE

Nous débuterons dans cette partie de la revue de littérature consacrée au traumatisme psychique de guerre, par présenter la notion de traumatisme et ses approches conceptuelles. Ensuite, nous parlerons des caractéristiques du traumatisme ou de l'évènement traumatique, de typologie des traumatismes, les phases du psychotraumatisme, la comorbidité (troubles associés) et enfin les facteurs intervenant dans le vécu traumatique.

2.1.1. La notion de traumatisme psychique de guerre

De son étymologie grecque, le terme traumatisme est un dérivé du mot « *traumatikos* » qui désigne un fait ou une chose « *qui concerne les blessures* », ou qui est enclin à produire ou donner « *les blessures* ». Mais notons que d'après (Marty, 2001 cités par Ovambé, 2016), ce concept « *traumatikos* » est quant à lui dérivé de « *traumatos* » qui voudrait dire blessure, une affection dans l'organisme et au figuré, dommage ou désastre. À partir des années 1980-90, les nosographies internationales (DSM/CIM) ont introduit et reconnu le terme « *d'état de stress post-traumatique* ». En France, au terme ESPT, il est préféré celui de troubles ou syndrome psycho traumatique. Selon le DSM-IV (APA, 2013), le traumatisme psychique est défini comme une exposition à un événement traumatique qui implique une menace réelle ou perçue de mort, de blessure grave ou de violence sexuelle.

Pour Crocq (2014, p.41, cité par Nguimfack & Ovambé, 2022), le psychotraumatisme de guerre se caractérise par l'aliénation traumatique ou encore le changement de personnalité, « *un être nouveau est en eux, un être en qui ils ne se reconnaissent pas* ». Le trouble psychotraumatique apparaît, dans ce sens, comme l'expression inauthentique d'une

personnalité bouleversée dont la mémoire est parcellaire et mal informée. Ceci explique les vécus de dépersonnalisation que peuvent exprimer les réfugiés psychotraumatisés. Cette expérience « infiltre le présent », « obstrue l'avenir » et « réorganise le passé qui s'est arrêté à l'expérience du trauma ». Elle est ainsi à l'origine d'un bouleversement de la temporalité. D'après les études de Bernet (2000), de Bokanowski (2002), de Crocq (2014), Nguimfack & Ovambé (2022), le psychotraumatisme survient du fait que la mort ne figure pas dans l'inconscient ; on se demande par quoi pourrait être représenté le néant. Ainsi, nous vivons comme si nous étions immortels et lors de l'effraction traumatique, il n'y a rien pour recevoir l'image de la mort. Pour la plupart de ces études antérieures, le psychotraumatisme de guerre résulte donc de l'effroi d'une mort manquée.

2.1.2. L'approche conceptuelle du traumatisme psychique selon les écoles (française et américaine)

Aujourd'hui, le traumatisme psychique a largement été étudié et des psychiatres des différentes écoles ont tenté de comprendre et de conceptualiser cette notion. Nous ferons recours à la conception du traumatisme du point de vue des psychiatres de l'école française et de l'école américaine.

Dans la perspective de l'école française, les psychiatres tels que Barrois (1988), Crocq (1999) et Lebigot (2001), ont introduit au cœur de la définition du trauma, la question du sens d'une rencontre non manquée avec le réel de la mort, mais aussi ce qui en résulte, soit le bouleversement profond de l'être dans ses rapports au monde et avec lui-même (Crocq, 1999). Ainsi, l'expérience traumatique selon Crocq (1999), constitue une pathologie de l'effroi, où le trauma n'apparaît pas juste comme une effraction psychique, mais aussi comme une négation de tout ce qui était valeurs et sens, « *il est surtout aperception du néant mystérieux et redouté* ». Parlant du traumatisme psychique Crocq le conçoit comme un « *phénomène d'effraction du psychisme et de débordement de ses défenses par les excitations violentes afférentes à la survenue d'un événement agressant ou menaçant pour la vie ou l'intégrité (physique ou psychique) d'un individu, qui y est exposé comme victime, témoin ou acteur* » (Crocq, 1999, p.56). Pour Lebigot (2001), le traumatisme psychique est « *une souffrance venant de l'intérieur de l'appareil psychique dans lequel a pénétré et s'est incrustée une image de néantisation qui est destinée à demeurer là longtemps voire toute la vie du sujet* » (p.11). Pour illustrer ses propos, Lebigot (2001) compare l'appareil psychique normal à une vésicule constituée d'une membrane protectrice qui repousse les énergies en excès venant de l'extérieur. Lorsqu'il y a

traumatisme psychique, on observe un afflux d'excitations violentes qui aboutissent à une effraction de la membrane de protection puis à un envahissement de l'appareil psychique.

Par ailleurs, les psychiatres américains (Association Psychiatrique Américaine, 2000), mettent quant à eux l'accent sur le stress qui découle de l'événement traumatique. Ainsi, ils le caractérisent comme l'expérience d'un individu qui a « *vécu ou été témoin ou été confronté à un ou des événements, durant lesquels des individus ont pu mourir ou être gravement blessés ou bien été menacés de mort ou de graves blessures ou bien durant lesquels son intégrité physique ou celle d'autrui a pu être menacée* » (critère A1 DSM-IVTR). À cet effet, la réaction du sujet doit avoir été marquée par certaines caractéristiques que sont « *une peur intense, un sentiment d'impuissance ou d'horreur* » (critère A2 DSM-IV-TR).

De tout ce qui précède, nous pouvons dire de ces différentes approches qu'actuellement, il n'existe pas de compréhension consensuelle sur le traumatisme psychique. Pour certains auteurs, le trauma est lié au concept de stress, pour d'autres, il est indissociable de la psyché. Néanmoins, tous s'accordent pour souligner l'importance de l'événement qui est à l'origine : l'événement traumatique

2.1.3. Caractéristique de l'évènement traumatique

L'événement traumatique a d'abord été défini comme un événement brutal qui survient en dehors des expériences habituelles et provoquerait chez toute personne une détresse intense, qui la confronte à la mort. La personne peut avoir été sujet, témoin ou acteur de l'événement traumatisant. Elle peut encore être concernée par lui et/ou par ses conséquences du fait de sa proximité émotionnelle avec la victime directe (famille et amis proches) ou avoir été confrontée de manière extrême ou répétée à des détails sordides concernant des faits traumatisants (par exemple, en raison de ses activités professionnelles) (Josse, 2019, p39). Freud a fait remarquer que l'être humain sait qu'il va mourir, mais il n'y croit pas. Il n'y a pas de représentation de la mort dans l'inconscient, car la question serait de savoir, comment représenter le néant. Il distingue l'événement traumatique de la peur et l'angoisse, et développe la notion de soudaineté de l'événement traumatique, qui est un facteur prégnant que l'on rencontre dans tous les cas. Ainsi, ces trois affects (effroi, peur, angoisse), sont une illustration du travail d'élaboration de la psyché en organisations successives du système de défense du moi, qui permet de mettre de plus en plus à distance le danger traumatique. Dans un premier temps par la création de l'objet, entre le moi et le monde, dans une fonction de frontière pare-excitations ; et dans un second temps par le déplacement du danger vers la menace.

Selon Ferenczi (1932), l'événement dans sa conception est décrit comme une réaction au choc, en analogie à une « psychose passagère », dans le sens d'une rupture avec la réalité. Dans sa description, Ferenczi (1932) insiste sur la soudaineté, le caractère inattendu de l'événement traumatique. Le sujet répond par un clivage psychotique associé à une destruction du sentiment de soi, des défenses, voire de la forme propre. L'événement traumatique constitue donc une menace pour la vie (mort réelle ou possible) ou pour l'intégrité physique (lésions corporelles, violation de l'intimité) et/ou mentale (perte de biens personnels, outrage à l'honneur ou aux droits fondamentaux, etc.) d'une personne ou d'un groupe de personnes. Cet événement produit une peur intense et/ou un sentiment d'impuissance et/ou d'horreur et/ou de honte et remet en cause les valeurs essentielles de l'existence que sont la sécurité, le respect de la vie, la paix, la morale, la solidarité, etc. Notons cependant que, parfois, les victimes n'ont rien ressenti de tel (Josse. 2019, p 40). Ainsi, on va observer une sidération de toute activité psychique, de la motilité, des perceptions, de la pensée ; un état de passivité, de non-résistance s'installe. Le sujet peut alors se faire malléable, pour mieux encaisser le choc, ou bien réagir par la fragmentation, voire la destructivité de sa personnalité, comme dans le cas de traumatismes répétés. C'est dans ce sens que (Lebigot, 2001) le décrit comme étant un événement soudain, violent, qui agresse ou menace l'intégrité physique et mentale de l'individu.

Clercq (2001), distingue parmi les événements traumatiques, deux types de catastrophes : les catastrophes macro sociales et les catastrophes micro sociales. Les premiers types sont dits catastrophes naturelles : inondations, tremblements de terre, avalanches, ouragans et les seconds sont dites catastrophes provoquées par l'homme : attentats terroristes, génocides, déportations, tortures, accidents industriels, guerres, immigrations forcées. D'ailleurs, les événements traumatiques ont un caractère soudain, inattendu et menaçant qui déclenche une réaction d'alarme, du système nerveux, chez le sujet. Cette réaction résulte d'une forte capacité d'adaptation, qui au moment de l'événement traumatique, entraîne le changement des réflexes biologiques ; comme l'augmentation du rythme cardiaque, de la respiration, de la pression du sang, du tonus musculaire du corps, ainsi que la libération du sucre stocké. Le sujet développe une sensibilisation extrême, à un danger imminent, et un resserrement de l'attention, qui prépare l'organisme à la lutte, la « fuite » ou le « gel ».

2.1.4. Typologie des traumatismes

Il existe quatre types de psychotraumatismes selon Solomon et Heide (1999) : les traumatismes de type I, de type II, de type III et de type IV.

2.1.4.1. Les traumatismes de type I

Pour Ovambé (2016), c'est à Lenore Terr (1991) que l'on doit la première catégorisation des traumatismes en deux types. Elle entend par traumatisme de type I un événement traumatique unique présentant un commencement net et une fin claire. Ce type de traumatisme est induit par un agent stressant aigu, non abusif à l'exemple d'une agression, un incendie, une catastrophe naturelle. Notons qu'un traumatisme de type I peut avoir des conséquences à long terme, elles-mêmes à l'origine d'une souffrance psychique, voire traumatique. Ainsi, une personne blessée lors d'une agression peut garder un handicap physique ; une famille déplacée pour cause de destruction de son logement par un tremblement de terre souffrira probablement des conditions de vie précaires dans un camp.

2.1.4.2. Les traumatismes de type II

Selon Lenore Terr (1991), on parle de traumatisme de type II lorsque l'événement s'est répété, lorsqu'il a été présent constamment ou qu'il a menacé de se reproduire à tout instant durant une longue période de temps. Il est causé par un agent stressant chronique ou abusif, tels que la violence intrafamiliale, les abus sexuels, la violence politique, les faits de guerre, etc. Tout traumatisme est, au départ, de type I. Les réactions présentées par les victimes sont identiques à celles faisant suite à un agent stressant de type I, mais lentement, avec le développement d'un type II, se manifestent des mécanismes d'adaptation de plus en plus pathologiques. Il est important de ne pas confondre une personne dont la vie est émaillée de nombreux traumatismes de type I (par exemple, perdre ses biens dans un incendie puis, quelques années plus tard, être délestée de son argent lors d'une agression, être témoin d'un accident grave, échapper à la mort dans un carambolage, etc.) avec celle qui souffre de traumatisme de type II. Les traumatismes causés par un abus sexuel ou par la torture doivent être assimilés aux traumatismes de type II, voire aux traumatismes de type III, même si l'agent stressant ne s'est présenté qu'une seule fois dans la vie de la personne.

2.1.4.3. Les traumatismes de type III

Une troisième catégorie de traumatisme est différenciée par Solomon et Heide (1999) pour désigner des événements multiples, envahissants et violents présents durant une longue période de temps. Ils sont induits par un agent stressant chronique ou abusif à savoir les camps de prisonniers de guerre et de concentration, la torture, l'exploitation sexuelle forcée, la violence et les abus sexuels intrafamiliaux, etc.

2.1.4.4. Les traumatismes de type IV

En dehors des traumatismes de type I, II, et III, Solomon et Heide, (2003) proposent une quatrième catégorie pour désigner les traumatismes en cours. La spécificité de ces traumatismes est qu'ils se poursuivent dans le présent. Dans le cadre des crises des réfugiés, les intervenants secourent et assistent le plus souvent les bénéficiaires au cœur même de la tourmente. Ainsi, l'aide psychologique apportée par les intervenants aux victimes en situation d'urgence ou de guerre comporte des spécificités et ne saurait être comparée au soutien et aux thérapies ultérieures.

À côté de ces quatre types de traumatismes, l'on peut noter les traumatismes directs et ceux dits indirects.

2.1.5. LES TRAUMATISMES DIRECTS

On parle de traumatisme direct lorsque la victime a été confrontée au chaos, au sentiment de mort imminente ou d'horreur. Elle peut avoir été sujet (avoir subi), actrice (avoir provoqué volontairement ou involontairement) ou témoin (avoir vu) de l'événement traumatique.

2.1.6. LES TRAUMATISMES INDIRECTS, LA TRAUMATISATION VICARIANTE OU TRAUMATISME PAR RICOCHET

Il est aujourd'hui admis qu'un sujet, enfant comme adulte, qui n'a pas subi de traumatisme direct peut présenter des troubles psychotraumatiques consécutifs aux contacts qu'il entretient avec une personne ou un groupe de personnes traumatisées (Herman, 1997 cités par Briere, 2011). Dans ce cas, la rencontre avec la personne traumatisée constitue en elle-même l'événement traumatique. On parle de traumatisme vicariant, de traumatisation vicariante, de traumatisme par ricochet ou de traumatisme secondaire (par exemple, les problématiques transgénérationnelles après la Seconde Guerre mondiale...).

2.1.7. LES PHASES DU PSYCHOTRAUMATISME

Crocq (2000) et Ovambé (2016) parlent de trois principales phases au cours desquelles on a observé des troubles psychotraumatiques. Il s'agit de la phase immédiate, la phase post-immédiate et la phase chronique.

2.1.7.1. La phase immédiate

Elle s'amorce dès l'apparition du danger et n'excède généralement pas deux à trois jours après sa disparition. Cette phase relève d'un ensemble des réactions manifestées par les victimes dès l'apparition du danger et durant une période n'excédant pas deux à trois jours après sa disparition. Au moment de l'événement potentiellement traumatisant ainsi que dans les heures et les jours suivants, certaines victimes vont réagir par un stress adapté ; d'autres vont présenter des réactions de stress dépassé, voire même des symptômes traumatiques et les sujets prédisposés peuvent déclencher des troubles psychopathologiques. Les réactions immédiates sont largement dominées par des manifestations propres au stress. Même si elles peuvent dérouter ou sembler inadaptées, leur prévalence élevée au sein des populations soumises à des événements traumatogènes incite à les considérer comme des réponses normales à une situation exceptionnelle, terrifiante ou horifiante. Notons cependant qu'en dépit de leur caractère habituel, cela ne signifie pas qu'elles soient aisées à gérer par les victimes et leur entourage.

❖ Les réactions de stress adapté

Lorsqu'un individu est soumis à une agression ou une menace quelle qu'elle soit, il y répond immédiatement par une réaction nommée « stress ». Le stress produit des réponses en chaîne : Il élève la vigilance et focalise l'attention sur la menace évacuant temporairement de la conscience toute autre pensée (attention exacerbée, prospection sélective des signaux pertinents). Il prépare et incite à l'action adaptée au contexte (combattre, battre en retraite, fuir, se cacher, s'immobiliser, appeler à l'aide et aussi adopter des attitudes et des comportements altruistes et empathiques d'entraide envers les personnes en difficulté, etc.) et maintient un état d'alerte. Cette réponse de l'organisme constitue donc un phénomène protecteur, utile à la survie, visant à faire face efficacement aux situations difficiles. Cet ensemble de réactions d'adaptation est appelé « stress protecteur » ou bien encore « stress adaptatif ».

Bref, nous voyons donc que les réactions de stress peuvent s'exprimer d'une manière différente selon les individus où les uns vont réagir de façon adaptée et où toute leur attention est focalisée sur l'événement pour tenter d'y faire face, ou bien en aidant les autres par exemple (Ovambé, 2016).

❖ Les réactions de stress dépassé

Pour des raisons qui peuvent relever aussi bien de la situation que de la vulnérabilité du sujet, le stress peut être si important qu'il ne constitue plus un processus adaptatif, mais provoque des réactions inadéquates, voire pathologiques. Comme le précise Crocq (2000), la

réaction de stress « n'est pas pathologique, quoique grevée de symptômes gênants ; mais trop intense, répétée à de courts intervalles ou prolongée à l'excès, elle se mue en réaction pathologique et inadaptée de stress dépassé ». Raison pour laquelle d'autres individus à contrario de ceux du stress adapté vont rester sans réactions, inertes, sidérées, ou bien au contraire, ils vont s'agiter, s'affoler...etc. C'est ce que Crocq (2000) appelle les réactions de 'stress dépassé'. Ce type de manifestation apparaît surtout chez les sujets vulnérables ou lors de situations trop violentes ou prolongées et comporte quatre types de réactions :

- ❖ La réaction d'agitation qui se traduit par la gesticulation désordonnée, l'incohérence motrice et verbale, qui ne permet pas au sujet de se soustraire à la situation dangereuse ;
- ❖ La fuite panique qui est impulsive, sauvage, dans le sens où il y a une lutte implacable contre tout ce qui lui fait obstacle. De même qu'elle est inconsidérée puisqu'elle ne soustrait pas le sujet au danger, mais qu'elle peut l'y précipiter ;
- ❖ Enfin, la réaction d'automatisme qui est assez fréquente et fait penser à des comportements adaptatifs. Souvent ces réactions n'ont pas de buts précis, mais elles ont une valeur occupationnelle dérivative de l'angoisse d'après Crocq (1994).

2.1.7.2. La phase post-immédiate

Cette phase survient quelques heures après l'événement traumatisant et peut s'étendre de quelques heures à plusieurs années. Cette phase correspond à la période de latence appelée par Charcot le temps de 'médiation', de 'contemplation' ou de 'ruminantion'. Elle peut être totalement muette, sans aucun symptôme psychique faisant penser à une bonne évolution, mais où nous pouvons observer des décharges émotives chez certains sujets qui ont eu auparavant une réaction de stress apparemment adaptative. Une fois tout danger écarté, cette décharge émotionnelle va libérer le trop plein de tension accumulée à travers une crise de larmes, une crise d'agitation motrice...etc. qui va soulager la personne sans qu'il y ait de séquelles.

C'est ce que Crocq (2000) appelle la 'réaction différée'. Ou au contraire, elle peut être marquée par l'apparition de symptômes plus inquiétants qui augurent de l'installation d'une névrose traumatique ou d'un syndrome psycho traumatique. D'après cet auteur, cette phase de latence traduit le « délai requis par le psychisme pour mettre en place de nouvelles défenses et traduite parfois aussi un moratoire, c'est-à-dire que tant que le sujet se sent menacé ou est menacé, il diffère la mise en place de ses défenses. » (Crocq, 1994, p.13)

De ce fait, cette phase correspond au temps nécessaire pour le moi pour réorganiser ses défenses et de les remettre en place afin de pouvoir, d'un point de vue économique, maîtriser le surplus d'excitations qui a envahi le psychisme.

2.1.7.3. La phase chronique

Elle s’amorce en moyenne un mois après la situation traumatogène et se prolonge plusieurs mois, plusieurs années voire toute la vie selon les individus et le type d’événement. (Josse, 2019, pp 130-131). Après la résolution des réactions de stress, l’évolution du traumatisme peut prendre différents chemins : Soit la personne va reprendre le cours normal de sa vie après un temps qui variera selon les sujets et sans qu’il n’y ait aucun symptôme. Soit, nous observerons l’apparition de troubles psychiques post-traumatiques quelques jours ou quelques mois après la phase post-immédiate. Sur ce point et si nous nous référons à la théorie freudienne du trauma, nous saurons que celui-ci va, soit révéler la structure antérieure de la personne et être à l’origine de l’apparition des névroses, soit qu’il est à l’origine d’une névrose traumatique appelée aussi la ‘névrose de guerre’ qui est déterminée par une étiologie extra psychique, venant du dehors (Mazet & Houzel, 1996, cité par Ovambé, 2016).

2.1.8. Comorbidité (troubles associés) du traumatisme psychique

D’après le DSM-IV TR (2000), il existe deux types de troubles liés au traumatisme psychique dont nous pouvons citer l’état de stress post-traumatique et l’état de stress aigu.

2.1.8.1. État de stress post-traumatique (ESPT)

Le (DSM-IV TR, 2000 ; cité par Ovambé, 2016) propose six critères qui permettent de poser le diagnostic de l’état de stress post-traumatique et qui sont les suivants :

A. Le sujet a été exposé à un événement traumatique dans lequel les deux éléments suivants étaient présents :

A.1. Le sujet a vécu, a été témoin ou a été confronté à un événement ou à des événements durant lesquels des individus ont pu mourir ou être très gravement blessés ou bien être menacés de mort ou de grave blessure ou bien durant lesquels son intégrité physique ou celle d’autrui a pu être menacée ;

A.2. La réaction du sujet à l’événement s’est traduite par une peur intense, un sentiment d’impuissance ou d’horreur.

B. L’événement traumatique est constamment revécu, de l’une (ou de plusieurs) des façons suivantes :

B.1. Souvenirs répétitifs et envahissants de l’événement provoquant un sentiment de détresse et comprenant des images, des pensées ou des perceptions ;

B.2. Rêves répétitifs de l'événement provoquant un sentiment de détresse ;

B.3. Impressions ou agissements soudains « comme si » l'événement traumatique allait se reproduire (incluant le sentiment de revivre l'événement, des illusions, des hallucinations, et des épisodes dissociatifs (flash-back), y compris ceux qui surviennent au réveil ou au cours d'une intoxication) ;

B.4. Sentiment intense de détresse psychique lors de l'exposition à des indices internes ou externes évoquant ou ressemblant à un aspect de l'événement traumatique en cause ;

B.5. Réactivité physiologique lors de l'exposition à des indices internes ou externes pouvant évoquer ou ressembler à un aspect de l'événement traumatique en cause.

C. Évitement persistant des stimuli associés au traumatisme et émoussement de la réactivité générale (ne préexistant pas au traumatisme), comme en témoigne la présence d'au moins trois des manifestations suivantes :

C.1. Efforts pour éviter les pensées, les sentiments ou les conversations associées au traumatisme ;

C.2. Efforts pour éviter les activités, les endroits où les gens qui éveillent des souvenirs du traumatisme ;

C.3. Incapacité de se rappeler un aspect important du traumatisme ;

C.4. Réduction nette de l'intérêt pour des activités importantes ou bien réduction de la participation à ces mêmes activités ;

C.5. Sentiment de détachement d'autrui ou bien de devenir étranger par rapport aux autres C.

C.6. Restriction des affects (p.ex., incapacité à éprouver des sentiments tendres) ;

C.7. Sentiment d'avenir « bouché » (p. ex., pense ne pas pouvoir faire carrière, se marier, avoir des enfants, ou avoir un cours normal de la vie).

D. Présence de symptômes persistants traduisant une activation neurovégétative (ne préexistant pas au traumatisme) comme en témoigne la présence d'au moins deux des manifestations suivantes :

D.1. Difficultés à s'endormir ou sommeil interrompu ;

D.2. Irritabilité ou accès de colère ;

D.3. Difficultés de concentration ;

D.4. Hyper vigilance ;

D.5. Réaction de sursaut exagérée.

E. La perturbation dure plus d'un mois (symptômes des critères B, C et D).

E.1. La perturbation entraîne une souffrance cliniquement significative ou une altération du fonctionnement social, professionnel ou dans d'autres domaines importants.

En clair, le premier critère (A) est relatif à l'événement traumatisant, le second (B) est relatif au syndrome de reviviscence, le troisième critère (C) concerne les modifications de la personnalité. Quant au quatrième critère (D) il concerne les symptômes neurovégétatifs qu'occasionne le trauma. Le cinquième critère (E) assigne l'exigence de la durée du syndrome. Enfin le sixième critère (F) concerne l'intensité de la souffrance liée à l'événement et sa répercussion sur la vie sociale de l'individu.

2.1.8.2. État de stress aigu

La CIM-10 (2010) définit l'état de stress aigu comme un trouble transitoire, survenant chez un individu ne présentant aucun autre trouble mental manifeste, à la suite d'un facteur de stress physique et psychique exceptionnel et disparaissant habituellement en quelques heures ou en quelques jours. La survenue et la gravité d'une réaction aiguë à un facteur de stress sont influencées par des facteurs de vulnérabilité individuels et par la capacité du sujet à faire face à un traumatisme. La symptomatologie est typiquement mixte et variable et comporte initialement un état « d'hébétude » caractérisé par un certain rétrécissement du champ de la conscience et de l'attention, une impossibilité à intégrer des stimuli et une désorientation. Cet état peut être suivi d'un retrait croissant vis-à-vis de l'environnement (pouvant aller jusqu'à une stupeur dissociative), ou d'une agitation avec hyper-activité (réaction de fuite ou fugue). Le trouble s'accompagne fréquemment des symptômes neuro-végétatifs d'une anxiété panique (tachycardie, transpiration, bouffées de chaleur). Les symptômes se manifestent habituellement dans les minutes suivant la survenue du stimulus ou de l'événement stressant et disparaissent en l'espace de deux à trois jours (souvent en quelques heures). Il peut y avoir une amnésie partielle ou complète de l'épisode.

L'État de stress aigu se distingue de l'état de stress post-traumatique par les symptômes qui, dans l'état de stress aigu, doivent survenir dans les quatre semaines après l'événement traumatique et disparaître dans cette période de quatre semaines. Si les symptômes persistent plus d'un mois et remplissent les critères d'un état de stress post-traumatique, le diagnostic d'état de stress aigu est modifié pour celui d'état de stress post-traumatique.

2.1.9. LES FACTEURS INTERVENANT DANS LE VÉCU TRAUMATIQUE

Les facteurs qui interviennent dans le vécu traumatique les plus décrits dans la littérature sont entre autres la vulnérabilité génétique, la vulnérabilité pré-morbide, la résilience, les stratégies d'adaptation et le soutien social.

2.1.9.1. La vulnérabilité génétique

La vulnérabilité génétique se définit comme un facteur interne qui n'est perceptible que grâce à des examens minutieux faites par un spécialiste du domaine de la santé physique. Dans cette perspective, en interrogeant l'étude de (Goenjian, 2013 cités par Ovambé 2016) sur les prélèvements ADN de 200 adultes sur plusieurs générations de 12 familles qui ont souffert de SSPT après avoir survécu au terrible tremblement de terre de 1988 en Arménie. En étudiant les gènes des membres des familles, les chercheurs constatent que les personnes qui présentent des variantes spécifiques de 2 gènes sont plus susceptibles de développer les symptômes du SSPT. Ces 2 gènes, TPH1 et TPH2, contrôlent la production de sérotonine, une substance chimique du cerveau qui régule l'humeur, le sommeil et la vigilance, 3 états perturbés dans le SSPT. De toute évidence, cette étude de Goenjian (2013) s'avère nécessaire dans le but de nous permettre de mieux appréhender et saisir le contexte dans lequel surviennent les flash-backs, les permanents accès de colère, les insomnies... dont font preuve les personnes en situation d'ESPT. Ainsi, nous pouvons noter de façon indéniable que le facteur génétique est un véritable facteur de risque ou de propension à la survenue d'un ESPT.

2.1.9.2. La vulnérabilité pré-morbide

La vulnérabilité pré-morbide se définit comme le facteur survenant ou existant avant l'apparition d'un ESPT. Elle comprend généralement les antécédents personnels ou familiaux de troubles psychiatriques, des troubles de la personnalité ou bien des traits de personnalité préexistants, l'insuffisance du soutien par les pairs et du soutien social et enfin des antécédents de traumatisme. Par ailleurs, elle prend aussi en compte l'état psychique de la personne qui

subit l'événement. Ce qui nous permet de dire qu'un même événement violent peut être traumatique pour une personne et non traumatique pour une autre. De même qu'il peut être traumatique pour une personne aujourd'hui alors qu'il ne l'a pas été hier. La dynamique de cet événement nous fait penser à la 'résilience'.

2.1.9.3. La résilience

Auparavant, la résilience est un terme utilisé pour désigner la résistance de certains matériaux à d'éventuels chocs. Dans le dictionnaire anglo-saxon, le sens est élargi à la robustesse corporelle et à la résistance du caractère. La résilience caractérise la résistance aux chocs. Selon l'étymologie, la résilience est la notion de sauter, de rebondir. En effet, selon les psychologues la résilience signifie, d'une manière générale 'la capacité à rebondir' et à affronter les situations difficiles de la vie. D'après Lopez (2002) « *la résilience qui est le contraire de la 'vulnérabilité', est un concept qui permet d'expliquer pourquoi certains individus soumis à des difficultés existentielles ou à des événements traumatogènes, ne présentent pas de troubles psychologiques* » (p.16).

Cyrulnik (1999) définit la résilience comme :« *la capacité d'une personne ou d'un groupe à se développer bien, à continuer à se projeter dans l'avenir en présence d'événements déstabilisants, de conditions de vie difficiles, de traumatismes parfois sévères* ». En outre, le concept de résilience amène à passer d'une perspective fondée sur le repérage des dysfonctionnements, à celle d'une mise en valeur des ressources. La résilience fait référence aux ressources développées par les sujets pour tolérer et dépasser les séquelles dommageables ou pathogènes des traumatismes et vivre malgré l'adversité, en gardant une qualité de vie avec le moins de dommages possible. Il est considéré qu'il y'a une mise en place d'un processus de résilience lorsque les personnes, ou les groupes familiaux parviennent à réguler la crise occasionnée par un traumatisme, à juguler les effets de la désorganisation psychique qui en résulte et à maintenir une (re) construction psychique et sociale. (Delage, 2010).

Tomkiewicz (2001, cités par Ovambé, 2015), divise en trois catégories les facteurs qui entravent ou favorisent la résilience qui sont entre autres :

✓ Les facteurs innés qui comprennent l'évolution et le vécu intra-utérin ainsi que les facteurs génétiques proprement dits. Mais jusqu'à présent les chercheurs ne connaissent pas leur véritable influence sur le processus de résilience.

✓ Les facteurs exogènes précédant le stress, par exemple l'ambiance familiale, la place dans la fratrie, les relations privilégiées avec une personne adulte intra ou extra familiale.

✓ Les facteurs venant de l'environnement après le traumatisme, tel que le niveau de destruction ou de cohésion de la famille, l'ambiance sociale.

Ainsi, cette notion de « résilience » sera introduite dans la théorie de l'attachement par Bowlby (1969) pour rendre compte de comment la mère et l'enfant font face aux situations douloureuses (l'absence du sein, des soins et même de la mère). « *Ce facteur qui englobe des caractéristiques psychologiques et biologiques permettrait à l'individu de faire face et/ou résister aux conséquences psychologiques possibles d'un événement traumatique* » (Decam, 2012, p 79). C'est ce qui permet d'éviter les troubles handicapants du traumatisme.

2.1.9.4. Les stratégies d'adaptation

Les stratégies adaptatives sont définies comme « *des actions cognitives et comportementales déployées afin de maîtriser, réduire ou tolérer les demandes internes et/ou externes occasionnées suite à un événement stressant* » (Lazarus et Folkman, 1984, p. 141). Cette section évoque les différentes stratégies adaptatives qui sont utilisées afin de faire face aux situations stressantes. Ces dernières sont la réinterprétation positive, l'humour, l'acceptation, la religion, le blâme, le déni, le désengagement comportemental, la distraction, la consommation de substances, le coping actif, la planification, la recherche de soutien instrumental, la recherche de soutien émotionnel et l'expression des sentiments (Carver, 1997 ; Muller et Spitz, 2003). Selon Holahan et Moos (1987), la recherche sur les stratégies d'adaptation s'est penchée jusqu'à maintenant sur deux points importants soit : le développement d'une typologie des processus d'adaptation et l'étude de l'influence de ces processus sur le bien-être.

2.1.9.5. Le soutien social

Le soutien social renvoie, à la manière dont se dispensent ou s'échangent des ressources émotionnelles, instrumentales ou des informations non professionnelles, dans le champ, de perception que les autres ont de vous et celui du besoin, qu'ils ont de vous. Il s'actualise lors d'interactions avec les membres du réseau social ou encore lors de participations à des groupes sociaux (Cohen et al., 2000). Ainsi, à la suite d'un traumatisme, l'environnement de rétablissement joue un rôle important pour les individus qui tentent de composer avec le trauma et de se remettre de ses effets et le soutien social peut être vu ici en termes d'activités, comme

de reconforter une personne en détresse, prêter de l'argent, donner des conseils ou de l'information, partager des tâches ; il peut aussi être vu, en termes de relations, c'est-à-dire avoir des amis, un confident, être impliqué ou avoir des contacts avec des membres de sa communauté, avoir un réseau de personnes, sur qui on peut compter, en cas de besoin.

Finalement, le soutien social peut aussi être considéré du point de vue de la personne, en prenant, par exemple, en considération, l'évaluation que la personne fait de la qualité de ses relations, ou encore du degré de satisfaction qu'elle obtient, face à l'aide que les autres lui apportent. En outre, d'après plusieurs auteurs, le soutien social est un facteur de protection contre les effets du stress qui, ainsi, prévient le développement d'une pathologie (Cutrona et Russell, 1990 ; Cohen et Wills, 1985), tandis que d'autres considèrent le soutien social comme plus fondamental encore, puisque pour eux, il a un effet direct, indépendamment du stress, sur le bien-être (Cassel, 1976). Par ailleurs, il semble que le soutien influence au plan cognitif l'intégration du souvenir traumatique, tout comme la dissociation.

2.1.10. TRAUMATISME PSYCHIQUE ET GUERRE

Le concept de traumatisme psychique a évolué avec les guerres. En effet, la guerre est une situation bien particulière. S'il est un mot qui n'a rien perdu de sa force, c'est bien celui de catastrophe. En principe, la guerre ne devrait pas, être en soi, une catastrophe au sens propre. On s'y attend, on s'y prépare, on la conduit méthodologiquement selon des plans soigneusement concertés.

En 1914 ; débute la Première Guerre mondiale qui est l'une des plus grandes catastrophes de l'humanité dont les conséquences dominent encore l'histoire du 21^{ème} siècle. Au début cette guerre, Milian (1915), attribue au traumatisme une étiologie mixte : épuisement psychique et choc émotionnel. Ainsi, pendant et après la Première Guerre Mondiale, différents diagnostics ont été proposés : « *vent de bus* » ou « *obusite* » en France, « *granat explosion* » en Allemagne et « *shell shock* » en Angleterre ; cette dernière dénomination sera progressivement utilisée, dans l'un et l'autre camp. À cette époque, la névrose traumatique était, considérée comme une pathogénie de commotion avant de devoir constater, que ses tableaux cliniques étaient grevés de nombreux autres symptômes ; anxieux, neurasthéniques ou hystériques, d'où le vocable de « névrose » ou « psychonévrose » de guerre.

Lors de la Seconde Guerre mondiale, les psychiatres ont repris la notion « *névrose de guerre* ». Sur le plan clinique, ils ont pu observer qu'il y avait moins de conversions hystériques et davantage de syndromes anxieux et de troubles psychosomatiques. Targourla (1947) a décrit

un « *syndrome asthénique des déportés* », qui recouvrait en fait, la névrose traumatique. Ainsi, dix (10) ans après, Eitinger (1955), a cru le découvrir sous le nom de « *KZ syndrome* », terme adopté depuis, par la communauté internationale anglophone.

En 1964-1973, la guerre du Vietnam, menée par les Américains a reproduit à grande échelle, cette pathologie, de faible intensité de combat où la nostalgie interfère avec le trauma et où des conduites addictives telles que l'alcoolisme, toxicomanie viennent compliquer les tableaux cliniques. À cet effet, le nombre élevé des « *syndromes post-Vietnam* » observés après le retour en métropole, (700.000 cas, sur les trois millions d'hommes, envoyés au Vietnam) a conduit les auteurs de la nouvelle nosographie psychiatrique américaine D.S.M.(1984) (*Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*) à réintroduire la névrose traumatique dans le catalogue, d'où elle avait disparu, au lendemain de la Première Guerre mondiale, mais en la dénommant, cette fois-ci « *post-traumatic stress disorder* » (P.T.S.D.) ce qui donne, en français « *l'état de stress post-traumatique* » (Crocq, 2001 ;Crocq, 1999 ; Maqueda, 1999). Ensuite, le « *post-traumatic stress disorder* » a connu un immense succès dans le monde entier, auprès des cliniciens, y compris en Europe.

À la suite de la dénomination de la « *névrose traumatique* » en « *état de stress post-traumatique* », deux révisions successives de DSM, ont toutefois rapproché les critères de stress post-traumatique à ceux de la névrose traumatique. Par ailleurs la « *Classification internationale des troubles mentaux* », dans sa dixième révision « *C.I.M. 10* », a avalisé, en 1992, le terme d'état de stress post-traumatique ; en le distinguant toutefois de la « *réaction aiguë à un facteur de stress* » et de la « *modification durable de la personnalité après une expérience de catastrophe* ». Cet état de stress post-traumatique correspond aux névroses traumatiques véritables, caractérisées par l'altération profonde de la personnalité, qu'a provoquée l'impact subi par le sujet (Crocq, 2001 ; Crocq, 1999 ; Maqueda, 1999).

2.2. ÉTATS DES LIEUX SUR L'IDENTITÉ

À un moment de sa vie, tout individu en vient à se demander qui il est, qu'est-ce qui le relie aux autres et qu'est-ce qui le distingue. Cette quête individuelle de soi se vit aussi à un niveau plus large, au sein des collectivités. Se faisant, la question de l'identité en générale et celle de l'identité personnelle, culturelle et sociale fait partie intégrante de l'expérience de l'être humain. On passe ainsi de la quête d'un Soi à la quête d'un nous. La mobilité des populations, la rencontre des cultures et la mondialisation amènent une complexité considérable à ces

processus d'identification, autant sur les plans individuels que collectifs. À cet effet, comprendre le comportement d'une personne en situation ainsi que ses réactions dans ladite situation nécessite de prendre en compte son identité.

