



Ce que votre public doit savoir en cas d'urgence : Informations vitales :

Guide thématique des principales questions humanitaires.

INTRODUCTION

Ces guides sont destinés aux professionnels des médias qui travaillent à aider les publics touchés par les crises humanitaires. Ils donnent un bref aperçu des problèmes humanitaires courants dans les situations d'urgence. Ils vous aideront à :

- Comprendre les types de problèmes auxquels votre public est susceptible d'être confronté dans les situations d'urgence.
- Travailler aux côtés d'experts de l'aide humanitaire pour fournir au public des informations précises, pertinentes et vitales.

COMMENT UTILISER CES GUIDES

Ces guides contiennent des informations sur des sujets humanitaires fondamentaux. Ils sont destinés à servir de point de départ pour vous aider à identifier les types de problèmes à traiter dans vos programmes et les questions à poser aux experts de l'aide humanitaire. Pour vous aider à identifier les sujets à traiter en priorité, vous devez vous adresser aux spécialistes humanitaires locaux. Si possible, parlez aussi à vos interlocuteurs pour savoir ce qu'ils doivent savoir.

Lorsque vous utilisez les guides, n'oubliez pas de :

- Tenir compte de la situation, de la culture et du contexte locaux pour vous assurer que les informations sont pertinentes.
- Prendre en compte les besoins spécifiques des différents publics (par exemple, les hommes, les femmes, les personnes les plus vulnérables).
- Vérifier la cohérence avec les autres sources d'information fournies.
- Consulter des spécialistes locaux qualifiés pour vérifier la validité et la pertinence des informations humanitaires.
- Utiliser les guides conjointement au manuel de production Lifeline de la BBC Media Action, qui contient des directives sur la manière de réaliser des programmes efficaces en temps de crise.



**SOUTIEN
PSYCHOSOCIAL**

SOUTIEN PSYCHOSOCIAL

Qu'est-ce que le soutien psychosocial ?¹

Les situations d'urgence exercent une pression énorme sur les individus, les familles, les communautés et les sociétés. Ils créent de nouveaux problèmes et amplifient ceux existants. Le soutien psychosocial consiste à aider les individus et les communautés à se remettre et à rester forts face à l'adversité, en tenant compte à la fois de la psychologie individuelle et de l'environnement social.

Il s'agit de leur permettre de faire face à l'impact des événements critiques et de les aider à y faire face à l'avenir. Les problèmes de santé mentale et les problèmes psychosociaux sont étroitement liés et les experts conseillent de les examiner tous les deux dans les situations d'urgence².

Pourquoi est-ce important ?

Aider les gens à être prêts mentalement pour faire face aux conséquences des situations d'urgence est essentiel à leur rétablissement. Un manque de soutien psychosocial peut entraîner des problèmes sociaux et de santé mentale à long terme et réduire les chances de rétablissement d'une personne pendant et après l'urgence.

Comment les médias et la communication peuvent-ils aider le public ?

Avoir la bonne information au bon moment dans les situations d'urgence est essentiel au bien-être. Ne pas savoir ce qui se passe ou ce qu'il faut faire en cas d'urgence peut causer beaucoup d'anxiété et de souffrance. Avoir accès à des informations appropriées concernant l'urgence, les efforts de secours, les droits³ et les méthodes d'adaptation positives peut apporter un grand soutien émotionnel et mental. Cela peut aider les gens à prendre des mesures pour s'aider eux-mêmes et aider leur communauté.

Comme le mot le suggère, le terme "psychosocial" s'applique à deux domaines principaux : les problèmes psychologiques et sociaux :

Les problèmes psychologiques causés par une urgence peuvent comprendre le deuil, la dépression et les troubles anxieux dont le syndrome de stress post-traumatique (SSPT). Vous pouvez aider votre public en discutant avec des conseillers locaux qui donnent des conseils sur ces sujets.

Demandez les signes que les gens doivent rechercher chez les adultes et les enfants pour identifier le stress post-traumatique. Soulignez qu'il est courant de se sentir angoissé après un événement stressant. Par exemple, les personnes touchées par une urgence peuvent remarquer des changements dans leurs sentiments, leur comportement et leurs pensées.

Soulignez qu'il s'agit d'une réaction courante et compréhensible à un événement anormal.

