

## Quand les familles sont déchirées



©British Red Cross/Conor Ashleigh

### Facteurs de stress et besoins psychosociaux des proches de personnes disparues ou séparées de leur famille

#### 1. Introduction

Pouvoir vivre une vie de famille est un besoin fondamental de tout un chacun et un droit garanti par différentes conventions nationales et internationales telles que la Déclaration universelle des droits de l'homme<sup>1</sup>, la Convention européenne des droits de l'homme<sup>2</sup>, ou encore la Constitution fédérale<sup>3</sup>. Pourtant, nombreux sont celles et ceux qui ne peuvent exercer ce droit. C'est souvent le cas des bénéficiaires de l'action de la Croix-Rouge suisse (CRS).

<sup>1</sup> Article 12; droit à la vie privée : <https://www.un.org/fr/universal-declaration-human-rights> , consulté le 16.04.2019

<sup>2</sup> Article 8 ; droit au respect de la vie privée et familiale : <https://www.coe.int/de/web/conventions/full-list/-/conventions/rms/0900001680063776> , consulté le 16.09.2019

<sup>3</sup> Article 14 ; droit au mariage et à la famille : <https://www.admin.ch/opc/fr/classified-compilation/19995395/index.html> , consulté le 16.04.2019

Le Service de recherches et le Service de conseil en matière de visa humanitaire de la CRS justifient tous deux d'une longue expérience et d'une grande expertise du travail avec les proches de personnes disparues ou séparées de leur famille. Depuis sa création il y a plus de 70 ans, le Service de recherches de la CRS a pu observer comment des sentiments ambigus d'espoir et de désespoir apparaissent pendant les recherches. Quant au Service de conseil en matière de visa humanitaire, il est témoin depuis son institution de l'importance cruciale que revêt le regroupement de la famille pour les personnes concernées.

Par son travail, la CRS a acquis au fil des années une expertise précieuse qui lui confère une position de choix pour observer et évaluer les facteurs de stress et les besoins psychosociaux des proches de personnes disparues ou séparées de leur famille. Le présent article s'appuie sur l'expérience des deux services susmentionnés, mais aussi sur l'étude *Between hope and despair: Stress factors and psychosocial needs of family members of missing*<sup>4</sup>, publiée par le Service de recherches de la CRS en 2013, ainsi que sur l'article *La protection de l'unité familiale – La CRS souhaite s'engager davantage*<sup>5</sup>, publié par le Service de conseil en matière de visa humanitaire en 2018.

Sur la base de ces deux perspectives, les facteurs de stress et les besoins psychosociaux des proches de migrants disparus et des personnes séparées de leur famille ont pu être identifiés.

## **2. Facteurs de stress**

Les familles dont des membres sont séparés ou recherchés subissent de nombreux facteurs de stress, tant sur le plan personnel que familial et social. Nous présentons ci-dessous un facteur spécifique pour chacun de ces niveaux.

### *2.1 Proches de disparus*

Au niveau individuel, les personnes sont confrontées à l'incertitude quant au destin du proche dont elles sont sans nouvelles. Tant qu'elles ne savent pas ce qui est arrivé, elles n'ont pas de confirmation objective du sort connu par ce dernier. Celui-ci peut par exemple être en détention, être décédé ou avoir fondé une nouvelle famille. La diversité de ces éventualités est source de confusion mentale et l'entourage a souvent l'impression qu'il doit faire un choix quant au sort de la personne disparue. Ceci entraîne aussi des conflits au sein des familles, chacun se faisant sa propre idée de ce qui est arrivé. Il est donc très important que les familles comprennent qu'elles n'ont pas à prendre une telle décision. L'incertitude et la confusion sont communes chez les familles de personnes disparues et celles-ci ont donc besoin qu'on les aide à faire face à ces émotions ambivalentes.

---

<sup>4</sup><https://www.redcross.ch/de/file/9565/download>

<sup>5</sup> <https://www.redcross.ch/fr/integration-sociale/migration/la-crs-souhaite-sengager-davantage>

Au niveau familial, outre la difficulté qu'il y a à affronter cette situation, des conflits peuvent surgir au sujet des rôles sociaux et des prises de décisions. Souvent, les rôles sont assignés de façon précise au sein des familles et représentent une part importante de la structure et de la communication familiale. Quand une personne est disparue et que sa famille attend de savoir où elle se trouve et quand elle reviendra, toute redéfinition des rôles est ressentie comme une trahison. C'est pourquoi les systèmes familiaux affectés restent souvent loyaux aux rôles existants, ce qui empêche toute adaptation et toute évolution.