Dans la littérature française, le terme « identité » est l'un de ceux que l'on retrouve dans les vocabulaires spécialisés de presque toutes les disciplines académiques, depuis les mathématiques jusqu'à la philosophie, depuis la logique jusqu'à l'anthropologie en passant par la biologie, la psychologie sans toutefois oublier l'histoire, le droit, la sociologie et la psychanalyse. Selon Lipiansky (1993), l'identité se réfère à « *l'ensemble des perceptions, des sentiments et des représentations relativement stabilisées se rapportant à soi et par lesquelles chacun se perçoit (ou est perçu) comme un être singulier, restant lui-même à travers l'espace et le temps.* » Elle correspond ainsi à la perception que nous avons de nous-mêmes, ainsi qu'à la perception que les autres ont de nous ; l'identité est aussi situationnelle, en ce sens qu'elle s'adapte aux contextes au sein desquels nous nous retrouvons (Lipiansky, 1993). Cette identité se pose et se définit primordialement à travers la relation entre soi-même et son environnement.

Pour certains auteurs à l'exemple de Erickson (1972) repris par Marc (2005, p.19), on comprend que le terme d'identité renvoie au « sentiment subjectif et tonique d'une unité personnelle (sameness) et d'une continuité temporelle (continuity) » (1972, p. 13). D'après Erickson (1972), ce sentiment serait le résultat d'un double processus qui opère concomitamment « à l'épicentre de l'individu ainsi qu'à l'épicentre de la culture de sa communauté ». Ceci étant le processus par lequel l'identité d'une personne, d'une société, d'un groupe se pose ou se définit prend toute sa consistance dans « l'interaction étroite entre l'identité pour soi et l'identité pour autrui, l'appréciation personnelle et la comparaison sociale, les idéaux individuels et les modèles culturels, les processus conscients et inconscients » (Marc, 2005, p.20). Se faisant, on peut donc comprendre que l'interaction entre individu-individu, individu-milieu, individu-groupe ou entité, ainsi que le rapport de l'individu à une situation qui plus est, est une situation problème lui confère son identité ou tout au moins permet de mieux appréhender son identité.

Allant dans le même sens qu'Erickson (1972), Plante et Moisset (2004), conçoivent l'identité comme le résultat d'un processus dans lequel deux dimensions s'opposent, à savoir la personne elle-même et ce qui lui est non soi. Pour ces auteurs, c'est à travers l'intériorisation et l'agrégation « de ces deux composantes que l'identité se construit, et à ce processus, s'ajoutent l'adaptation et l'intégration » (Reinelde, 2012, p.25). Ainsi, ces deux composantes dont il est question, sont de l'ordre du psychologique et du social. En dehors de ces deux

composantes nous pouvons ajouter une troisième, qui se vaudrait culturelle. Mais qu'il s'agisse de l'une ou de l'autre composante, elles s'incrémentent à l'intérieur d'une structure affective et cognitive, permettant à chaque individu dans sa singularité et dans sa totalité d'interagir avec le monde socioculturel dans lequel il vit, y joue des rôles et assume une fonction en qualité de membre (Frayssé, 2000). S'appuyant sur Aitken (2005), on comprend que l'individu se construit au contact avec les éléments de son monde extérieur et chaque représentation qu'il s'en fait, le construit, lui permet de découvrir le soi à l'intérieur de lui-même jusqu'au noyau du soi fixé ; ce qui n'est pas sans tenir compte de sa dimension personnelle (malade ou non, en situation de handicap ou non, etc.)

Du point de vue de Mucchielli (1999), l'identité renvoie à des référents identitaires multiples faisant appel au vécu, aux représentations, et aux conduites. Ces référents peuvent être matériels et physiques (nom, apparences physiques, vêtements), historiques (filiation, éducation, coutumes), psychoculturels (codes, valeurs), psychosociaux (statut, âge, profession, compétences, qualité et défaut). Pour cet auteur, l'identité est définie par un sujet selon un ensemble de critères et un sentiment interne d'identité composé de différents sentiments : sentiment d'unité et de cohérence, d'appartenance, d'autonomie, de confiance, de différence, de continuité, de valeur et d'existence. Se faisant, il apparaît nécessaire de présenter ces caractéristiques spécifiques de l'identité.

2.2.1. Les caractéristiques d'identité

En fonction des divers domaines corrélés au genre humain, il existe une multitude d'identités. Pour ce faire, il convient de présenter ou interroger à cet effet les éléments qui composent l'identité ; ceci dans l'intention ultime de saisir plus tard les raisons pour lesquelles elle peut se modifier ou évoluer au fil du temps et selon les événements de vie à l'instar de guerres et spécifiquement du vécu traumatique de guerre. Lorsque l'on revient à Erickson, pour lui, l'identité n'existe que par le sentiment d'identité. Si on doit comprendre l'identité, on doit comprendre les composantes de sentiment d'identité. Prenant appui sur Mucchielli (2009), elle nous indique que, l'identité ou tout au moins le sentiment d'identité serait composé de plusieurs dimensions (Marc, 2005 ; Després, 2016 ; Erickson, 1972 ; Frayssé, 2000 ; Aitken, 2005 ; Reinelde, 2012 ; Demazière & Dubar, 1997) :

- Sentiment d'unité et de cohérence : Selon les écrits de Sartre, le sentiment d'unité renvoie à la possibilité toujours présente de « refuser mon passé », et de remettre en question le moi lui-même ; de changer les manières d'un personnage que j'en ai assez

de jouer ; de faire quelque chose de moi. Selon Mucchielli (2013), c'est un sentiment qui repose sur la structure cognitive de la personne, consécutive à des expériences affectives, relationnelles et intellectuelles. Cette structure guide ses choix et sa conduite dans une logique de son être. Ceci permet à la personne d'être en harmonie, congruente et logique avec elle-même.

- Sentiment d'appartenance : il résulte de l'assimilation des valeurs, normes et modèles sociaux du milieu dans lequel vit l'individu. Ce sentiment d'appartenance assure l'intégration de toute personne faisant partie ou désireuse de faire partie d'une collectivité et prend ses sources dans la relation primitive du nourrisson avec sa mère. Ce niveau, on comprend comme Spitz, que le lien primaire entre la mère et le nourrisson est très important pour la formation et le maintien constant de l'identité.
- Sentiment d'autonomie : en ce qui concerne le sentiment d'autonomie, les études d'Erikson (1972), montrent que toute identité se construit avec des processus d'assimilation-accommodation qui comportent toujours le va-et-vient identification-fusion/mise à distance rejet de l'enfant à sa mère. Ce sentiment selon Tap (1998) est nécessaire pour la vision positive de soi. Car lié au sentiment d'appartenance, il permet au sujet d'affirmer son identité individuelle que s'il se sent à la fois appartenir à un groupe et autonome. Ceci dire qu'il aura la possibilité de pensées, de décisions et d'actes personnels. Ainsi, moins le sujet sera autonome et plus il dépendra d'autrui pour la reconnaissance. À défaut de ce sentiment, pourrait naître chez l'individu, un sentiment d'étrangeté à soi, à sa communauté ou encore à sa famille.
- Sentiment de différence : Le sentiment de différence fait partir des fondamentaux de l'identité personnelle et aussi de l'identité groupale et culturelle. C'est le fait que l'individu ne peut penser qu'il est identique à autrui. Ceci est essentiel à la prise de conscience de l'identité personnelle. Bref, c'est la capacité à être cohérent et se sentir unique. C'est ce que Tap (1998) appelle *sentiment d'unicité*.
- Sentiment de valeur : Le sentiment de valeur se rapporte beaucoup plus aux études de la psychologie sociale sur l'estime de soi. Dans le cadre de cette recherche, on s'intéresse à cela parce que ce sentiment est nécessaire dans la compréhension du phénomène étudié ici. En effet, l'estime de soi se développe corrélativement à la qualité de la confiance fondamentale acquise par la stabilité et la profondeur de la relation primitive à la mère (Erikson, 1972). Ainsi, chaque individu cherche à se faire valoir aux yeux d'autrui dont le jugement a de valeur pour lui. Alors, confier des tâches ; des rôles,

etc. à des individus leur permettent de se sentir valeureux, en ce sens on pourrait parler d'identité perçue

- Sentiment de continuité temporelle : c'est le fait que le sujet se perçoit le même au fil du temps et se représente les étapes de sa vie comme un continuum. Pour Erickson (1972) et Mucchielli (2013), les différences de l'identité dans le temps sont connues, mais aucune coupure de l'existence n'est ressentie. Ce sentiment est fortement lié à la représentation du temps qui s'écoule sans à-coup et rupture dans la culture occidentale. Se faisant, le sujet se rappelle de ses pensées et de ses actes d'hier, il est certain que ces actes sont de lui. Ce sentiment de continuité temporelle est fondé tout d'abord en partie sur une certaine permanence de son corps. Le sentiment d'identité demeure tant que le sujet parvient à donner aux changements et aux altérations le sens de la continuité. Cependant, lorsque les différences au niveau du sentiment de continuité temporelle sont perçues comme des ruptures, alors s'ouvrent les crises d'identité et directement le sujet en souffrira d'une crise identitaire. Ainsi, elle peut être à l'origine des modifications identitaires.
- Sentiment d'existence : ce sentiment est conditionné par l'ensemble des autres sentiments. En outre, un individu doit croire en son avenir et être porteur d'une intentionnalité, qui sera la source de ses efforts dans la réalisation des objectifs importants de sa vie. Ainsi, l'individu donnera sens à son existence et accèdera à la sensation de bien-être.
- Sentiment de confiance : ce sentiment naît des rapports de l'individu au monde ou tout simplement à sa communauté ou sa famille. Selon les rôles exercés et fonctions assumées, ce rapport permet à l'individu d'user de toutes ces ressources et de bénéficier de l'approbation et de l'appréciation méliorative des siens. Ce qui lui permettra d'asseoir son sentiment de confiance, sans lequel, il ne parviendrait pas à jouir de ses droits et à exercer ses devoirs ou ses responsabilités sociales, familiales et culturelles.
- La conscience de soi ou sentiment conscient de spécificités individuelles selon Erickson (1972) : prenant en compte le rapport de l'individu à lui-même, « elle permet à l'acteur social de puiser en elle les significations qu'il donne à la réalité environnante, elle lui permet de se situer, de se différencier et de s'expliquer » (Essid, 2015, p.27). Pour Dummond (2014), la conscience de soi ou conscience de notre propre identité est une donnée première de notre rapport à l'existence et au monde, sans laquelle la vie ne saurait être possible.

2.2.2. Typologie de l'identité : sociale, culturelle et personnelle

La nature du concept d'identité est très variée puisqu'il existe une multitude d'identités (personnelle, privée, collective, familiale, nationale, civique, politique, etc.) Ici, nous insisterons sur celle dite sociale, culturelle et personnelle.

✓ L'identité sociale

En même temps qu'il est caractérisé par son identité personnelle, l'individu est aussi un agent social, intégré dans un espace social donc également porteur d'une identité collective ou sociale. Cette identité s'élabore sur la base d'un sentiment d'appartenance à un groupe plus ou moins étendu, sentiment qui découle d'un certain nombre de caractéristiques que l'on partage avec l'ensemble des membres du groupe et qui en exclut de ce fait les individus qui ne les possèdent pas. On parlera alors au sens de Mucchielli (1986) d'une identité donnée par l'entourage ou de l'identité énoncée ou attribuée par autrui. Elle permet de situer un individu dans la société en se référant à un rôle social, à un statut (âge, sexe, profession, parent, frère, etc.) En cela, du fait que chaque individu possède plusieurs rôles sociaux, a aussi plusieurs identités sociales. En outre, l'identité sociale est la dimension de l'identité d'un sujet relative à sa position dans la structure sociale comme l'appartenance à l'une des catégories biopsychologiques (sexe, âge), à l'un des groupes (socioprofessionnels, ethniques, nationaux, etc.) à un rôle social (familial, professionnel, institutionnel, etc.) et à une affiliation idéologique (Églises, partis, mouvements sociaux, etc.)

En effet, suivant une logique essentialiste, Essid (2015), dégage une pluralité de formes d'identité sociale à savoir :

L'identité légitimante : C'est une identité introduite par les élites, organisations et institutions dirigeantes sous la forme de lois, de standards de normativité et de codes de civilité pour tous ses membres. Ainsi, ce type d'identité est le fruit d'un processus dans lequel l'acteur social apprend et intègre la normativité attendue de lui.

L'identité projet : c'est une identité qui se manifeste d'après Castells (1999), lorsque les acteurs sociaux, sur la base du matériel culturel à disposition, construisent une identité nouvelle qui va aider chaque acteur à redéfinir sa position dans la société, à se penser différemment dans la société et à induire un changement dans la perspective selon laquelle il était jusqu'alors perçu. Cette manière de construire son identité positionne l'acteur social comme membre futur de la société et non pas comme membre voulant revivre un héritage décontextualisé, en respectant à la fois ses référents culturels choisis ou hérités, mais aussi les codes de la société environnante.

✓ **Identité culturelle**

Dans le sens de bien saisir l'identité culture, il est nécessaire d'aborder au préalable la notion de culture, comprise comme ce qui est commun et soude un groupe d'individus, une donnée socialement élaborée, transmise et qui en évoluant dans le temps et dans les formules d'échanges légitimes confère aux personnes qui la partagent des manières distinctes d'être, d'agir, de communiquer, de penser, de s'approprier, d'interpréter la réalité quotidienne et le rapport au monde; ce qui est désigné ici sous le vocable d'identité culturelle (Dijoux, 2012). C'est dans cette perspective que Dijoux (2012) fait de la culture une programmation mentale collective propre à un groupe d'individus qui configure sa manière de penser, d'agir et de réagir selon qu'on est soit même une femme ou un homme. À effet, l'identité culturelle est un processus grâce auquel un groupe d'individus partageant une manière partiellement commune de comprendre l'univers, d'agir sur lui et de communiquer ses idées et ses modèles d'action, prend conscience du fait que d'autres individus et d'autres groupes pensent, agissent et (ou) communiquent de façon plus ou moins différente de la sienne. Elle apparaît quand les porteurs d'une culture entrent en interaction avec des personnes dont la culture est différente de la leur, même de façon extrêmement subtile.

Dans la perspective anthropologique, l'identité culturelle privilégie la façon dont les porteurs de culture évaluent eux-mêmes leurs ressemblances et leurs différences, tant entre eux que par rapport aux autres. Ceci en mettant en lumière les deux facettes complémentaires de l'identité : la similarité et l'altérité. Ainsi, on est semblable à ses compagnons, on s'identifie à eux, alors qu'en même temps, on se distingue de tous ceux qui n'appartiennent pas à son groupe ou qui, de façon extrême, ne sont pas soi-même. En cela, on comprend avec Théberge (1998), que l'identité culturelle est ce par quoi se reconnaît une communauté humaine (sociale, politique, régionale, nationale, ethnique, religieuse,) en termes de valeurs, de pensées et d'engagement, de la langue et de lieu de vie, de pratiques, de traditions et de croyances, de vécu en commun et de mémoire historique. En cela, l'identité culturelle serait la somme de tous les traits caractérisant le mode de vie et la vision du monde d'un peuple quelconque.

✓ **Identité personnelle**

L'identité personnelle renvoie selon (Marc, 1997 cités par Chawa, 2017), au sentiment d'individualité « je suis moi », au sentiment de singularité « je suis différent des autres et j'ai telles ou telles caractéristiques » et à une continuité dans l'espace et le temps « je suis toujours la même personne », (Marc, 1997) ; c'est donc en cela qu'une personne se pose comme unique, spéciale et distinguée des autres. En cela, l'identité personnelle renvoie au caractère identique

et permanent, voire à l'ensemble des éléments permettant d'individualiser quelqu'un. Ainsi, nous pouvons dire que cette identité confère à chaque individu la capacité d'être reconnu comme telle. Dans cette même logique, Singly (2007) va présenter le concept d'individualisation comme le processus selon lequel un individu s'approprie sa vie et ne dépend que de ce qui lui semble juste pour agir. Pour cela, l'individu ne considèrera pas tous les commentaires venant de son entourage, choisissant ceux qui lui semblent justes et pertinents ; ceci lui permettrait d'assurer la fonction de reproduction dont il est inéluctablement investi.

Du point de vue de Dupont (2012), d'identité personnelle revêt une autre spécificité, non pas en contradiction avec celle présentée jusqu'ici, mais en continuité des contributions précédemment évoquées. Pour cet auteur, l'identité personnelle se divise « *en quatre sous-groupes, soit le soi statuaire personnel (caractéristique sociale héritée), le soi statuaire pour autrui, le soi intime personnel (composé des qualités et défauts de la personne) et le soi intime pour autrui (fait appel au soi idéal selon Kaufmann, 2008 et Festiger, 1957)* » (Dupont, 2012, p.17). S'appuyant sur les travaux de Lipiansky (1995), Essid (2015) conçoit l'identité personnelle sous forme d'appréhension subjective qui renvoie à des notions comme conscience et définition de soi. Elle constitue de ce fait les sentiments, les représentations, les expériences et les projets d'avenir propres à chaque individu et permettant de l'identifier en tant que tel (Tajfel, 1974).

En clair, l'identité personnelle, au mieux l'identité subjective consiste pour le sujet à se percevoir comme le même, identique à lui-même dans le temps et trouve son enracinement dans les expériences passées ainsi que dans un certain contexte culturel, social (pour autant qu'elle se réfère aux statuts que le sujet partage avec d'autres membres de son ou de ses différents groupes d'appartenance en se référant à des catégories sociales où se rangent les individus (groupes, sous-groupes : « jeune », « étudiant », « femme », « cadre », « père ») et familial. Pour cela qu'elle permet l'évolution de soi et justifie le sentiment d'appartenance, de compétence, d'autonomie nécessaires à la socialisation et à la réalisation de soi que l'on soit en situation de handicap ou non. De tout ce qui précède, pour que cette identité se pose chez un individu, elle a besoin d'un support disponible dans un groupe, une famille, une communauté, une société, etc.

2.2.3. L'identité à l'épreuve de la migration forcée : une question du vécu traumatique de guerre

Partant du point de vue de Normand, Laforest et De Montigny (2009, p.47), l'identité quel qu'elle soit, se construit « *sur la base d'un sentiment d'appartenance à un groupe plus ou*

moins étendu, sentiment qui découle d'un certain nombre de caractéristiques que l'on partage avec l'ensemble des membres du groupe et qui en exclut de ce fait les individus qui ne les possèdent pas ». Se faisant, il est question d'interroger ce qu'elle devient sous sa forme personnelle une fois à l'épreuve du déplacement forcé.

En effet, l'impact du déplacement forcé et plus encore du traumatisme psychique induit par la guerre lors de ce déplacement n'est plus à démontrer. S'interrogeant sur le devenir de l'identité des réfugiés, Malkki (1995), fait savoir qu'il n'existe pas une seule et même expérience type universelle partagée par l'ensemble des réfugiés, mais plutôt une pluralité d'expériences non homogènes, composées de trajectoires individuelles différentes (Malkki, 1995). Cependant, selon Agier (2002), les réfugiés partageraient une trame de fond existentielle commune : celle de l'exode, c'est-à-dire des moments d'errance et d'humiliation, de longs séjours en zones périphériques et en camp de transit et un rapport fragile et incertain aux lois et aux États, qui les ont expulsés et, ou accueillis. Cette expérience se divise selon Agier (2002) en trois étapes : le temps de la destruction, le temps du confinement et le moment de l'action qui se traduit par la recherche d'un droit à la vie et à la parole. Ainsi, ce parcours est susceptible d'affecter directement l'élaboration identitaire des réfugiés qui doivent faire face à la souffrance et restructurer leur vie. Ils doivent (re)construire leurs identités, refaire du sens, créer d'autres liens, et ce, dans un autre pays qu'ils doivent aussi intégrer.

Angier (2002), ajoute que l'identité se trouve d'autant plus affectée qu'elle a été touchée par la souillure de la violence : l'identité personnelle et l'identité collective résiduelle des réfugiés correspondent au reliquat de guerres sales, une identité formée de la contrainte, sans culture, communauté, ni lieu d'attache. Il spécifie que cette identité est connotée négativement dans le regard d'autrui. Ainsi, la migration forcée sous le vocable du déracinement n'a plus de place sociale ni de lieu d'attache créant un vide qui s'installe et l'absence de projets de vie hors de la protection et de la survie qui s'ensuit. Se faisant, Angier (2002) décrit le paradoxe du réfugié qui est en vie, mais qui n'existe plus, dépourvu d'ancrages et sans activités quotidiennes socialisantes, l'identité est mise entre parenthèses. Ce qui relève l'absence d'occupation et la dépendance passive à l'assistance extérieure comme source de souffrance morale, de perte d'espoir ainsi que des sentiments d'impuissance et inutilité. Ainsi, les réfugiés se sentiraient mentalement en prison.

Selon Sironi (2007), les expériences traumatiques créent un effroi existentiel chez les réfugiés qui entraîne à son tour un changement de personnalité, soit un avant et un après. C'est ce qu'il explique par un phénomène de seconde naissance chez les exilés par les zones de

contacts entre ces deux régions de l'être qui seraient variables d'une personne à autre : certaines auraient un soi divisé de façon étanche, alors que d'autres maintiendraient un contact une continuité entre ces deux parties. C'est ainsi que Sironi (2007), souligne sur le plan pratique l'importance d'accompagner la métamorphose identitaire plutôt que viser le retour de l'identité originaire. Ceci dans l'optique d'identifier les éléments de vitalité qui ont survécu à l'horreur (les investissements psychiques, matériels et émotionnels, l'espoir, les projets et initiatives, etc.) afin de rétablir la fluidité et la complexification de l'univers des individus, préalablement envahis par les souvenirs traumatiques de guerre endurés.

2.3. ÉTATS DE LIEUX SUR LE RÉFUGIÉ

Dans la présente partie, le regard se posera sur brève esquisse typologique des phénomènes migratoire, sur les différentes étapes de la migration des réfugiés et quelques travaux de recherche auprès des réfugiés seront ensuite abordés. En outre, les recherches effectuées jusqu'ici sur la base des multiples rapports du HCR, des autres organisations internationales et des chercheurs ont permis de constater l'existence d'une documentation plus ou moins importante sur la question des réfugiés.

2.3.1. Brève esquisse typologique des phénomènes migratoires

À travers toute la variété des approches typologiques relatives à la diversité des phénomènes migratoires, il importe de proposer ici une brève esquisse de ces phénomènes dans la perspective de bien cerner quelques concepts.

- ❖ Migration : c'est le déplacement d'une personne qui quitte son lieu de naissance ou de résidence pour un autre lieu. Les migrations sont souvent qualifiées d'économiques ou de politiques. Tantôt, elles peuvent être dues à une quête d'identité absolue, à un déracinement profond, à un mal de vivre, qu'on range sous la catégorie d'exil volontaire. Par opposition, la migration involontaire serait due à une situation de guerre, un conflit interne (les gens fuyant leur propre pays) ou encore, à une situation économique précaire (Dollot, 1976).
- ❖ Immigration : de nos jours, l'immigration désigne l'entrée, dans un pays, de personnes étrangères qui viennent pour y séjourner ou s'y installer. Ce mot vient du latin « *migration* » qui signifie « passage d'un lieu à l'autre ».
- ❖ Migration forcée : Elle renvoie au déplacement forcé ou une fuite devant les persécutions, les famines résultant souvent de guerres. Elle permet ainsi de distinguer la personne qui subit la contrainte de devoir quitter son pays de celle qui obtient un

statut de réfugié, accordé sous condition de reconnaissance de certains motifs de persécutions (au titre de la Convention du 28 juillet 1951 relative au statut des réfugiés). Outre, cette distinction, la notion de migrant forcé peut désigner un ensemble plus large, qui compte, outre les réfugiés statutaires, les réfugiés *prima facies* ainsi que toutes les personnes contraintes de fuir leur pays ou leur lieu d'habitation.

- ❖ L'exil : le terme exil renvoie à un état (social, psychologique, politique) d'une personne : l'exilé a, volontairement ou non, quitté sa patrie ; soit sous la contrainte d'un bannissement ou d'une déportation, ou soit du fait de l'impossibilité de survivre ou encore à la suite d'une menace de persécution. Il vit désormais dans un pays étranger avec tout ce que cela implique de contraintes sociales spécifiques (langue, insertion, identité...) et de sentiment d'éloignement de la patrie (nostalgie, déracinement...) (Afoumado, 2005). En outre, l'« *exilé* », en tant qu'adjectif, est défini par l'Académie française comme la « personne qui vit en exil » ; en tant que substantif, il désigne celui « qui a été condamné, contraint à l'exil ou s'y est déterminé » (DAF, 1994).
- ❖ Réfugié : Au sens de la convention de Genève (1951) et du protocole de New York (1967), le terme réfugié renvoie à : « *toute personne craignant avec raison d'être persécutée du fait de sa race, de sa religion, de sa nationalité, de ses opinions politiques ou de son appartenance à un groupe social, et qui ne peut, ni ne veut retourner dans son pays d'origine ou de résidence habituelle.* » Ainsi, est considéré comme réfugié, une personne qui quitte son pays d'origine parce qu'elle a une crainte légitime d'être persécutées du fait de sa race, de sa religion, de sa nationalité, de son appartenance à un groupe social déterminé ou de ses opinions politiques. Au Cameroun, le réfugié s'entend à la fois au sens de la convention de Genève de 1951 et de la convention de l'OUA signée à Addis-Abeba le 10 septembre 1969. Ce dernier est alors à la fois un individu ou un groupe ayant quitté "sa résidence habituelle" en raison d'une menace réelle contre sa sécurité et sa vie pour chercher refuge. Un réfugié n'est pas un migrant économique, un fugitif, une personne déplacée et pas nécessairement un apatride parce que, les critères de définition ne sont pas les mêmes encore moins les instruments juridiques les règlementant. En raison d'une évolution de ce terme, des expressions spécifiant le sens du mot réfugié apparaissent dans le langage des spécialistes du secteur : celle de « *réfugié prima facie* » procède du droit d'asile et de l'aide humanitaire et celle de « *réfugié statutaire* » du droit de l'asile.

2.3.2. Différentes étapes migratoires des réfugiés

Le processus de migration a été décrit, comme se produisant, en trois étapes. La première, celle de la pré-migration, impliquant la décision et les préparatifs au déplacement. La deuxième étape, la migration elle-même, impliquant le déplacement physique des personnes d'un endroit à l'autre. La troisième étape, la post migration, étant définie comme « *processus d'absorption* » de réfugié dans le cadre social et culturel de sa nouvelle société (Bhugra, 2001).

2.3.2.1. L'étape pré-migration

Cette étape comprend les facteurs qui poussent les individus à quitter leur lieu de résidence origine. Il peut s'agir de conflits armés, de persécutions, de violations des droits humains, de catastrophes naturelles ou d'autres situations de danger. Les réfugiés peuvent être contraints de prendre une décision de fuir en raison de menaces directes contre leur vie ou leur sécurité, ou en raison des conditions socio-économiques précaires. Pendant cette étape, les réfugiés les plus souvent confrontés à des défis tels que la planification du départ, la recherche d'itinéraires sûrs, la collecte de ressources nécessaires pour le voyage, et la prise de décisions difficiles concernant les membres de la famille à emmener avec eux puisque la décision est soudaine et le déplacement forcé à immédiat. Pour Carvalho et Silva (2012), cette phase implique la préparation physique et psychologique au départ. Les réfugiés doivent souvent vendre leurs biens, se séparer de leurs proches et faire face à l'incertitude de l'avenir. D'après Cohen & Guarnaccia (2007), cette étape est souvent précédée d'une période de stress et de réflexion intense puisque les individus sont confrontés à la guerre, aux persécutions ou aux catastrophes naturelles qui les poussent à quitter leur pays d'origine afin de sauvegarder leur vie.

2.3.2.2. L'étape migratoire

C'est l'étape qui implique le déplacement physique des réfugiés de leur lieu d'origine vers un lieu de destination, qui peut être un pays voisin, un camp de réfugiés, ou un pays tiers où ils cherchent à demander l'asile en empruntant divers moyens de transport pour atteindre leur destination, y compris la marche à pied, le transport en commun, les bateaux de passeurs, et d'autres modes de déplacement souvent dangereux et incertains. Pendant cette phase, les réfugiés peuvent être exposés à des risques importants tels que la violence, l'exploitation, le trafic humain, la maladie et d'autres dangers liés au voyage. Pour Farr (2006) le voyage vers le pays d'accueil est souvent périlleux et traumatisant. Les réfugiés peuvent être confrontés à des

dangers, à la faim, à la fatigue, et à la séparation des membres de leur famille. Se faisant ainsi, l'arrivée dans le pays d'accueil selon Berry (2007), est souvent une expérience choquante. Les réfugiés doivent s'adapter à une nouvelle culture, à un nouveau langage, et à un nouveau système social.

2.3.2.3. L'étape post-migratoire

C'est l'étape qui implique l'installation dans un nouvel environnement et la recherche de protection et d'assistance. À cet effet, les réfugiés peuvent être accueillis dans des camps gérés par des organisations humanitaires, ou être hébergés dans des centres d'accueil ou des logements temporaires. Pendant cette phase, les réfugiés doivent faire face à des défis tels que l'adaptation à un nouvel environnement culturel, la recherche d'emploi et de logement, l'accès aux services sociaux et de santé, et la reconstruction de leur vie après avoir été déracinés de force. Ce processus d'adaptation peut être difficile et prendre du temps (Portes & Rumbaut, 2016). En outre, les réfugiés peuvent se sentir déracinés et perdre une partie de leur identité culturelle. La construction d'une nouvelle identité, en conciliant les traditions d'origine et les valeurs du pays d'accueil, est un processus crucial (Cohen & Guarnaccia, 2007).

2.3.3. Les expériences traumatisantes de guerre et de migration forcée chez les réfugiés

La plupart des réfugiés ont été contraints de fuir leur pays d'origine, en raison de conflits politiques ou de violation des droits de l'homme, torture, violence organisée et systématique, massacres, génocide, famine, ou encore d'autres facteurs d'instabilité. Ils ont donc souvent vécu, des événements traumatisants qui ont pu entraîner des troubles psychologiques, y compris de dépression, d'anxiété et de stress post-traumatique (Pumariega et Rothe, 2005).

Par ailleurs, plusieurs chercheurs se sont intéressés à ces flux migratoires dans le monde, notamment, Drachman (1992) précise par ailleurs que les pertes lourdes en contexte de migration forcée sont à l'origine de dépression, d'anxiété, d'isolement et de manque d'estime de soi chez les réfugiés. En outre, Dieng (1993) analysant la question du réfugié pense que c'est arbitraire de catégoriser les victimes des guerres en appelant les uns « réfugiés », en les protégeant et en les assistant parce qu'ayant simplement traversé une frontière et les autres qui subissent les exactions dans le pays de réfugiés : les réfugiés de l'intérieur (victimes de guerre qui ont traversé une frontière) et les réfugiés de l'extérieur (victime de guerre qui n'ont pas traversé une frontière). Cela permettra, selon lui, à traiter les deux types de réfugiés équitablement. En plus, on constate, qu'il existe chez les réfugiés, une relation entre

traumatisme et niveau de stress psychologique, et qu'ils sont soumis, à l'exposition croissante de traumatismes, associés à la détresse psychologique (Mollica, 1993 ; Mollica, 1993), c'est ainsi que Bayram (1998) constate qu'il y a 60% d'ESPT parmi les migrants forcés.

Dans cette logique, Silove (1999) fait savoir que les expériences traumatisantes des réfugiés ont tendance à s'enchaîner les unes, les autres et sont généralement cumulatives, à la différence des traumatismes, dus à un événement isolé. Les traumatismes et les facteurs de stress, de la vie en exil, changent la façon de penser, non seulement le passé, mais aussi le présent et l'avenir, et ébranlent la croyance en la possibilité d'avoir confiance dans le monde (Silove, 1999 ; Barudy, 1989). On sait que l'incapacité à éprouver, ce qu'est un sentiment d'identité et à donner un sens à sa vie peut conduire à des sentiments d'inutilité et d'impuissance (Silove, 1999). Ces sentiments peuvent se manifester à travers des fonctionnements sociaux ralentis et inclure des symptômes d'apathie, de manque d'énergie, de retrait social et de dévalorisation des rôles quotidiens, comme les pratiques parentales (Guilbert, 2005 ; Moro, 2010). Silove (1999) suggère à la suite que le traumatisme perturbe cinq systèmes principaux : la sécurité des personnes, les liens interpersonnels ; le sens de la justice ; l'identité ou les rôles, et le sens existentiel. Ainsi, la possibilité pour un individu, de résister aux perturbations, évoquées dans les systèmes, est également liée à son potentiel psychosocial. C'est dans cette perspective qu'Aker (2002) montre que les personnes qui émigrent par la force, subissent un trauma comparable à celui d'une personne torturée.

Pour Kpenonhoun (2004), les enfants réfugiés sont les premières victimes des guerres et sont les plus exposées aux problèmes de tout genre compte tenu de leur vulnérabilité et de leur fragilité. Quant à Wilkinson (2005) dans son analyse théorique sur la situation des réfugiés en Afrique, en l'occurrence ceux du Darfour, il expose dans un premier temps le drame humanitaire sans précédent auxquelles hommes, femmes et enfants sont victimes dans le Darfour. Dans le cadre d'une recherche anthropologique, à partir du témoignage d'un artiste réfugié d'origine iranienne, Gordon (2010), aborde la question processus de reconstruction identitaire d'un artiste réfugié. En outre, Kinda (2017), va aborder l'insertion universitaire des réfugiés, à l'exemple du programme d'accueil des étudiants réfugiés d'origine syrienne à l'Université de Haute-Alsac. Allant dans une même optique, Reine (2021), traite la question de l'efficacité des interventions psychosociales dans le traitement du traumatisme et du renforcement de la résilience des enfants réfugiés.

En toile de fond, il a été question dans ce chapitre consacré à la revue de la littérature de parcourir la documentation scientifique sur le traumatisme psychique de guerre, l'identité et

le réfugié. Concernant l'état des lieux sur le traumatisme psychique, nous avons parcouru la notion du traumatisme psychique et son approche conceptuelle, les caractéristiques du traumatisme ou de l'évènement traumatique, la typologie des psychotraumatismes, les phases du psychotraumatisme, comorbidité ou troubles associés au traumatisme psychique de guerre et les facteurs intervenants dans le vécu traumatique. Quant au remaniement identitaire, nous nous sommes attardés sur les travaux des auteurs en ce qui concerne les facteurs et processus de reconstruction identitaire. Pour ce qui est de réfugiés, nous avons visité sa définition au sens de la convention de Genève de 1951 et de la convention de l'OUA signée à Addis-Abeba le 10 septembre 1969 et parcourir les écrits de quelques auteurs. Cette exploration des travaux antérieurs nous conduit à l'insertion théorique de notre étude.

CHAPITRE 3 : INSERTION THÉORIQUE DE L'ÉTUDE

Parvenus au troisième chapitre de notre étude, nous allons d'avantage énoncer les théories explicatives du problème que soulève l'étude. Étant donné que l'étude pose le problème du remaniement de l'identité chez les réfugiés en situation de guerre suivie par le déplacement forcé, nous allons identifier deux théories comme fondamentales pour la résolution dudit problème : il s'agit de la théorie de l'identité et la théorie d'autorégulation. Ainsi, pour chacune de ces théories, nous rattachons ci-dessous les arguments qui justifient leur choix.

3.1. LA THÉORIE DE L'IDENTITÉ

La théorie de l'identité est cruciale pour comprendre que l'identité n'est pas une entité statistique, mais un processus dynamique qui évolue tout au long de la vie. Elle nous éclaire sur la façon dont les événements traumatiques, comme la guerre et le déplacement forcé, peuvent perturber ce processus et nécessiter une reconstruction identitaire. En effet, le sujet, face à une situation traumatogène comme la guerre suivie par le déplacement forcé, doit trouver de nouveaux repères identitaires pour s'adapter et garantir la continuité de sa vie. La guerre, en tant que crise majeure, interrompt le cours normal du développement, exige des réfugiés qu'ils trouvent des repères nouveaux pour reconstruire un sentiment de cohérence et de continuité personnelle dans un contexte radicalement transformé. Or la construction de l'identité se fait par étayage sur un environnement affectif. Alors, cette théorie de l'identité s'avère donc importante pour expliquer le problème que pose cette présente étude.

3.1.1. Perspectives sur l'émergence et évolution de l'identité

Notre intérêt se porte ici sur les théories qui explorent l'origine et le développement de l'identité. Il est question en effet de décrire le déroulement du processus identitaire et les mécanismes qui entrent en jeu dans cette construction, en particulier dans le contexte de la guerre et du déplacement forcé. Car, comme le souligne Malrieu (1980), l'identité n'est ni prédéterminée biologiquement, ni imposée par des normes socioculturelles rigides. Elle émerge plutôt des interactions complexes entre l'individu, son environnement les forces culturelles en réponse aux tensions et contradiction qu'il rencontre. L'identité est ainsi un processus constant de déconstruction et de restructuration, un ajustement continu face aux défis de la vie. Dans le cas des réfugiés, ce processus est exacerbé par la perte de leurs repères culturels, sociaux et géographiques.

3.1.1.1. L'approche de de Mussen : Développement et sentiment d'individualité

Mussen (1980), psychologue du développement, met l'accent sur la dimension développementale de l'identité. Il considère le sentiment d'individualité comme processus graduel et continu, qui se construit parallèlement au développement cognitif. Selon Mussen (1980), l'identité ne naît pas spontanément, mais se développe progressivement, passant de structures mentales simples à des structures plus complexes avec l'âge.

En outre, la construction de l'identité individuelle commence dès la petite enfance et est influencée par une multitude de facteurs, tels que l'apprentissage, l'identification aux autres, l'auto-évaluation, la comparaison avec ses pairs, ainsi que des prédispositions génétiques et biologiques. La façon dont l'enfant est perçu et traité par son entourage joue un rôle déterminant dans la formation de son image de soi. Le comportement de l'enfant, ses traits physiques, ses aptitudes ou ses difficultés, influencent le regard que les autres portent sur lui et la manière dont il est traité. Mussen (1980 : 14) souligne que les jeunes enfants sont sensibles aux attitudes des autres à leur égard et qu'ils ont tendance à internaliser ses évaluations. Un enfant qui se sent aimé et valorisé développera une estime de soi positive, tandis qu'un enfant qui se sent rejeté ou critiqué risque de développer des doutes et des sentiments d'incompétence. Ainsi, l'environnement joue un rôle essentiel dans la construction et reconstruction de l'identité.

Suivant le point de vue de l'auteur, l'évaluation du sujet à sa juste valeur, participe au bon fonctionnement et à la formation du sentiment d'identité. Cependant, ceux qui ne sont pas conscients de leurs potentialités ou qui se sous-estiment mettent ainsi un frein aux expériences et aux activités qui auraient pu leur permettre de développer des ressources enrichissantes pour la formation de leur identité. Chez les réfugiés, le manque de confiance en soi est de ce fait un obstacle à la structuration du sentiment d'identité. Ceci rejoint l'affirmation de Mussen (1980 : 14) selon laquelle le manque de confiance en soi peut limiter l'expérimentation par les sujets de nouveaux rôles, de nouveaux modèles de réponse et de possibilités émotionnelles, empêchant ainsi ceux-ci de développer un sentiment d'identité aussi riche que s'ils s'étaient formés autrement.

