



J'AI UN PEU DECIDE QUE JE SERAI HEUREUSE

Survivre, revivre après un attentat ou un traumatisme, et avec l'aide des autres...

BRUXELLES, le 15 mars 2017 – A l'approche du premier anniversaire des attentats du 22 mars 2016 à Bruxelles, le service d'éducation permanente de Question Santé publie « J'ai un peu décidé que je serai heureuse ». La brochure évoque le parcours de combattants que mènent les victimes. Ce texte retrace également les réponses individuelles et collectives qui permettent de se reconstruire après un événement traumatique.

La reconnaissance des victimes

Comme le rappelle le Dr Laurence Ayache : « La reconnaissance juridique et sociétale du préjudice reste un préalable à la reconstruction psychique de tout trauma ». Selon Guillaume Denoix de Saint-Marc, Association française des victimes du terrorisme : « Dans un acte terroriste, c'est la société qui est visée. Elle a donc une dette morale envers les victimes. Plus on s'en occupe, moins elles se referment ».

Les autorités aux abonnés absents

En pratique, le vécu des victimes des attentats de Bruxelles montre que nos dispositions législatives, tout comme l'attitude des assureurs, ont été loin de répondre aux besoins et aux attentes des victimes ou de leurs proches. Et ce, autant dans les jours post-attentats que lors des longs mois suivants. Kristin Verellen, compagne de Johan Van Steen, décédé dans l'attentat du métro, confirme : « Ce dont nous avons eu cruellement besoin durant la première semaine de chaos et de désespoir, et dans les mois qui suivirent (...), ce sont trois choses. La première, c'est un soutien psychologique de professionnels, pour aider les victimes à gérer le traumatisme et son effet émotionnel. La deuxième, c'est de permettre aux victimes de se réunir et de se soutenir. La reconnexion sociale est essentielle pour soigner ceux qui sont affectés, bouleversés ou effrayés. Enfin, il a manqué une coordination et une communication centrale sur ce qui se passait, qui faisait quoi et où trouver l'info. ».

Se reconstruire au travers d'un groupe

Face à ces freins rencontrés, les victimes des attentats de Bruxelles ont constitué deux associations destinées à défendre leurs droits. Outre cette solidarité, la constitution de ces groupes rappelle aussi une autre évidence : pour certaines victimes, se retrouver entre personnes ayant connu ou traversant les mêmes épreuves peut devenir un soutien et une force.

Le psychologue Laurent Licata souligne « Les attentats induisent des réactions collectives, elles-mêmes susceptibles d'interagir avec les relations entre groupes ». En Belgique, les autorités n'ont pas suffisamment relayé de message intégratif ou de rassemblement. Pourtant, face aux voix qui incitent à la peur de l'autre, « notre terreau culturel comprend aussi des racines favorables à l'accueil de ceux qui fuient, rappelle-t-il, ainsi, depuis les attentats, de multiples actions et initiatives, associatives ou citoyennes, se multiplient sur le terrain à l'égard de migrants comme vers les diverses communautés présentes ». Il ajoute : « A défaut de tels mouvements vers l'écoute et le dialogue, le sentiment de menace peut former durablement une identité, s'intégrer à la vie d'un groupe. Nous n'en sommes pas là. Pourtant, si d'autres attentats survenaient, peut-être serait-il utile de se rappeler que les émotions peuvent être atténuées par les réflexions et les échanges, servir de lien social et donner du sens... ».

Pas tous égaux face au traumatisme

Au-delà de ce que la société fait pour aider les victimes ou, peut-être, de ce qu'elle ne fait pas, il est évident que les personnes confrontées à des événements comme un attentat ou un génocide ne se reconstruisent pas de la même manière, ni au même rythme. Les blessures, psychiques ou physiques, tout comme les personnalités, élément souvent déterminant, ne sont pas les mêmes. Quant aux entourages, ils ne sont pas identiques non plus, ce qui joue aussi un rôle majeur. Les trajets pour se reconstruire empruntent donc des pistes variées.

Des actes ou des soutiens venus de l'extérieur contribuent-ils à changer le vécu des victimes ? Les réponses recueillies dans cette brochure montrent à quel point la société, les proches, tout comme un retour vers des valeurs positives et/ou un engagement, interviennent dans les parcours de vie des victimes pour leur redonner du sens.

A propos de la brochure d'éducation permanente

Pour prendre connaissance de cette nouvelle brochure, vous pouvez consulter le site : www.questionsante.org/educationpermanente. Elle est disponible gratuitement auprès de l'asbl Question Santé et peut être commandée par courrier Rue du Viaduc, 72 – 1050 Bruxelles, par téléphone au +32 (0)2 512 41 74 ou par email à info@questionsante.org.

A propos de Question Santé

L'asbl Question Santé met en débat les enjeux individuels et collectifs de la santé et les traduit en projets et outils, accessibles à des publics variés. Elle est un acteur reconnu dans le domaine de la santé, en matière d'information, d'éducation, d'animation, de gestion de projet et de communication. Intégrée dans de multiples réseaux d'acteurs institutionnels et de terrain, Question Santé s'appuie sur une équipe pluridisciplinaire, à l'écoute des besoins et des évolutions sociétales.

CONTACT PRESSE :

Laurence Côte
Chargée de communication
laurence@questionsante.org
02 512 41 74