Au niveau social, les familles et les individus concernés se retrouvent souvent isolés, ce qui s'explique essentiellement par l'absence de rituels sociaux, comme des événements commémoratifs liés aux personnes disparues et à leurs familles. Au début, quand les recherches sont encore dominées par l'espoir, les personnes affectées sont soutenues par leur entourage. Mais avec le temps, il devient de plus en plus difficile de rester optimiste, ou encore de faire son deuil et de tourner la page. C'est un véritable défi que d'exprimer son ressenti quand rien n'est prévu pour répondre au besoin de se souvenir de la personne disparue et canaliser ce dernier. Du fait de l'absence de rituels, le sujet est souvent passé sous silence, ce qui empêche aussi les proches de parler ouvertement de leur souffrance.

Les personnes touchées se sentent impuissantes. Comme paralysées, elles ne peuvent pas aller de l'avant et ne parviennent souvent pas à faire leur deuil ni à tourner la page. Poursuivre sa vie reviendrait à trahir la personne recherchée. Dans le cadre de nos prestations de conseil, nous rencontrons souvent des personnes qui, à cause de cette situation, ont beaucoup de mal à se concentrer ainsi qu'à s'investir dans leur intégration au sein de leur société d'accueil et sont dans un état permanent de tristesse et d'inquiétude.

Enfin, les familles affectées sont souvent confrontées à cette situation difficile sur une très longue période. Leurs recherches et leur incertitude perdurent pendant des années et sont un immense fardeau. Cette épreuve qui n'en finit pas provoque un important stress physique et psychique.

## *2.2 Personnes séparées de leur famille en contexte migratoire*

La principale préoccupation des personnes séparées de leur famille est de savoir si leurs proches vont bien et où ils se trouvent. La plupart des bénéficiaires du service de conseil en matière de visa humanitaire sont des Syriens qui ont fui en laissant derrière eux des membres de leur famille dans une situation de conflit extrêmement complexe. D'autres viennent de pays touchés par des conflits faisant rage depuis des années, comme l'Erythrée, l'Afghanistan ou le Yémen. En outre, les proches restés au pays risquent de subir des représailles en conséquence de la fuite de ceux qui sont déjà partis. Bien conscients de ces dangers, ceux-ci sont très préoccupés, ce qui les affecte énormément dans leur vie quotidienne en Suisse. Leurs pensées et leurs interactions sociales (facilitées par les outils actuels de communication et de partage d'informations sur les réseaux sociaux) se focalisent sur leur pays d'origine et le sort incertain de ceux qu'ils aiment, mobilisant une grande part de leurs ressources et n'en laissant plus qu'une infime partie à investir dans leur nouvelle vie. Cette préoccupation est un facteur de stress qui peut prendre des

dimensions considérables, allant jusqu'à empêcher ces personnes de trouver un ancrage dans la réalité dans laquelle elles vivent.

A ce facteur de stress individuel s'ajoutent encore chez nos bénéficiaires d'autres agents de stress liés à la famille et aux relations sociales. La séparation, comme la disparition, a un impact sur le rôle social et familial des individus. Ceci est particulièrement perceptible chez les personnes séparées de leurs familles vivant en Suisse et dont les familles se trouvent dans un pays en guerre. A cause du conflit et de la distance, elles ne sont plus en mesure d'assurer la sécurité de leur famille restée au pays, alors que c'était souvent leur rôle.

Dans leur vision des choses, il est en effet de leur responsabilité de protéger leurs proches, de même qu'il est de leur devoir de trouver un moyen pour que ceux-ci les rejoignent en Suisse. Mais sans possibilité concrète de garantir leur sécurité dans leur pays d'origine ni perspective de les faire venir légalement en Suisse, ces personnes se retrouvent dans une impasse qui les affecte énormément et provoque des sentiments d'anxiété et de désespoir difficiles à gérer.

Enfin, au niveau social, les personnes que nous rencontrons ressentent une grande pression pour s'intégrer rapidement en Suisse, par exemple en apprenant la langue et en trouvant un travail. Il s'agit là non seulement d'une attente, mais très souvent également d'une exigence légale pour permettre un regroupement familial<sup>6</sup>.

Prises en étau entre la pression familiale et la pression de la société d'accueil, les membres de familles séparées sont victimes de plusieurs facteurs de stress qui limitent leurs ressources et les empêchent de s'engager pleinement dans leur vie en Suisse et, par conséquent, dans tout processus d'intégration. Elles se retrouvent prises dans un cercle vicieux qui leur cause souvent d'importantes souffrances et auquel elles ne voient aucune issue.

Ces agents de stress ont objectivement un impact sur la santé mentale et physique, provoquant des symptômes de dépression tels que des troubles du sommeil ou des problèmes nutritionnels.

### **3. Besoins psychosociaux**

L'expérience de la CRS en matière d'aide à la recherche de personnes disparues et au regroupement familial montre que les besoins des personnes séparées de leur famille et des proches de disparus sont souvent similaires et partagés. Ceux-ci comprennent entre-autres un contact personnalisé avec les services de la Croix-Rouge, l'accès à de l'information et à des outils de communication fiables et abordables et la reconnaissance de la situation comme difficile.