Par ailleurs, nous constatons comme Mussen (1980 : 15) que l'identité n'est pas simplement la somme des caractéristiques durables résultant des différentes identifications antérieures, mais le résultat d'un processus au cours duquel le sujet « *isole et sélectionne certains traits dans son répertoire établi de caractéristiques et de réponses, en retenant certaines, et en modifiant ou en rejetant certaines autres(...)* les caractéristiques qui sont

maintenues sont celles qui sont jugées généralement acceptables par les autres, et/ou agréables et gratifiantes pour l'individu».

Ainsi, admettons selon Mussen (1980 : 16) que la période exacte où débute la formation de l'identité n'est pas clairement établie lorsque l'on évoque la formation de l'identité proprement dite, mais des prémisses de l'identité (« *un certain sens de l'identité* ») sont déjà observables dès la période de latence, et l'identité en tant que telle se *crystallise* à l'adolescence et est susceptible de subir une modification ou transformation en cas d'événement majeur (guerre). En cela, la capacité du sujet à affronter le monde en toute confiance, à s'adapter à toute situation est tributaire d'une identité individuelle bien structurée, stable et relativement continue. Cependant, l'instinct de reculer devant les obstacles de la vie, à les redouter, à se sous-estimer ou à changer sans cesse d'orientation psychoaffective, sociale ou professionnelle témoigne d'une confusion d'identité. Il existe plusieurs facteurs qui permettent d'expliquer les changements de l'identité selon l'auteur tels que les inadaptations personnelles, les changements sociaux et économiques, les expériences personnelles dramatiques.

Dans le cadre de cette étude, la pertinence de la théorie de Mussen réside dans le fait qu'il est parvenu à démontrer que si le processus s'enracine dès la petite enfance, l'identité en tant que telle se « *crystallise* » à l'adolescence et a fort à voir avec le développement cognitif et les déterminants culturels du milieu de vie du sujet. Nous apprenons à travers sa théorie que malgré les influences sociales notoires, le sujet peut réussir, par potentiel cognitif à se démarquer du groupe pour choisir son soi, spécifique et singulier.

3.1.1.2. L'approche psychosociale d'Erikson et les défis de l'épigénèse de l'identité en contexte de guerre et de déplacement forcé

L'approche d'Erikson, centrée sur l'épigénèse de l'identité, offre un cadre pertinent pour comprendre les défis auxquels sont confrontés les réfugiés centrafricains dans leur quête d'identité après le traumatisme de guerre suivi par le déplacement forcé. En effet, on attend par l'épigénèse, une théorie selon laquelle le développement de l'embryon se produit selon une différenciation graduelle des parties de celui-ci. Opposant à la performativité, l'épigénèse de l'identité est une théorie psychologique imitée par Erikson qui repose sur le postulat selon lequel le processus identitaire se déroule suivant un plan fondamental et se déroule selon un plan prédéterminé, où chaque étape psychosociale influence les suivantes. L'identité, en tant que telle, se consolide particulièrement à l'adolescence, mais elle est le résultat d'un long processus qui commence dès la naissance.

Dans le contexte spécifique des réfugiés, il est essentiel de considérer comment les situations potentiellement traumatisantes de guerre peuvent perturber le processus épigénétique et compromettre le devenir de l'identité saine et stable. La perte de repères, la rupture des liens sociaux, la violence et les expériences traumatisantes peuvent engendrer une crise identitaire profonde. Selon Erikson, le sentiment d'identité émerge d'une part d'une tendance interne à établir une continuité et une cohérence dans son expérience subjective, et d'autre part, d'une identification aux modèles proposés par les groupes sociaux auxquels on appartient (famille, culture, nation). L'identité n'est donc pas une simple somme d'identifications, mais une synthèse dynamique résultant d'un processus d'assimilation et de rejet de ces identifications, et de l'interaction entre développement personnel et influences sociales (Bloch, Chemama, Gallo et al., 1991 : 358).

Pour Erikson (1972 : 108), les fondations de l'identité se construisent dès les premiers échanges entre la mère (ou figure d'attachement) et l'enfant. Le « sentiment d'identité » le plus précoce et le plus indifférencié émerge de cette relation basée sur la loyauté et la reconnaissance mutuelle. Or, la guerre et le déplacement forcé considérés comme des événements traumatogènes peuvent perturber ces premiers liens et fragiliser la base du développement identitaire. Ainsi, au cours de sa vie, l'individu va traverser des différents stades de développement, chacun étant marqué par une crise psychosociale spécifique. La résolution de ces crises conditionne l'élaboration d'une personnalité saine et d'une identité structurée, tandis que l'échec peut conduire à une « confusion d'identité ». Dans le cas des réfugiés, ces crises sont exacerbées par les défis du déplacement forcé, de l'adaptation à une nouvelle culture et de la reconstruction d'une vie après le traumatisme.

En outre, l'épigénèse de l'identité et les stades psychosexuels de Freud suivent le même processus sauf qu'en réadaptant cela, Erikson a ajouté la dimension sociale et en a fait des stades de développement de la personnalité. À cet effet, deux situations opposées ont caractérisé chaque stade psychosocial, notamment l'une positive et l'autre négative, outre, on aboutit à la fin de ce processus à ce que l'auteur a appelé « confusion d'identité ». Les différents stades psychosociaux sont associés aux enjeux entre autres :

- ✓ Premier stade : Confiance - Méfiance : Après avoir vécu la violence et la perte, les réfugiés peuvent avoir du mal à faire confiance aux autres et à la vie en générale. La capacité à reconstruire un sentiment de confiance, en particulier dans les institutions et les communautés d'accueil, est cruciale pour leur développement identitaire. Le sujet peut s'exprimer : « Je suis l'espoir que j'ai et que je donne ». (Erikson, 1972 : 118)

- ✓ Deuxième stade : Autonomie - Honte/Doute : La guerre et le déplacement forcé peuvent avoir privé les réfugiés de leur autonomie et de leur capacité à prendre des décisions pour eux-mêmes. Retrouver un sentiment de contrôle sur leur vie et reconstruire leur estime de soi est essentiel. Ce qui traduit l'idée de : « je suis ce que je puis vouloir librement ». (Erikson, 1972 : 118)
- ✓ Troisième stade : initiative - culpabilité. Dans ce stade, l'enfant développe un sens de l'initiative et de la capacité à entreprendre des actions. Le sujet peut alors se dire : « Je suis ce que j'imagine que je serai » (Erikson, 1972 : 126). Pour les réfugiés, ce stade peut être perturbé par les expériences de perte, de violence et d'impuissance. La reconstruction de l'identité peut impliquer la nécessité de retrouver un sens de l'initiative et de la capacité à agir sur leur propre vie.
- ✓ Quatrième stade : industrie - infériorité. Durant ce stade, l'enfant développe un sentiment de compétence et de maîtrise en apprenant et en réalisant des tâches. Le sujet peut ainsi affirmer : « Je suis ce que je peux apprendre à faire marcher » (Erikson, 1972 : 132). Le déplacement forcé peut interrompre l'accès à l'éducation et à la formation professionnelle, ce qui peut entraver le développement d'un sentiment de compétence et de maîtrise. La reconstruction de l'identité peut alors nécessiter l'acquisition de nouvelles compétences et la recherche de moyens de contribuer à la communauté d'accueil.
- ✓ Cinquième stade : identité - confusion d'identité. C'est le stade crucial dans la formation de l'identité, où l'individu cherche à intégrer les différentes facettes de son identité en un ensemble cohérent. Pour les réfugiés, ce stade est particulièrement complexe en raison des expériences traumatiques qu'ils ont vécues et de la nécessité de s'adapter à un nouvel environnement culturel et social. La reconstruction de l'identité peut impliquer la réconciliation de leur identité culturelle d'origine avec leur nouvelle réalité de réfugiés.

Ce qui est particulièrement important dans la théorie d'Erikson, c'est la dimension épigénique de l'identité, qui souligne que l'identité n'apparaît pas soudainement, mais se construit progressivement à partir des expériences vécues au cours des stades précédents. Cela signifie que les expériences traumatiques de la guerre et du déplacement forcé peuvent avoir un impact profond et durable sur le développement de l'identité des réfugiés. Cette perspective a tendance à atténuer la responsabilité personnelle du sujet en cas de « confusion d'identité », en soulignant l'influence des facteurs environnementaux et des expériences passées.

3.1.1.3. Marcia et les statuts identitaires à la lumière du traumatisme et du déplacement forcé

S'inspirant des travaux d'Erikson, Marcia (1980) a développé un modèle pour évaluer le processus d'identité à la fin de l'adolescence, qui est particulièrement pertinent pour comprendre les défis identitaires auxquels sont confrontés les réfugiés centrafricains. Le modèle de Marcia repose sur deux dimensions : l'engagement (fort ou faible) et l'exploration (forte ou faible), qui, combinées, définissent quatre statuts identitaires différents. Ces statuts reflètent le degré d'avancement du processus d'identité et le niveau d'adaptation sociale de l'individu. Cependant, dans le contexte des réfugiés, les expériences de guerre et de déplacement forcé peuvent influencer ces statuts et rendre plus complexe le processus d'identité. C'est dans cette perspective que chacun des statuts représente un mode d'adaptation aux problèmes identitaires qui se posent. Nous allons présenter ci-dessous ces caractéristiques.

✓ Identité diffuse (faible engagement, faible exploration) : Ce statut est caractérisé par une absence d'engagement clair et une exploration limitée. L'individu n'a pas encore développé un ensemble cohérent de valeurs personnelles et ne s'est pas activement investi dans l'exploration des différentes possibilités. Chez les réfugiés, ce statut peut être exacerbé par le traumatisme de la guerre et du déplacement, qui peuvent engendrer un sentiment de désespoir, de déconnexion et d'absence de perspective d'avenir. La reconstruction de l'identité peut être compromise par des défenses du moi fragiles et un sentiment de vide intérieur.

✓ Identité forclosée (fort engagement, faible exploration) : Ce statut est caractérisé par un engagement précoce envers des valeurs et des objectifs, souvent hérités de la famille ou de la communauté, sans exploration préalable des alternatives. Pour les réfugiés, ce statut peut se traduire par un attachement rigide aux traditions et aux valeurs culturelles d'origine comme moyen de faire face à la perte et à l'incertitude. L'absence d'exploration peut limiter la capacité d'adaptation à la nouvelle réalité et entraver l'intégration dans la société d'accueil. Les expériences nécessaires à sa propre définition personnelle sont limitées.

✓ Moratoire (faible engagement, forte exploration) : Ce statut est une phase active d'exploration des différentes options et possibilités, sans engagement ferme. L'individu expérimente différents rôles, évalue différentes situations et cherche à se définir. Chez les réfugiés, ce statut peut être une période de grande incertitude et de remise en question de leurs valeurs et de leur identité. L'exploration peut être entravée par des obstacles tels que la barrière linguistique, les difficultés d'accès à l'éducation et à l'emploi, et la discrimination. Cependant, ce peut aussi être une opportunité de découvrir de nouvelles facettes de soi-même et de

développer une identité plus riche et plus complexe. L'adolescent recherche l'indépendance et l'équilibre.

✓ Identité achevée (fort engagement, forte exploration) : Ce statut est caractérisé par un engagement clair envers des valeurs et des objectifs, après une période d'exploration active. L'individu a développé une identité bien définie et est capable de prendre des décisions en accord avec ses valeurs et ses aspirations. Pour les réfugiés, ce statut peut signifier l'intégration réussie dans la société d'accueil, tout en maintenant un lien avec leur culture d'origine. Cela implique d'avoir surmonté la crise identitaire et d'avoir construit une identité à la fois stable et flexible, capable de s'adapter aux changements et aux défis. Le sujet peut s'engager dans des choix qui lui sont propres et qu'il pourra modifier si besoin.

Nous retenons à cet effet que la théorie des statuts identitaires de Marcia offre un cadre précieux pour comprendre comment les expériences de guerre et de déplacement forcé peuvent influencer le développement de l'identité des réfugiés centrafricains. En tenant compte des particularités de ce contexte, il est possible d'adapter et d'enrichir ce modèle pour mieux appréhender les défis et les opportunités liés à la reconstruction identitaire.

3.2. L'AUTOREGULATION ET LE REAMENAGEMENT IDENTITAIRE

On entend par autorégulation, un processus qui mobilise plusieurs dimensions du fonctionnement humain jouant toutes un rôle essentiel : cognitives, métacognitives, affectives et motivationnelles. Ce processus implique également l'utilisation de ressources personnelles environnementales et matérielles (Fiasse & Nader-Grosbois, 2009 ; Forgas, Baumeister & Tice, 2009 ; Nader-Grosbois, 2009 cités par Letalle, 2017).

Selon Whitman (1990) cité par Letalle (2017), l'autorégulation constitue système complexe de réponses permettant aux individus d'analyser leur environnement et leur éventail de réactions afin de s'y adapter. Cela inclut la planification d'actions, la mise en œuvre de celles-ci, l'évaluation des résultats de ces actions et la révision des plans si nécessaires. Allant dans ce sens, Karoly et Kanfer (1997) cités par Nader-Grosbois (2007), définissent l'autorégulation comme un ensemble de processus qui relie les variables psychologiques, biologiques et environnementales d'un individu pour orienter ou soutenir son comportement vers un objectif. Pour Nader-Grosbois (2009), il s'agit d'un « *processus dynamique par lequel l'individu mobilise ses ressources personnelles, sociales et environnementales et par lequel il active plusieurs stratégies en résolution de problème divers ou en gestion de vie* ».

3.2.1. L'autorégulation/hétéro-régulation de Nader-Grosbois face au remaniement identitaire

A partir des travaux existants, Nader-Grosbois, (2007) propose un modèle intégratif et dynamique qui prend en compte les caractéristiques multidimensionnelles (cognitives, socio-communicationnelles, motivationnelles et environnementales) des comportements tant chez le sujet en difficulté que chez ceux qui l'accompagnent. S'inspirant de la dynamique triadique de l'autorégulation décrite par Zimmerman (2000), ce modèle englobe à la fois les ressources personnelles ainsi que celles provenant de l'environnement social et matériel. Zimmerman (2000, cités par Letalle 2017) distingue trois formes d'autorégulation : personnelle, comportementale et environnementale.

L'autorégulation personnelle fait référence au contrôle et à l'ajustement des états cognitifs et affectifs chez les réfugiés, ce qui pourrait se traduire par leur capacité à gérer le stress, l'anxiété et les souvenirs traumatiques. Ainsi, lorsqu'un réfugié utilise des techniques de relaxation pour gérer ses flashbacks et ses cauchemars, cela illustre une forme d'autorégulation personnelle. Ce mécanisme d'autorégulation implique la gestion individuelle et l'adaptation des états cognitifs et affectifs. Il repose sur deux stratégies principales : l'auto-motivation et autogestion de l'attention. L'auto-motivation oriente le comportement tout au long du processus de résolution de problème (identification et choix de l'objectif, maintien du plan d'action malgré les efforts requis ou les obstacles rencontrés). Cela inclut donc la régulation émotionnelle, le renforcement personnel et le maintien de la motivation durant les difficultés rencontrées. L'autogestion de l'attention concerne le contrôle de l'attention et de la concentration sur la résolution du problème (niveau d'attention fourni pendant la résolution du problème) ainsi que la capacité à résister aux distractions (Vieillevoye, 2007 cités par Letalle, 2017).

En parallèle, l'hétérorégulation qui soutient l'autorégulation personnelle englobe des stratégies visant à encourager la motivation, à réguler les émotions et à renforcer l'attention (Nader-Grosbois, 2007). Ainsi, les réfugiés confrontés aux traumatismes liés à la guerre et au déplacement forcé mettent en œuvre des stratégies motivationnelles leur permettant de faire face à l'adversité qui est la guerre ; ainsi, il sera à même de mieux contrôler et de réguler ses émotions ; de faire preuve d'une attention autorégulée au travers de l'auto-renforcement afin de maintenir sa motivation. Toutefois, pour soutenir l'autorégulation personnelle, le soutien à la motivation et la réactivation de l'attention de la personne en résolution de problème par le médiateur ou le pair pourraient être un atout au développement de l'autorégulation personnelle.

L'autorégulation comportementale se définit comme un processus d'auto-évaluation et de modification des actions d'ajustement des actions (planification des actions, mise en œuvre, observation des effets, et ajustement). Pour les réfugiés, cette forme d'autorégulation se manifeste par leur capacité à se fixer des objectifs (intégration, recherche d'emploi, reconstruction familiale), à planifier des plans d'actions pour les atteindre et à adapter leurs stratégies en fonction des résultats. Ainsi, une autorégulation comportementale inefficace peut se traduire par une difficulté à prendre des initiatives, une tendance à procrastiner et un manque de progrès dans l'adaptation à un nouvel environnement.

Face aux expériences de guerre, les réfugiés doivent s'engager dans un processus d'autorégulation comportementale. À partir des différentes conceptions de l'autorégulation proposées dans la littérature, Nader-Grosbois (2007) a identifié sept stratégies autorégulatrices et sept stratégies hétéro-régulatrices que les individus peuvent mobiliser lors de la résolution de problèmes. Toutefois, il est essentiel que ces réfugiés reçoivent des rappels clairs de leurs objectifs, et soient initiés à la planification et à l'exploration des solutions, et soient encouragés à évaluer leurs progrès avec l'aide d'un médiateur ou d'un pair, afin de renforcer leur autorégulation comportementale après avoir vécu des situations de guerre potentiellement traumatisantes.

L'autorégulation environnementale, quant à elle, concerne l'évaluation et l'adaptation des conditions extérieures ainsi que des résultats des actions entreprises (Cosnefroy, 2011 ; Nader-Grosbois, 2007a ; Zimmerman, 2000 cités par Letale, 2017). Cela implique la capacité à identifier les ressources disponibles dans leur environnement (soutien social, services de l'aide), à les utiliser efficacement et à modifier leur environnement afin de le rendre plus favorable à leur adaptation et à leur reconstruction identitaire. L'autorégulation environnementale se manifeste par la mobilisation de l'environnement social selon les capacités à résoudre une situation de vie difficile et les difficultés rencontrées. Elle repose sur deux stratégies socio-communicatives : l'attention conjointe et la régulation du comportement (requêtes, demandes d'aide ou d'approbation). L'attention conjointe fait référence aux moyens employés pour diriger l'attention de l'environnement social sur le problème à résoudre, tandis que la régulation du comportement implique les stratégies visant à solliciter de l'aide ou une approbation lorsque cela est nécessaire. L'hétérorégulation qui soutient l'autorégulation environnementale intègre ces stratégies socio-communicatives ainsi que la gestion des ressources matérielles (Nader-Grosbois, 2007a).

Lorsqu'il y a une défaillance dans ce système d'autorégulation, cela peut entraîner une isolation sociale, une dépendance excessive à l'aide extérieure, et une aggravation des difficultés d'intégration.

Par ailleurs, Zimmerman (2000) met en avant le caractère cyclique de l'autorégulation, où les expériences passées influencent les ajustements futurs. Ce processus peut-être à la fois proactive (fixation de buts et plans d'actions) et rétroactive (ajustement des actions inefficaces). Dans un contexte de traumatisme, l'autorégulation peut jouer un rôle soit protecteur (facteur de résilience), soit aggravant (un facteur aggravant). Une autorégulation efficace peut favoriser la reconstruction ou la stabilité du sentiment d'identité cohérent et encourager une adaptation positive malgré le traumatisme. Cependant, une autorégulation défaillante peut conduire à un remaniement identitaire négatif, marqué par le désespoir, l'isolement et la perte du sens de la vie. Cette dynamique souligne l'importance cruciale de l'autorégulation dans le processus d'adaptions, de reconstruction ou de la stabilité identitaire.

Les travaux de (Nader-Grosbois, 2002, 2007) mettent en lumière des indicateurs comportementaux permettant de distinguer trois niveaux d'autorégulation. Ainsi, une personne qui réussit à s'autoréguler va non seulement se fixer des objectifs fixés, mais aussi planifier ses actions, anticiper les obstacles, contrôler sa motivation et évaluer ses résultats pour ajuster ses comportements en conséquence. Par ailleurs, l'hétéro-régulation joue un rôle vital. Elle consiste en l'apport de soutien externe qui aide à clarifier les objectifs, à explorer les moyens d'y parvenir et à réguler le comportement de l'individu. Ce soutien est particulièrement important pour les réfugiés, car il peut leur fournir les ressources nécessaires pour naviguer dans des environnements souvent hostiles ou incertains.

De ce fait, les réfugiés confrontés à des traumatismes, peuvent bénéficier de stratégies cognitives, auto-motivationnelles et socio-communicatives qui sont renforcées par des soutiens extérieurs. L'environnement social et interactions positives peuvent favoriser un climat propice à la créativité et à la reconstruction identitaire. Comme le souligne Rogers (1959), l'acceptation inconditionnelle, l'absence de jugement, la compréhension empathique et la liberté d'expression sont des conditions essentielles pour permettre le développement d'un espace intérieur favorable à la créativité et à l'autorégulation.

PARTIE 2 : CADRE MÉTHODOLOGIQUE ET OPÉRATOIRE

CHAPITRE 4 : MÉTHODOLOGIE

En tant qu'étude du bon usage des méthodes et des techniques pour résoudre un problème scientifique, la méthodologie est indispensable pour toute recherche scientifique. Pour Fonkeng et al (2014), la méthodologie exprime l'ensemble des procédés et des techniques mis en branle pour répondre à une question de recherche, tester les hypothèses et rendre compte des résultats. Dans le cadre de cette recherche, son usage nous permettra de présenter et de justifier le choix de notre site de l'étude, de la population, de l'échantillonnage, de l'échantillon et de la méthode (clinique pour le cas échéant) et les outils de collecte des données, ainsi que la technique d'analyse et de la présentation des résultats obtenus. Mais avant de développer cet ensemble procédural, il convient pour nous de faire un bref rappel des éléments fondamentaux de la problématique.

4.1. BREF RAPPEL DE LA PROBLÉMATIQUE

Parler d'un bref rappel de la problématique, revient à dire brièvement en quoi consistent le problème de recherche, la question, l'hypothèse et l'objectif de cette recherche.

4.1.1. Rappel du problème

Une pré-enquête auprès de dix (10) réfugiés centrafricains rencontrés lors de notre stage au Trauma Center Cameroon (TCC) nous a permis d'observer que bien qu'étant traumatisé par les événements de la guerre, certains d'entre eux expriment des valeurs et des croyances cohérentes dans leurs paroles et leurs actions, ils participent à des activités sociales et communautaires qui reflètent leur appartenance à un groupe, ils ont une conscience claire de leur passé, de leur présent et de leur avenir. En plus, ils expriment leur individualité à travers leurs choix de vie, leurs intérêts et leurs passions avec une capacité de réfléchir sur leur vie et expériences. Partant de ces observations, nous avons fait le constat selon lequel certains réfugiés présentent une identité stable après le vécu traumatique de guerre. Cette stabilité se manifeste par la préservation de leur sentiment d'unité, de différence, de cohérence personnelle, d'appartenance ainsi que de leur sentiment de continuité temporelle

Or, selon la théorie de l'identité (Erikson, 1968 ; Marcia, 1980 ; Kroger, 2003), le traumatisme psychique inhérent à la guerre et au déplacement forcé affecte la structure identitaire et le sujet est dans l'incapacité d'organiser ses rôles et ses valeurs, de manipuler ses différentes expériences pour donner un sens à son existence.

4.1.2. Rappel de la question de recherche

Au regard du problème que pose cette étude, nous nous posons la question de recherche suivante : « comment le vécu traumatique de guerre retentit-il sur le remaniement identitaire chez les réfugiés centrafricains au Cameroun » ?

4.1.3. Rappel de l'hypothèse de l'étude

Nous formulons l'hypothèse selon laquelle : « le vécu traumatique de guerre retentit sur le remaniement identitaire chez les réfugiés centrafricains au Cameroun à travers la capacité d'autorégulation ».

4.1.4. Rappel l'objectifs de l'étude

L'objectif de cette étude est d'appréhender les processus psychiques sous-jacents au vécu traumatique de guerre qui interviennent dans le remaniement identitaire chez les réfugiés centrafricains au Cameroun.

4.2. SITE DE L'ÉTUDE

D'après Amin (2005), le site de l'étude est le contexte spatial dans lequel se déroule la recherche. Autrement dit, « il s'agit de l'espace qui environne la recherche et le site précis où se fait la collecte des données » (Ceukam, 2017, P.80), à en croire Fonkeng & al. (2014), c'est un lieu géographique et socioculturel où est sensée se trouver la population auprès de qui l'étude aura lieu. La présente étude s'est déroulée au Trauma Centre Cameroun (TCC).

4.2.1. Justification du TCC

Nous avons opté pour le Trauma Centre Cameroun (TCC) comme site de recherche parce qu'il est un point de convergence de bon nombre des réfugiés donc ceux de la Centrafrique évidemment, et dispose également d'un service psychologique qui est très fréquenté par ces réfugiés. C'est un centre qui accueille des réfugiés chaque jour et cela nous donne un accès direct à cette population cible, permettant des observations et des interactions.

Dans cette étude, nous sommes intéressés par le remaniement identitaire chez les réfugiés centrafricains victimes des situations traumatisantes de guerre. C'est ainsi que tout au long de la période que nous avons passé au sein de cette structure, nous avons rencontrés plusieurs réfugiés centrafricains. C'est de cette population que nous avons sélectionnés les participants de l'étude.

4.2.2. Historique du TCC

Le Trauma Centre Cameroun (TCC) fut créé en 1997 par le Pasteur Luc Norbert Kenne et reconnu par le gouvernement camerounais en tant qu'une organisation en 1999 par l'arrêté N°99/AS/92/L/MINAS/SG/DEFPE/SDPF/SEMEF selon la loi régissant les organisations non gouvernementales au Cameroun. De façon brève, située dans la ville de Yaoundé et précisément à côté du Lycée Biyem-Assi, département de Mfoundi, Arrondissement de Yaoundé IIIe, le TCC a vu le jour suite à la situation socio-politique du Cameroun et les Pays voisins marqués par des conflits armés qui font un nombre croissant des victimes et des déplacements forcés. Cette organisation assure les activités susceptibles de concourir à rétablir les victimes des violences et des tortures et d'assurer un développement socio-économique stable et durable aux survivants de traumatisme, par le canal de ses ateliers destinés à la production matérielle, thérapeutique, concourant ainsi à l'insertion sociale des intéressés.

4.2.3. Présentation du Trauma Centre Cameroun

Le Trauma Centre Cameroun rassemble plusieurs services qui sont entre autres :

❖ **LE SERVICE D'ACCUEIL ET ORIENTATION** : accueil, enregistrement, orientation vers d'autres services techniques, ouverture de dossiers, enregistrement de données (fiche d'enregistrement).

❖ **LE SERVICE SOCIAL** : l'amélioration des conditions de vie grâce à l'hébergement, équipements des maisons des victimes, formations professionnelles, appui en activités génératrices de revenus, scolarisation des victimes et des membres de leurs familles, counseling.

❖ **LE SERVICE LÉGAL/ ADMINISTRATION** : ouverture des dossiers juridiques des clients, enrôlement, suivi et conseil juridiques, accélération des procédures judiciaires.

❖ **SERVICE MÉDICAL** : il comporte le centre de santé intégré qui offre ses différentes prestations ; consultation générale et spécialisé, laboratoire d'analyse médicale (hématologie, sérologie, biochimie, parasitologie et bactériologie) ; pharmacie, planning familial, petite chirurgie, consultation prénatale.

❖ **SERVICE DU SUIVI ET ÉVALUATION** : encadrement du projet (se rassure que les objectifs fixés ont été atteints, et parvenu à temps), interventions aux niveaux : au niveau des bénéficiaires (à travers les fiches d'évaluation pré- assistance et post -assistance ; descente sur le terrain les domiciles de ces bénéficiaires, collecte des informations ; au niveau du personnel, il s'agit de la réception de différents rapports fournis par différents services techniques.

❖ **SERVICE CIVIL POUR LA PAIX** : ce service œuvre pour la promotion de la paix, la cohésion sociale, le vivre ensemble dans les sites de Yaoundé (les écoles) et à l'Est Cameroun (Batouri) à travers l'initiative Peace corps, ou encore des clubs qui militent pour la paix dans les communautés ; il découle du fait qu'il y'aurait eu des tensions entre les réfugiés ,déplacés internes et les populations d'accueil or ils sont appelé à cohabiter ensemble ; un travail de fond est donc mené pour permettre ce vivre ensemble, cette tolérance des uns envers les autres.

❖ **RESSOURCES FINANCIÈRES** : Appui des organisations de la société civile, des églises des institutions nationales et internationales.

❖ **RESSOURCES HUMAINES** : le Trauma Centre Cameroun (TCC) à un personnel en place très actif

4.2.4. Présentation du service de psychologie du Trauma Centre Cameroun

Ce service contribue à l'amélioration de la santé mentale des victimes, restaurer la dignité humaine, amélioration du bien-être, gestion de la détresse, par les thérapies individuelles et de groupe, psychoéducation collective, thérapie familiale, thérapie cognitivo-comportementale, expressive (art thérapie, thérapie de jeu, groupe de soutien).

➤ **ACTIVITÉS MENÉES** : des entretiens cliniques avec l'usage d'une fiche d'évaluation clinique(guide d'entretien),ceci permettant d'évaluer, apprécier le vécu de ses personnes avant et pendant qu'ils ont eu à être confrontés à ces violences et tortures, violation des droits humains ; la passation des tests psychologiques : trois tests sont usités pour évaluer les troubles chez ces survivants : notons ici Hopkins Symptom Checklist-25 (HSCL-25), (partie i anxiété et partie ii dépression) ,post-traumatique stress disorder checklist -5 (pcl- 5) on note également des prises en charge psychologique (psychothérapies) : thérapie individuelle et groupale, counseling individuel ; thérapie cognitivo-comportementale, psychoéducation, thérapie familiale, expressive (à travers l'art thérapie, thérapie de jeu, groupe de soutien).

4.2.5. Les missions et objectifs de TCC

La principale mission que s'est assignée le Trauma centre Cameroun est de : « *rétablir les victimes des violences et des tortures et d'assurer un développement socio-économique stable et durable aux survivants de traumatisme* ». Pour parvenir à sa mission principale de (*restaurer la dignité humaine des personnes victimes des violences et des tortures*), le TCC s'est fixé un certain nombre des objectifs :

- ❖ Résoudre les problèmes de santé physique et mentale des victimes ;
- ❖ Renforcer le suivi psycho-socio-hygiénique des victimes et organiser leur réinsertion ;

- ❖ Donner un appui juridique légal aux victimes ;
- ❖ Promouvoir les actions visant l'intégration sociale des victimes de la violence et de la torture...

4.2.6. Type de public accueilli par le TCC

Les services du TCC sont en majeure partie adressés aux personnes victimes des violences et des tortures, leurs familles. Parlant des personnes victimes des violences et des tortures, nous pouvons citer :

- Les réfugiés de guerre
- Les ex- prisonniers
- Les détenus mineurs
- Les femmes incarcérées
- Les enfants victimes des violences et des tortures
- Les témoins des scènes.

4.3. PROCÉDURE ET CRITÈRES DE SÉLECTION DES PARTICIPANTS

Cette présente étude porte sur le vécu traumatique de guerre et remaniement identitaire chez les réfugiés centrafricains au Cameroun. Nos participants proviennent donc de l'association Trauma Centre Cameroun. Toutefois, pour faire partie de notre étude, ils doivent être soumis à certaines conditions. Il s'agit des critères de sélection. À côté de ces critères, nous aurons des échelles de sélection. Tout ceci se fera selon une procédure rigoureuse.

4.3.1.1. Critères d'inclusion

Pour participer à cette étude, il faut :

- Être centrafricain homme ou femme réfugié ;
- Avoir vécu des situations de guerre ;
- Avoir donné son consentement libre et éclairé ;
- Être constant pour participer à l'étude et accepter d'être enregistré durant les séances d'entretiens ;
- Présenter un score supérieur ou égal à 33 à l'échelle de post-traumatique stress disorder checklist -5 (PCL-5).

4.3.1.2. Critères de non-inclusion

Les sujets présentant les spécificités suivantes ne sont pas inclus :

- Les réfugiés centrafricains, qui ne sont pas psychotraumatisés
- Les réfugiés présentant un psychotraumatisme lié à un autre événement
- Les réfugiés ayant abandonné la suite des entretiens ;
- Avoir refusé l'enregistrement audio ;
- N'ayant pas un score supérieur ou égal à 33 à l'échelle post-traumatique stress disorder checklist -5 (PCL-5).

4.3.2. Échelle de sélection des participants

Certains critères de sélection nous ont amenés à utiliser des instruments, notamment : post-traumatique stress disorder checklist -5 (PCL-5).

Cette échelle a été créée par Weathers et al en 2013 et traduite en français par Desbiendras. C'est un questionnaire d'autoévaluation de 20 items qui évalue les symptômes de l'ESPT selon les critères du DSM V. Cet instrument permet de dépister les individus avec un ESPT, d'établir un diagnostic provisoire d'ESPT et de pouvoir évaluer les changements symptomatiques avant et après le traitement. Il existe plusieurs formats de la PCL-5.

La cotation des items va de 0 "pas du tout" à 4 "extrêmement". Une valeur seuil de 38 suggère la présence d'un ESPT. Un diagnostic provisoire peut être obtenu en considérant tout item avec un score de 2 et plus comme étant présent. Les valeurs de la gravité des symptômes varient de :

- 0 = pas du tout ;
- 1 = un peu ;
- 2 = modérément ;
- 3 = beaucoup ;
- 4 = extrêmement.

L'interprétation se fait sur la base du score globalisant la fréquence des symptômes et la gravité des symptômes obtenus sur les 20 items. Les conclusions sur le score total sont les suivantes :

- inférieur à 31 : Absence de Trauma

- 31 – 33 : Probable Trauma ;

- 33 et plus : Présence de Trauma

4.3.3. Procédure de recherche

Le choix des participants ou participantes a respecté la procédure suivante : tout commence par les entretiens préliminaires avec les dix (10) réfugiés centrafricains rencontrés au Trauma Centre Cameroun (TCC) lors d'une séance de Psychothérapie de groupe et de psychoéducation sur la santé mentale et le bien-être. Ensuite, nous avons passé l'échelle Post traumatic stress disorder checklist -5 (PCL-5) à cette dizaine de réfugiés pour évaluer leur traumatisme psychique suite aux événements vécus lors de la guerre. C'est ce qui nous permis de constater que certains réfugiés présentent une capacité à se percevoir comme une entité stable et unifiée même face aux changements induits par la guerre. Après ce travail préliminaire, nous avons retenues 4 participants (réfugiés) ayant obtenu un score élevé à PCL-5. Parmi ces réfugiés (répondant), nous avons retenues les 03 cas qui se sont montrés plus disponible et disposés à passer l'entretien.

Après avoir passé notre échelle de sélection, nous avons lu et fait signer aux répondants une fiche de consentement libre et éclairé qui est consignée en annexe. Pour parvenir à l'entretien, nous avons tout d'abord établis une relation de confiance avec eux. Une fois la situation d'entretien dédramatisé et que les participants ont été rassuré du fait que les données recueillies seront utilisées uniquement à des fins de recherche et ce, dans l'anonymat, nous avons procédé aux entretiens qui se sont déroulés en moyenne pendant 20 à 45 min. Ainsi, nos participants sont présentés suivant les caractéristiques respectifs de tout un chacun. Cette codification nous permet de les reconnaître lors d'une probable consultation.

4.3.4. Technique d'échantillonnage

Compte tenir des critères de sélection et de procédure de recherche ci-dessus, nous avons utilisé la technique d'échantillonnage non probabiliste, notamment l'échantillonnage par choix raisonné pour obtenir notre échantillon. Par définition, l'échantillonnage non probabiliste est un type d'échantillonnage qui n'est pas basé sur les lois du calcul des probabilités. Pour ce faire, chaque élément de la population n'a pas une chance égale d'être choisi.

En d'autres termes, la technique d'échantillonnage par choix raisonné ou l'échantillonnage dirigé se fonde sur le principe que le choix des participants est basé sur le jugement du chercheur par rapport aux critères de sélection adoptés. Ce type d'échantillonnage est donc utilisé lorsque les éléments sont sélectionnés en fonction du jugement du chercheur

concernant les informations désirées à collecter. Cette technique est sollicitée dans le cadre d'une étude dont le but n'est pas d'avoir un échantillon représentatif, mais plutôt un échantillon qui reflète les caractéristiques et la richesse du contexte et/ ou de la population étudiée. La section suivante est une brève présentation des caractéristiques des participantes qui ont été retenues.

4.3.5. Caractéristique des participants

Pour des raisons d'anonymat, nous avons donné les noms Marie, Jézabel et Moïse à nos sujets afin de garder leur identité secrète.

Participants	Mme Marie	Mme Jézabel	Mr Moïse
Âge	20 ans	28 ans	44 ans
Genre	Féminin	Féminin	Masculin
Niveau de scolarité	Première Lettre	Terminale A4	Master II
Statut matrimonial	Célibataire	Mariée	Marié
Rang dans la fratrie	Aînée	Aînée	Troisième
Ethnie	Banda	M'baka	Yakoma
Religion	Protestante	Protestante	Protestant
Score de PCL-5	39	38	39

Tableau 1 : Caractéristiques des participants

4.4. TYPE DE RECHERCHE : recherche qualitative

Notre étude s'inscrit dans le camp de la recherche qualitative qui « *produit et analyse des données qualitatives telles que les paroles écrites ou dites et les comportements observatoires des personnes* » (Konfo, 2018, p.86). C'est une recherche à caractère intensif qui a pour but la description et la compréhension d'un phénomène en profondeur afin d'avoir le maximum d'informations. Puis, elle étudie les gens dans leur milieu naturel. (Quivy, 2000). Dans ce type de recherche, ce qui est mis en exergue est l'expérience subjective ou le vécu d'une personne ou d'une entité/unicité engagée dans une situation. D'une manière simple, elle permet de rechercher le sens et les finalités de l'action humaine et des phénomènes sociaux. S'inscrivant dans ce champ, cette étude cherche à comprendre ou à appréhender les processus psychiques inhérents aux remaniements identitaires chez les réfugiés centrafricains victimes des situations potentiellement traumatiques de guerre, donc les conséquences sont très souvent observées sur leur style de vie.