Ne dites pas aux gens quand ils doivent s'attendre à se sentir mieux, car cela varie d'une personne à l'autre⁴.

Découvrez ce que les gens peuvent faire pour améliorer leur bien-être mental (par exemple, exercice, activités récréatives, établissement de routines, etc.)

Vous pouvez également aider en parlant aux survivants locaux qui ont trouvé des moyens de s'en sortir, puis en partageant leurs histoires dans votre émission. Les gens peuvent être très angoissés de ne pas savoir ce qui arrivera, à eux et à leur famille, ni comment et où trouver de la nourriture/un abri, etc. Vous pouvez aider en informant les gens de ce qui se passe et du moment où l'aide arrive. Vous pouvez inviter les travailleurs humanitaires locaux, les fonctionnaires et les personnes ayant autorité à faire régulièrement le point sur la situation et à donner des conseils sur ce que les gens peuvent faire pour accéder aux services et s'aider eux-mêmes.

N'oubliez pas que les problèmes psychologiques existants, tels que les troubles mentaux ou la toxicomanie, risquent de s'aggraver en cas d'urgence. Demandez aux groupes locaux comment les personnes souffrant de troubles mentaux ont été affectées et quel soutien leur est offert. Partagez ces informations avec votre public afin qu'il puisse s'aider lui-même et aider sa communauté.

¹IFRC (2011). Cadre opérationnel stratégique pour le soutien psychosocial 2011-2015 : Centre de référence de la FICR pour le soutien psychosocial.

² Organisation mondiale de la santé (2013). Reconstruire en mieux : des soins de santé mentale durables après les situations d'urgence. ³IASC (2007). Lignes directrices sur la santé mentale et le soutien psychosocial dans les situations d'urgence : Fiche d'action 8.1, p. 156.

⁴IASC (2007). Lignes directrices sur la santé mentale et le soutien psychosocial dans les situations d'urgence : Fiche d'action 8.1, p. 156.

Les problèmes sociaux peuvent inclure la séparation des familles, la perturbation des réseaux sociaux, la destruction des ressources et de la confiance, et l'augmentation de la violence sexiste. Dans le cadre de votre travail, essayez de découvrir ce que les gens peuvent faire pour s'aider eux-mêmes ou pour obtenir de l'aide des autres.

Par exemple, s'ils sont séparés de leur famille, adressez-vous au Mouvement international de la Croix-Rouge et du Croissant-Rouge pour savoir s'ils offrent des services de recherche des familles et comment les personnes peuvent les contacter. Découvrez les groupes vulnérables existants dans la société - par exemple les pauvres, les marginaux, les opprimés politiques, les handicapés, les femmes et les enfants. Comment ces groupes ont-ils été touchés et de quelle aide ont-ils besoin ? Les agents de soutien peuvent-ils venir donner des conseils sur le programme ? Comment les survivants peuvent-ils obtenir de l'aide directement ?



En outre, les structures communautaires ou les mécanismes de soutien traditionnels peuvent être sapés par l'urgence et la dépendance à l'égard de l'aide qui en résulte. Vous pouvez aider en partageant des histoires et des exemples de la façon dont les communautés font face à leur nouvelle situation – comme des groupes qui travaillent ensemble pour partager des ressources et des compétences, ou des exemples de leaders communautaires offrant un soutien.

Les médias et la communication peuvent jouer un rôle clé en fournissant les éléments de soutien psychosocial qui se sont révélés essentiels dans les interventions de traumatologie. Gardez ces cinq éléments à l'esprit lorsque vous effectuez toutes vos émissions d'urgence.

1 Promouvoir un sentiment de sécurité

Découvrez ce que les gens peuvent faire pour assurer leur sécurité et celle de leur famille en cas d'urgence. Que devraient-ils faire / éviter de faire? Demandez aux experts locaux quels conseils donner pour l'urgence actuelle.

2 Promouvoir un sentiment de calme

Quelles sont les voix respectées, dignes de confiance et connues de la communauté ? Peuvent-elles parler du programme pour rassurer les gens? Essayez d'utiliser des voix, de la musique et des sons familiers dans votre programme pour aider à créer un sentiment de normalité. Y a-t-il des psychologues ou des conseillers locaux que vous pouvez inviter à l'émission? Comment les contacter directement pour obtenir de l'aide ?