4.5. MÉTHODE DE RECHERCHE : Méthode clinique

La méthode selon Ardoino et Berger (2010) est « *un ensemble ordonné de manière logique, de principes, de règles, d'étapes permettant de parvenir à un résultat* ». Ainsi, cette méthode dite de recherche apparaît comme une mise en forme particulière d'une démarche. Elle est donc liée à une démarche particulière (Nguimfack, 2008). Dans le cadre de notre étude, nous avons opté pour la méthode clinique qui est considérée comme une approche essentielle en psychopathologie et clinique, car elle permet de comprendre les mécanismes sous-jacents aux troubles mentaux et de développer des interventions efficaces (Klerman, 1986). Cette méthode traite des données issues de différentes sources : entretiens, examens psychologiques, test, observation... Et selon Bourguignon, s'attache à décrire le sujet dans sa singularité et sa totalité. Le choix de cette méthode a également été déterminé par la nature des données (verbales) à collecter. En effet, la méthode clinique porte son intérêt sur la subjectivité, la qualité, l'expérience des participants. De ce fait, nous allons utiliser l'étude de cas et l'entretien semi-directif pour la collecte des données.

En effet, l'intérêt accordé ici à la méthode clinique tient donc surtout au but (finalité) visé : appréhender les processus psychiques sous-jacents au vécu traumatique de guerre à l'œuvre dans le remaniement identitaire chez les réfugiés. Ce chemin offre alors une plus grande possibilité de saisir les réfugiés en tant qu'entité dans sa singularité et dans la totalité de la situation vécue. Suivant cette logique, dans cette recherche, nous avons l'ambition d'élucider la singularité du vécu traumatique de guerre dans le remaniement de l'identité chez les réfugiés centrafricains. Ainsi, nous voulons appréhender le travail de subjectivation (en termes de vécu) du traumatisme de guerre dans le remaniement identitaire qui s'opère chez les réfugiés dès lors qu'ils sont mis à l'épreuve de la guerre et cela est plus possible avec la méthode clinique qui « insiste sur la diversité et non sur la régularité » (Hatchuel, 2005, p. 71).

4.5.1. L'étude de cas

L'étude de cas est une méthode de recherche utilisée en psychopathologie et clinique pour examiner en détail un cas individuel. D'après Yin (2014), c'est « *une stratégie de recherche qui permet d'explorer un phénomène dans son contexte naturel* ». Ainsi, Nguimfack (2008, p.275), fait savoir qu'elle utilise les données qui proviennent de différentes sources : entretien, examens psychologiques et/ou médicaux, test, observation, enregistrement vidéo et/ou audio, témoignages d'autres personnes, document. Autrement dit, l'étude de cas est appropriée pour la description, l'explication, la prédiction et le contrôle de processus inhérents à divers phénomènes, individuels ou collectifs (Thomas, 2011 ; Woodside et Wilson, 2003).

Notamment, la description répond aux questions qui, quoi, quand et comment (Eisenhardt, 1989 ; Kidder, 2000). L'explication vise à éclairer le pourquoi des choses. La prédiction cherche à établir, à court et à long terme, quels seront les états psychologiques, les comportements ou les événements. Enfin, le contrôle comprend les tentatives pour influencer les cognitions, les attitudes et les comportements des individus (Barlow et coll., 2008 ; Woodside et Wilson, 2003).

L'intérêt d'avoir choisi l'étude de cas dans cette recherche est qu'elle permet de fournir une situation où l'on peut observer le jeu d'un grand nombre de facteurs interagissant ensemble, ce qui permet de rendre compte de la complexité et de la richesse des situations comportant des interactions humaines, et de faire état des significations que leur attribuent les acteurs concernés. De surcroît, l'étude de cas offre une compréhension en profondeur, contextualisée et nuancée du phénomène étudié. L'étude de cas est appropriée dans cette étude, car elle s'intéresse au comment, autrement dit au mécanisme par lequel le vécu traumatique contribue au remaniement de l'identité chez réfugiés centrafricains victimes de guerre ayant entraîné un déplacement forcé vers le Cameroun. Il est également question dans cette étude d'analyser de manière approfondie et exhaustive les facteurs en jeu. L'étude de cas est également appropriée dans cette étude pour appréhender le vécu traumatique de guerre chez les réfugiés.

Vu que l'étude de cas est souvent présentée comme méthode par excellence de la psychologie clinique, aussi bien sur son versant recherche que celui de la pratique, elle présente quelques limites. La validité externe de ses résultats n'est pas toujours établie, ceci dans la mesure où une étude de cas peut être difficilement reproduite par un autre chercheur. De plus, elle présente des lacunes importantes quant à la généralisation des résultats qu'elle permet d'obtenir. Ainsi, le caractère dense des informations qu'elle produit peut rendre difficile leur analyse et aussi le fait qu'elle peut soulever des questions de confidentialité, notamment si le cas étudié concerne des informations sensibles. C'est pourquoi, afin de contourner ce caractère dense des informations, nous avons construit un guide d'entretien qui nous permettra de ne recueillir que les informations utiles et ce en relation avec l'objectif de notre étude pour autant qu'il permet d'obtenir des informations moyennant un degré de liberté contrôlé du participant par le chercheur (d'où le recours à l'entretien semi-directif). Au-delà d'anonymiser les données et informations collectées pour protéger l'identité des participants, nous avons utilisé de pseudonymes ou codes afin d'identifier ceux-ci au lieu de leurs noms réels. En plus, nous avons aussi construit une fiche de consentement éclairé afin d'obtenir le consentement des participants avant de collecter des données, en leur expliquant les avantages et inconvénients de l'étude.

4.6. TECHNIQUE ET OUTIL DE COLLECTE DES DONNÉES

La technique de collecte de données est la méthode utilisée pour recueillir des informations auprès des participants, elle est une méthode systématique pour recueillir des données (Kerlinger, 1986) tandis que l'outil de collecte de données est un moyen concret utilisé pour mettre en œuvre cette technique de collecte de données (Polt & Hungler, 1999). Ainsi, cette étude intègre un dispositif de techniques de collecte de données qui est l'entretien. L'usage de l'entretien nous permettra d'avoir une vue globale des réfugiés prenant part à cette étude et de donner à l'analyse des données toute sa consistance.

En tant que technique de recherche, l'entretien est envisagé par Blanchet (1987, cité par Fernandez et Catteuw, 2001) comme « *un échange verbal et non verbal entre deux personnes, un interviewer et un interviewé conduit et enregistré par l'interviewer ; ce dernier ayant pour objectif de favoriser la production d'un discours linéaire de l'interviewer sur un thème défini dans le cadre d'une recherche* » (p.212). Loubet (2000), nous fait savoir que l'entretien ou interview est, dans les sciences sociales, le type de relation interpersonnelle que le chercheur organise avec les personnes dont il attend des informations en rapport avec le phénomène qu'il étudie. Pour ce faire, son choix est justifié par sa capacité à fournir des informations et des éléments de réflexion d'une extrême richesse et à faire surgir la complexité du phénomène étudié qui est le remaniement identitaire chez les réfugiés à l'épreuve du vécu traumatique de guerre (N'koum, 2015). Sous ses différentes formes, l'entretien se distingue selon la mise en œuvre de processus spécifiques de communication et d'interaction humaine qui offrent au chercheur des informations et des éléments de réflexions très riches et nuancés. Dans cette étude, l'entretien clinique de recherche est utilisé dans sa variante semi-directive comme technique de collecte des données. Il est donc question de présenter cette technique qui est l'entretien semi-directif et son outil de collecte de données qui est le guide d'entretien.

4.6.1. Technique de collecte de données : entretien semi-directif

Dans cette étude, nous avons fait usage de l'entretien semi-directif qui se situe entre l'entretien non directif et l'entretien directif, il n'est ni totalement fermé ni totalement ouvert et les thèmes à aborder sont fixés à l'avance. Ainsi, son usage comme instrument de recherche consiste en une technique spéciale que le chercheur, le plus souvent, « *élabore pour répondre aux besoins spécifiques de sa recherche en termes d'informations dont le traitement conduira aux objectifs qu'il s'est fixés* » (Aktouf, 1987, p.81). En plus, ce type d'entretien permet à l'étudiant-chercheur que nous sommes de centrer les propos du participant sur la réalité étudiée, ceci au gré des thèmes et sous-thèmes soigneusement définis. De plus, avec lui, « *le chercheur*

dispose de plus de latitude, ce qui lui permet de s'adapter au contexte (environnement, personnalité du sujet, etc.) » (Lefrançois, 1991, p. 56). En référence de (Blanchet & Gotman, 1992 cités par Art, langage, apprentissage, 2017) cette technique d'entretien semi-directif permet donc en principe d'obtenir un discours librement formé par l'enquêté, et un discours répondant aux questions de la recherche.

Par les questions qu'il pose, le chercheur facilite cette expression, évite une trop grande dispersion de sa vis à vis et l'aide à accéder à un degré plus profond d'authenticité et de profondeur. C'est ce qui permet au chercheur d'instaurer un échange au terme duquel l'interlocuteur exprime ses perceptions d'un évènement ou ses expériences. De tout ce qui précède, la préparation à l'avance de l'entretien a pour but d'obtenir un maximum d'informations pertinentes et d'assurer aux résultats de l'entretien un maximum d'objectivité. Ce qui justifie que cette technique nous a été utile dans l'appréhension des remaniements identitaires des réfugiés ayant vécu des événements potentiellement traumatiques lors des conflits armés. Cela n'a été possible que grâce au guide d'entretien que nous avons préalablement et soigneusement construit.

4.6.2. Outil de collecte de données : guide d'entretien

D'après N'Da (2015), le guide d'entretien est simplement une aide pour orienter et canaliser le chercheur lors de l'entretien. Elle est une liste récapitulative des thèmes et des sous-thèmes à aborder dans le cadre d'une enquête qualitative. Ledit guide est mis à la disposition de l'enquêteur afin de lui permettre de suivre la méthodologie définie, tout en observant un comportement adéquat lors de l'entretien. Cependant, il importe de noter que l'ordre d'évocation des thèmes, de même que la formulation des questions peuvent varier au cours de l'entretien.

Se faisant, l'identification des thèmes liés à l'objectif de cette recherche s'est faite en référence à la littérature existante à propos des traumatismes psychiques et le remaniement de l'identité. Suivant Fortin (2006), les thèmes et les sous-thèmes majeurs ont été établis, ce qui nous a permis de formuler les questions favorisant l'évocation de ces thèmes au cours de l'interview. Pour la collecte des données relative à cette recherche, le guide d'entretien utilisé comprend trois thèmes et de nombreux sous-thèmes. Il se présente de la manière suivante :

Préambule

Identification des participants

Thème 1 : Vécu du réfugié avant la guerre

Thème 2 : Contexte de la survenue du trauma

Thème 3 : Vécu du traumatisme de guerre

Thème 4 : Remaniement identitaire

Thème 5 : Vécu traumatique et remaniement identitaire

4.7. LE DÉROULEMENT DES ENTRETIENS

Avec les participants retenus après leur soumission aux critères de sélection, les entretiens ont eu lieu dans un endroit qui leur est familier (salle de consultation du service psychologique). Notons que ces participants retenus étaient tous volontaires à participer à l'étude. Ils ont toujours eu la possibilité de refuser un entretien et ils étaient libres d'y livrer ce qui leur était possible de dire (Giordano, 2003 ; Mayer & Ouellet, 1991).

Lors des entretiens, nous avons débuté par des consignes qui sont selon Gighlione & Blanchet (1991), les actes directeurs qui initient le discours sur un thème donné. À la suite des entretiens, nous avons effectués des relances pour recentrer le discours ou obtenir de la part des participants, les éclaircissements sur les thèmes abordés. De façon précise, après notre présentation et celle de l'étude, nous avons initié les entretiens avec les participants de la manière suivante : *« merci d'avoir accepté de participer à cette étude. Après que je vous ai donné tous les renseignements dont vous aviez besoin et expliqué les risques et les bénéfices de votre participation à cette recherche »*.

Nous avons rencontré les sujets deux fois, cherchant à atteindre le principe de saturation. En effet, les rencontres répondent au principe de saturation lorsque la poursuite de la collecte de données n'apprend plus rien au chercheur, n'apporte plus aucune idée nouvelle comparativement à celles qui ont déjà été trouvées, ne fournit pas une meilleure compréhension du phénomène étudié (Mayer & al., 2000). Se faisant, nos entretiens se sont déroulés en deux phases, à savoir le pré-entretien et la phase d'entretien proprement dite. La première phase ou pré-entretien a commencé par notre présentation, suivi d'une explication du motif de notre rencontre. Après cela, nous exposons l'objet de notre entretien, suivi de l'explication du caractère confidentiel des données qui seront recueillies et les considérations éthiques qui régissent cette recherche. Lorsque le participant était intéressé, nous lui passons le PLC-5. Après cela, le formulaire de consentement lui était présenté. Après avoir lu et signé le formulaire de consentement, nous pouvions passer à la deuxième phase de l'entretien. Avant de commencer l'entretien proprement dit, nous avons au préalable obtenu l'accord d'enregistrer l'entretien.

La deuxième rencontre a été le début véritable de nos entretiens avec les participants. Il était question qu'ils donnent leurs caractéristiques sociodémographiques. Ces entretiens furent enregistrés par le magnétophone de notre téléphone. La suite de l'entretien a consisté au parcours de notre guide d'entretien. À la fin de l'entretien, nous avons demandé à chaque participant s'il y avait un élément que nous n'avions pas abordé et qu'elle souhaiterait le faire. À la fin de chaque entretien, nous remercions chaque participant pour sa disponibilité. Après tous ces entretiens, nous avons eu un flux de données qu'il fallait dès lors analyser. Toutefois, l'analyse de ces résultats devrait se faire selon une technique bien précise.

4.8. TECHNIQUE D'ANALYSE DES RÉSULTATS : analyse de contenu

Considérant le caractère qualitatif de la technique utilisée (entretiens semi-directif), de la nature des données recueillies et à l'objectif de l'étude, nous avons opté pour l'analyse de contenu. Ceci dans le souci d'analyser et d'interpréter nos données avec objectivité. L'analyse de contenu vise la compréhension et l'interprétation de ces données qui sont des pratiques et des expériences. Les données à traiter sont toujours presque des données verbales qu'on transforme en écrit. Selon Mucchielli (2006), l'analyse de contenu est un ensemble de méthodes diverses, objectives, méthodiques, quantitatives et exhaustives dont le but commun est de dégager, à partir de documents, un maximum d'informations concernant des personnes, des faits relatés, des sujets explorés, mais aussi, et surtout de découvrir le sens de ces informations. Il s'agit donc d'un travail intellectuel qui nécessite les capacités naturelles de l'esprit du chercheur.

Dans l'analyse de contenu, ce n'est ni la représentativité, ni la généralisation des données qui intéresse le chercheur, mais plutôt la singularité et la fertilité des données non numériques (Paillé, 1996). Cette préoccupation rencontre le postulat de l'analyse qualitative à l'effet que « *l'essence de la signification du phénomène étudié réside dans la nature, la spécificité même des contenus du matériel étudié plutôt que dans sa seule répartition quantitative* » (L'Écuyer, 1990, p.31). Ainsi, elle occupe une place importante dans la recherche en sciences sociales, car elle offre la possibilité de traiter de manière méthodique des informations et des témoignages qui présentent un certain degré de profondeur et de complexité. Mieux que toute autre méthode de travail, l'analyse de contenu permet, lorsqu'elle porte sur un matériau riche et pénétrant, de satisfaire harmonieusement aux exigences et de la rigueur méthodologique et de la profondeur inventive qui ne sont pas toujours facilement conciliables.

Notre étude fait usage de l'analyse de contenu thématique pour analyser les données qui ont été recueillies. Ainsi, la section suivante est une présentation de cette modalité de l'analyse de contenu.

4.8.1. Analyse thématique

Dans le cadre de ce travail, nous avons opté pour l'analyse de contenu thématique. Il s'agit de la technique d'analyse qui convient le plus à l'entretien et aux récits de vie (Bardin, 1993). Cette analyse thématique implique la mise en œuvre des différentes opérations de base qui sont utilisées dans toute analyse de contenu. C'est un mode d'analyse centré sur les notions ou thèmes évoqués à propos d'un objet d'étude. Il s'agit d'obtenir des informations sur cet objet d'étude. Pour Muchielli (1996), elle est la plus simple des analyses de contenu et consiste à repérer dans les expressions verbales ou textuelles des thèmes généraux récurrents qui apparaissent sous divers contenus plus concrets. C'est la première forme de catégorisation impliquée dans un corpus. Elle implique de procéder à une catégorisation dont l'unité de base est le thème.

L'analyse thématique nécessite à la base la retranscription des entretiens. Il s'agit d'une retranscription intégrale, car les analyses fines sont difficiles. Il est donc préférable de réécrire de manière fidèle les entretiens. Le discours de l'entretien doit être noté tel qui est dit, sans omettre de préciser les silences, hésitations ou comportements non verbaux observés (attitudes de retrait, manifestations émotionnelles, ...). Cette façon de retranscrire l'entretien permet aussi d'éviter d'écarter trop vite de l'analyse les parties de l'entretien qui seraient jugées a priori inintéressantes, ce qui pourrait se révéler inexact au fil de l'analyse (Campenhoudt et al., 2017). Il faut un matériau consistant et de qualité qui soit parfaitement restitué et entièrement disponible pour l'analyse.

Dans cette recherche, cette analyse s'est faite de manière transversale. Nous avons recensé les unités de référence entre les récits recueillis. Ainsi, suivant Fortin (2010), nous avons procédé à la codification du contenu de chaque entretien selon les questions abordées. D'abord, l'ensemble du contenu a été regroupé selon des thèmes ayant servi à la collecte des données analysées. Le contenu entier a ensuite été passé minutieusement en revue afin de faire une codification plus fine, tout en identifiant les unités de sens. Le contenu lié à chacune des catégories a ensuite été explicité et détaillé. Afin d'augmenter la fiabilité de l'analyse et de valider les catégories conceptuelles que nous avons relevées, nous avons recouru à plusieurs tiers, en occurrence notre directeur de mémoire et deux enseignants chercheurs de notre département.

THEMES DE REFERENCE
Contexte de la survenue du trauma
Vécu du traumatisme de guerre chez les participants / participantes
Désorganisation de la relation de soi à soi et à l'autre
Processus en œuvre dans le remaniement identitaire chez participants / participantes
Vécu traumatique de guerre et remaniement identitaire
Changements / stabilité dans le changement d'identité

Tableau 2 : Grille d'analyse

4.9. CONSIDÉRATIONS ÉTHIQUES

En sciences humaines et sociales, les recherches portent sur des sujets humains et parfois, il peut arriver que ces recherches aient des incidences sur la vie, les droits et la dignité des participants. Pour nous assurer de la préservation de la dignité humaine dans cette étude, nous avons respecté les règles d'éthiques. Par ailleurs, l'un des codes éthiques le plus importants en matière de recherche sur les sujets humains fut « le code de Nuremberg de 1947 : aucune recherche ne pouvait être poursuivie sur des sujets humains sans leur “consentement volontaire”, et ceci est resté inchangé dans les codes suivants » (OMS, 2003, p.148).

C'est dans cette lancée que nous avons informé les participantes en ce qui concerne la nature, les buts poursuivis et l'utilisation des résultats de la recherche par le canal d'une notice d'information. La participation à cette étude était entièrement libre. En effet, les participants étaient entièrement libres de participer ou non à la recherche, et ce sans aucune conséquence quelconque. Pour nous assurer que la participation soit libre et volontaire, une fiche de consentement libre et éclairé à participer à la recherche et à l'enregistrement des entretiens a été signée par chaque participant. L'anonymat a été respecté à travers le caractère anonyme et confidentiel du contenu des entretiens. Il est également important pour nous de mentionner que chaque participant était libre de se retirer de la recherche à tout moment.

En outre, l'exploration du vécu traumatique de guerre chez les réfugiés pouvant faire appel à des expériences douloureuses telles que la honte, la culpabilité... chez les participants.

Si cela arrivait, nous devrions nous servir des connaissances acquises lors de notre formation et de stage pour aider le participant à gérer cet état. S'il se trouvait dans l'incapacité de poursuivre, l'entretien devrait s'arrêter à ce point. Par ailleurs, nous nous sommes assuré que la participation soit faite sur une base totalement volontaire et en toute connaissance du contenu de l'étude. Lors des entretiens, nous avons également porté attention aux comportements non verbaux des participantes dans le but de repérer tout signe de détresse. Compte tenu du caractère anxiogène que peuvent revêtir certaines expériences, il a été convenu de ne pas contraindre un participant à témoigner d'aspects trop difficiles à aborder, lui rappelant ainsi son droit de poursuivre sa participation à la recherche et sa liberté de ne raconter que ce qu'elle désire partager.

Quant aux avantages pour les réfugiés psychotraumatisés à participer à notre étude, dans un premier temps, nous pensons que ce fut pour eux l'occasion de parler de leur souffrance. Ce qu'elles n'arrivaient pas à faire avec d'autres personnes, car se sentant incomprises. Dans un deuxième temps, en raison du choix de l'utilisation de l'entretien, cette étude leur a permis de participer à une recherche qui s'intéresse à leur réalité selon leur propre perspective. De plus, la participation à l'étude contribuera probablement à l'amélioration des services de santé des réfugiés et leur insertion socio-professionnelle.

Il a été question dans ce chapitre portant sur la méthodologie de notre recherche de faire un rappel de la problématique, présenter le site de collecte de données, notre approche méthodologique, les critères qui nous ont permis de sélectionner trois participants, le déroulement des entretiens et la technique de traitement des données. Le chapitre suivant porte sur la présentation et analyse de ces données.

CHAPITRE 5 : PRÉSENTATION ET ANALYSE DES DONNÉES

Ce présent chapitre est consacré à la présentation des participants et à l'analyse des données issues des entretiens. Ainsi, la première section est dédiée à la présentation des caractéristiques des participants et la seconde quant à elle mettra en exergue les résultats proprement dits. Tout au long de ce chapitre, plusieurs extraits d'entretiens viendront illustrer notre analyse afin de témoigner de la réalité de la capacité d'autorégulation chez les réfugiés psychotraumatisés par la guerre en Centrafrique qui arrivent à s'adapter et à changer le cours de leur vie en maintenant stable leur identité.

5.1. PRÉSENTATIONS DES participant(E)s

Les participants de cette étude ont tous subi le même événement traumatique (la guerre). Toutefois, leur histoire est singulière et personnalisée en fonction de l'expérience vécue par chacun. Ainsi, nous avons un homme et deux jeunes femmes, auxquels nous avons donné les pseudonymes de Moïse à l'homme, Jézabel et Marie aux jeunes femmes.

5.1.1. Cas de Moïse

Moïse est un réfugié centrafricain âgé de 44 ans, originaire de la région de Mbomou, il est marié et père de 4 enfants dont trois garçons et une fille. Ayant une licence en missiologie, Moïse est un Pasteur et infirmier puis cadre de la croix rouge et croix sans rouge qui est arrivé à Yaoundé en 2016 après avoir fui la guerre. Il est issu d'une famille polygamie et fratrie de 15 enfants à son père dont il occupe le cinquième rang et trois à sa mère dont occupe la troisième place. Sa mère est la troisième femme (maîtresse) habitant hors de la maison familiale et parmi ses frères et sœurs nés d'une même mère, Moïse est le seul à être en vie aujourd'hui, car tous ses frères et sœurs de la même mère sont décédés.

Pour être sélectionné à cet entretien, le PCL-5 a été passé à Moïse. À chaque item de ce questionnaire, il était question pour Moïse de répondre à des questions relatives au traumatisme qui fut le plus bouleversant pour lui, tout en donnant pour chaque symptôme éprouvé pendant la semaine antérieure une valeur numérique, suivant la gravité dudit symptôme. Cette échelle étant constituée de 20 questions qui correspondent aux problèmes que les gens éprouvent parfois à la suite d'une expérience très stressante. Les valeurs de la gravité des problèmes varient de :

0 = pas du tout ;

1 = un peu ;

2 = modérément ;

3 = beaucoup ;

4 = extrêmement.

Se faisant, lors du dépouillement, en globalisant les valeurs de la gravité des différents problèmes qui composent le PCL-5, Moïse a obtenu un score de 39, ce qui témoigne la présence d'un traumatisme selon la grille d'analyse de PCL-5 mentionné au chapitre dédié à la méthodologie.

5.1.2. Cas de Jézabel

Jézabel est une femme de 28 ans, d'ethnie Mbaka et originaire de la région du sud ayant abandonné ses études en classe de terminale (TA4) à cause de la guerre. Elle est mariée et mère de 4 enfants. Jézabel est une chrétienne protestante et issue d'une fratrie de 4 enfants dont elle est la 1^{ère}, fille aînée de la famille. Elle est l'une des victimes de conflit armé de 2012 d'où elle a perdu beaucoup de personnes très proches parmi lesquelles, ses parents et certains membres de sa famille. Elle était arrivée à Garoua-boulai avant de continuer à Yaoundé en 2017, après avoir fui la guerre en faisant des jours dans les brousses pour avoir une chance de rester en vie.

La sélection de Jézabel pour l'entretien, a nécessité que nous lui passions le PCL-5 tout comme chez Moïse. À chaque item de ce questionnaire, il était question pour Jézabel de répondre à des questions relatives au traumatisme qui fut le plus bouleversant pour elle, tout en donnant pour chaque symptôme éprouvé pendant la semaine antérieure un chiffre à droite pour indiquer à quel point elle a été dérangée par ce problème au cours du dernier mois. Cette échelle étant constituée de 20 questions qui correspondent aux problèmes que les gens éprouvent parfois à la suite d'une expérience très stressante. Les valeurs de la gravité des symptômes varient de :

0 = pas du tout ;

1 = un peu ;

2 = modérément ;

3 = beaucoup ;

4 = extrêmement.

Se faisant, lors du dépouillement, en globalisant les valeurs de la gravité des différents problèmes qui composent le PCL-5, Jézabel a obtenu un score de 38, ce qui témoigne la présence d'un traumatisme selon la grille d'analyse de PCL-5.

5.1.3. Cas de Marie

Marie est une jeune femme âgée de 20 ans, elle est célibataire et mère d'un enfant. Marie tout comme Jézabel est une chrétienne protestante et la première née d'une fratrie de quatre enfants donc elle est la seule fille. D'ethnie Mbaka et originaire de la région du Sud, Marie a perdu ses parents durant le conflit armé, puis elle a été victime de viol, c'est ce qui la brise et la rend plus vulnérable. Contraint d'aller rester avec sa tante au village pour poursuivre ses études, Marie n'avait pas pu continuer ses cours à cause de la moquerie au sujet de son viol et a abandonné les cours en classe de la première. Marie était arrivée à Yaoundé en 2017 et travaille comme ménagère pour subvenir à ses besoins avant de rejoindre Trauma Center pour une formation en couture. Tout comme les autres participants, Marie a été rencontrée au Trauma Center Cameroun.

La sélection de Marie tout comme les autres participants a nécessité que nous lui passons le PCL-5. À chaque item de ce questionnaire, il était question pour Jézabel de répondre à des questions relatives au traumatisme qui fut le plus bouleversant pour elle, tout en donnant pour chaque symptôme éprouvé pendant la semaine antérieure un chiffre à droite pour indiquer à quel point elle a été dérangée par ce problème. Cette échelle étant constituée de 20 questions qui correspondent aux problèmes que les gens éprouvent parfois à la suite d'une expérience très stressante. Les valeurs de la gravité des symptômes varient de :

0 = pas du tout ;

1 = un peu ;

2 = modérément ;

3 = beaucoup ;

4 = extrêmement.

Le dépouillement a donné un score de 39, en globalisant les valeurs de la gravité des différents problèmes qui composent le PCL-5, ce qui témoigne la présence d'un traumatisme selon la grille d'analyse de PCL-5.

5.2. ANALYSE DES RÉSULTATS

5.2.1. Contexte de la survenue du trauma

Nous nous intéressons ici au contexte de la survenue du trauma (guerre) qui a fondé le traumatisme psychique chez nos participant(e)s. Ainsi, au regard des données recueillies auprès de ces participant(e)s, il ressort d'après leurs déclarations qu'il s'agit d'un phénomène soudain, brutal et indescriptible.

Le traumatisme psychique est la réponse du sujet à la guerre. Ainsi, avec les premières définitions de Freud (1920), le trauma constitue un choc violent, affectant le sujet qui ne s'y attendait pas, et s'accompagnant d'effroi. Et au moment où surgit le traumatisme, le Moi, impréparé, se voit vulnérable par rapport à l'effraction quantitative, d'origine externe ou interne, et devient submergé par l'effroi. Ainsi, le principe de plaisir est mis en échec et l'appareil psychique s'efforce de « se rendre maître de ces excitations, d'obtenir leur immobilisation psychique d'abord, leur décharge progressive ensuite » (Freud, 1920, p.302). À ce propos, Marie témoigne en ces termes :

Non monsieur, est-ce qu'on s'attend à des événements comme la guerre ? non la guerre nous a surpris à la maison (silence de 15second et baisse la tête) non pas du tout. J'ai juste été dégoûtée de voir les gens mourir et on continue à tuer les gens, tu imagines, (silence 16 second), c'est difficile.

Crocq (1999) dont la définition est privilégiée dans cette étude considère le trauma comme un phénomène d'effraction du psychisme et de débordement de ses défenses par les excitations violentes afférentes à la survenue d'un événement agressant ou menaçant pour la vie ou l'intégrité d'un individu, qui y est exposé comme victime, témoin ou acteur. Jézabel révèle : « tu sais bon l'événement surgit, tu sais que (2fois) 4h du matin comme ça là on attend les coups des armes, tu attends seulement les gens courraient, on parlait en sango « akoliakpé » qui veut dire les hommes fuyez parce que les rebelles sont entrés, ce sont les hommes qu'ils cherchaient à battre comme les hommes sont les (3fois) (silence 8 secondes), je peux dire quoi , les défenseurs de la famille ce sont les gens qui peuvent affronter les ennemis donc c'est beaucoup plus les hommes qu'ils cherchaient et nous les femmes ont fuyait ça même, on dit (akoliakpe), donc dans les sommeils comme ça tu attends seulement « akoliakpé », tu n'as même pas besoin de chercher à savoir ni arrêter un habit, tu peux arrêter quelques pour sortir avec, tu n'as même pas le temps de ça, d'autres sautaient par les fenêtres, par les portes donc tu cherches seulement un moyen de fuir parce que si tu restes et qu'ils arrivent, ils n'ont pas de

pitié, ils n'ont pas de pitié et les gens là massacraient, ils massacraient même les bébés, ils massacraient (2fois) ».

Souvent, à la suite d'un événement traumatique comme celui-ci, les participant(e)s n'ont pas accès de manière immédiate au contenu de la situation, raison pour laquelle ils n'arrivent pas du moins sur le coup à donner un sens à ce qui vient de passer. Ce trauma (guerre) résulte selon Crocq (1999) d'une très grande frayeur, comme une incapacité à attribuer un sens à celle-ci. C'est ce que nous pouvons remarquer à travers les dires de Moïse : *« c'est difficile à expliquer ça parce que ce sont les choses que nous avons vécues, j'ai vu des hommes et des femmes mourir à cause de la faim pour ne pas dire la famine, je vois les hommes et femmes abandonner à eux-mêmes à cause de médicaments et en ce moment j'imagine mon sort Dieu soit loué que je suis infirmier et grâce à mon identité, j'ai surmonté aux certaines pathologies »*. De ce propos de Moïse, il ressort que, en plus du caractère effroyable, sidéral, soudain, etc. de l'évènement traumatogène, ce qui fonde le traumatisme psychique c'est l'incapacité qu'a la victime à donner un sens à ce qui s'est passé.

En ce qui est du type de traumatisme dont les trois participant(e)s sont victimes, Solomon et Heide (2003) ont proposé la catégorie de traumatismes de type IV pour désigner les traumatismes en cours. Ce qui les différencie des autres types de traumatismes, c'est qu'ils se poursuivent dans le présent. Nous l'apercevons chez Moïse qui déclare : *« la situation où balaka ou les sélékas, les gens armés sont arrivés à mon domicile, à chaque fois ça me revient à l'esprit, s'il me trouvait je serai mort donc voilà ça me trouble beaucoup et il arrive de fois que je peux rêver je rêve je vois ces situations m'étranglaient si le rêve à trait à le trait avec ce que j'ai déjà vécu ça m'effraie ça m'effraie dans la journée que je n'ai pas envie de sortir »*. Pour Jézabel : *« à chaque fois que je me bats et que je vois que c'est difficile là ça m'envoie en arrière, thiée et ça me met dans état désagréable (2 fois) »*. Même Marie raconte : *« Parfois il y a la peur je peux rester comme ça et avoir peur pour rien et ça me rend triste. Même quand je parle de la guerre, il y a certaines choses qui reviennent, les images des gens qu'on a tué, comment on courait pour aller à l'église »*. Étant donné qu'au moment où nous menions l'étude, le trauma se poursuivait, nous nous accordons donc avec Solomon et Heide (2003) pour dire que ces réfugiés sont victimes du psychotraumatisme de type IV.

En outre, le traumatisme psychique étant un phénomène qui s'exprime de plusieurs façons selon les auteurs, nous allons par la suite l'identifier à travers les éprouvés ou ressentis des participant(e)s.

5.2.2. Vécu du traumatisme de guerre chez le participant(e)s

Partant de ses définitions du traumatisme psychique, nous pouvons noter que le vécu traumatique survient chez nos participant(e)s à la suite d'une exposition à un événement (guerre) de vie bouleversant, perturbant, qui dépasse les limites contenantes du psychisme. Ce vécu traumatique pouvant se manifester par différents états notamment : peur de mourir, sentiment de culpabilité et persécution, sentiment de honte et frustration et sentiment d'injustice.

5.2.2.1. Peur de mourir

D'une manière générale, l'homme a du mal à se représenter sa fin, car l'idée du néant est insupportable. Selon Freud (1979) cité par Pucheu (2004) révèle que, « la mort est la fin nécessaire de la vie. Cependant, nous avons l'habitude de nous comporter comme s'il en était autrement. Nous manifestons une nette tendance à mettre à côté la mort, à l'éliminer de notre vie ». Ainsi, la survenue de la guerre va donc bouleverser la représentation du temps et soulever ainsi l'angoisse de sa propre mort ou celle de son proche. Cette peur de mourir peut-être particulièrement prégnante chez les réfugiés en raison de leur vécu traumatique et de leur situation de vulnérabilité. C'est le cas lorsque Jézabel dit : « *oui ce n'était pas facile, la peur, j'ai ressenti la peur donc façon que tu trembles comme ça, tu puisses sur toi et moi dès que j'attends seulement un coup d'arme, c'est comme si je vais chier, mais ça ne sort même pas, je ne fais que puiser sur moi donc thiéerr, tu es là tu sens que d'un moment à l'autre tu peux aussi partir, tu peux aussi partir, mon corps-là était vraiment hors, hors de moi.* »

De même que Moïse s'exprime : « *la situation où balaka ou les sélékas, les gens armés sont arrivés à mon domicile, à chaque fois ça me revient à l'esprit, s'il me trouvait je serai mort donc voilà ça me trouble beaucoup...* ». Ce propos souligne également une menace existentielle constante, où la mémoire des événements traumatisants continue de hanter son esprit.

Qu'il s'agisse de la peur de mourir chez Jézabel ou Albiri, leurs propos montrent que la survenue de la guerre est aussi une menace existentielle s'accompagnant de la perte du sentiment d'invulnérabilité, de la prise de conscience brutale d'une fin possible de la vie, et par conséquent, de la peur de mourir. Cela montre que la guerre ne se limite pas à un événement ponctuel, mais crée un état d'alerte permanent, où chaque bruit ou situation rappelle le danger.

5.2.2.2.Sentiment de honte et de culpabilité

La honte est un sentiment douloureux qui émane lorsqu'une personne expérimente le sentiment d'être exposé au regard désapprobateur d'autrui, d'avoir commis une offense ou contrevenu à un standard personnel ou sociétal important, ou encore lorsqu'elle a l'impression que son statut ou sentiment d'acceptation sociale sont menacés (Lansky, 2005 ; Dearing et Tangney, 2011). Il s'agit selon ces auteurs d'une condamnation douloureuse de soi qui amène la personne à se sentir mauvaise, sans valeur, faible et méritant le mépris d'autrui. Les phrases de Jézabel révèlent la situation décrite en ces termes : « ... *la vie que j'ai menée avant n'était pas facile et jusqu'à présent je ne veux pas parler de ça parce que c'est une honte, nous sommes obligés d'aller nous vendre d'abord pour avoir de quoi à manger, ce n'est pas une bonne chose, mais grâce à Dieu, j'ai ça même un foyer et Dieu merci les désordres que je faisais avant je n'ai pas eu un enfant jusqu'à ce que j'aie un petit foyer avant que Dieu m'ait donné des enfants.* » Ce discours de notre participante évoque une lutte interne entre ses expériences passées et son statut actuel, illustrant que les normes sociales et personnelles peuvent être profondément affectées par les circonstances de la guerre. Le fait pour Jézabel de devoir se « vendre » pour suivre entraîne un sentiment d'indignité qui peut aggraver son traumatisme en renforçant le sentiment de culpabilité pouvant aussi être lié à des actions ou inactions perçues comme trahisons des valeurs personnelles ou communautaires, accentuant ainsi le stress émotionnel.

D'après Kaufman (1989), la honte est un sentiment inhérent d'être une mauvaise personne, expérience accompagnée de la peur d'être mis à nu que d'une rage protectrice. C'est une émotion morale qui implique la conscience de soi en relation avec l'autre. C'est dans cette perspective qu'Emde, Oppenheim et Guedeney (2002), affirment que la honte est « une émotion complexe qui peut inclure l'expérience de l'impuissance et le sentiment d'une perte de l'estime de soi. C'est le sentiment d'un écart entre le soi idéal et le soi perçu ; c'est l'une des façons de se sentir inférieur et de ne pas être à la hauteur de son idéal. C'est qui rejoint les propos de Marie en ces termes : « *Moi je me considère comme quelqu'un qui est déjà gâté, quelqu'un qui n'a plus d'avenir, la guerre a tout bouleversée, tout ce que j'ai prévu pour mon avenir.* »

À la sortie des événements traumatisants tels que la guerre, certains individus peuvent se sentir coupables ou se blâmer pour des événements sur lesquels ils n'ont aucun contrôle. Selon le carnet de psychologie, « le sentiment de culpabilité correspond à la conscience douloureuse d'être en faute consécutive ou non à un acte jugé répréhensible. » Ainsi, les réfugiés victimes de guerre semblent ressentir une certaine culpabilité qui se traduit par les propos de Marie : « *très mal et je me pose souvent la question et m'accusais moi-même si on*

m'a accouché hors du pays où dans un autre pays je ne serai pas comme aujourd'hui, thirrr, les choses comme ça. »

De par les propos de nos participant(e)s, on note chez Jézabel et Marie un sentiment de honte caractérisé par une faible estime de soi, d'un sentiment de désespoir et d'avenir bouché ainsi qu'un sentiment chronique d'auto-condamnation.

5.2.2.3. Colère et agressivité

Le contexte de guerre et le statut de réfugié exacerbent considérablement la colère et l'agressivité. Les expériences traumatisantes vécues, les pertes subies, l'incertitude quant à l'avenir et les difficultés d'intégration dans un pays créent une sensation d'avenir bouchée chez nos participant(e)s. Ainsi, la guerre dans son retentissement, fragilise sa victime tant sur le plan tant sur le plan physique qu'émotionnel. Il plonge celle-ci dans la colère et l'agressivité. Ces émotions se ressentent beaucoup plus dans les propos de Moïse : *« c'était, c'était vraiment d'abord au départ c'était la colère, la solution c'est d'être dans un camp au dépend de sa famille et j'étais trop en colère je me dis les gens qui sont venus me chercher doivent vraiment me dépendre de ce sentiment de de colère, mais vrai une colère en plus, mais en même temps cela à changer avec l'ampleur de la situation »*. Nous voyons ici à travers Moïse que la colère peut être une réponse à des déclencheurs liés à des souvenirs traumatiques de guerre.

Jézabel connaît aussi ces sentiments de la colère et de l'agressivité, elle les témoigne comme suit : *« ça arrive, ça arrive, de fois je reste comme ça là si j'ai les problèmes avec les autres, ma manière de réagir la donc, je me rappelle des choses que j'ai suivi donc je veux verser la colère donc qu'une situation se présente devant donc si j'ai un petit problème donc je veux tout c'est comme si je veux toujours tout versé donc je n'arrivais pas à me maîtriser devant une difficulté parce que vraiment la guerre là ça m'a trop trop traumatisée (silence) quelqu'un avec qui tu es tu parles maintenant la dès qu'elle se déplace un peu on t'a dit qu'il est déjà mort, ce n'est pas facile. (Silence) et avec ce que les les rebelles ont fait avec certains membres de ma famille, on attache, on te torture avant de t'assassiné (silence) jusqu'à je me dis que je ne peux jamais me mettre avec un musulman donc si je un musulman se présent devant moi soit c'est lui qui me tue ou soit c'est moi qui le tue parce que ça me donne la rage pour tout ce qu'ils ont fait, ce n'est pas pardonnable (2fois) du tout. »*

Les traumatismes psychiques qui découlent des conflits armés ne sont pas sans conséquence eu égard au retentissement sur le plan psychique et identitaire chez les réfugiés victimes des situations de guerre potentiellement traumatisantes.

5.2.2.4. Désorganisation de la relation de soi à soi

En psychologie, le concept de désorganisation désigne l'action de désorganiser, de troubler son état. C'est qui traduirait une certaine perturbation, un bouleversement de ce qui est organisé (Sillamy, 2020). En outre, le concept de « soi » est l'idée qu'un sujet se fait de lui-même, ce qui inclut selon (Wendi, Gardner & Finkel, 2010) l'apparence physique, les rôles, les attitudes, les croyances et les attributs comme caractéristiques du sujet. En psychologie, cela renvoie à la manière dont une personne se perçoit, la manière dont elle est appelée à répondre lorsqu'elle s'interroge, ou qu'on l'interroge, sur son identité (Benedetto, 2008). Ceci explique la façon dont nous nous définissons, dont nous décidons de ce que nous sommes : « ce que nous sommes ». En effet, la désorganisation de soi ou désorganisation identitaire, se traduit par une réduction partielle ou totale de la capacité à accomplir une activité d'une façon normale ou dans les limites considérées comme telles. Pour ce faire, les incapacités liées aux traumatismes de guerre qu'ils soient temporaires ou permanentes, entraînent des modifications importantes dans la vie des réfugiés. Ces modifications ou changements peuvent fragiliser et altérer l'image ou l'idée que les réfugiés se font d'eux-mêmes et de leur entourage. Nous le voyons avec Marie quand elle dit : *« pendant la guerre, je me sens en insécurité, je me sens perdu, c'est comme si j'ai perdu quelques choses qui est en moi ».*

A travers le discours de Mme Marie, nous constatons que la guerre comme événement potentiellement traumatisant est une expérience qui remet profondément en question la relation de soi à soi. Elle présente des répercussions négatives sur sa relation avec elle-même qui se lit comme une catastrophe dans la mesure où son milieu intérieur est bouleversé. Pendant cette guerre le sujet se sent affecter dans sa corporéité, son psychisme, mais cela ne modifie pas la manière dont il s'appréhende, se représente lui-même et se définit après ces événements. Ainsi, Elle sait qui elle est et se reconnaît aussi dans sa propre vie.

A propos des retentissements des situations potentiellement traumatisantes de la guerre, Moïse atteste : *« oui ça m'arrive d'avoir le sentiment d'être autonomie et indépendant des autres et quand je passe de moment difficile, il est vrai que ça ne m'arrive pas chaque jour, mais quand je passe de moment difficile ça vient dans l'esprit, tu dois prendre des décisions de te battre toi-même en tant que père de famille et ça arrive comme ça indépendamment de ma volonté ».*

5.2.3. Remaniement identitaire chez les réfugiés

A la suite de ce qui précède, il est question pour nous de présenter les mécanismes par lesquels certains réfugiés parviennent à maintenir leur identité stable dans cette section des résultats. Ainsi, partant de la survenue ou du vécu traumatique de guerre, nous présenterons alors les mécanismes psychiques ou non qui opèrent dans le remaniement identitaire chez les réfugiés faisant l'expérience des événements potentiellement traumatisants de guerre.

5.2.3.1. Les capacités créatrices

Face aux traumatismes de guerre suivis par le déplacement forcé et du choc émotionnel et sentimental qu'ils génèrent chez les réfugiés, ceux-ci font recours à un ensemble de stratégies pour atténuer le retentissement de ces traumatismes sur eux. Se faisant, la créativité est reconnue selon Lubart et al. (2015) cité par Leudjeu (2017) comme un attribut essentiel de l'espèce humaine. C'est en sorte sa capacité à imaginer, inventer, construire, mettre en œuvre un concept inhabituel, un nouvel objet ou à découvrir une solution originale à un problème. Il s'agit d'un processus psychologique permettant de faire preuve d'originalité dans la capacité d'associer différemment des choses, des idées, des situations, afin de mettre à jour une nouvelle solution ou un nouveau processus, et ceci en fonction de notre histoire de vie, de nos apprentissages, de notre vécu. La capacité de créativité est aussi une attitude, ou mieux une manière d'être au monde, de se percevoir de façon originale, de vivre de manière constamment renouvelée. Une stratégie parfois axée sur la spiritualité et le soutien environnemental selon le cas.

5.2.3.1.1. La spiritualité

D'une manière générale, la spiritualité est une source profonde à laquelle de nombreuses personnes puisent en temps de crise, de troubles ou défis personnels. Pour Chouinard (2009), c'est l'un des facteurs qui permettent à l'être humain de donner du sens à sa vie. Elle renforce la paix intérieure et procure un sentiment de connexion à une force supérieure à nous-mêmes. L'expérience de réadaptation à la suite d'un traumatisme ou d'une guerre suivie par une migration forcée selon le cas peut devenir une occasion de transformation et de croissance spirituelle si elle s'inscrit dans le projet de vie de la personne. Ainsi, pour un individu, avoir une croyance, avoir et croire en une idéologie prônant certaine valeur participe au développement de la créativité.

Dans le cas de Jézabel par exemple, elle fait preuve de la spiritualité face au traumatisme de guerre et nous voyons à travers son discours selon lequel : « *si tu n'as pas de projet, c'est que tu es tu n'as pas (2 fois) de repère, là où je suis mon projet c'est que Dieu m'accord la*

grâce et la longévité avec les formations que je fais ici au Trauma, je vais sortir entrer dans la vie active dont je voudrais dire que je vais travailler à mon propre compte, cela me permettra de répondre aux petits besoins de ma maison en attendant que ce que Dieu fait de bon parce que l'avenir je mets en Dieu. Aussi avec ce que TCC fait, j'ai le projet d'aller auprès de ce qui traversent ce moment d'aller envers eux, dialoguer aussi avec eux afin qu'ils puissent surmonter aussi comme mon cas donc si Dieu me donne la capacité, je vais les accompagner aussi comme ça ».

Elle continue dans le même sciage en disant : « ... *Et la vie que j'ai mené avant n'était pas facile et jusqu'à présent je ne veux pas parler de ça parce que c'est une honte, nous sommes obligés d'aller se vendre d'abord pour avoir de quoi à manger, ce n'est pas une bonne chose, mais grâce à Dieu, j'ai ça même un foyer et Dieu merci les désordres que je faisais avant je n'ai pas eu un enfant jusqu'à ce que j'aie un petit foyer avant que Dieu m'ait donné des enfants* ».

Dans une même mouvance, Marie s'exprime en ces termes : « *Donc ce n'était pas facile, c'était pénible et pour dire vrai je n'ai pas envie de raconter ça mon frère, ça me fait pleurer (silence, baisse la tête et pleure) donc voilà ça c'est Trop catastrophe pour nous, mais c'est seulement la grâce de Dieu qui a fait que nous avons survécu à cela* ».

Pour nos deux participants, la spiritualité est pratiquement au centre de leur vie et leur permet de surmonter les souffrances et les douleurs infligées par la guerre. Ainsi, le recourt à Dieu constitue pour eux, un important moyen pour tenir face à l'épreuve (guerre) qui vient de prendre forme ou corps de l'unité de nos participants.

5.2.3.1.2. Rationalisation

Selon la tradition freudienne, la rationalisation est un « procédé par lequel le sujet cherche à donner une explication cohérente du point de vue logique, ou acceptable du point de vue moral à, une attitude, une action, un évènement, une idée, un sentiment dont les motifs véritables ne sont pas aperçus » (Laplanche & Pontalis, 1976, p.214).

Parlant de la rationalisation, Marie s'exprime de la manière suivante : « ..., *si on m'a accouché hors du pays où dans un autre pays je ne serai pas comme aujourd'hui, thirrr, les choses comme ça. J'ai juste été dégoûtée de voir les gens mourir et on continue à tuer les gens, tu imagines, (silence), c'est difficile.* »

Nous voyons là que Marie essaie de trouver ou d'émettre un raisonnement logique ou rationnel pour justifier ses pensées ou émotions qu'elle a pu avoir ou qu'elle a sur la situation

de la guerre. Ainsi, à chaque fois qu'elle s'exprime sur ses pensées, elle l'accompagne directement d'un justificatif sur le fait qu'elle n'était pas accouchée hors du pays où dans un autre pays qui fait qu'elle vit tous ces choses. Ce procédé permet ainsi à Marie de tolérer cette expérience traumatique de guerre.

Quelque fois, la rationalisation comme mécanisme de défense adaptatif, accompagne très souvent l'intellectualisation. Selon Tychev (2001), ce sont des procédés faisant parti du même niveau dans la classification des défenses.

5.2.3.1.3. Fixations des buts et objectifs

S'appuyant sur la littérature, Nader-Grosbois (2010), fait savoir que les buts ou objectifs, sont des facteurs de protection importants. Le faire de fixer des buts ou objectifs permet au sujet de rester sur la même ligne, d'avoir comme un état d'esprit général. Ainsi, pour faciliter l'émergence de certaines potentialités ou ressources personnelles, ces buts ou objectifs peuvent être fixés conjointement avec un tuteur de résilience. En outre, les buts collectifs vont servir dans ce sens comme agent de liaison cognitif entre le sujet et son tuteur de résilience.

Moïse nous le démontre à travers son projet en ces termes : *« oui j'ai des projets d'avenir parce que ce même la raison pour laquelle je voudrais écrire un livre qui parle du temps ou moment de la guerre et après la guerre. Créer un endroit pour aider les handicapés par la grâce de Dieu dont nous sommes dans la quête de moyens pour financer ce projet afin de prendre soin des orphelins surtout présentement ici on a créé un groupe dénommé « réveil toi ou lève-tôt » on a vu que les enfants du point de vue éducatif, social donc il faut quelque chose qui peut leur booster ou relevé ».*

Jézabel nous en fait part en ces mots : *« si tu n'as pas de projet, c'est que tu es tu n'as pas (2 fois) de repère, là où je suis mon projet c'est que Dieu m'accord la grâce et la longévité avec les formations que je fais ici au Trauma, je vais sortir entrer dans la vie active dont je voudrais dire que je vais travailler à mon propre compte, cela me permettra de répondre aux petits petits besoins de ma maison en attendant que ce que Dieu fait de bon parce que l'avenir je mets en Dieu. Aussi avec ce que TCC fait, j'ai le projet d'aller auprès de ce qui traversent ce moment d'aller envers eux, dialoguer aussi avec eux afin qu'ils puissent surmonter aussi comme mon cas donc si Dieu me donne la capacité, je vais les accompagner aussi comme ça ».*

Notons que le fait pour nos participants de se fixer les buts ou objectifs leur permet de rester sur la même ligne tout en concourant au maintien et à la stabilité de leur identité.

5.2.3.1.4. Recours à l'imaginaire

Selon Védrine (1990), l'imaginaire témoigne de la subjectivité de la personne et les images qui traversent l'esprit sont présentes avant même que l'on tente de les inscrire dans la normativité symbolique du langage. Pour elle, ces images appartiennent à la singularité de l'histoire personnelle. En outre, Malrieu cité par Tauzin (1969), parle de l'imagination qui est un travail de mise en sens de l'expérience, dans la mesure où elle est une exigence de travail de l'histoire se faisant et des modalités d'interprétations de cette histoire. Pour cet auteur, l'imaginaire apparaît donc comme la concrétisation en une réalité instable de réalités hétérogènes venues de mondes très divers. C'est donc un entraînement vers l'avenir, révélation pour l'individu qu'il possède plus de possibles qu'il ne croyait. Nous pouvons le remarquer à travers les dires de Marie qui dit :

Il m'arrivait de penser à mon avenir et celui de mon bébé, je me disais donc notre avenir est fini comme ça, je pense à ma mère et mes autres petits frères qui ne sont pas ensemble avec nous et j'ai décidé de prendre notre vie en main, je me dis intérieurement que j'ai aussi cette force et capacité à reconstruire notre vie moi et mon bébé.

Breton (1924), affirme que le monde des rêves et le monde réel ne font qu'un. L'imaginaire se déploie, se combine, se crée dans deux jeux d'associations, à partir desquels se tissent et se détissent les pensées entre le monde et l'entendement humain. Ainsi, le fait pour Marie d'imaginer un avenir sans lendemain l'amène à faire preuve d'imagination. Elle va transformer la réalité et se représenter cet autrui qu'elle voudrait être. Cette réalité va être transformée à partir de ses expériences vécues suite aux conflits armés et le déplacement forcé.

5.2.3.1.5. L'environnement favorisant ou soutenant

Un environnement favorisant ou soutenant selon Bronfenbrenner (1979) est un environnement qui fournit des ressources et des opportunités le développement d'un enfant ou du sujet. Cette définition met en avant l'idée selon laquelle l'environnement joue un rôle crucial dans le développement et le bien-être des individus. À cet effet, le soutien social s'avère comme une ressource adaptative importante. Il permet d'atténuer le stress et agit comme facteur de protection qui participe à l'élaboration de la résilience favorisant ainsi l'émergence des potentialités créatrices des réfugiés face aux traumatismes de guerre et les déplacements forcés. Marie avoue à travers ce propos :

Oui l'environnement a joué beaucoup de rôles pour moi. Comme je disais tantôt je passe le temps avec mes amis du quartier, il y a aussi les psychologues du TCC qui nous ont

beaucoup aidé et je dirais sans eux, je ne serai pas comme ça comme ça donc parfois il faut être reconnaissant même entre nous les réfugiés on s'entraide. Mais parfois j'avais certaines questions que je me pose souvent ».

C'est aussi le cas de Moïse quand il dit : *« Oui bon pour dire de vrai ce n'est pas facile, parfois tu te sens impuissant, mais parfois on s'adapte grâce aux soutiens de notre environnement et de nos relations ».*

Au regard des propos de nos participants, nous pouvons dire que l'environnement social et les personnels de santé mentale notamment les psychologues ont été et continues d'être une ressource pour le maintien de l'équilibre psychique des réfugiés et par ricochet de l'équilibre dans la stabilité de leur identité. Ainsi, l'accompagnement ou la prise en charge adapté et efficace, en temps opportun par les acteurs de santé mentale contribue à enrichir les connaissances des réfugiés sur les traumatismes psychiques et les mesures nécessaires à prendre pour faire face au stress et à l'anxiété causé par « l'inquiétante étrangeté » qu'étaient les traumatismes de guerre.

En outre, nous pouvons observer aussi que l'environnement peut être positif tout comme négatif dans certains. C'est ce que nous révèle Jézabel quand elle dit :

oui il y a un impact positif et négatif de l'environnement parce que je parle de notre côté d'abord nous les réfugiés on se soutenait, c'est ce qui fait notre force, oui on se soutenait, mais du côté des nationaux vraiment ils nous torturent, imaginez que le matin comme ça tu n'as rien mangé et tu pars travailler espérant qu'à la fin tu peux avoir quelques choses, mais à la fin quelqu'un dit qu'il n'a rien à te donner, tu rentres comme ça et c'est grâce à la solidarité entre nous que tu peux avoir même une petite achète de riz et c'est même le riz simple, mais l'essentiel c'est d'avoir quelque chose pour mettre sous les dents et vu cela ça te pousse un peu loin à quitter ce milieu pour aller devant pour chercher peut-être si y a le meilleur. C'était comme ça ce qui m'a motivé à avancer.

5.2.3.2. Vécu traumatique et remaniement identitaire

Lors de la survenue de l'événement traumatisant, tel que la guerre, le temps semble gelé et la conscience d'exister altérée. Cette expérience est déchirante et confronte le sujet à une nouvelle réalité, souvent mobilisatrice de réactions (Scelles, 2011 ; Gargiulo et Scelles, 2013). La migration forcée et le traumatisme psychique qui en résultent, dépossèdent le sujet de ses rêves et de ses repères. Face à cette crise, le sujet doit redéfinir, repenser les valeurs qui jusque-là étaient siennes ainsi que leur pérennisation. En effet, le système de significations ayant

prévaluée au sein du groupe est remise en question, et le sujet doit affronter les conflits intra et intersubjectifs inhérents à la migration forcée. Il s'agit en fait d'un système qui selon Vannotti & Gennart (2006, p.16) « *intègre la structure signifiante des situations dans lesquelles le sujet vit, agit et se présente aux autres.* » Toutes ces fluctuations internes et parfois externes, vont engager les réfugiés dans un vécu au cours ou à l'issue duquel les éléments qui précédemment servaient à les définir et à les reconnaître auront tendance à porter un masque, prendre une autre orientation ou au contraire à se renforcer. Nos participants pour survivre à cette épreuve, non seulement sont appelés à se réorganiser, mais davantage à redéfinir leur trajectoire de vie en termes de projets et de mobilisation autour de l'objet qu'il faille investir. La redéfinition de la trajectoire de vie varie d'un sujet à l'autre et d'un sous-système familial à un autre.

Pour le cas de Jézabel par exemple, cette guerre l'amène à revoir ses projets de vie, ses ambitions et ses désirs. Elle nous le démontre en ces termes :

Certes que la guerre a modifié les visions que j'avais au début ce n'était pas ça, comme la guerre est venue changer, les choses doivent avancer, je ne dois pas m'attarder sur les faits que je n'ai pas pu réaliser mes objectifs ou mes rêves parce que mon objectif comme je vous ai dit, je voulais être la technicienne de laboratoire et vu que ça n'a pas donné et la personne qui devrait me soutenir était morte et y a personne pour me soutenir. Et la vie que j'ai menée avant n'était pas facile et jusqu'à présent je ne veux pas parler de ça parce que c'est une honte, nous sommes obligés d'aller se vendre d'abord pour avoir de quoi à manger, ce n'est pas une bonne chose, mais grâce à Dieu, j'ai ça même un foyer et Dieu merci les désordres que je faisais avant je n'ai pas eu un enfant jusqu'à ce que j'aie un petit foyer avant que Dieu m'ait donné des enfants.

Nous voyons dans ce cas que la survenue de l'événement traumatique a amené Jézabel à se détourner de ses objectifs de vie (devenir la technicienne de laboratoire) pour rester concentrée sur les formations offertes par le TCC. Ainsi tout ce à quoi elle croyait ou s'accrochait, sous le coup du conflit armé est devenu purement accessoire. Le niveau d'investissement à ce sujet se retrouve redéployé sur les petits métiers à l'issue des formations professionnelles avec au passage le projet d'être au service de celles et ceux ayant traversés les mêmes problèmes qu'elle. Elle nous le fait remarquer quand elle dit :

Si tu n'as pas de projet, c'est que tu n'as pas (2 fois) de repère, là où je suis mon projet c'est que Dieu m'accorde la grâce et la longévité avec les formations que je fais ici au Trauma, je vais sortir entrer dans la vie active dont je voudrais dire que je vais travailler à mon propre compte, cela me permettra de répondre aux petits besoins de ma maison en attendant que

ce que Dieu fait de bon parce que l'avenir je mets en Dieu. Aussi avec ce que TCC fait, j'ai le projet d'aller auprès de ce qui traversent ce moment d'aller envers eux, dialoguer aussi avec eux afin qu'ils puissent surmonter aussi comme mon cas donc si Dieu me donne la capacité, je vais les accompagner aussi comme ça.

En outre, cette redéfinition de la trajectoire de vie est significativement impliquée dans l'atténuation des effets du traumatisme de guerre sur l'identité, en ce sens qu'elle participe à la préservation du sentiment d'autonomie et du sentiment de continuité qui sont des composantes de l'identité quoique ce ne soit pas gagné à 100%. Elle s'exprime respectivement en ces termes :

Oui, parce que je suis toujours en vie, à chaque fois, à chaque étape de ma vie, je me suis dit si je n'étais pas morte pendant la guerre c'est que j'ai un avenir devant moi et Dieu a un plan pour moi. C'est un vent qui souffle, ça passe et la vie continue.

Dans cette même perspective, Marie s'exprime en ces termes : « *Bon en ce qui concerne ma vie personnelle, j'ai appris à prendre mes décisions par moi-même sans nuire à qui que ce soit. Il y a parfois des choses que je peux demander, mais si la personne elle-même ne comprend pas, je décide moi-même* ».

Nous voyons bien que le sentiment de continuité ou que la capacité de chaque participant(e)s a assuré le prolongement continue malgré l'adversité ainsi que le sentiment d'autonomie.

5.2.4. Sentiment d'identité

Selon Maguiabou (2015), le sentiment d'identité est la façon dont on se définit soi-même, la place que l'on s'accorde à soi-même, et non pas celle que la société nous réserve. Ce sentiment d'identité se construit par la comparaison avec autrui (confrontation, échanges, coopération, qui contribuent à la différenciation soi-autrui) et par réflexion introspective. Le sentiment d'identité personnelle est constitué de l'ensemble des croyances, des sentiments et des projets qui ont trait à soi. Pour ce faire, avoir le *sentiment d'identité* signifie percevoir sa propre individualité comme intégrée, stable et constante dans le temps. En d'autres termes, cela veut dire qu'il y a une continuité entre ce que le sujet était hier, ce qu'il est aujourd'hui et ce qu'il sera demain ; l'image que le sujet a de lui-même est continue. C'est dans ce sens que le Camus (1980 : 331) fait savoir que : « *le sentiment d'identité s'origine dans la perception plus ou moins claire d'un organisme unifié comme un tout, distinct du monde et apte à agir* ». Ainsi, en nous appuyant sur Erikson (1972), l'identité n'existe que par le sentiment d'identité. Si on doit comprendre l'identité, on doit comprendre les composantes de sentiment d'identité. Ainsi, pour Erikson (1963) l'identité ou le sentiment d'identité s'appuie sur trois axes : la conscience

d'une continuité temporelle (passage de l'enfance à l'âge adulte), la cohésion (en opposition au morcellement) et la réunion en une seule unité des éléments à travers lesquels « *je me reconnais* », et en me démarquant de ceux « *qui ne me ressemblent guère* » (Tourrette, 2010 : 25).

5.2.4.1. Le sentiment ou conscience d'une continuité temporelle

Ce sentiment d'une continuité temporelle est le fait pour le sujet de se percevoir comme le même au fil du temps et se représente les étapes de sa vie comme un continuum. D'après Erikson (1972) et Mucchielli (2013), les différences de l'identité dans le temps sont connues, mais aucune coupure de l'existence n'est ressentie. C'est un sentiment qui est fortement lié à la présentation du temps qui s'écoule sans à-coup et rupture. Se faisant, le sujet se rappelle de ses pensées et de ses actes d'hier, il est certain que ces actes sont de lui et ce sentiment de continuité temporelle est fondé tout d'abord en partie sur une certaine permanence de son corps. C'est dans ce sens que nous entendons Jézabel dire :

Oui, parce que je suis toujours en vie, à chaque fois, à chaque étape de ma vie, je me suis dit si je n'étais pas morte pendant la guerre c'est que j'ai un avenir devant moi et Dieu a un plan pour moi. C'est un vent qui souffle, ça passe et la vie continue.

C'est aussi le cas de Marie lorsqu'elle affirme :

Oui j'ai le sentiment que ma vie continue malgré tout après avoir compris que je n'étais pas la seule à fuir la guerre parce que quand je suis arrivé ici, il y a aussi la guerre à Bamenda, c'est là que j'ai compris que si tu es encore en vie, ta vie avance.

Tout comme Jézabel et Marie, Moïse aussi affirme que :

C'est si possible, ce n'est pas seulement le sentiment, mais c'est la foi et peu importe ce qui arriver ça ne peut pas arrêter le processus de ma vie.

Qu'il s'agît de Jézabel, Marie ou Moïse, leurs propos montrent que ce sentiment de continuité demeure tant qu'ils parviennent à donner aux changements et aux altérations le sens de la continuité. Cependant, aucune différence au niveau du sentiment de continuité temporelle est perçue comme de rupture ou de crises d'identité pourrait donner l'origine à des transformation ou remaniement identitaire.

5.2.4.2. Le sentiment d'unité et de cohérence

Selon les écrits de Sartre, le sentiment d'unité renvoi à la possibilité toujours présente de « *refuser mon passé* », et de remettre en question le moi lui-même ; de changer les manières d'un personnage que j'en ai assez de jouer ; de faire quelque chose de moi. D'après Mucchielli

(2013), c'est un sentiment qui repose sur la structure cognitive de la personne, consécutive à des expériences affectives, relationnelles et intellectuelles. Cette structure guide ses choix et sa conduite dans une logique de son être. Ce sentiment d'unité et de cohérence s'observe chez Moïse lorsqu'elle dit :

Bon d'abord j'avais l'ambition par exemple de continuer mes études de santé en RCA, mais l'événement de la guerre a fait que je ne peux plus continuer là-bas, j'ai changé d'orientation parce qu'il faut s'adapter à la guerre et le pourquoi il y a eu ce changement donc je peux dire que la guerre m'a ça même touché, mais je me sens toujours entier parce qu'il y a ces liens humains qui me rappellent que je ne suis pas seul dans ce parcours.

Ce sentiment d'unité et de cohérence se trouve aussi dans les expressions de Jézabel à savoir : « *Oui malgré tout ce qu'on a traversé, je sens que la vie continue parce que chaque expérience même difficile m'a permis de grandir et d'être forte. Ça me permet aussi de me sentir comme une personne entière puisque ces épreuves font parties déjà de notre parcours* ».

Partant des propos de nos participants, on peut dire que face à l'adversité comme la guerre, il est possible de cultiver un sentiment d'unité et de cohérence qui favorise non seulement la résilience personnelle, mais aussi la stabilité de son identité.

5.2.4.3. Sentiment d'autonomie

D'après les études d'Erikson (1972), toute identité se construit avec des processus d'assimilation-accommodation qui comportent toujours le va-et-vient identification-fusion/mise à distance rejet de l'enfant à sa mère. Selon Tap (1998), ce sentiment est nécessaire pour la vision positive de soi. Etant lié au sentiment d'appartenance, il permet au sujet d'affirmer son identité personnelle que s'il se sent à la fois appartenir à un groupe et autonome. Se faisant, il aura la possibilité de pensées, de décisions et d'actes personnels. Ceci dire que moins le sujet sera autonome et plus il dépendra d'autrui pour la reconnaissance. À l'absence de ce sentiment, le sujet connaîtra un sentiment étrangeté à soi, à sa communauté ou encore à sa famille. C'est ce qu'on peut lire en ces termes chez Moïse :

Oui ça m'arrive d'avoir le sentiment d'être autonomie et indépendant des autres et quand je passe de moment difficile, il est vrai que ça ne m'arrive pas chaque jour, mais quand je passe de moment difficile ça vient dans l'esprit, tu dois prendre des décisions de te battre toi-même en tant que père de famille et ça arrive comme ça indépendamment de ma volonté.

C'est aussi le cas de Marie lorsqu'elle affirme :

Bon en ce qui concerne ma vie personnelle, j'ai appris à prendre mes décisions par moi-même sans nuire à qui que ce soit. Il y a parfois des choses que je peux demander, mais si la personne elle-même ne comprends pas, je décide moi-même.

C'est ce dernier point portant sur le rapport sentiment d'autonomie que nous arrivons au terme de chapitre dédié à la présentation et à l'analyse des données.

5.3. IMPLICATION DU CHERCHEUR

Plus souvent, dans les recherches en sciences sociales et du comportement, les résultats auxquels le chercheur aboutit sont imprégnés de sa subjectivité. C'est dans ce sens que Devereux (2012), stipule que les données des sciences du comportement provoquent de l'angoisse chez le chercheur. Une angoisse qui est généralement provoquée par les rapports qui existent entre l'observateur (chercheur) et les observés (participants). Ainsi, la prise en considération de ces rapports est très nécessaire selon Devereux (2012) en ce sens que la présence de l'observateur a un impact sur l'observer et celle de l'observer a également un impact sur l'observateur. Le rapport existant entre les deux protagonistes provoque des perturbations dans la perception et l'interprétation des données, car la perception d'un phénomène est influencée par la personnalité du chercheur qui peut constituer un biais lors de l'observation et de l'interprétation des données. Ces rapports provoquent des réactions de type contre-transfert qui peuvent provoquer des perturbations dans la perception et l'interprétation des données. La donnée la plus cruciale de toutes les sciences et le chercheur doit faire une analyse minutieuse de ses réactions d'angoisse afin de mieux se comprendre et avoir une meilleure connaissance de son objet d'étude, car son analyse est scientifiquement plus productive en données sur la nature humaine (Devereux 2012 P, 15-16).

En tant que chercheur en psychologie clinique et en science du comportement, nous savons eu parfois des réactions d'angoisses tout au long de la collecte des données, car la rencontre clinique est une situation caractérisée par la rencontre de deux subjectivités (subjectivité de l'observateur et celle de l'observer) qui donne naissance à une intersubjectivité inhérente à la situation.

Ainsi, tout au long de la collecte des données, nous étions envahis par une angoisse. Nous avions constamment l'impression de « mal faire », que notre manière de travailler sur le terrain n'était pas bonne et que les données collectées ne vont pas dans le sens de notre hypothèse. Bien qu'ayant à l'esprit le fait que nous n'étions pas dans une démarche quantitative qui nécessite la confirmation ou l'infirmité des hypothèses, nous n'avions pas pu empêcher cette

angoisse de nous envahir durant la phase de collecte des données. Cette angoisse peut être interprétée comme la peur de l'échec.

**CHAPITRE 6 : INTERPRETATIONS DES RÉSULTATS ET
DISCUSSION**

Après avoir analysé les résultats obtenus, on dispose un matériel suffisamment riche pour une interprétation de clinique. Ce dernier chapitre est principalement consacré à l'interprétation des résultats obtenus et à leur discussion. Dans cette perspective, nous allons commencer par la synthèse desdits résultats. Ensuite, nous les interprèterons à la lumière des théories sur lesquelles s'étaient notre étude. Par la suite nous ferons une discussion au regard des recherches antérieures. Nous terminerons par les implications et les perspectives de notre étude.

6.1. SYNTHÈSE DES RÉSULTATS

Les résultats de notre étude proviennent des données collectées au moyen de l'entretien semi-directif auprès de trois participant(e)s rencontrés au Trauma Centre Cameroun. Il s'agit notamment de trois victimes de guerre suivi par un déplacement forcé de la RCA au Cameroun, respectivement âgées de 20, 28 et 44 ans. Ils ont été sélectionnés à partir des scores obtenus à l'issue de la passation de Post traumatic stress disorder checklist -5 (PCL-5). Ces scores ont relevé un traumatisme important. En outre, l'analyse thématique que nous avons effectuée s'est fait autour des thèmes suivants : le contexte de la survenue du trauma (la guerre), le vécu du traumatisme de guerre et enfin le vécu traumatique de guerre et remaniement identitaire.

Le traumatisme psychique dans cette étude est survenu chez nos trois participants à l'issue des conflits armés en RCA depuis 2013 et 2017. Ce traumatisme psychique est la réponse de nos participant(e)s à la guerre, face à l'état d'impréparation, nos participant(e)s ne peuvent pas réagir, car ils n'ont pas pu anticiper la violence de l'événement, ce qui les laisse sidérés sur le plan psychologique. La situation problématique a été amplifiée par la perte des personnes chères, le nombre de décès, l'état des cadavres, l'état physique des victimes vivantes et le fait de se déplacer avec force en laissant tout dernier soi. En effet, l'évènement traumatogène (guerre) ayant fondé le traumatisme psychique chez Jézabel, Marie et Moïse est survenu soudainement, de façon intense, effroyable, sidérale, imprévisible, indescriptible et incontrôlable ; générant ainsi chez nos participant(e)s le sentiment d'incertitude, le sentiment de culpabilité, le sentiment d'impuissance, le sentiment d'incompréhension (le non-sens), le sentiment de vulnérabilité, de peur et d'agressivité plongeant ceux-ci parfois dans une situation d'incapacité. En plus, le traumatisme psychique était encore présent chez les participants et participantes non seulement grâce aux scores significatifs obtenus à l'échelle de Post-traumatique stress checklist (respectivement 39, 38, 39) mais aussi à travers des réactions émotionnelles (peur, colère, désespoir, culpabilité, tristesse, etc.) et les réactions somatiques (troubles du sommeil, troubles de l'appétit et les troubles de mémoire et de concentration).

Les discours de ces participants ont révélé un vécu traumatique qu'on peut catégoriser sur quatre (04) plan notamment comportemental, émotionnel, cognitif et psychosomatique. Sur le plan comportemental, on a relevé l'agitation dans le sommeil, les cauchemars incessants, l'hétéro-agressivité. Sur le plan émotionnel, nous avons relevé la tristesse, la colère, la peur. Sur le plan cognitif, il s'est agi de la répétition et l'envahissement dans la pensée de l'évènement traumatique. Les problèmes liés à la mémoire, des difficultés de concentration et des difficultés de mémorisation ont été également relevés. Sur le plan psychosomatique, il ressort des céphalées sans cause organique décelable, des tensions musculaires généralisées, des problèmes digestifs.

En ce qui est des stratégies d'adaptation adoptées par les participant(e)s lors de leur vécu traumatique, nous avons relevé essentiellement des stratégies d'adaptation centrées sur les émotions notamment l'évitement. Ceci se traduit au niveau affectif et comportemental. Au niveau affectif, nous avons révélé des tentatives de suppression active des souvenirs en rapport avec l'évènement traumatique et du côté comportemental, nous avons souligné l'évitement des lieux publics et de rassemblement, mais aussi la fuite des endroits rappelant la scène traumatique. A travers cette étude, nous avons relevé aussi que le rapprochement culturel entre la RCA et le Cameroun contribue aux capacités d'autorégulation chez les réfugiés centrafricains. En ce qui concerne l'identité ou le sentiment d'identité post-traumatique de ces réfugiés, les résultats montrent que face au traumatisme de guerre, certains réfugiés mobilisent un ensemble de ressources ou mécanismes de défense tels que les capacités créatrices, la spiritualité, la rationalisation, ainsi que le recours à l'imaginaire et à un environnement favorisant ou soutenant à travers lesquelles s'activent plusieurs stratégies nécessaires leur permettant de s'adapter et de maintenir une certaine stabilité identitaire. Certains d'entre eux parviennent à redéfinir le cours de leur vie tout en préservant un sentiment d'unité personnelle, de cohérence, de différence et de continuité temporelle grâce aux ressemblances ou rapprochements des pratiques et valeurs culturelles qui sont des facteurs favorisant pour l'autorégulation et la stratégie de coping.

Il est ressorti aussi dans les entretiens avec nos participants que, la retrouvaille de certains symboles et des marqueurs d'identité tels que les vêtements, le couscous de maïs et manioc, du cook et de certains plats leurs donnent la joie et le sentiment d'appartenance malgré le déplacement forcé. Ceci nous l'avons observé également pendant les partages de repas offert par le Trauma Centre Cameroun. Parmi les différents menus offerts aux réfugiés, la plupart d'eux choisissent les couscous et manifestent des émotions positives pendant et après le repas.

Ce qui sous-tend que l'angoisse ou le sentiment de la perte de l'art culinaire est comblé dans le pays d'accueil. Par ailleurs, un aspect a attiré notre attention tout au long des entretiens, c'est l'espoir des participant(e)s. Nous constatons que la situation traumatogène et la précarité de ces participant(e)s ne les empêche pas d'avoir de l'espoir. Jézabel et Moïse par exemple disent qu'ils trouvent un refuge, une force en Dieu, selon Jézabel, « ...j'ai un avenir devant moi et Dieu a un plan pour moi ». Elle se sent reconforter et booster lorsqu'elle reprend les exercices de respiration appris au Trauma Centre Cameroun et médite la parole de Dieu. Chez Moïse, c'est la foi en Dieu et peu importe ce qui arriver ça ne peut pas arrêter le processus de sa vie.

Également, cette étude a fait saillir le rapport entre le vécu traumatique de guerre et le remaniement de l'identité chez nos participant(e)s. Elle a pu illustrer certains processus psychiques liés aux sentiments d'identité qui a interféré dans le vécu traumatique de guerre de ces réfugiés. C'est ainsi que face à l'adversité qu'est le traumatisme psychique induit par la guerre, certains réfugiés ont connus des bouleversements et de difficultés dans leur identité, mais aucune coupure de l'existence n'est ressentie à travers leurs discours. Ces participant(e)s ont mis en place leurs créativité à travers certains mécanismes d'adaptation (spiritualité, rationalisation, fixation des buts/objectifs, le recours à l'imaginaire et de la présence d'un environnement soutenant) afin d'être en harmonie, congruent et logique avec eux-mêmes et de penser, de décider pour une vision positive de soi. Ils ont co-construit leur propre réalité en réajustant ainsi leur mode de penser, d'agir et de fonctionner et ceci leur ont permis de maintenir stable leur identité malgré les épreuves traversées.