3 Promouvoir la conviction que les actions personnelles ou collectives peuvent conduire à des résultats positifs

Croire qu'il est possible de surmonter les difficultés et de trouver des réponses positives est essentiel au bien-être. Vous pouvez partager des exemples d'individus et de communautés qui travaillent ensemble de manière positive avec des résultats positifs - même s'ils sont modestes. Entendre des histoires de réussite de personnes dans des situations similaires est l'un des moyens les plus puissants d'insuffler confiance et motivation.

4 Se sentir en contact avec d'autres personnes dans les situations d'urgence peut apporter du réconfort, de la confiance et de l'espoir. Vous pouvez contribuer à établir des liens entre les gens en diffusant des voix différentes dans les programmes (par exemple, des hommes, des femmes ou différentes classes/groupes religieux/groupes socio-économiques). Vous pouvez fournir des canaux de communication entre différents groupes (par exemple, des appels téléphoniques avec les travailleurs humanitaires et les communautés).

5 Promouvoir l'espoir

Y a-t-il des histoires positives de survivants ou de travailleurs humanitaires que vous pouvez partager dans le cadre de votre programme ? Si ce n'est pas le cas, pouvez-vous nous faire part d'histoires positives concernant des situations d'urgence ou des situations passées ? Qui sont les voix locales respectées dans la communauté (par exemple, les dirigeants locaux, les célébrités) ? Peuvent-elles s'exprimer sur le programme pour encourager les gens ? Ont-ils des mots/des histoires/des conseils positifs à partager ?

Hobfoll, S.E., Watson, P., Bell, C.C., Bryant, R.A., Brymer, M.J. et al. (2007). Five essential elements of immediate and mid-term mass trauma intervention: empirical evidence. *Psychiatry*,

Les informations contenues dans ce document sont basées sur les sources suivantes :

Ressources

Comité permanent inter-organisations (2007). Fiche d'action 8.2 (p163) : Contient une liste d'actions clés et de ce qu'il faut faire et ne pas faire en matière de soutien psychosocial et de communication. Disponible à l'adresse suivante : http://www.who.int/hac/network/interagency/news/iasc_guidelines_mental_health_psychosocial.pdf?ua=1

Lecture complémentaire

Hobfoll, S.E., Watson, P., Bell, C.C., Bryant, R.A., Brymer, M.J. et autres (2007). Five essential elements of immediate and mid-term mass trauma intervention: empirical evidence. *Psychiatry*, 70:4, 283-315.

FICR (2011). Cadre opérationnel stratégique pour le soutien psychosocial 2011-2015 : Centre de référence de la FICR pour le soutien psychosocial. Disponible à l'adresse suivante : <http://pscentre.org/wp-content/uploads/2012/07/Standard-Operating-Framework-2011-15-FINAL.pdf>

Comité permanent inter-organisations (2007). Lignes directrices sur la santé mentale et le soutien psychosocial dans les situations d'urgence. Disponible à l'adresse suivante : http://www.who.int/mental_health/emergencies/guidelines_iasc_mental_health_psychosocial_june_2007.pdf

Le groupe de travail psychosocial (2003). Intervention psychosociale dans les situations d'urgence complexes : A Conceptual Framework. Disponible à l'adresse suivante : <http://www.forcedmigration.org/psychosocial/papers/Conceptual%20Framework.pdf>

Unicef (2011). Guide inter-agences pour l'évaluation des programmes psychosociaux dans les situations d'urgence. New York : Fonds des Nations unies pour l'enfance. Disponible à l'adresse suivante : <http://www.unicef.org/protection/files/Inter-AgencyGuidePSS.pdf>

Organisation mondiale de la santé (2003). La santé mentale dans les situations d'urgence : Aspects mentaux et sociaux de la santé des populations exposées à des facteurs de stress extrêmes. Disponible à l'adresse suivante : http://www.who.int/mental_health/media/en/640.pdf

Organisation mondiale de la santé (2013). Reconstruire en mieux : des soins de santé mentale durables après les situations d'urgence. Disponible à l'adresse suivante : http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/85377/1/9789241564571_eng.pdf?ua=1