6.2.APPLICATION DU MODÈLE D'AUTOREGULATION A LA COMPREHENSION DE REMANIEMENT IDENTITAIRE CHEZ LES RÉFUGIÉS PSYCHOTRAUMATISÉS PAR LA GUERRE

Dans cette section de notre étude, nous interprétons les résultats de l'étude au regard de la théorie d'autorégulation afin d'appréhender les processus psychiques inhérents au remaniement identitaire chez les réfugiés centrafricains au Cameroun ayant vécus des situations traumatogènes lors de la guerre suivie par le déplacement forcé, ce qui est l'objectif de l'étude.

Le modèle d'autorégulation développé par Nader-Grosbois (2009) rendre compte d'un « processus dynamique par lequel l'individu mobilise ses ressources personnelles, sociales et environnementales et par lequel il active plusieurs stratégies en résolution de problème divers ou en gestion de vie ». Ce modèle décrit plusieurs dimensions du fonctionnement humain jouant toutes un rôle essentiel : cognitives, métacognitives, affectives et motivationnelles (Fiasse & Nader-Grosbois, 2009 ; Forgas, Baumeister & Tice, 2009 ; Nader-Grosbois, 2009).

Whitman (1990), explique que l'autorégulation est un système complexe de réponses qui permet aux individus d'examiner leur environnement et leur répertoire de réponses pour s'adapter à leur environnement, en faisant des plans d'actions, en agissant, en évaluant la désirabilité des conséquences de l'action, et en révisant leurs plans si nécessaires. Ce que (Barrier, 2010) nomme à travers la normalité naturelle, c'est ce qui permet la santé de chaque l'individu, car il permet à un système complexe de subsister et de développer ses potentialités, à une dimension biologique et aussi psychosociale. C'est ce que Karoly et Kanfer (1997) cité par Nader-Grosbois (2007a), définie comme l'agrégat de processus par lesquels les variables psychologiques de la personne, son répertoire biologique et son environnement immédiat, sont inters reliés en vue d'orienter ou de soutenir le comportement dirigé vers un but de l'organisme.

À travers les auteurs (Fiasse & Nader-Grosbois, 2009 ; Forgas, Baumeister & Tice, 2009 ; Nader-Grosbois, 2009 ; Whitman, 1990 ; Barrier, 2010), l'on considère les réfugiés comme un système qui s'auto-organise et s'autorégule. Ceux qui développent leurs potentialités et mettent en place des stratégies qui leurs permettent de faire face aux perturbations internes et/ou externes ; ils mettent en place ses créativités, ce qui leurs permettent de maintenir stable leurs identités tout en évoluant. Partant d'Agran (1997) cité par Nader-Grosbois (2009), pour qu'un sujet autorégulé, il doit mettre en œuvre des stratégies self-management, d'établissement d'objectifs, de résolution de problèmes et d'adaptabilités. Ces stratégies de self-management comprennent les aptitudes telles que : l'auto-observation (self-observation de ses comportements, l'autoévaluation (self-évaluation) de l'efficacité des stratégies mises en œuvre et de ses progrès vers l'atteinte d'objectifs (Agran, 1997 ; Agran & Hughes, 1997 ; Smith & Nelson, 1997 cité par Nader-Grosbois, 2009), l'auto renforcement (self renforcement) positif ou négatif (en lien direct avec le sentiment d'efficacité personnelle) et l'auto-instruction (self-instruction) par ses propres suggestions verbales en résolution de problème sur base des expériences antécédents (Hughes, Korinek & Gorman, 1991 ; Hughes & Agran, 1993 cité par Nader-Grosbois (2009). En outre, les stratégies d'établissement, de planification des buts personnels (goal setting, planning) font appel aux capacités de la personne à faire des choix, à prendre ses propres décisions reposant sur ses motivations et ressources. La planification détermine les délais de début et fin pour la réalisation de cet objectif et permet de constater les progrès. Les stratégies de résolution des problèmes (problem-solving skills) nécessitent plusieurs conditions : l'identification et l'analyse du problème ; l'exploration des environnements ; la maîtrise des procédures de la prise de décision et de réalisation de choix

quant aux moyens disponibles. Les stratégies autocontrôlent et d'adaptabilités permettent jusqu'à l'atteinte de l'objectif et de s'adapter aux changements.

Comme nous pouvons lire avec la théorie, les mécanismes d'autorégulations sont des processus réactionnels, qui se mettent en œuvre face au danger, au déséquilibre et au risque de désorganisation qui affectent l'intégrité de l'individu. Pour mieux appréhender les processus psychiques en œuvre dans le remaniement identitaire chez les réfugiés à la suite du traumatisme causé par la guerre et le déplacement forcé, il convient d'interroger le sentiment d'identité.

6.2.1. Sentiment d'identité

Pour Erikson (1972), l'identité n'existe que par le sentiment d'identité. Ainsi, ce sentiment d'identité s'origine dans la perception plus ou moins claire d'un organisme unifié comme un tout, distinct du monde et apte à agir selon Camus (1980). Pour mieux saisir ce sentiment d'identité à l'épreuve d'un traumatisme induit par la guerre, Erikson (1963) parle de trois axes, notamment, la conscience d'une continuité temporelle (passage de l'enfance à l'âge adulte), la cohésion (en opposition au morcellement) et la réunion en une seule unité des éléments à travers lesquels « *je me reconnais* », et en me démarquant de ceux « *qui ne me ressemblent guère* » (Tourrette, 2010 : 25).

La conscience d'une continuité temporelle est un élément fondamental qui définit l'être humain et tout être se pose comme tel de par sa conscience d'exister. Selon Vannotti & Gennart (2006), cette conscience d'exister assure à l'être humain en temps normal une certaine valeur subjective intériorisée par laquelle il se présente au monde intérieur et extérieur. Parlant de cette conscience d'une continuité temporelle, Marie déclare :

Oui j'ai le sentiment que ma vie continue malgré tout après avoir compris que je n'étais pas la seule à fuir la guerre parce que quand je suis arrivé ici, il y a aussi la guerre à Bamenda, c'est là que j'ai compris que si tu es encore en vie, ta vie avance.

Le cas de Marie illustre cette capacité à s'autoréguler et à maintenir une conscience de la continuité de son existence malgré les traumatismes de la guerre et du déplacement forcé. C'est qui rejoint la théorie d'autorégulation, qui met l'accent sur la capacité personnelle, d'adaptation des états cognitifs et affectifs à intégrer les expériences passées, présentes et futures pour reconstruire une identité cohérente et stable. Le fait que Marie ressente une continuité face à l'adversité témoigne de sa résilience et de sa capacité à surmonter les crises psychosociales.

De même, cette conscience d'une continuité temporelle constitue le socle du sentiment d'appartenance et le sentiment d'identité inscrit en chaque individu. Par ces sentiments, l'intégration de toute personne faisant partie ou désireux de faire partie d'une collectivité est assurée, ce qui permet d'appréhender le collectif en chaque sujet. La conscience est l'élément fondamental qui lie l'individu, un groupe aux autres et donc au monde. Elle permet à celui-ci de s'octroyer une manière récurrente d'être appelé identité. De plus, nous apprenons de Vannotti & Gennart (2006), que le rapport du sujet pensant et agissant au monde, prend toute sa consistance dans sa rencontre avec l'autre, un autre qui ne constitue autre chose qu'une surface de réfraction par laquelle celui-ci existe et se réalise. C'est ainsi que Moïse affirme respectivement : *« bon au niveau de mon quartier le vivre ensemble était vraiment apprécié vu mon statut en tant qu'infirmier on aura à tout le temps besoin de moi et même si y a un problème on peut cacher dont il y a un bon terme avec les gens du quartier. »* Cette affirmation de Moïse montre comment l'appartenance à une communauté peut renforcer le sentiment d'identité et offrir un soutien face à l'adversité.

En outre, la cohésion ou sentiment le sentiment de cohérence renvoie à la perception qu'un sujet a de l'unité et de la continuité de son identité, ainsi qu'à son intégration dans un groupe ou une communauté. Ce sentiment fait référence à la manière dont les sujets perçoivent leur propre identité au fil du temps. Mucchielli (2013) décrit ce sentiment comme étant ancré dans la structure cognitive d'une personne, façonnée par des expériences affectives, relationnelles, intellectuelles. Cette structure cognitive guide les choix et les comportements de l'individu, lui permettant d'être en harmonie avec lui-même. La capacité à ressentir cette cohérence contribue à une expérience identitaire unique et intégrée. Pour Antonovsky (1987) dans son modèle de cohérence, la capacité à donner un sens à sa vie, à se sentir compétent pour faire face aux défis et à percevoir le monde comme prévisible et cohérent est un facteur clé du bien-être et de résilience. C'est le cas de Moïse lorsqu'il dit :

Bon d'abord j'avais l'ambition par exemple de continuer mes études de santé en RCA, mais l'événement de la guerre a fait que je ne peux plus continuer là-bas, j'ai changé d'orientation parce qu'il faut s'adapter à la guerre et le pourquoi il y a eu ce changement donc je peux dire que la guerre m'a ça même touché, mais je sens toujours entier parce qu'il y a ces liens humains qui me rappellent que je ne suis pas seul dans ce parcours.

Le traumatisme psychique qui découle de cette guerre suivie par le déplacement forcé n'est pas sans conséquences eu égard de la vie des victimes, mais malgré ces conséquences,

cette déclaration de Moïse témoigne sa capacité à maintenir un sentiment de cohérence malgré les ruptures et les changements de direction imposés par la guerre.

Face à la précarité générée par les conflits armés et le déplacement chez ces réfugiés, certains gardent toujours une vision positive d'eux. Nos participant(e)s nous le confirment à travers leurs allégations. À propos du sentiment d'autonomie, Marie déclare en ces termes :

Bon en ce qui concerne ma vie personnelle, j'ai appris à prendre mes décisions par moi-même sans nuire à qui que ce soit. Il y a parfois des choses que je peux demander, mais si la personne elle-même ne comprends pas, je décide moi-même.

C'est aussi le cas pour Moïse lorsqu'il affirme :

Oui ça m'arrive d'avoir le sentiment d'être autonomie et indépendant des autres et quand je passe de moment difficile, il est vrai que ça ne m'arrive pas chaque jour, mais quand je passe de moment difficile ça vient dans l'esprit, tu dois prendre des décisions de te battre toi-même en tant que père de famille et ça arrive comme ça indépendamment de ma volonté.

Reprenons notre théorie d'autorégulation de Nader-Grosbois (2009) qui s'inspire de la dynamique triadique de l'autorégulation décrite par Zimmerman (2000), trois ressources (personnelles, comportementales et environnementales) pour rendre compte du degré d'évolution du processus identitaire de l'individu et de son niveau d'adaptation sociale en cas d'une crise éventuelle (la guerre) qui peut surgir et perturber l'équilibre, en exigeant du sujet la mise en place de nouveaux repères identitaires pour la dépasser.

Les ressources personnelles englobent les compétences, les croyances et les valeurs que l'individu mobilise pour faire face à des défis. Dans le cas de Marie, son affirmation : « *j'ai appris à prendre mes décisions par moi-même sans nuire à qui que ce soit...* » illustre une volonté de reprendre le contrôle sur sa vie. Cela témoigne d'une prise de conscience de son autonomie et d'une capacité à définir ses propres repères identitaires. Cette démarche est essentielle pour favoriser un sentiment d'identité stable, même en contexte de déplacement forcé. La capacité d'autorégulation se manifeste ici par un engagement envers des valeurs et des objectifs personnels, après une période de crise et de remise en question. Malgré les difficultés rencontrés, Marie cherche à affirmer son indépendance et sa capacité à prendre des initiatives, de ne pas se laisser définir par sa situation de réfugié et de conserver un sentiment de soi positive et proactif. Ce processus relève une fluctuation du sentiment d'autonomie et d'indépendance, en fonction des circonstances. Ce qui suggère une certaine mobilité entre les

statuts identitaires, où l'individu peut passer d'un sentiment d'identité « achevé » à un état de « moratoire » ou de « confusion » en fonction des défis rencontrés.

Le traumatisme psychique liée à cette guerre soldée par le déplacement forcé peut mettre à rude le sentiment d'identité et par ricochet le sentiment d'autonomie, et l'individu peut se sentir submerger par les difficultés et incapable de prendre des décisions. Cependant, la résurgence de ce sentiment chez Moïse, « ... *ça vient dans l'esprit, tu dois prendre des décisions de te battre toi-même en tant que père de famille...* » témoigne une capacité à mobiliser ses ressources internes et comportementales en se rappelant de ses rôles et responsabilités. Ce processus démontre que les comportements proactifs, tels que la prise de décision et l'affirmation des rôles sociaux, sont cruciaux pour maintenir un sentiment d'autonomie et d'indépendance face aux adversités.

Les ressources environnementales font référence au soutien social et aux conditions extérieures qui influencent la capacité d'adaptation. Les réfugiés, confrontés à la rupture de leurs repères sociaux habituels, doivent souvent remanier leur environnement pour retrouver un sens à leur existence. Ils peuvent s'appuyer sur des réseaux communautaires ou des ressources institutionnelles pour reconstruire leur vie. Nous pouvons par exemple voir cela dans le discours de Jézabel lorsqu'elle dit : « *oui il y a un impact positif et négatif de l'environnement parce que je parle de notre côté d'abord nous les réfugiés on se soutenait, c'est ce qui fait notre force...* ».

Ces ressources environnementales s'observent également chez Marie lorsqu'elle affirme : *Oui l'environnement a joué beaucoup de rôles pour moi. Comme je disais tantôt je passe le temps avec mes amis du quartier, il y a aussi les psychologues du TCC qui nous ont beaucoup aidé et je dirais sans eux, je ne serai pas comme ça comme ça donc parfois il faut être reconnaissant même entre nous les réfugiés on s'entraide.*

C'est ce qui se lit aussi dans le discours de Moïse en ces termes : « *Oui bon pour dire de vrai ce n'est pas facile, parfois tu te sens impuissant mais parfois on s'adapte grâce aux soutiens de notre environnement et de nos relations.* »

À travers leurs discours, Jézabel, Marie et Moïse, nous font savoir que leurs interactions avec l'environnement deviennent un vecteur essentiel pour leur sentiment d'appartenance et leur stabilité identitaire.

De tout ce qui précède, l'interprétation de nos résultats rendent compte du fait qu'une fois la guerre survenue, les réfugiés pour faire face à cette adversité, se remanient en faisant recours aux ressources personnelles, comportementales et environnementales qui reposent sur la

recherche du sens et la nécessité de se donner une raison de continuer à exister ainsi que leur capacité à faire face au traumatisme psychique induit par la guerre et à maintenir leur identité stable malgré les bouleversement vécus.

6.3. DISCUSSION

Dans la présente section, nous confrontons les résultats obtenus dans cette étude avec ceux contenus dans les recherches antérieures. Aussi, cette discussion se fera sur deux principaux axes. Le premier axe est celui du vécu traumatique des réfugiés suite à la survenue de la guerre ainsi que le déplacement forcé et mécanismes d'adaptation enclenchés pour y faire face. Le second axe est celui des mécanismes d'adaptation mises en place par les réfugiés pour faire face au traumatisme de guerre et son retentissement sur leur identité.

6.3.1. Vécu traumatique des réfugiés suite à la survenue de la guerre et mécanismes d'adaptation enclenchés pour y faire face

Partant de nos résultats, il ressort en premier que suite à la survenue de la guerre, les réfugiés ont ressenti et éprouvés des sentiments d'une forte intensité émotionnelle. Sentiment profond de culpabilité et de honte, sentiment de colère et d'agressivité, peur de mourir, désorganisation de la relation de soi à soi ont ainsi été repéré dans les discours. Nos participant(e)s font donc part d'un vécu traumatique lié à la survenue de la guerre.

De nombreux chercheurs se sont penchés sur la question du traumatisme ; interrogeant de ce fait ce qui déclencherait le vaste bouleversement dans lequel baignent très souvent les personnes qui en sont victimes. À cet effet, notre étude n'est pas des restes sur la question de l'évènement traumatogène puisque les résultats expliquent que l'évènement traumatique (guerre) est subi, imprévisible, surprenant, inattendu, effroyable et vécu avec un sentiment d'impuissance. Ces résultats rejoignent également le point de vue de Lebigot (2006 & 2009) pour qui quatre éléments garantissent la survenue d'un état traumatique. Il s'agit notamment de la confrontation avec le réel de la mort ; l'effroi, la soudaineté et la perception. Ces résultats vont dans le même sens que ceux de (Marotte, 1995 pour qui, la violence organisée est d'abord et avant tout, un traumatisme de non-sens ; la survenue de la guerre provoque un sentiment d'absurdité et désorganise la cohérence de l'univers personnel du sujet. C'est dans cette perspective qu'il faut « saisir l'empreinte » du traumatisme, chez les victimes de conflit armé simultanément au niveau personnel, familial et communautaire, qui représente les trois instances qui composent cet universel.

Terr (1991), partage également ces résultats sur le vécu traumatique. En effet, dans le cas de conflit armé comme la guerre, la souffrance provoquée balance les victimes sur le plan personnel entre deux pôles que sont l'évitement et la répétition. Les phénomènes de reviviscence envahissants sont aussi à situer du côté des phénomènes de répétition. Ainsi, les violences infligées lors de ces conflits armés envahissent l'identité de la personne, endommagent et détruisent l'estime et la considération qu'elle a, d'elle-même. Ce qui va causer selon (Van der Kolk, 1996), un rappel de situations profondément humiliantes ou se revivent des expériences de stigmatisation et des sentiments de culpabilité sur un long terme.

Pour Briere (2011), la particularité de l'évènement traumatogène est qu'il est inclassable au sens plein du terme : de fait, le sujet n'est pas capable d'insérer l'évènement dans une catégorie lui permettant de déterminer sa valeur qui peut être bon ou mauvais (jugement de valeur), encore moins de le déterminer (jugement d'existence). Le caractère inclassable de l'évènement traumatique (guerre) met à mal l'organisation cognitive du sujet et ce qui va entraîner une nouvelle conduite chez ce dernier qui en fait l'expérience. Cette nouvelle conduite témoigne le processus d'une transformation psychique.

Également, les résultats de Gauchet (2005) témoignent un vécu traumatique face à une situation de crise. Quel que soit la réaction manifestée, la survenue d'un évènement traumatique comme la guerre dans notre cas représente un choc, un bouleversement ; il y'a un avant et un après, où le sujet ne sera plus jamais comme avant. Ce qui permet de dire avec cet auteur que la survenue d'une situation de crise a de la valeur d'un traumatisme et cette période traumatique aura des répercussions inévitables sur l'identité sans toutefois que celle-ci soit altérée. C'est ce qui est aussi partagé par Ntsama (2003) cité par Vakak (2010), qui soutient l'idée selon laquelle l'évènement traumatique a de la valeur d'un traumatisme chez les victimes puisqu'il soumet leur appareil psychique particulièrement le Moi à un afflux d'excitation d'origine interne et externe que les victimes sont incapables de maîtriser. Dans le but d'éliminer ou d'apaiser au cas possible l'angoisse suscitée par la guerre, le Moi mettra en place les mécanismes tels que le déni, la régression, l'évitement, l'hyperactivité.

Le traumatisme vécu par nos participant(e)s suite à la survenue de la guerre suivie par le déplacement forcé a de ce fait la capacité de bouleverser, de désorganiser la relation de soi à soi pendant la guerre, mais n'engendre pas une rupture dans la vie des réfugiés. Ainsi, pour rejoindre Santiago-Delfosse (2009), c'est un « bouleversement corporo-social et affectif ». Cela est dû au fait que l'organisation émotionnelle de la victime est mise à mal comme nous l'apprend les travaux de Gaillard (2007). Du fait que la survenue de la guerre s'accompagne

d'une forte intensité de détresse et de souffrance, elle invite la personne psychotraumatisée à plus de rigueur et d'attention aux stimuli environnementaux.

Dans le cadre cette étude, nous pouvons retenir bien que les études ci-dessus n'ayant pas traitées de plus près du remaniement identitaire chez les réfugiés victimes de la guerre par l'entremise des processus psychiques sous-jacent au vécu traumatique de guerre, les résultats montrent certes une certaine stabilité identitaire, mais n'en donnent pas un contenu clair. Toutefois, nous pouvons constater que les résultats de nos recherches concordent avec les résultats d'autres recherches sur le vécu traumatique de guerre bien que ce ne soit pas sur les réfugiés que ces études ont été effectuées.

6.3.2. Mécanismes d'autorégulation face au vécu traumatique de guerre et remaniement identitaire chez les réfugiés

Les mécanismes d'autorégulation sont des processus réactionnels qui se mettent en œuvre face au danger, au déséquilibre et au risque de désorganisation qui affectent l'intégrité de l'individu. Ils renvoient au processus psychologique permettant de faire preuve d'originalité dans la capacité d'associer différemment des choses, des idées, des situations, afin de mettre à jour une nouvelle solution ou un nouveau processus, et ceci en fonction de notre histoire de vie, de nos apprentissages, de notre vécu (Lubart, Mouchiroud, Tordjman & Zenasni, 2015 cités par Leudjeu, 2017). Ils sont reconnus comme un attribut essentiel de l'espèce humaine. Ce qui renvoie à la capacité du sujet à imaginer, inventer, construire, mettre en œuvre un concept inhabituel, un nouvel objet ou à découvrir une solution originale à un problème. D'après Brissaud (2001), la compréhension par une activité imaginaire débordante et la création artistique peuvent aider à devenir résilient. En cela, cette créativité est essentielle dans le processus de résilience.

Partant des résultats de cette étude, il est mis en évidence que, face à la désorganisation qu'entraînent la survenue de la guerre, les réfugiés mettent en place des systèmes d'autorégulation leur permettant de se réorganiser, de restructurer et de maintenir les composantes de leur identité afin de réajuster leur mode de vie, ils font preuve des capacités créatrices et de la spiritualité face à l'expérience de guerre suivie par un déplacement forcé. C'est dans ce sens que Bidart et al. (2010), nous fait savoir que la spiritualité est un élément très important dans le processus de reconstruction biographique. Les résultats de ses travaux sont partagés par (Korbéogo & Lingani, 2013) pour qui la religion joue une fonction importante chez les personnes ayant confrontées à l'adversité. Ceci s'observe à travers la référence récurrente à Dieu et aux préceptes religieux. Les résultats de cette étude révèlent que les

conversions religieuses ou les préceptes religieux des réfugiés victimes de guerre leur permettent d'atténuer les traumatismes induits par la guerre suivie par le déplacement forcé et de ce fait, de contribuer à leurs réaménagements identitaires. Ces sujets ont mis en place des mécanismes d'adaptation comme la spiritualité qui pour Chouinard (2009), est l'un des facteurs qui permettent à l'être humain de donner du sens à sa vie. Ainsi, l'expérience de réadaptation à la suite d'un traumatisme ou d'une guerre peut devenir une occasion de transformation et de croissance spirituelle si elle s'inscrit dans le projet de vie de la personne. Ceci dit, pour un individu, avoir une croyance, avoir et croire en une idéologie prônant certaine valeur participe à la construction de la créativité.

De tout ce qui précède, les croyances religieuses demeurent nécessaires et constituent des préliminaires pour le maintien de la stabilité identitaire chez les réfugiés. Ainsi, la transformation ou la réorganisation dans le mode de fonctionnement passe par la mise en place des mécanismes d'autorégulation qui par la suite vont booster le changement. Retenons que les résultats de cette étude témoignent bel et bien la mise à disposition de certains mécanismes d'autorégulations notamment les capacités créatrices, la spiritualité, la rationalisation, la fixation des buts/objectifs, l'environnement soutenant ainsi que le rapprochement des pratiques et valeurs culturels qui vont favoriser par la suite une stabilité des caractéristiques de l'identité chez certains réfugiés, une raison de s'accrocher à la vie.

Les résultats de notre étude étant le produit d'une production de sens et non d'une vérification. En effet, il serait nécessaire de comprendre la manière dont notre propre implication, dans l'étude, s'est répercutée sur ces résultats obtenus.

6.4. IMPLICATION ET PERSPECTIVES DE L'ÉTUDE

Les implications et les perspectives liées à cette présente étude sont nombreuses et peuvent se situer tant sur le plan théorique que pratique.

6.4.1. Implication de l'étude

Aujourd'hui, la situation des réfugiés est un enjeu planétaire avec la recrudescence des conflits armés dans le monde. En plus, la question des réfugiés continue de soulever de nombreux débats quant à leur accueil politique et social, si ces enjeux ont été largement débattus dans l'espace public, l'accueil psychologique et le vécu quotidien des sujets à majorités vulnérables reste souvent dans l'ombre. Ce qui a poussé l'ONU à créer la HCR en 1950, chargée de protéger et d'aider les réfugiés et des personnes déplacées tout en promouvant des solutions durables et en défendant leurs droits.

Toutefois, le Cameroun n'est pas en reste. Grâce à l'appui des pouvoirs publics et certains partenaires sociaux, ont introduit une série de lois qui visent la protection des étrangers en général, et des réfugiés légaux en particulier. Toutefois, le nombre des réfugiés ne cesse d'augmenter et c'est qui a ralenti les résultats dans l'atteinte des objectifs fixés par la HCR et ses partenaires sociaux. Les informations et les renseignements que regorgent cette étude pourront apporter aux organisations internationales et nationales des stratégies efficaces pour la prise en soin des réfugiés victimes des traumatismes de guerre en considérant ces derniers comme acteur de leur bien-être et non comme des réfugiés en déficit des ressources. Ainsi, les programmes d'intervention auprès de réfugiés doivent intégrer des psychologues cliniciens. Dans leur processus thérapeutique, il s'agit pour ces derniers d'identifier les ressources mises en place par les réfugiés qui arrivent à surmonter ces situations potentiellement traumatogènes en maintenant leur identité stable et de se servir de cela pour aider ceux qui sont encore dans l'ombre ou alors les aider à booster leurs potentialités.

En dehors de ces implications, cette recherche ouvre d'autres pistes de réflexions ; des perspectives.

6.4.2. Perspective de l'étude

Cette recherche a étudié comment le vécu traumatique de guerre retentit sur l'identité chez les réfugiés. Elle relève que le vécu traumatique de guerre retentit sur l'identité par les mécanismes d'adaptation tels que les capacités créatrices. Pour continuer à questionner l'impact du traumatisme de guerre sur l'identité, une étude clinique objectivante est envisageable. Il s'agira d'évaluer l'influence des scores du traumatisme de guerre sur le processus en œuvre dans le remaniement identitaire chez les réfugiés victimes de guerre et de déplacement forcé.

Au vu des résultats obtenus, il serait opportun d'envisager des perspectives afin de continuer à investiguer le processus par lequel le vécu traumatique de guerre retentit sur le remaniement de l'identité en tenant compte des différences marquantes entre les contextes migratoires, entreprendre une recherche comparative, afin d'analyser les retentissements de différents contextes migratoires sur le remaniement identitaire des réfugiés. Elle pourrait aussi s'intéresser au degré ou score du traumatisme de guerre chez les réfugiés suivis par le déplacement forcé.

CONCLUSION GENERALE

Cette étude, intitulée : « vécu traumatique de guerre et remaniement identitaire chez les réfugiés centrafricains au Cameroun : une étude de cas », Abordé ainsi sous l'angle de la psychopathologie et clinique, cette étude consiste à appréhender les processus psychiques sous-jacent au vécu traumatique de guerre qui interviennent dans le remaniement identitaire chez les réfugiés centrafricains au Cameroun. C'est suivant cette logique que nous nous sommes posé la question de savoir comment le vécu traumatique de guerre retentit-il sur le remaniement identitaire chez réfugiés centrafricain au Cameroun ? Dans le cadre de cette recherche, en nous appuyant sur Nader-Grosbois (2009), l'hypothèse a été formulée de manière suivante : « le vécu traumatique de guerre retentit sur le remaniement identitaire chez les réfugiés centrafricains à travers la capacité d'autorégulation ». Étant donné que nombreux chercheurs ont abordé cette thématique, il nous est revenu d'explorer la documentation scientifique y afférente.

La revue de la littérature de cette étude a tourné autour du vécu traumatique de guerre, de l'ESPT, de l'identité et du réfugié. Partant de l'état des lieux sur le vécu traumatique de guerre, nous nous sommes appesantis sur sa définition, l'approche conceptuelle du traumatisme selon les écoles ; les caractéristiques du traumatisme ou de l'évènement traumatique, sur la typologie des traumatismes, les traumatismes directs et indirects ainsi que les phases du traumatisme. Concernant l'ESPT, nous avons visité son historique en termes de comorbidité (troubles associés) du traumatisme psychique. Se faisant, nous avons insisté sur les facteurs de risque et de protection à l'ESPT et son évolution. Pour l'identité, nous avons mis l'accent sur sa définition, ses caractéristiques, sur la typologie de l'identité et l'identité à l'épreuve de la migration forcée. A propos du réfugié, la recension des écrits a porté sur sa définition, une brève esquisse des phénomènes migratoires, sur les différentes étapes migratoires des réfugiés et sur les expériences traumatisantes de guerre et de migration forcée. C'est ce travail de recension des écrits qui nous a conduit à la recherche des théories pouvant guider au mieux notre étude.

Dans l'explication théorique de notre étude, il a été retenu la théorie de l'identité d'(Erikson, 1972, Mussen, 1980, Marcia, 1980) qui explore l'origine et le développement de l'identité ainsi que les mécanismes qui entrent en jeu dans la construction et/ou reconstruction de l'identité en cas de crise. Elle explique l'identité comme un processus dynamique qui évolue tout au long de la vie et éclaire sur la façon dont les événements traumatogènes peuvent perturber ce processus et nécessiter un remaniement identitaire. Ensuite, nous nous sommes donc appuyés sur la théorie d'autorégulation pour meilleure appréhension du phénomène étudié : celui de remaniement identitaire chez les réfugiés centrafricains au Cameroun face au vécu traumatique de guerre. Cette théorie explore les processus par lesquels les variables

psychologiques de la personne, son répertoire biologique et son environnement immédiat, sont inters reliés en vue d'orienter ou de soutenir son comportement dirigé vers un but déterminé. Elle stipule que tout individu face à la l'adversité ou crise mobilise un ensemble de ressources à travers lesquels s'activent plusieurs stratégies nécessaires à la résolution de la situation problème. Mais au-delà de cet appui théorique pour la réalisation de l'étude, il nous a fallu une méthodologie bien définie.

C'est ainsi que nous avons fait usage de la méthode clinique, principalement basé sur l'étude de cas. Le choix de cette méthode s'est justifié par sa capacité à fournir une analyse en profondeur des phénomènes dans leur contexte. Ainsi, suivant nos critères de sélection et de procédure de recherche, nous avons utilisé la technique d'échantillonnage non probabiliste, notamment l'échantillonnage par choix raisonné suivi par l'échelle post traumatic stress disorder checklist-5 Weathers et al (2013), pour obtenir notre échantillon, notamment deux femmes dont l'une âgée de 28 ans et l'autre âgée de 20 ans, et un homme âgé de 44 ans au Trauma Centre Cameroun (TCC) dont leur traumatisme psychique suite à la survenue de la guerre était encore actuel. Après l'élaboration du guide d'entretien, les données ont été collectées au travers des entretiens semi-directifs. Nous avons eu deux rencontres avec chacun d'eux. La première dédiée à recueillir les données sociodémographiques des participants et à la passation de PCL-5 et la seconde dédiée à l'entretien proprement dit. La technique d'analyse nécessaire à l'analyse des résultats a été celle de contenu et spécifiquement l'analyse de contenu thématique.

Cette analyse s'est structuré autour des thèmes suivants : la survenue du trauma, le vécu traumatique de guerre, le remaniement identitaire et enfin le vécu traumatique et remaniement identitaire. Au bout de cette analyse, les résultats ont montré que la survenue du trauma plonge les réfugiés dans un état de sidération, d'effroi et d'effraction caractérisé par leur incapacité à donner du sens à ce qui s'est passé. Ce qui engendre chez certains sujets un bouleversement majeur dans leur vie. En plus, le traumatisme psychique était encore présent chez les participants et participantes non seulement grâce aux scores significatifs obtenus à l'échelle de Post-traumatique stress checklist (respectivement 39, 38, 39) mais aussi à travers des réactions émotionnelles (peur, colère, désespoir, culpabilité, tristesse, etc.) et les réactions somatiques (troubles du sommeil, troubles de l'appétit et les troubles de mémoire et de concentration).

En ce qui concerne l'identité ou le sentiment d'identité post-traumatique de ces réfugiés, les résultats montrent que face au traumatisme de guerre, certains réfugiés mobilisent un ensemble de ressources ou mécanismes de défense tels que les capacités créatrices, la

spiritualité, la rationalisation, ainsi que le recours à l'imaginaire et à un environnement favorisant ou soutenant à travers lesquelles s'activent plusieurs stratégies nécessaires leur permettant de s'adapter et de maintenir une certaine stabilité identitaire. Certains d'entre eux parviennent à redéfinir le cours de leur vie tout en préservant un sentiment d'unité personnelle, de cohérence, de différence et de continuité temporelle grâce aux ressemblances ou rapprochements des pratiques et valeurs culturelles qui sont des facteurs favorisants pour l'autorégulation et la stratégie de coping chez ces réfugiés. Car, il est ressorti dans nos entretiens avec nos participants que, la retrouvaille de certains symboles et des marqueurs d'identité tels que les vêtements, le couscous de maïs et manioc, du cook et de certains plats leurs donnent la joie et le sentiment d'appartenance malgré le déplacement forcé. Ceci nous l'avons observé également pendant les partages de repas offert par le Trauma Centre Cameroun. Parmi les différents menus offerts aux réfugiés, la plupart d'eux choisissent les couscous et manifestent des émotions positives pendant et après le repas. Ce qui sous-tend que l'angoisse ou le sentiment de la perte de l'art culinaire est comblé dans le pays d'accueil.

Les résultats de cette étude accordent donc une pertinence clinique à notre hypothèse de départ tout en réitérant la nécessité d'une prise en charge psychologique précoce ou immédiat après les conflits armés. De plus, cette étude a dévoilé l'importance de prendre en compte l'unicité et la singularité des réfugiés dans des situations potentiellement traumatisantes de guerre afin de les aider à retrouver leurs capacités auto-organisationnelles momentanément perdues et de ne pas les considérer comme des réfugiés en déficit des ressources. Car le fait de se sentir capable peut avoir une influence importante sur la représentation que ces sujets ont d'eux-mêmes (Mezza, Lhuilier & Loarer, 2016). En outre, elle a mis en exergue l'utilité d'un suivi psychologique des victimes des conflits armés pour une implication conséquente dans leur rôle familial, communautaire et professionnel. Et ce qui va aussi permettre au Cameroun ou tout pays accueillant des réfugiés de parfaire son émergence et plus encore son développement.

En perspective, pour continuer à questionner le retentissement du traumatisme de guerre sur l'identité, une étude clinique objectivante est envisageable. Il s'agira d'évaluer le retentissement du traumatisme psychique de guerre sur l'identité en tenant compte des différences marquantes entre les contextes migratoires. Autrement dit, entreprendre une recherche comparative, afin d'analyser les retentissements des différents contextes migratoires sur le remaniement identitaire des réfugiés.

REFERENCES BIBLIOGRAPHIQUES

- Alan, C. M. (2009). *Stress, coping, and development: An integrative perspective*. Guilford.
- Agence des Nations Unies pour les réfugiés, (2020). « *Rapport statistique du HCR : Tendances mondiales 2019* ».
- American Psychiatric Association (2003). *Manuel diagnostique et statistique des maladies mentales IV-TR (Textes Révisés)*. Masson.
- Barlow, D. H., & Craske, M. G. (1989). *Psychological Treatment of Panic*. Grawind Publications.
- Bitogo, J. B. (2018). *Effets des mutations sociales sur la construction identitaire. Une clinique interculturelle du sujet adolescent au Cameroun* (Doctoral dissertation, Normandie).
- Barrois, C. (1998). *Les névroses traumatiques*. Dunod.
- Bokanowski, T. (2005). Variations sur le concept de “traumatisme” : traumatisme, traumatique, trauma 1. *Revue française de psychanalyse*
- Bokanowski, T. (2010). Du traumatisme au trauma : Les déclinaisons cliniques du traumatisme en psychanalyse. *Psychologie clinique et projective 1, 16, 9-27*.
- Bokanowski, T. (1988). Entre Freud et Ferenczi : le traumatisme. *Revue Française de Psychanalyse, 6 (1), 1285-1304*.
- Bokanowski, T. (1999). *Traumatisme, traumatique et trauma*. Editions in Press
- Beck, A. T. (1963). Thinking and depression: Idiosyncratic content and cognitive distortions. *Archives of General Psychiatry, 9, 324-333*.
- Beck, A. T. (1979). *Cognitive therapy of depression*. Guilford Press.
- Beck, A.T. (1976). *Cognitive therapies and emotional disorders*. New American.
- Beck, J.S. (1996). Cognitive Therapy of personality Disorders in P. M. Salkovskis (Eds), *Frontiers of Cognitive Therapy* (pp. 207-225). Guilford Press.
- Camilleri, C. (1996/7). Les stratégies identitaires des immigrants. Dans J-C. Ruano-Borbalan (dir.) (1998), *L'identité : l'individu, le groupe, la société*, (pp 253-257). PUF.
- Catteeuw, M., & Fernandez, L. (2001). *La recherche en psychologie clinique*. Nathan
- Cottraux, J., & Blackburn, I.M. (1995). *Thérapies cognitives des troubles de la personnalité*. Masson.

- Cottraux, J., Bouvard, M., & Légeron, P. (1985). *Méthodes et échelles d'évaluation des comportements*. Editions EAP.
- Crocq, L. (1974). Stress et névrose de guerre. *Psychologie Médicale*, 6 (8), 1493-1531
- Crocq, L. (1999). *Les traumatismes psychiques de guerre*. Odile Jacob.
- Crocq, L. (2001). Perspectives historiques sur le trauma. In De Clercq, M., Lebigot, F. (Eds.), *Les traumatismes psychiques* (pp. 23-64). Masson.
- Crocq, L. (2014). *Traumatismes psychiques : Prise en charge psychologique des victimes*. Elsevier Masson.
- De Clercq, M. & Dubois, V. (2001). *Le traumatisme psychique*, in M. de Clercq, F ... Les Traumatismes psychiques, Masson.
- Dubar, C. (1998). *Socialisation et construction identitaire*. Dans J-C. Ruano-Borbalan (dir.) *L'identité : l'individu, le groupe, la société*, (pp.135-141). PUF.
- Dubar, C. (2010). *La crise des identités. L'interprétation d'une mutation*. PUF
- Drweski, P. (2015). *L'identité à l'épreuve du déplacement : étude d'une population expatriée*. Thèse de doctorat en psychologie, Université Paris-Descartes, Paris-Descartes
- Ellis, A. (1999). *Dominez votre anxiété avant qu'elle ne vous domine*. Les Éditions de l'Homme.
- Ferenczi, S. (1918). Psychanalyse des névroses de guerre. In *Rapport présenté au Ve Congrès internationale de psychanalyse de Budapest*, 3, 27-43.
- Freud, S. (1920). *Au-delà du principe de plaisir*. Payot.
- Freud, S. (1923). Le moi et le ça. Dans S. Freud, *Essais de psychanalyse* (S. Jankélévitch, Trad.). Payot
- Ferenczi, S. (1978). *Psychanalyse des névroses de guerre*. Payot.
- Ferenczi, S. (1982). *Réflexions sur le traumatisme*. Payot
- Fortin, M. F. (2005). Fondements et étapes du processus de la recherche. *Chenelière éducation*
- Fortin, M- F. et Gagnon, J. (2016). *Fondements et étapes du processus de recherche : Méthodes quantitatives et qualitatives (3e édition)*. Chenelière éducation
- Fonkeng, E. ; Chaffi, S. & Bomda J. (2014). *Précis de méthodologie de recherche en sciences sociales*. Yaoundé-Cameroun : ACCOSUP.

- Goula Tojuin, B. (2019). Sentiment de vulnérabilité post traumatique chez les accidentés graves de la route et lien à l'autre. (Mémoire de Master 2). Université de Yaoundé 1, Yaoundé.
- Goula, Tojuin, B. (2022). Vivre avec un enfant atteint de déficience intellectuelle : Du vécu de la réalité de handicap au remaniement identitaire. Thèse de doctorat, Université Yaoundé 1, Yaoundé.
- Ganem, R. & Hassan, G. (2013). Identité, fratrie et immigration : étude exploratoire sur les contributions des relations fraternelles à la construction identitaire de jeunes adultes immigrants au Québec. *Enfances, Familles, Générations*, 19, 108-126.
- Ganem, R. & Hassan, G. (2019). Lien fraternel et renégociation identitaire chez des jeunes adultes immigrants au Québec. *Revue québécoise de psychologie*, 40(1), 87-109. <https://doi.org/10.7202/1064923ar>
- HCR- L'Agence des Nations Unies pour les Réfugiés, 2019, Rapport global 2018, 131P.
- Janet, P (1889, 2005). *L'Automatisme Psychologique*. Harmattan
- Janet, P (1919, 2007). *Les Médications Psychologiques*. Harmattan.
- Kaës, R. (2010). Le sujet, le lien et le groupe. Groupalité psychique et alliances inconscientes. *Cahiers de psychologie clinique*, 1(34),13-40. <https://doi.org/10.3917/cpc.034.0013>.
- Konfo Tcholong, C.I. (2018). *Processus de construction de l'identité maternelle et troubles de la relation mère adolescente-enfant : étude de cas*. Mémoire de master 2 en psychologie, Université de Yaoundé 1, Yaoundé.
- Lassailly-Jacob, V., Marchal, J. Y., & Quesnel, A. (1999). *Déplacés et réfugiés. La mobilité sous contrainte*, IRD, coll. Colloques et Séminaires
- Lebigot, F. (2001). *Traiter les psychotraumatismes*. Dunod.
- Lebigot, F. (2005). *Traiter les traumatismes psychiques. Clinique et prise en charge*. Dunod.
- Lebigot, F. (2006). L'évolution du trauma sous transfert. *Revue francophone du Stress et du Trauma*, 6 (2), 71-77.
- Letalle, L. (2017). Autorégulation et hétérorégulation en situation d'apprentissage d'itinéraires chez des adolescents et des jeunes adultes présentant une déficience intellectuelle « Thèse en vue de l'obtention du grade en Psychologie, université Charles de Gaulle ».
- Lipiansky, E. M. (1992). *Identité et Communication*. PUF

- Lipiansky, E. M. (1995). L'identité à l'articulation du psychologique et du social, *Revue Internationale de Psychosociologie*, 2(2)
- L'agence des nations unies pour les réfugiés. (2010). La convention de 1951 relative au statut des réfugiés. Unhcr.<https://www.unhcr.org/fr>.
- Maguiabou, T. A. (2015). Grossesse précoce et construction de l'identité maternelle chez l'adolescente camerounaise. Thèse de doctorat, Université Yaoundé 1, Yaoundé.
- Mahamat, A. (2021). Déplacés et réfugiés au Cameroun : profils, itinéraires et expériences à partir des crises nigériane et centrafricaine. *Canadian Journal of African Studies/Revue canadienne des études africaines*
- Marie-Ange, N. (2018). Reconstruction identitaire en contexte d'exil : une recherche heuristique. (Mémoire de Master 2). Université du Québec, Rimouski
- Mélanie, V. (2017). L'accueil des réfugiés : complexité, résilience et créativité. *Revue québécoise de psychologie*, 38(3), 1-4
- N'da, P. (2015). *Recherche et méthodologie en sciences sociales et humaines*. L'Harmattan.
- Nguimfack, L et al. (2009). L'hypothèse du renforcement du sentiment d'identité dans la thérapie familiale systémique des familles africaines immigrées dans la France contemporaine. *Cahiers critiques de thérapie familiale*, 1 (42), 285-30
- Nader-Grosbois, N. (2007). *Régulation, autorégulation, dysrégulation : pistes pour l'intervention et la recherche*. Editions Mardaga Collines.
- Nader-Grosbois, N. (2007a). Vers un modèle intégré de l'autorégulation et de l'hétérorégulation. *Dans N. Nader-Grosbois (Ed), Régulation, autorégulation, dysrégulation (pp.15-30). Mardaga*
- Nader-Grosbois, N. (2009). *Résilience, régulation et qualité de vie : Concepts, évaluation et intervention*. Presses universitaires de Louvain.
- Nathalie, G. (2010). Processus de reconstruction identitaire d'un artiste réfugié. Mémoire de Master 2. Université Laval Québec
- Ovambé Mbarga, G-B, (2016). État acrophobique et vécu traumatique au parcours du combattant chez les recrues de l'armée camerounaise : Une étude de cas. (Mémoire de Master 2). Université de Yaoundé 1, Yaoundé

- Ovambé Mbarga, G-B & Nguimfack, L. (2022). *Expériences mystico-culturelles dans les psychotraumatismes de guerre en Afrique : Cas de quatre soldats camerounais*. Djiboul, N°003, Vol.2
- Organisation de la coopération pour le développement économique (OCDE), (2020). *Perspectives des migrations internationales 2019*. Tableau 1.8
- ONU. (2020). *Migration Cameroun*. <https://www.iom.int/fr/countries/Cameroun>
- IOM. (2023) OCHA [DisplacementTrackingMatrix (DTM), Multi-Sectorial Needs Assessment (MSNA)
- Solomon, E. P., & Heide, K. M. (1999). Type III trauma : Toward a more effective conceptualization of psychological trauma. *International Journal of Offender Therapy and Comparative Criminology*
- Sillamy, N. (2010). *Dictionnaire de psychologie*. Larousse.
- Scelle, R. (2010). Confrontation à la mort d'un frère et construction psychique. *Le Carnet PSY*, 6, 146, 34-43.
- Tap, P. (1980). *Introduction. Dans Identités collectives et changements sociaux*, Colloque international (P. 11-15), Toulouse, septembre. Toulouse : Privat.
- Tcholakova, A. (2016). Le remaniement identitaire et maintien de la cohérence biographique. *1(7), 1-51*. <http://journals.openedition.org/sociologie/2712>
- Young, J., & Klosko, J. (1993). *Je réinvente ma vie*. Bruxelles : De Boeck Université.
- Young, J., Weishaar, M., & Klosko, J. (2005). *La thérapie des schémas*. Bruxelles : De Boeck.
- Zubeyit, G. (2013). Santé mentale et migration forcée : santé mentale, traumatisme, acculturation et reconstruction dans les différents contextes de migration forcée. *Editions universitaires européennes*

ANNEXES

ANNEXE 1 : ATTESTATION DE RECHERCHE

REPUBLIQUE DU CAMEROUN
PAIX-TRAVAIL-PATRIE

MINISTERE DE L'ENSEIGNEMENT
SUPERIEUR

UNIVERSITE DE YAOUNDE I

FACULTE DES ARTS LETTRES ET
SCIENCES HUMAINES

DEPARTEMENT DE PSYCHOLOGIE

LABORATOIRE DE PSYCHOLOGIE DU
DEVELOPPEMENT ET DU MAL
DEVELOPPEMENT



REPUBLIC OF CAMEROON
PEACE-WORK-FATHERLAND

MINISTRY OF HIGHER EDUCATION

UNIVERSITY OF YAOUNDE I

FACULTY OF ARTS, LETTERS AND
SOCIAL SCIENCE

DEPARTMENT OF PSYCHOLOGIE

LABORATORY OF PSYCHOLOGY OF
DEVELOPMENT AND MAL
DEVELOPMENT

ATTESTATION DE RECHERCHE

Je soussigné, NGUIMFACK Léonard, Professeur au département de psychologie, atteste Monsieur **DJIKOLMBAYE Désiré**, matricule 19L543 a libellé son mémoire de Master en psychologie, option psychopathologie et clinique : « *vécu traumatique de guerre et remaniement identitaire chez les réfugiés centrafricains* ». Ce travail de recherche, qui s'effectue sous la direction du Professeur NGUIMFACK léonard, enseignant au Département de psychologie, nécessite une investigation sur le terrain, en vue de la collecte des données indispensables à sa finalisation.

En foi de quoi la présente attestation lui est délivrée pour servir et valoir ce que de droit.

Fait à Yaoundé le 14/03/2024

Nguimfack Léonard
Professeur Titulaire des Universités

ANNEXE 2 : FORMULAIRE DE CONSENTEMENT ÉCLAIRÉ DE JEZABEL

REPUBLIQUE DU CAMEROUN
Paix- Travail - Patrie
UNIVERSITE DE YAOUNDE I
CENTRE DE RECHERCHE ET DE
FORMATION DOCTORALE EN
SCIENCES HUMAINES, SOCIALES ET
EDUCATIVES



REPUBLIC OF CAMEROON
Peace- Work - Fatherland
UNIVERSITY OF YAOUNDE I
POSTGRADUATE SCHOOL FOR
THE SOCIAL AND EDUCATIONAL
SCIENCES

FORMULAIRE DE CONSENTEMENT ÉCLAIRÉ

Engagement du chercheur

Moi, DJIKOLMBAYE Désiré, m'engage à procéder à cette étude conformément éthique qui s'appliquent aux projets comportant la participation de sujets humains.

Consentement du participant

Je... *Jezabel* /code du participant /....., confirme avoir lu et compris la notice d'information au sujet du projet « *Vécu traumatique de guerre et remaniement identitaire chez les réfugiés centrafricains au Cameroun* ». J'ai bien saisi les conditions, les risques et les bienfaits éventuels de ma participation. On a répondu à toutes mes questions à mon entière satisfaction. J'ai disposé de suffisamment de temps pour réfléchir à ma décision de participer ou non à cette recherche. Je comprends que ma participation est entièrement volontaire et que je peux décider de me retirer en tout temps, sans aucun préjudice.

J'accepte donc librement de participer à ce projet de recherché

Signature de la participanté

Date

Signature de l'enquêteur

Date

05/12/2024

Nous vous remercions de votre participation.

ANNEXE 3 : FORMULAIRE DE CONSENTEMENT ÉCLAIRÉ DE MARIE

REPUBLIQUE DU CAMEROUN
Paix- Travail - Patrie
UNIVERSITE DE YAOUNDE I
CENTRE DE RECHERCHE ET DE
FORMATION DOCTORALE EN
SCIENCE HUMAINES, SOCIALES ET
EDUCATIVES



REPUBLIC OF CAMEROON
Peace- Work - Fatherland
UNIVERSITY OF YAOUNDE I
POSTGRADUATE SCHOOL FOR
THE SOCIAL AND EDUCATIONAL
SCIENCES

FORMULAIRE DE CONSENTEMENT ÉCLAIRÉ

Engagement du chercheur

Moi, DJIKOLMBAYE Désiré, m'engage à procéder à cette étude conformément éthique qui s'appliquent aux projets comportant la participation de sujets humains.

Consentement du participant

Je, Mari...../code du participant /....., confirme avoir lu et compris la notice d'information au sujet du projet « *Vécu traumatique de guerre et remaniement identitaire chez les réfugiés centrafricains au Cameroun* ». J'ai bien saisi les conditions, les risques et les bienfaits éventuels de ma participation. On a répondu à toutes mes questions à mon entière satisfaction. J'ai disposé de suffisamment de temps pour réfléchir à ma décision de participer ou non à cette recherche. Je comprends que ma participation est entièrement volontaire et que je peux décider de me retirer en tout temps, sans aucun préjudice.

J'accepte donc librement de participer à ce projet de recherché

Signature de la participante

Date 05-12-2024 Signature de l'enquêteur

Date

05/12/2024

Nous vous remercions de votre participation.

ANNEXE 4 : FORMULAIRE DE CONSENTEMENT ÉCLAIRÉ DE MOÏSE

REPUBLIQUE DU CAMEROUN
Paix- Travail - Patrie
UNIVERSITE DE YAOUNDE I
CENTRE DE RECHERCHE ET DE
FORMATION DOCTORALE EN
SCIENCES HUMAINES, SOCIALES ET
EDUCATIVES



REPUBLIC OF CAMEROON
Peace- Work - Fatherland
UNIVERSITY OF YAOUNDE I
POSTGRADUATE SCHOOL FOR
THE SOCIAL AND EDUCATIONAL
SCIENCES

FORMULAIRE DE CONSENTEMENT ÉCLAIRÉ

Engagement du chercheur

Moi, DJIKOLMBAYE Désiré, m'engage à procéder à cette étude conformément éthique qui s'appliquent aux projets comportant la participation de sujets humains.

Consentement du participant

Jc.M. Moïse /code du participant /...../....., confirme avoir lu et compris la notice d'information au sujet du projet « *Vécu traumatique de guerre et remaniement identitaire chez les réfugiés centrafricains au Cameroun* ». J'ai bien saisi les conditions, les risques et les bienfaits éventuels de ma participation. On a répondu à toutes mes questions à mon entière satisfaction. J'ai disposé de suffisamment de temps pour réfléchir à ma décision de participer ou non à cette recherche. Je comprends que ma participation est entièrement volontaire et que je peux décider de me retirer en tout temps, sans aucun préjudice.

J'accepte donc librement de participer à ce projet de recherché

Signature de la participanté

Date

Le 05/12/24

Signature de l'enquêteur

Date

06/12/2024

Nous vous remercions de votre participation.

ANNEXE 5 : NOTICE D'INFORMATION

REPUBLIQUE DU CAMEROUN
Paix- Travail - Patrie
UNIVERSITE DE YAOUNDE I
CENTRE DE RECHERCHE ET DE
FORMATION DOCTORALE EN
SCIENCES HUMAINES, SOCIALES ET
EDUCATIVES



REPUBLIC OF CAMEROON
Peace- Work - Fatherland
UNIVERSITY OF YAOUNDE I
POSTGRADUATE SCHOOL FOR
THE SOCIAL AND EDUCATIONAL
SCIENCES

NOTICE D'INFORMATION

INVITATION A PARTICIPER A UNE RECHERCHE PORTANT SUR “VECU TRAUMATIQUE DE GUERRE ET REMANIEMENTS IDENTITAIRES CHEZ LES REFUGIES CENTRAFRICAINS AU CAMEROUN”

Mme, Mlle, M.

Cette recherche pour laquelle votre participation est sollicitée porte sur « *Vécu traumatique de guerre et remaniement identitaire chez les réfugiés centrafricains au Cameroun : étude de cas* ». Elle vise à contribuer à l'accompagnement tant psychologique que social des réfugiés, une reconstruction bénéfique de l'identité.

Objectifs

L'objectif de cette étude est de comprendre l'effet du vécu traumatique de guerre sur le remaniement identitaire chez les réfugiés centrafricains au Cameroun. Les renseignements donnés dans cette notice visent à vous aider à comprendre exactement ce qu'implique votre éventuelle participation à la recherche et à prendre une décision éclairée à ce sujet. Nous vous demandons donc de lire le formulaire de consentement attentivement et de poser toutes les questions que vous souhaitez. Vous pouvez prendre tout le temps dont vous avez besoin avant de prendre votre décision.

Tâche

Votre participation à ce projet de recherche consiste à participer au minimum à trois entretiens. Il s'agira de partager avec le chercheur votre expérience traumatique de guerre.

Risques, inconvénients, inconforts

Vous ferez appel à ce que vous vivez dans cette situation de guerre. Dans bien des cas, cela peut susciter beaucoup d'émotions, mais chaque fois nous allons faire appel à des exercices de respiration et de relaxation afin de vous aider à retrouver le confort.

Bénéfices

Le bénéfice direct que vous pourrez tirer de la participation à cette recherche est la satisfaction éprouvée à travers la contribution à l'avancement des connaissances sur le vécu traumatique de guerre chez les réfugiés ainsi que le devenir de leur identité. Vous aurez également l'occasion de vous décharger émotionnellement en vous exprimant sur le sujet. Aucune compensation monétaire n'est accordée mais nous allons payer votre frais de taxi à chaque rencontre.

Confidentialité

Les données recueillies par cette étude sont soumises à l'exigence de confidentialité. Les résultats de la recherche, qui pourront être diffusés sous forme d'articles, de rapport de recherche ou de communications à des congrès scientifiques, ne permettront pas de vous identifier, sauf si vous le désirez. Les données recueillies seront conservées sur support numérique dans notre téléphone. L'accès aux extraits sera sécurisé par un mot de passe. Les données seront supprimées après la publication finale du rapport de recherche et des articles ; elles ne seront pas utilisées à d'autres fins que celles décrites dans le présent document.

Participation volontaire

Votre participation à cette étude se fait sur une base volontaire. Vous êtes entièrement libre de participer ou non et de vous retirer à tout moment sans préjudice et sans avoir à fournir d'explications.

Responsable de la recherche

Pour obtenir de plus amples renseignements ou pour toute question concernant ce projet de recherche, vous pouvez communiquer avec **DJIKOLMBAYE Désiré** par courriel à l'adresse suivante desiredjikolmbaye659@gmail.com ou au téléphone 695958862

ANNEXE 6 : GUIDE D'ENTRETIEN

Préambule

Bonjour. Je suis étudiant en Psychologie à l'Université de Yaoundé 1. Je mène une étude sur le vécu traumatique de guerre et remaniement identitaire chez les réfugiés centrafricains au Cameroun. Je m'intéresse surtout aux réfugiés centrafricains qui ont au préalable été traumatisés par l'expérience de la guerre. Je suis ravi de vous rencontrer aujourd'hui pour discuter de votre expérience en tant que réfugié centrafricain au Cameroun. Votre participation à cette recherche est très importante pour moi, car elle me permettra de mieux comprendre les défis que vous avez rencontrés et les stratégies que vous avez mises en place pour faire face à ces défis. L'entretien devrait durer environ 25mn à 35mn. Avant d'y arriver, j'aimerais que vous me permet d'enregistrer et de prendre des notes pendant nos entretiens. Je vous garantis la confidentialité de ces entretiens.

Identification

Identifiant :

Fratrie :

Age :

Niveau d'étude :

Sexe :

Religion :

Ethnie :

Thème 1 : Vécu du réfugié avant la guerre

Thème 2 : Contexte de la survenue du trauma

Thème 3 : Vécu du traumatisme de guerre

Thème 3 : Remaniement identitaire

Thème 5 : Vécu traumatique de guerre et remaniement identitaire

ANNEXE 7 : CORPUS DES ENTRETIENS AVEC JEZABEL

PREMIER ENTRETIEN

Cet entretien a eu lieu dans la salle de consultation psychologique de Trauma Centre Cameroun (TCC), Jeudi 05 Décembre 2024 à 13h50min. Sa durée est de 20 min 12 s.

Nous : bonjour Mme

Mme Jézabel : Oui bonjour Monsieur

Nous : Merci d'avoir honoré à ce rendez-vous et surtout d'avoir accepté de prendre part ce travail qui exige de vous de consacrer temps et énergie. Merci pour la disponibilité.

Mme Jézabel : je vous en prie monsieur

Nous : Alors avant de commencer, peux me parler de toi, ta présentation ;

Mme Jézabel : comme vous savez déjà que je suis une centrafricaine, mon nom c'est Jézabel, j'ai 28 ans et je suis l'aînée de ma famille, pour les études j'ai arrêté les cours en terminale à cause de la guerre niveau Bac. Hum, j'espère que c'est tout.

Nous : Ok d'accord Mme Jézabel, es-tu mariée ?

Mme Jézabel : Oui je suis mariée et j'ai 4 enfants aujourd'hui.

Nous : Merci bien pour ces informations. A présent, pouvez-vous me parlez un peu de vos projets de vie avant la guerre.

Mme Jézabel : Bon avant la guerre tout était bien, je fréquentais et j'étais sous la responsabilité de mes parents et je devrais composer le Bac, mais à cause de la guerre, je n'ai pas pu réaliser mes rêves.

Nous : pouvez-vous me dire en plus quels sont vos rêves que vous n'avez pas pu réaliser ?

Mme Jézabel : J'envisageais faire le Bac la parce qu'avec le Bac, je peux faire l'université et sortir quelque chose peut-être même devenir quelqu'un pour soutenir la famille, mais tu vois que c'est parti dans l'eau parce que je n'ai pu avoir le Bac je n'ai pas pu continuer les études comme j'avais pensé seulement c'est parce que mon père était mort et mon frère aussi était mort je n'avais personne pour me soutenir et pour me guider. C'est comme ça que quelqu'un est venu devant qu'il va m'acheter et le savon et je me suis mariée.

Nous : Ok, je vois. Avant cette guerre, y-a-t-il un événement marquant qui s'est produit dans votre vie ?

Mme Jézabel : Non, il y a aucun événement.

Nous : donc si je comprends bien, cette guerre a été le premier événement marquant que vous avez vécu.

Mme Jézabel : oui parce qu'avant quand il n'y avait pas la guerre on était en paix, tout le monde vaquait à ses préoccupations, il y avait la paix, il y avait la joie au sein de la famille donc tout allait bien, ce n'est que l'événement la qui était venu tout bouleverser.

Nous : D'accord. Pourriez-vous nous parler des rôles et fonctions que vous assumés dans votre famille et communauté ou société avant cet événement ?

Mme Jézabel : au sein de la famille, j'étais comme la deuxième maman de la maison, je m'occupais de mes petits frères, je m'occupais de maison puisque ma mère est vendeuse au marché et c'est moi qui prenais soigne de la maison. Je faisais le ménage, je prenais soigne de mes petits et lavais aussi leurs habits. Pour la communauté et la société, avant on n'avait pas des yeux sur ça, c'est maintenant avec l'évolution de la technologie là qu'on commence à créer les choses, mais entretemps les parents faisaient leur réunion et autres, mais nous les enfants ça ne nous concerne pas.

Nous : Et qu'est-ce qui s'est passé, sinon dans circonstance as-tu appris la nouvelle de la guerre ?

Mme Jézabel : tu sais bon l'événement surgit, tu sais que (2) 4h du matin comme ça là on attend les coups des armes, tu attends seulement les gens courraient, on parlait en sango « akoliakpé » qui veut dire les hommes fuyez parce que les rebelles sont entrés, ce sont les hommes qu'ils cherchaient à battre comme les sont les (3) (silence) , je peux dire quoi, les défenseurs de la familles ce sont les gens qui peuvent affronter les ennemis donc c'est beaucoup plus les hommes qu'ils cherchaient et nous les femmes ont fuyait ça même, on dit (akoliakpé), donc dans les sommeil comme ça tu attends seulement « akoliakpé », tu n'as même pas besoin de chercher à savoir ni arrêter un habit, tu peux arrêter quelques pour sortir avec, tu n'as même le temps de ça, d'autres sautaient par les fenêtres, par les portes donc tu cherches seulement un moyen de fuir parce que si tu restes et qu'ils arrivent, ils n'ont pas de pitié, ils n'ont pas de pitié et les gens là massacraient, ils massacraient même les bébés, ils massacraient (2fois).

Nous : Vraiment, je vois, dis-moi où étiez-vous au moment de cet événement ?

Mme Jézabel : nous sommes à la capital même, à Bangui même même (silence), il y a heu heu un de nos voisins qui était sorti (silence), il vendait au marché donc le musulman qui est ensemble avec lui , qui vendaient ensemble avec lui au marché lui a appelé que tôt le matin il vient lui livrer la marchandise alors que c'était un coup monté, quand il est arrivé, on lui a encerclé et ils ont fermé la porte sur eux, la porte du magasin au marché, dès qu'ils l'ont enfermés alors qu'il y avait déjà les rebelles permis ceux qui sont entrés, je ne sais pas si ce n'était pas encore son jour. Il a escaladé le mur donc de l'autre côté et tous ceux qui étaient ensemble dans la maison ont étaient tous tués donc il était le seul survivant.

TROISIEME ENTRETIEN

Cet entretien a eu lieu dans la salle de couture au service social, Mardi 10 Décembre 2024 à 14h00min. Sa durée est de 23 min 21 s.

Nous : Merci une fois de plus d'avoir honorez ce rendez-vous. La dernière fois vous disiez qu'il était très difficile pour vous de parler de votre souffrance à une tierce personne. À présent, je souhaite que tu nous dises un peu qu'est-ce que tu avais ressenti ou éprouvé au moment de cet événement ?

Mme Jézabel : Ce n'était pas facile (2fois), (silence et baisse la tête), je ne veux pas parler de ça par ce que quand je parle de ça, ça me ramène dans les choses passés.

Nous : Donc on retient que ce n'était pas facile !

Mme Jézabel : oui ce n'était pas facile, la peur, j'ai ressenti la peur donc façon que tu trembles comme ça, tu puisses sur toi et moi dès que j'attends seulement un coup d'arme, c'est comme si je vais chier, mais ça ne sort même pas, je ne fais que puiser sur moi donc thiéerr, tu es là tu sens que d'un moment à l'autre tu peux aussi partir, tu peux aussi partir, mon corps-là était vraiment hors, hors de moi.

Nous : Vraiment, d'accord, et dès lors comment se passent les échanges, les interactions en famille et de vos entourages ?

Mme Jézabel : bon c'est après, parce que quand on criait, mon père était parti de son côté, moi aussi j'étais partie de mon côté donc chacun cherchait seulement à se sauver et c'est après lorsqu'il y a un peu un calme qu'on commence à se rechercher, rechercher les enfants, qu'ils sont partis sont partis où ? Si peut-être quelqu'un à trouver un enfant commence à donner la lettre qu'il a trouvé un enfant ici que ses parents peuvent venir le chercher et c'était comme ça

qu'on a pu retrouver mes frères. Je parle de ma famille, et c'était comme ça qu'on s'est mis ensemble jusqu'à ce que l'événement soit...thir.

Nous : Avec ce parcours assez chargé, qu'est-ce que cette situation a apporté comme changement dans votre vie ?

Mme Jézabel : Oui il y a eu un peu de changement et même maintenant ma manière de voir les choses à changer. Au paravent, je m'accentué trop aux événements passés. À chaque fois que je me bats et que je vois que c'est difficile là ça m'envoi encore en arrière, tchir et ça me met dans un état (2fois) défavorable.

Nous : d'accord, et avez-vous changer votre manière d'interagir avec les gens depuis les événements de la guerre ? si oui, comment ?

Mme Jézabel : ça arrive, ça arrive, de fois je reste comme ça là si j'ai les problèmes avec les autres, ma manière de réagir la donc, je me rappelle des choses que j'ai suivi donc je veux verser la colère donc qu'une situation se présente devant donc si j'ai un petit problème donc je veux tout c'est comme si je veux toujours tout versé donc je n'arrivais pas à me maîtriser devant une difficulté parce que vraiment la guerre là ça m'a trop trop traumatisée (silence) quelqu'un avec qui tu es tu parles maintenant maintenant la dès qu'elle se déplace un peu on t'a dit qu'il est déjà mort, ce n'est pas facile. (Silence) et avec ce que les les rebelles ont fait avec certains membres de ma famille, on attache, on te torture avant de t'assassiné (silence) jusqu'à je me dit que je ne peux jamais me mettre avec un musulman donc si je un musulman se présent devant moi soit c'est lui qui me tue ou soit c'est moi qui le tue parce que ça me donne la rage pour tout ce qu'ils ont fait, ce n'est pas pardonnable (2fois) du tout.

Nous : d'accord, si je comprends bien on peut dire que cette guerre a apporté des changements dans votre vie. Peux-tu me raconter un peu cela ?

Mme Jézabel : certes que la guerre a modifié les visions que j'avais au début ce n'était pas ça, comme la guerre est venue changer, les choses doivent avancer, je ne dois pas m'attarder sur les faits que je n'ai pas pu réaliser mes objectifs ou mes rêves parce que mon objectif comme je vous ai dit, je voulais être la technicienne de laboratoire et vu que ça n'a pas donné et la personne qui devrait me soutenir était morte et y a personne pour me soutenir. Et la vie que j'ai mené avant n'étais pas facile et jusqu'à présent je ne veux pas parler de ça parce que c'est une honte, nous sommes obligés d'aller se vendre d'abord pour avoir de quoi à manger, ce n'est pas une bonne chose, mais grâce à Dieu, j'ai ça même une foyer et Dieu merci les désordres que je

faisais avant je n'ai pas eu un enfant jusqu'à ce que j'aie un petit foyer avant que Dieu m'ait donné des enfants.

Nous : ok, mais dis-moi avec tout ce que tu as traversé, as-tu des projets pour l'avenir ?

Mme Jézabel : si tu n'as pas de projet, c'est que tu es tu n'as pas (2 fois) de repère, là où je suis mon projet c'est que Dieu m'accorde la grâce et la longévité avec les formations que je fais ici au Trauma, je vais sortir entrer dans la vie active dont je voudrais dire que je vais travailler à mon propre compte, cela me permettra de répondre aux petits besoins de ma maison en attendant que ce que Dieu fait de bon parce que l'avenir je mets en Dieu. Aussi avec ce que TCC fait, j'ai le projet d'aller auprès de ce qui traversent ce moment d'aller envers eux, dialoguer aussi avec eux afin qu'ils puissent surmonter aussi comme mon cas donc si Dieu me donne la capacité, je vais les accompagner aussi comme ça.

Nous : alors, peux-tu me dire davantage comment après la guerre tu as pris les choses à main pour arriver jusqu'à présent ?

Mme Jézabel : je me suis dit que si je ne suis pas morte lors des événements, c'est que j'ai les choses à faire donc je ne dois pas me mettre toujours en arrière donc de réfléchir toujours aux choses qui sont passées. Je vois la vie avant et j'avance, c'est comme ça que j'ai su ça même à surmonter certaines épreuves donc grâce au fond qu'on mettait, on partait travailler dans les champs des gens bien que ce n'était pas facile, mais on a espoirs que un jour ça va aller jusqu'à ce que je quitte de Garoua boulai pour arriver ici à Yaoundé et ma situation actuelle par rapport à ma situation passée, il y a une grande différence.

Nous : Grande différence ? Laquelle par exemple ?

Mme Jézabel : bon aujourd'hui ça même j'ai une maison là où ça même habitable et maintenant avec le peu que j'ai, je pouvais manger ce que je veux donc je peux dire que je suis ça même un peu indépendante par rapport à la dernière fois donc au temps passés c'était pas facile il faut que je pars ça même me battre avant d'avoir quelque chose pour survivre et là où on dormait même c'était pas facile parce que quand il pleuvait, l'eau entraînait sous les bâches et tu es obligé d'être éveillé jusqu'à ce que le jour se lève.

Nous : D'accord, peut-on dire que votre environnement vous a aidé à traverser ce moment difficile ?

Mme Jézabel : oui il y a un impact positif et négatif de l'environnement parce que je parle de notre côté d'abord nous les réfugiés on se soutenait, c'est ce qui fait notre force, oui on se

soutenait, mais du côté des nationaux vraiment ils nous torturent, imaginez que le matin comme ça tu n'as rien mangé et tu pars travailler espérant qu'à la fin tu peux avoir quelques choses, mais à la fin quelqu'un dit qu'il n'a rien à te donner, tu rentres comme ça et c'est grâce à la solidarité entre nous que tu peux avoir même une petite achète de riz et c'est même le riz simple, mais l'essentiel c'est d'avoir quelque chose pour mettre sous les dents et vu cela ça te pousse un peu loin à quitter ce milieu pour aller devant pour chercher peut-être si y a le meilleur. C'était comme ça ce qui m'a motivé à avancer.

Nous : vraiment, rendue à ce niveau, as-tu ce sentiment que ta vie continue malgré tout ce que tu as subi ?

Mme Jézabel : Oui, parce que je suis toujours en vie, à chaque fois, à chaque étape de ma vie, je me suis dit si je n'étais pas morte pendant la guerre c'est que j'ai un avenir devant moi et Dieu a un plan pour moi. C'est un vent qui souffle, ça passe et la vie continue.

Nous : Alors, dis-nous y aurait-il quelques choses de spécifique que tu souhaites partager avec moi avant la fin de cette rencontre ? Si oui, je t'écoute.

Mme Jézabel : par rapport au projet que j'ai parlé dessus si avec votre participation si on peut aller dans les provinces, les sites des réfugiés, ce n'est pas seulement ici à Yaoundé si on peut aller aussi là-bas aider les autres à surmonter parce que ce n'est pas facile, ce n'est pas facile, on est ici comme ça alors que y a aussi les autres personnes qui n'arrivent pas à surmonter et qui n'arrivaient pas à décharger la colère et ça les ronges et ce qui fait que ça bloque aussi leurs épanouissement, leur avancement dans la vie active dont vraiment si y a un appui pour ça ou s'il plaît à Dieu avec votre mémoire si on peut vraiment approuvé de voir ce lien-là d'aider les autres là à pouvoir s'en sortir.

Nous : D'accord Mme Jézabel, nous avons accueilli avec enthousiasme votre projet et nous allons nous pencher dessus pour une prise en charge holistique des réfugiés. Une fois de plus, merci grandement d'avoir répondu présente et d'avoir contribué à la concrétisation de ce travail de recherche. Continue dans cette lancée, car tu es vraiment une femme forte, battante et déterminée.

ANNEXE 8 : CORPUS DES ENTRETIENS AVEC MARIE

PREMIER ENTRETIEN

Cet entretien a eu lieu dans la salle de consultation psychologique au TCC, Jeudi 05 Décembre 2024 à 15h20min. Sa durée est de 25 min 44 s.

Nous : bon après-midi Mme Marie

Mme Marie : merci bien, également à vous.

Nous : Bien que je connaisse déjà ton nom, peux-tu te présenter une fois de plus ?

Mme Marie : je m'appelle Marie et je suis une centrafricaine, mon ethnie c'est banta et j'ai 2 frères. Dans la famille je suis la seule fille, l'aîné de la famille.

Nous : Ok, tu as quel âge ?

Mme Marie : j'ai 20 ans.

Nous : À présent, est-ce que tu peux nous parler de tes projets de vie avant la guerre ?

Mme Marie : Avant la guerre j'ai beaucoup de rêves, continuer mes études afin de devenir une avocate pour aider ma famille et mon pays, mais ça n'a pas été le cas puisque même mes amies disent que je bavarde trop et je transforme toujours là faute à la raison.

Nous : vraiment, je vois, mais avant cette guerre, Y-a-t-il un évènement marquant qui s'est produit dans ta vie ?

Mme Marie : avant la guerre non, il n'y a rien de grave qui s'est passé.

Nous : ok, Parle nous de tes rôles et fonctions que tu as assumés dans la famille et société avant la guerre.

Mme Marie : Bon mon rôle dans la famille, je soutiens ma mère pour les travaux de la maison et je l'aide aussi son atelier comme elle est couturière et surtout surtout le jour qu'elle est malade, je suis comme la deuxième mère de la maison.

Nous : d'accord, et comment décris-tu ton statut social et ton niveau de vie avant la guerre ?

Mme Marie : avant la guerre, on vivait dans la famille, il y avait la paix, il y avait la joie, on vit bien et je peux dire que nous sommes en harmonie.

Nous : Ok, à présent, est-ce que tu peux me décrire les circonstances dans lesquelles la guerre à commencer ?

Mme Marie : Je suis à la maison avec mon petit frère lorsque la guerre a commencé il y a des bruits des armes et on ne sait que faire et où aller puisqu'entre temps je n'avais que 12 – 13 ans, même maintenant je ne peux jamais oublier ce jour.

Nous : Habon ? T'es-tu préparée à vivre un tel événement ?

Mme Marie : non monsieur, est-ce qu'on s'attend à des événements comme la guerre ? Non, la guerre nous a surpris à la maison (silence et baisse la tête) non pas du tout.

Nous : Alors, vu que tu n'étais pas préparée à une telle situation, comment tu l'as vécue ?

Mme Marie : très mal et je me pose souvent la question et m'accusais moi-même si on m'a accouché hors du pays où dans un autre pays je ne serai pas comme aujourd'hui, thirrr, les choses comme ça. J'ai juste été dégoûtée de voir les gens mourir et on continue à tuer les gens, tu imagines, (silence), c'est difficile.

Nous : Vraiment, peux-tu essayer de nous dire un peu comment tu te sentais pendant cette période de la guerre.

Mme Marie : pendant la guerre, je me sens en insécurité, je me sens perdu, c'est comme si j'ai perdu quelques choses qui est en moi. Parfois il y a la peur et même maintenant je peux rester comme ça et avoir peur pour rien et ça me rend triste. Même quand je parle de la guerre, il y a certaines choses qui reviennent, les images des gens qu'on a tué, comment on court pour aller à l'église.

Nous : D'accord, et vu le chemin que vous avez parcouru, avec les difficultés rencontrées, comment ont été vos échanges, interactions, la communication avec les membres de la famille et entourage ?

Mme Marie : Bon comme je vous ai dit avant la guerre, au moment que la guerre a commencé, ma mère et mes autres frères sont, sont sortis et j'étais restée seule avec le plus petit, je peux dire il n'y a pas vraiment d'échange, d'interactions ni communication à vrai, tout ce que tu peux attendre c'est que les rebelles viennent de tuer telle personne, ils sont dans tel endroit (silence) hum.

DEUXIEME ENTRETIEN

Cet entretien a eu lieu dans la salle de couture au service Social du TCC, Mardi 10 Décembre 2024 à 15h 35min. Sa durée est de 26 min 04 s.

Nous : Merci d'avoir une fois de plus accepter cette rencontre. Vous nous avez dit la dernière fois que vous étiez à la maison au moment que la guerre surgie. Dites-nous quel âge as-tu en cette période ?

Mme Marie : j'avais entre 11 à 12 ans entre temps comme ça, mais c'est n'était pas facile.

Nous : Donc en clair, on retient que c'est n'était pas facile.

Mme Marie : non, non, non monsieur jusqu'à présent ce n'est pas facile, mais on fait avec puisque que nous avons subi beaucoup de choses par exemple les viols, les cadavres, nous frères étaient torturés et tués devant nous, hum moi aussi j'ai été violée (silence) et les gens du quartier me doigts et parle de ça, c'est pourquoi ma grand-mère a décidé de m'amener au village et nous sommes arrivés au village après ça au village même je ne sais pas si c'est les enfants de ma grand-mère qui ont parlé de ça aux gens du village et même à l'école les gens en parlent et je me sentais tout seule. C'est pourquoi ma grand-mère m'a confié à un chauffeur qui m'a amenée ici, il m'a d'abord laissé à Garoua boulaï, le temps de chercher de l'argent avant de venir à Yaoundé.

Nous : Ok ! Avant la guerre, comment est-ce que tu te représentes et tu te considères ?

Mme Marie : avant la guerre par exemple comme avant je ne suis pas comme ça, avant là je ne réfléchis pas, mais maintenant là je réfléchis de plusieurs manières ou en plusieurs sens, je me pose la question, j'accusais moi-même parce qu'on m'a accouché au pays, si on m'accouchait hors du pays, les choses comme ça ne peut pas se passer. Tchir, les choses comme ça.

Nous : c'est à dire la guerre à tout bouleversé ?

Mme Marie : Oui monsieur

Nous : d'accord, dis-nous comment tu t'en sors avec les autres membres de la famille et de votre entourage ?

Mme Marie : Ce qui est là s'il y a la paix tout le reste là c'est facile. Actuellement je peux dire tout se passe bien avec mon entourage, mais il y a de moment que je me sens triste comme si j'ai peur pour rien comme ça, pour rien comme ça j'ai peur (silence) parfois je ne me sens pas

vraiment en sécurité, souvent pour rien comme ça j'ai peur et je ne me sens pas en sécurité. Il y a parfois je rêve comme j'étais dans la guerre, je fuyais la guerre et le matin comme ça là ma journée est déjà gâtée, même s'il y a quelques choses qui tombent, je dis voilà ce que j'ai dans mon rêve qui s'est passé.

Nous : Donc si je te comprends bien la guerre a apporté des changements dans ta façon de te comporter avec toi-même et les autres ?

Mme Marie : Bien il y a beaucoup de choses, je m'énerve trop vite et je pleure aussi facilement avant là on m'appelle sans cœur, mais maintenant je moi je sens en moi que je n'ai plus le cœur là, il y a des moments où je deviens agressive même avec mon enfant.

Nous : vraiment, avec tous ce que tu as traversé, as-tu des projets pour l'avenir ?

Mme Marie : j'ai les projets pour l'avenir, mais je ne pense pas et je ne suis pas sûr que ça va se réaliser, mais un rêve reste un rêve parce que ma vie n'est pas exacte maintenant là moi-même je réfléchis je me bats, je réfléchis comment je dois faire, comment je dois vivre, comment on doit s'habiller donc mes rêves, mes projets je ne sais pas.

Nous : Alors, peut-on dire que tu as le sentiment que ta vie continue malgré tout ?

Mme Marie : Oui j'ai le sentiment que ma vie continue malgré tout après avoir compris que je n'étais pas la seule à fuir la guerre parce que quand je suis arrivé ici, il y a aussi la guerre à Bamenda, c'est là que j'ai compris que si tu es encore en vie, ta vie avance.

Nous : bien Marie, à un certain moment de donné n'y a-t-il pas un sentiment d'autonomie qui est né en toi ? Raconte-nous un peu cela.

Mme Marie : Bon en ce qui concerne ma vie personnelle, j'ai appris à prendre mes décisions par moi-même sans nuire à qui que ce soit. Il y a parfois des choses que je peux demander, mais si la personne elle-même ne comprends pas, je décide moi-même.

Nous : Ok d'accord, mais tu peux nous raconter un peu comment as-tu fait pour te remettre ?

Mme Marie : Je travaille, je travaille le ménage et je fais mes petits trucs comme les robes et je pars vendre au marché et il y a un certain jour je viens causer avec mes amies du quartier parce que maintenant ce n'est pas facile de trouver le travail avec l'enfant, ce n'est pas facile.

Nous : ok, donc on peut dire en quelque sorte que tu as pu te remettre grâce à l'environnement, c'est ça ?

Mme Marie : Oui l'environnement a joué beaucoup de rôles pour moi. Comme je disais tantôt je passe le temps avec mes amis du quartier, il y a aussi les psychologues du TCC qui nous ont beaucoup aidé et je dirais sans eux, je ne serai pas comme ça comme ça donc parfois il faut être reconnaissant même entre nous les réfugiés on s'entraide. Mais parfois j'avais certaines questions que je me pose souvent.

Nous : Certaines questions, lesquelles par exemple ?

Mme Marie : je me pose des questions souvent pourquoi c'est moi que ça m'arrive ? Il y a la guerre chez nous et certains enfants restent toujours avec leurs parents et pourquoi pas moi ? Voilà les questions que je me pose souvent.

Nous : Ok, dis-nous un peu sur le plan personnel qu'est-ce que tu as entrepris ? Parle nous de cette expérience.

Mme Marie : Il m'arrivait de penser à mon avenir et celui de mon bébé, je me disais donc notre avenir est fini comme ça, je pense à ma mère et mes autres petits frères qui ne sont pas ensemble avec nous et j'ai décidé de prendre notre vie en main, je me dis intérieurement que j'ai aussi cette force et capacité à reconstruire notre vie moi et mon bébé.

Nous : d'accord Marie, peux-tu me raconter un peu comment tu fais pour surpasser cette situation ?

Mme Marie : Tu réfléchis d'abord et prendre ton courage par exemple moi je réfléchis d'abord sur les décisions que je vais prendre, je décide alors que je vais faire telle chose comme l'autre est déjà passé, je laisse ça derrière et j'avance.

Nous : Alors, à ce niveau, as-tu le sentiment d'être une personne cohérente et entière ou la guerre a impacté une partie de ta vie ?

Mme Marie : Oui quand je reste souvent il y a des choses qui manquaient à moi parce que ce qu'on a vécu ce n'était pas facile, pour rien comme ça on tue les gens parmi nous, tu cours avec la personne deux deux comme ça là tu vois qu'on a tué la personne, la personne est déjà morte donc il y a le temps que les mauvais souvenirs la reviennent quand ça revient là c'est comme si j'ai perdu ma main et même mon pied parce que les mauvaises images qui ne fait rappeler aussi.

Nous : ok, Dis-nous un peu comment est-ce que tu te considères ? Autrement dit, te valorise tu as assez ? Raconte-nous.

Mme Marie : Moi je me considère comme quelqu'un qui est déjà gâté, quelqu'un qui n'a plus d'avenir, la guerre à tout bouleverser, tout ce que j'ai prévu pour mon avenir.

Nous : vraiment Marie. Est-ce que tu éprouves parfois le sentiment d'être en relation avec les autres ?

Mme Marie : Oui être en relation avec les autres ça m'aide aussi beaucoup et il y a aussi des petites musiques que ça te fait sourire, il y a aussi des moments où je ne reste pas au milieu des gens même, mais je reste dans mon coin et j'irai là-bas suis ce qu'on dit si ça me plait.

Nous : D'accord ! Nous te remercions vraiment d'avoir répondu présente et d'avoir contribué à la concrétisation de cette recherche. Une fois de plus merci Marie et surtout je t'encourage de continuer dans cette lancée. Tu es une femme forte, battante et déterminée.

ANNEXE 9 : CORPUS DES ENTRETIENS AVEC MOÏSE

PREMIER ENTRETIEN

Cet entretien a eu lieu dans la salle de consultation Psychologie au TCC Vendredi 06 Décembre 2024 à 14h25min. Sa durée est de 24 min 21 s.

Nous : Bonjour Monsieur

Mr Moïse : oui bonjour

Nous : avant de commencer pouvez-vous présenter de plus ?

Mr Moïse : oui je répons au nom de Moïse, de nationalité centrafricaine, j'ai 44 ans et je suis marié, père de 4 enfants dont trois garçons et une fille. Je suis infirmier et en même temps pasteur aussi.

Nous : merci bien, et vous êtes de quel ethnie ?

Mr Moïse : je suis yakoma, les riverains, les yokoma sont des riverains.

Nous : Les riverains, ah ok d'accord et quel rang occupez-vous dans la famille ?

Mr Moïse : Bon chez ma maman, je suis, j'occupe la troisième place et maintenant je suis le seul qui vit aujourd'hui, tous les autres sont morts aujourd'hui.

Nous : Maintenant pourriez-vous nous parler de vos projets de vie avant la guerre ?

Mr Moïse : Bon avant la guerre j'avais deux fonctions, j'étais d'abord fonctionnaire à la Croix-Rouge internationale et en même temps infirmier qui a créé un poste pour aider son quartier et même arrondissement parce que dans arrondissement il y a au moins 26 quartiers donc c'est un bon secours pour assister les gens et tout allait bien et avec mon petit travail, je pouvais prendre soin de ma famille.

Nous : Ok d'accord et dites-nous, y a-t-il un évènement marquant qui s'est produit dans votre vie avant la guerre ? C'est-à-dire les évènements tels la maladie grave, l'accident et autres.

Mr Moïse : effectivement, ce n'est pas une maladie, mais j'ai dans ma famille ma petite sœur qui m'a lancé un gros morceau de brique au front ça m'a même déformé et je souffrais avec ça et ce qui est pour moi inoubliable quoi bien que la petite sœur ne vît plus, mais c'est une situation qui m'a trop dérangé, je comptais toujours quand j'aurai de moyens rencontrer un médecin pour des soins appropriés.

Nous : d'accord et dites-nous comment cela vous a dérangé ?

Mr Moïse : ça fait que je perds, j'oublie facilement donc à chaque fois si j'ai un programme avec quelqu'un je l'écris et je mets dans ma poche comme carte, ma CNI que je marche avec et à chaque fois je regarde pour savoir que j'ai un tel programme sinon j'oublie.

Nous : okey d'accord et maintenant pouvez-vous nous parler de vos rôles et fonctions que vous assumés dans la famille et société avant la guerre ?

Mr Moïse : oui à la Croix-Rouge par exemple j'ai été le SG local par exemple à Yaoundé j'étais le SG de la ville de Yaoundé, j'exerçais comme Chef de département secourisme, je fais ce travail et la gestion de catastrophes donc pendant les catastrophes naturelles on faisait des déplacements pour faire des enquêtes ou pour constater les faits et puis venir en aide de ces personnes.

Nous : ok et comment ça s'est passé dans la famille avant la guerre ?

Mr Moïse : bon on était franchement en bon terme, mais j'ai trop de persécution familiale et quand je parle de persécution familiale je n'ai pas trop confiance de retourner dans mon pays et c'est une situation qui m'a beaucoup et je ne peux pas m'en passer, je ne peux pas oublier cela (2) je préfère vivre à l'extérieur même si je compte rentrer au pays, je ne peux pas vivre dans la même ville comme Yaoundé comme ça je préfère vivre à Douala, au Nord, Nord-ouest ou Sud s'il arrive un jour que je dois retourner dans mon pays puisque la persécution était vraiment au top. Mais dans ma petite famille pour mon épouse, moi et mes enfants nous n'avons pas de problème.

Nous : d'accord et comment décrirez-vous votre statut social et votre niveau de vie avant la guerre ?

Mr Moïse : bon je dirais mon niveau de vie avant était meilleur parce que j'étais capable de prendre soin de trois petites familles en dehors de ma famille, j'ai la possibilité d'aider trois foyer et tout allait bien parce que j'ai les activités à la Croix-Rouge et au poste de secourisme, c'était personnel donc voilà c'est un peu comme ça et je travaillais aussi dans une organisation FIFADECA, fondation islamique pour la paix et le développement comme directeur de programme de santé et de formation au département de santé où on forme les infirmiers et on les envoie en stage, vous savez chez les musulmans, c'est un milieu où il y a trop de solidarité et c'est pas comme chez nous donc il y a la reconnaissance, j'étais à l'aise excepter la persécution familiale donc je vous ai parlé.

DEUXIEME ENTRETIEN

Cet entretien a eu lieu dans la salle de couture au Service social de TCC, Mardi 10 Décembre 2024 à 14h25min. Sa durée est de 35 min 13 s.

Nous : La dernière fois qu'on s'est vu, vous nous avez dit que vous étiez à l'aise avant que surgie la guerre. À présent, pouvez-vous nous raconter un peu les circonstances de la survenue de la guerre ?

Mr Moïse : bon d'accord il y a de bruit de guerre quand on parle de bruit de guerre, c'est les rumeurs connaissent par-ci par-là, d'abord de bruit de guerre, d'abord j'ai travaillé en 2016 à 2018 comme opérations croque mort il y avait un ambulance blindé de la CICR, j'étais le Chef d'équipe avec toute les familles donc on attend souvent la mutinerie dont quand on parle de la mutinerie ce n'est pas encore la guerre, c'est les réveillons et les militaires royaliste qui se sont réveillés contre l'état donc ils ont fait la mutinerie. Et cela s'est prolongée de 2016 à 2018 en trois phases et voilà là où on voit que le pays est menacé, de même la paix est menacée et c'est grave, c'est la chasse à l'homme surtout les tribus du Sud qui sont les cibles du pouvoir en place et moi j'étais du Sud et donc j'étais obligé de fuir dans la forêt pour prendre la direction de Congo, mais on n'a pas pu. Nous sommes égarés dans la forêt voilà puis j'étais obligé jusqu'au moment où on a trouvé le chemin du village et là où j'ai trouvé l'occasion de rentrer en ville en 2001 à 2003 parce qu'il y a un renversement du pouvoir et c'est un off et on pensait qu'on serait en paix jusqu'en 2013, il y a encore une autre rébellion où on a chassé le président BOZZIZE et après il y a peu de choses que nous on a pas vécu je vous assure, on égorgeait des gens devant le public, on cible les quartiers quand même que les balakas qui constituaient la force de la population, on parle de l'autodéfense pour dépendre leur quartier par rapport aux rebelles musulmans donc la peur, la peur voilà ça.

Nous : La peur ? Qu'est-ce qui vous fait peur ?

Mr Moïse : Il y a des évènements par exemple on a on a tué quelqu'un, on a tué un musulman et on l'a découpait et le jeune là à pris sa main et il mangeait, quoi, cette situation ça m'a troublé, j'ai vu comment on a coupé la main d'un être humain parce que c'est un ennemis et la personne qui a coupé mangeait, c'est là où je me disais que l'homme a quitté l'humanité maintenant pour un autre état et donc c'est plus facile aussi si quelqu'un mange son semblable voilà physiquement comme ça une partie de son corps comme ça, ce qu'il a fait ne respecte pas les normes de notre valeur en tant qu'africain et ça m'a touché et à chaque fois ça me revient dans le cœur et aussi la situation où les balakas ou les sélekas, les gens armés sont arrivés à mon

domicile, à chaque fois ça me revient à l'esprit, s'ils me trouvaient je serai mort, je serai mort s'ils me trouvaient donc voilà ça me trouble beaucoup et il arrive de fois que je peux rêver, je rêve, je vois que ces situations me font peur si le rêve a le trait avec ce que j'ai déjà vécu ça m'effraie ça m'effraie dans la journée que je n'ai pas envie de sortir.

Nous : Vraiment, dites-nous qu'est-ce que vous avez ressenti ou approuvés face à ces situations ?

Mr Moïse : c'était, c'était vraiment d'abord au départ c'était la colère, le fait d'être dans un camp avec sa famille et j'étais trop en colère, je me dis les gens qui sont venus me chercher à la maison doivent vraiment me dépendre, mais vrai une colère en plus, mais en même temps cela change avec l'ampleur de la situation, la peur, la peur j'ai trop de peur dans la nuit comme ça j'ai l'insomnie, je me dis on peut nous visiter la nuit.

Nous : ah bon ? Donc cela persiste jusqu'à présent ? La colère, la peur.

Mr Moïse : Je sortais ça hum huée momentanée et quand surtout beaucoup plus lié à un rêve si je rêve dans ce sens, ça me rappelle, mais toutefois il y a eu de distance donc je ne crois pas ce qui fait que même au niveau de HCR pour vous dire de vrai comme le jour que vous rassemblez les gens ici au TCC, je n'aime pas venir dans les rassemblements parce que je me dis les gens qui me connaissent particulièrement qui m'ont accusé comme ça me vient toujours à l'esprit et j'ai peur d'aller dans les rassemblements.

Nous : Vraiment, maintenant dites-nous avec tout ce que vous avez traversé, comment ont été vos échanges, interactions et communication avec la famille et votre entourage ?

Mr Moïse : bon je pense que mon entourage à 60% est gagné dans le dialogue et à 40% je me réserve, je ne veux même pas avoir contact avec eux, ils tiennent toujours des langages qui me rappellent mon passé avant dans ma maison, j'ai 4 filles et un jeune du quartier vient chez moi et moi je me dis en tant que papa c'est un jeune qui vient causer avec ses sœurs et à un moment ça prend de l'ampleur donc j'ai fait des remarques que moi je suis un papa et surtout à l'église, donc si tu désires prendre pour femme ma fille, j'aurais souhaité que tu en parles à tes parents qu'on vient me voir et j'ai l'enfant quand il me voit en chemin, il ne me salut pas et quand j'ai dit à la maman, la maman s'est exclamée et elle a dit que vous êtes des étrangers ici au Cameroun on nous traite de mangeur d'hommes parce que l'histoire de manger le corps humain, la chair humaine c'est ce que moi je l'ai vécu ce n'est pas qu'on m'a dit la maman a dit non donc si je ne suis pas à la maison, la voisine vient chuchoter mes enfants ce sont les choses qu'on a vécu et on nous a interdit de puiser de l'eau chez elle donc on était obligé de d'aller

voir un voisin pour un problème de l'eau et y a une maman à côté qui m'a interpellé trois fois, première fois moi elle m'a dit pourquoi je parle de son nom dans le quartier, deuxième fois je suis allé parler de son nom à une femme et troisième fois je suis hypocrite pour vous dire que je suis mal touché parce que du point de vue social il y a pas en RCA, un peuple comme centrafricain quand vous arrivez en RCA, on va vous réserver un bon accueil , c'est la culture centrafricaine dans les pays de CEMAC donc moi de culture j'ai été élevé par ma grand-mère donc je ne connais pas insulter et à plus fort une maman qui a l'âge de ma grand-mère je connais quoi sur elle et les maisons sont juxtaposées et il y a plus de 4 à 5 jours j'ai salué sa fille bonjour ma sœur comment tu vas ? Elle ne m'a pas répondu, j'ai redit bonjour ma sœur, elle dit non je n'aime pas les salutations d'hypocrisie vous êtes hypocrite alors que généralement comment se fait-il que quelqu'un te salut et tu dis c'est l'hypocrisie moi je n'ai pas le temps de parler d'elle j'ai d'autres choses à faire et je suis en train de voir que ce sont des problèmes que les gens veulent créés donc voilà vous parlez de collaboration donc collaboration n'est pas à 100% selon mon entourage.

Nous : Ok d'accord, mais avec tout cela, comment vous avez fait pour vous remettre ?

Mr Moïse : En tout cas pour dire vrai monsieur ce n'était pas facile, c'est difficile à expliquer ça parce que ce sont des choses que nous avons vécu, j'ai vu des femmes et hommes mourir de la faim pour ne pas parler de la famine, je vois les hommes et femmes abandonnés à eux-mêmes à cause de médicaments et à ce moment j'imagine mon sort Dieu soit loué que je suis un infirmier et grâce à mon identité, j'ai fait face aux certaines pathologies, le paludisme, les verres, les gripes, je combat ça avec de médicaments parce que j'étais dans l'incapacité d'amener mes enfants se faire consulter dans des centres de santé parce qu'on demande 1000F de consultation et même si on avait les 1000F là on préfère manger avec ça que d'aller se faire consulter et maintenant pour payer les médicaments si je n'ai pas l'argent de consultation je vais payer les médicaments comment et l'hospitalisation et vous pouvez imaginer si on avait un cas de maladie à la maison parfois je pleurais, mais je ne veux pas faire savoir ça à mon épouse, si je me trouve seul, je pleurais, je pleurais franchement, mais je pleurais pour ne pas faire entendre ma voix dehors chez les voisins ce sont des choses qui m'arrivent ce n'est pas que je veux pleurer, mais quand je regarde ma situation comme ça je me dis donc c'est comme ça si je meurs aujourd'hui qu'est-ce que ma femme et mes enfants vont devenir ? Alors j'étais obligé de quitter le site aller au quartier rencontrer des gens qui ne peuvent pas aller à l'hôpital je leur apporte mes expertises en soin contre l'argent quoi donc là je fais les consultations à la maison si j'ai de paracétamol, quinine j'essaie de donner et on était aussi limité c'est comme si vous

êtes à Biyem Assi, vous ne pouvez pas traverser pour aller à Etoubé parce que la zone Etoubé par exemple est un zone musulman avec tous les risques on peut vous décapsuler, égorger, etc. Donc ce n'était pas facile, c'était pénible et pour dire vrai je n'ai pas envie de raconter ça mon frère, ça me fait pleurer (silence, baisse la tête et pleure) donc voilà ça c'est Trop catastrophe pour nous, mais c'est seulement la grâce de Dieu qui a fait que nous avons survécu à cela.

Nous : Vraiment, avec ce parcours assez chargé, qu'est-ce que cela à apporter comme changement dans votre vie ?

Mr Moïse : oui bon je peux dire changement positif et un changement négatif aussi parce que quand on a la guerre qu'on a subi au départ on avait le désir de prendre aussi les armes pour dépendre son foyer, sa famille ou son pays et ce pensé de se déguiser en homme de tenue et de prendre l'arme m'ait venu parce que y avait eu la guerre, trouble militaro-politique, vous voyez les conséquences de cette guerre.

Nous : ok d'accord, et à ce niveau, peut-on dire que la guerre a apporté des modifications dans votre vie et même certains de vos engagements aujourd'hui ?

Mr Moïse : Oui grandement même parce que quand je fais le travail à la base j'étais dans les ONG FIFADECA, médecins sans frontières bon j'avais la possibilité de construire ma vie, j'avais de projets avec mon épouse, mais elle n'a pas pu terminer ses études, elle a la licence en gestion et comptabilité, c'était pas notre souhait, on songeais à inscrire nos enfants dans les meilleures écoles de la place aussi de bien manger tout ça quand la guerre est venue je vous assure une semaine de la guerre c'est mon épouse même qui à réveiller ma conscience que paies même un Taxi parce que mon ami m'a proposé un taxi à 1million 500mille FCFA et on a donné notre okey et après on attend les bruits de la guerre. Et même pas une semaine ils ont attaqué la ville et tout ce qu'on a fait est dans l'eau.

Nous : Vraiment, et tout cela a-t-il changé votre façon d'être avec votre entourage ?

Mr Moïse : bon au niveau de mon quartier le vivre ensemble était vraiment apprécié vu mon statut en tant qu'infirmier on aura à tout le temps besoin de moi et même si y a un problème on peut cacher dont il y a un bon terme avec les gens du quartier. Au niveau familial cette guerre a causé une distanciation et c'était difficile d'entrer en contact avec un membre de la famille.

Nous : D'accord et maintenant avez-vous le sentiment d'être une personne entière et cohérente ou la guerre a impacté une partie de votre vie ?

Mr Moïse : bon d'abord j'avais l'ambition par exemple de continuer mes études de santé en RCA, mais l'événement de la guerre a fait que je ne peux plus continuer là-bas, j'ai changé d'orientation parce qu'il faut s'adapter à la guerre et le pourquoi il y a eu ce changement donc je peux dire que la guerre m'a ça même touché, mais je sens toujours entier parce qu'il y a ces liens humains qui me rappellent que je ne suis pas seul dans ce parcours.

Nous : ok d'accord et sur le plan personnel comment est-ce que vous vous présentez ? Ou encore quel rapport entretenez avec vous-même ?

Mr Moïse : Oui bon pour dire de vrai ce n'est pas facile, parfois tu te sens impuissant, mais parfois on s'adapte grâce aux soutiens de notre environnement et de nos relations.

Nous : vraiment, et avez-vous de projets pour l'avenir ?

Mr Moïse : oui j'ai des projets d'avenir parce que ce même la raison pour laquelle je voudrais écrire un livre qui parle du temps ou moment de la guerre et après la guerre. Créer un endroit pour aider les handicapés par la grâce de Dieu dont nous sommes dans la quête de moyens pour financer ce projet afin de prendre soin des orphelins surtout présentement ici on a créé un groupe dénommé « réveil toi ou lève-toi », vu que les enfants du point de vue éducatif, social donc il faut quelque chose qui peut leur booster ou relevé.

Nous : A ce présent, peut-on parler du sentiment d'autonomie et d'indépendance qui est né en vous ?

Mr Moïse : oui ça m'arrive d'avoir le sentiment d'être autonomie et indépendant des autres et quand je passe de moment difficile, il est vrai que ça ne m'arrive pas chaque jour, mais quand je passe de moment difficile ça vient dans l'esprit, tu dois prendre des décisions de te battre toi-même en tant que père de famille et ça arrive comme ça indépendamment de ma volonté.

Nous : D'accord, et actuellement, avez-vous le sentiment que votre vie continue malgré tout ?

Moïse : C'est si possible ce n'est pas seulement le sentiment, mais c'est la foi et peu importe ce qui arriver ça ne peut pas arrêter le processus de ma vie.

Nous : Ok d'accord Monsieur Moïse, ainsi prend fin notre entretien et nous vous remercions vraiment d'avoir répondu présent et d'avoir contribué à la concrétisation de cette recherche. Une fois de plus merci Monsieur Moïse et surtout continuez dans cette même lancée. Vous êtes vraiment quelqu'un de fort et de déterminé.

**ANNEXE 10 : ECHELLE POST TRAUMATIC STRESS DISORDER CHECKLIST -5
(PCL- 5)**

**POST TRAUMATIC STRESS DISORDER CHECKLIST -5 (PCL- 5) LISTE DE
SYMPTOMES POST TRAUMATIQUES**

National Center for PTSD/ Centre National pour le PTSD (ETATS - UNIS)

Je vais vous lire une liste de problèmes et de plaintes que les personnes peuvent parfois ressentir après avoir été torturées, ou avoir vécu d'autres événements blessants ou terrifiants. Pendant que je lis chaque question, dites-moi s'il vous plaît à quel point ces choses peuvent vous avoir dérangé durant le cours de ce dernier mois.

Était : 'pas du tout', 'un peu', 'beaucoup', ou 'extrêmement' ?

(Veuillez s'il-vous-plait montrer la grille d'évaluation des symptômes au client, en indiquant et illustrant chaque catégorie de réponse. Veuillez encercler le nombre dans la colonne appropriée en fonction de chaque réponse du client).

Dans le dernier mois, dans quelle mesure avez-vous été affecté par :	Pas du tout	Un peu	Modérément	Beaucoup	Extrêmement
1. Des souvenirs répétés, pénibles et involontaires de l'expérience	0	1	2	3	4
2. Des rêves répétés et pénibles de l'expérience stressante ?	0	1	2	3	4
3. Se sentir ou agir soudainement comme si vous viviez à nouveau l'expérience.	0	1	2	3	4
4. Se sentir mal quand quelque chose vous rappelle l'événement ?	0	1	2	3	4
5. Avoir de fortes réactions physiques lorsque quelque chose vous rappelle l'événement (accélération cardiaque, difficulté respiratoire, sudation) ?	0	1	2	3	4

6. Essayer d'éviter les souvenirs, pensées, et sentiments liés à l'expérience traumatisante.	0	1	2	3	4
7. Essayer d'éviter les personnes et les choses qui vous rappellent l'expérience stressante (lieux, de personnes, des conversations, activités, des objets ou des situations).	0	1	2	3	4
8. Des difficultés à vous rappeler des parties importantes de l'événement ?	0	1	2	3	4
9. Des croyances négatives sur vous-même, les autres, le monde (des croyances comme : je suis mauvais, j'ai quelque chose qui cloche, je ne peux avoir confiance en personne, le monde est tout à fait dangereux)	0	1	2	3	4
10. Vous blâmer ou blâmer quelqu'un d'autre pour l'événement ou ce qui s'est produit ensuite ?	0	1	2	3	4
11. Avoir des sentiments négatifs intenses tels que peur, horreur, colère, culpabilité, ou honte ?	0	1	2	3	4
12. Perdre de l'intérêt pour des activités que vous aimiez auparavant ?	0	1	2	3	4
13. Vous sentir distant ou coupé des autres ?	0	1	2	3	4
14. Avoir du mal à éprouver des sentiments positifs (par exemple être incapable de ressentir de la joie ou de l'amour envers vos proches) ?	0	1	2	3	4
15. Comportement irritable, explosions de colère, ou agir agressivement ?		1	2	3	4

16. Prendre des risques inconsidérés ou encore avoir des conduites qui pourraient vous mettre en danger ?	0	1	2	3	4
17. Être en état de « super-alerte », hyper vigilant ou sur vos gardes ?	0	1	2	3	4
18. Sursauter facilement ?	0	1	2	3	4
19. Avoir du mal à vous concentrer ?	0	1	2	3	4
20. Avoir du mal à trouver le sommeil ou à rester endormi ?	0	1	2	3	4

PCL-5 (8/14/2013) Weathers, Litz, Keane, Palmieri, Marx, & Schnurr - National Center for PTSD Traduction française N. Desbiendras

Les réponses sont additionnées pour obtenir les scores suivants :

Score Total de Sévérité des Symptômes de Stress Post Traumatique=

Questions 1 à 20 =

Les personnes avec un score >33 (scores possibles entre 0 et 80) méritent un possible diagnostic de PTSD.

Sous-scores pour chacun des quatre groupes de symptômes :

Une personne est classifiée comme ayant un diagnostic de PTSD si elle obtient un score d'au moins 2 pour tous les 20 items

- Au moins 1 symptôme d'intrusion (questions 1 à 5)
- Au moins 1 symptôme d'évitement (questions 6 à 7)
- Au moins 2 symptômes d'éroussement émotionnel (questions 8 à 14)
- Au moins 2 symptômes d'hyperstimulation (questions 15 à 20)

TABLE DES MATIERES

REMERCIEMENTS.....	III
SOMMAIRE	IV
RESUME.....	V
ABSTRACT	VI
LISTE DES TABLEAUX	VII
ABRÉVIATIONS, ACRONYMES ET SIGLES	VIII
LISTE DES ANNEXES	1
INTRODUCTION.....	2
PARTIE 1 : CADRE THEORIQUE.....	5
CHAPITRE 1 : PROBLEMATIQUE	6
1.1. Contexte et justification de l'étude	7
1.2. POSITION ET FORMULATION DU PROBLÈME	11
1.3. QUESTION DE RECHERCHE	14
1.4. HYPOTHÈSE DE L'ÉTUDE.....	14
1.5. OBJECTIF DE L'ÉTUDE.....	15
1.6. LE BUT DE L'ÉTUDE	15
1.7. INTÉRÊT DE LA RECHERCHE	15
1.7.1. Sur le plan scientifique.....	15
1.7.2. Sur le plan social	16
1.7.3. Sur le plan personnel.....	16
1.2. CLARIFICATIONS DES CONCEPTS FONDAMENTAUX DE L'ÉTUDE	17
1.2.1. Le Traumatisme psychique	17
1.2.2. Vécu	17
1.2.3. Vécu traumatique	18
1.2.4. Identité	19
1.2.5. Remaniement identitaire	20
1.2.6. Réfugiés	21
CHAPITRE 2 : REVUE DE LA LITTÉRATURE	22
2.1. ÉTAT DES LIEUX SUR LE VÉCU TRAUMATIQUE DE GUERRE	23
2.1.1. La notion de traumatisme psychique de guerre	23

2.1.2.	L'approche conceptuelle du traumatisme psychique selon les écoles (française et américaine)	24
2.1.3.	Caractéristique de l'évènement traumatique.....	25
2.1.4.	Typologie des traumatismes	26
2.1.4.1.	Les traumatismes de type I.....	27
2.1.4.2.	Les traumatismes de type II	27
2.1.4.3.	Les traumatismes de type III.....	27
2.1.4.4.	Les traumatismes de type IV.....	28
2.1.5.	LES TRAUMATISMES DIRECTS.....	28
2.1.6.	LES TRAUMATISMES INDIRECTS, LA TRAUMATISATION VICARIANTE OU TRAUMATISME PAR RICOCHET	28
2.1.7.	LES PHASES DU PSYCHOTRAUMATISME.....	28
2.1.7.1.	La phase immédiate	29
2.1.7.2.	La phase post-immédiate	30
2.1.7.3.	La phase chronique	31
2.1.8.	Comorbidité (troubles associés) du traumatisme psychique	31
2.1.8.1.	État de stress post-traumatique (ESPT)	31
2.1.8.2.	État de stress aigu	33
2.1.9.	LES FACTEURS INTERVENANT DANS LE VÉCU TRAUMATIQUE	34
2.1.9.1.	La vulnérabilité génétique.....	34
2.1.9.2.	La vulnérabilité pré-morbide	34
2.1.9.3.	La résilience	35
2.1.9.4.	Les stratégies d'adaptation.....	36
2.1.9.5.	Le soutien social	36
2.1.10.	TRAUMATISME PSYCHIQUE ET GUERRE	37
2.2.	ÉTATS DES LIEUX SUR L'IDENTITÉ.....	38
2.2.1.	Les caractéristiques d'identité.....	40
2.2.2.	Typologie de l'identité : sociale, culturelle et personnelle	43
2.2.3.	L'identité à l'épreuve de la migration forcée : une question du vécu traumatique de guerre	45
2.3.	ÉTATS DE LIEUX SUR LE RÉFUGIÉ.....	47
2.3.1.	Brève esquisse typologique des phénomènes migratoires	47
2.3.2.	Différentes étapes migratoires des réfugiés	49
2.3.2.1.	L'étape pré-migration	49

2.3.2.2. L'étape migratoire.....	49
2.3.2.3. L'étape post-migratoire.....	50
2.3.3. Les expériences traumatisantes de guerre et de migration forcée chez les réfugiés	50
CHAPITRE 3 : INSERTION THÉORIQUE DE L'ÉTUDE	53
3.1. LA THÉORIE DE L'IDENTITÉ.....	54
3.1.1. Perspectives sur l'émergence et évolution de l'identité	54
3.1.1.1. L'approche de de Mussen : Développement et sentiment d'individualité.....	55
3.1.1.2. L'approche psychosociale d'Erikson et les défis de l'épigénèse de l'identité en contexte de guerre et de déplacement forcé	56
3.1.1.3. Marcia et les statuts identitaires à la lumière du traumatisme et du déplacement forcé	59
3.2. L'AUTOREGULATION ET LE REAMENAGEMENT IDENTITAIRE	60
3.2.1. L'autorégulation/hétéro-régulation de Nader-Grosbois face au remaniement identitaire	61
PARTIE 2 : CADRE MÉTHODOLOGIQUE ET OPÉRATOIRE.....	64
CHAPITRE 4 : MÉTHODOLOGIE	65
4.1. BREF RAPPEL DE LA PROBLÉMATIQUE	66
4.1.1. Rappel du problème.....	66
4.1.2. RAPPEL DE QUESTION DE RECHERCHE.....	67
4.1.3. RAPPEL DE L'HYPOTHÈSE DE L'ÉTUDE	67
4.1.4. OBJECTIF DE L'ÉTUDE.....	67
4.2. SITE DE L'ÉTUDE	67
4.2.1. Justification du TCC.....	67
4.2.2. Historique du TCC	68
4.2.3. Présentation du Trauma Centre Cameroun.....	68
4.2.4. Présentation du service de psychologie du Trauma Centre Cameroun.....	69
4.2.5. Les missions et objectifs de TCC	69
4.2.6. Type de public accueilli par le TCC	70
4.3. PROCÉDURE ET CRITÈRES DE SÉLECTION DES PARTICIPANTS	70
4.3.1.1. Critères d'inclusion.....	70
4.3.1.2. Critères de non-inclusion	71
4.3.2. Échelle de sélection des participants	71
4.3.3. Procédure de recherche	72

4.3.5. Caractéristique des participants.....	73
Pour des raisons d’anonymat, nous avons donné les noms Marie, Jézabel et Moïse à nos sujets afin de garder leur identité secrète.....	
	73
TABLEAU 1 : CARACTERISTIQUES DES PARTICIPANTS	73
4.4. TYPE DE RECHERCHE : recherche qualitative	73
4.5. MÉTHODE DE RECHERCHE : Méthode clinique.....	74
4.5.1. L’étude de cas	74
4.6. TECHNIQUE ET OUTIL DE COLLECTE DES DONNÉS	76
4.6.1. Technique de collecte de données : entretien semi-directif	76
4.6.2. Outil de collecte de données : guide d’entretien.....	77
4.7. LE DÉROULEMENT DES ENTRETIENS	78
4.8. TECHNIQUE D’ANALYSE DES RÉSULTATS : analyse de contenu	79
4.8.1. Analyse thématique.....	80
TABLEAU 2 : GRILLE D’ANALYSE	81
4.9. CONSIDÉRATIONS ÉTHIQUES.....	81
CHAPITRE 5 : PRÉSENTATION ET ANALYSE DES DONNÉES	83
5.1. PRÉSENTATIONS DES participant(E)s	84
5.1.1. Cas de Moïse	84
5.1.2. Cas de Jézabel	85
5.1.3. Cas de Marie.....	86
5.2. ANALYSE DES RÉSULTATS	87
5.2.1. Contexte de la survenue du trauma	87
5.2.2. Vécu du traumatisme de guerre chez le participant(e)s.....	89
5.2.3. Remaniement identitaire chez les réfugiés.....	93
5.2.4. Sentiment d’identité.....	99
5.3. IMPLICATION DU CHERCHEUR	102
CHAPITRE 6 : INTERPRETATIONS DES RÉSULTATS ET DISCUSSION	104
6.1. SYNTHÈSE DES RÉSULTATS	105
6.2. APPLICATION DU MODÈLE D’AUTOREGULATION A LA COMPREHENSION DE REMANIEMENT IDENTITAIRE CHEZ LES RÉFUGIÉS PSYCHOTRAUMATISÉS PAR LA GUERRE	107
6.2.1. Sentiment d’identité.....	109
6.3. DISCUSSION.....	113

6.3.1. Vécu traumatique des réfugiés suite à la survenue de la guerre et mécanismes d'adaptation enclenchés pour y faire face.....	113
6.3.2. Mécanismes d'autorégulation face au vécu traumatique de guerre et remaniement identitaire chez les réfugiés	115
6.4. IMPLICATION ET PERSPECTIVES DE L'ÉTUDE	116
6.4.1. Implication de l'étude	116
6.4.2. Perspective de l'étude	117
CONCLUSION.....	118
REFERENCES BIBLIOGRAPHIQUES.....	122
ANNEXES.....	128