Concernant le contact régulier avec la Croix-Rouge, il est important pour les bénéficiaires de disposer d'un espace où ils peuvent parler de leurs proches disparus ou restés au pays et de l'impact de cette situation sur leur vie quotidienne, a fortiori s'il est tabou d'évoquer les absents en société et au sein de leur famille. Par ailleurs, les concernés ont souhaité échanger avec

---

<sup>6</sup> En Suisse, les personnes bénéficiant d'une admission provisoire doivent attendre trois ans avant de pouvoir faire une demande de regroupement familial et certains critères liés aux ressources financières, au logement et à la langue doivent être remplis.

d'autres personnes connaissant ou ayant connu une expérience similaire. Certains ont également voulu entendre parler d'exemples de recherches réussies afin de garder espoir.

Obtenir des informations de façon à développer ses propres pistes d'action est un autre besoin identifié par nos services. Il s'agit là de connaître les possibilités existantes pour retrouver les proches disparus, le cadre légal du regroupement familial ou les autres voies légales qui leur permettraient d'être réunis. Ces renseignements aident les bénéficiaires à mieux comprendre leur situation et leur redonnent une certaine autonomie puisqu'ils peuvent alors prendre des décisions en connaissance de cause.

Pour les familles séparées, une communication régulière est d'une grande importance. Même si les nouveaux outils numériques simplifient les échanges entre les proches séparés, toutes les personnes concernées n'ont pas les connaissances requises pour accéder à ces systèmes fiables et abordables. Un besoin d'assistance dans ce domaine a donc été mis en évidence.

Enfin, les personnes touchées expriment souvent un fort besoin de reconnaissance. Cela implique que leur situation soit reconnue comme étant difficile et source de souffrances, même si aucune solution concrète ne peut leur être proposée. A des fins d'illustration, on peut évoquer la Journée internationale des personnes disparues organisée par la Croix-Rouge en 2018. Le bilan de cet événement a été très positif. Néanmoins, on a relevé à cette occasion que les familles concernées n'avaient aucun lieu où entretenir le souvenir des personnes absentes. A cet égard, le fait que la CRS intervienne pour défendre leurs droits et les associe à ce processus représente pour elles une aide inestimable.

#### **4. Conclusions et recommandations**

L'expérience de la CRS montre que les proches de disparus et les personnes séparées de leur famille sont souvent confrontés à des difficultés psychosociales et à des problèmes de santé mentale non négligeables, ce qui entraîne généralement une inaptitude à mener une vie normale et à s'intégrer dans le pays d'accueil. C'est pourquoi la CRS a élaboré différentes activités visant à aider les personnes concernées à faire face à l'ambivalence déstabilisante de leurs sentiments et à réduire l'isolement au sein de leur famille et de leur communauté.

La CRS a aussi formulé des recommandations à l'intention du Mouvement de la Croix-Rouge et du Croissant-Rouge et des autorités compétentes afin d'améliorer le bien-être des proches de disparus et des personnes séparées de leur famille et de faciliter la réunion des familles.

- **Comprendre la spécificité et l'impact de ces situations** aide à mieux accompagner les familles. Il est très important que les aidants aient une attitude compréhensive et reconnaissent l'impact de la situation sur les personnes concernées, sans craindre d'en parler. Ne pas aborder le sujet aggraverait encore l'isolement de la personne touchée.
- **Participer à une redéfinition des rôles au sein de la famille**, si possible dans le cadre d'un processus incluant la totalité du système familial. Aider les membres de la famille à

se libérer de cette situation bloquée, les encourager à jouer leur rôle de parent (ou autre), même si l'autre parent (ou tout autre membre de la famille) est absent, ou s'ils doivent le faire à distance.

- **Donner aux personnes concernées les moyens de retrouver une place active dans la société** au travers de discussions, d'activités, d'un engagement. Avoir quelque chose à faire redonne du sens à la vie et peut contribuer à restaurer une estime de soi souvent mise à mal. La distraction apportée par le travail ou les activités sociales aide aussi à briser le cercle vicieux des pensées négatives. De ce fait, tous les types de contacts avec nos bénévoles et nos équipes peuvent contribuer à améliorer la situation personnelle des personnes touchées.
- **Prendre en compte les relations et les ressources à l'étranger dans une démarche de soutien fondée sur une perspective systémique.** Comme énoncé plus haut, certaines des personnes touchées recourent régulièrement à différents systèmes de communication numérique pour rester en contact avec leurs proches. Bien que la plupart de nos services s'efforcent d'adopter une approche systémique, ces contacts sont très rarement pris en compte dans les activités d'assistance. Ces relations familiales, quoique vécues à distance, représentent pourtant des ressources réelles pour les bénéficiaires. Cet aspect sous-exploité dans l'aide apportée devrait être pris en considération pour permettre de mobiliser ces ressources et de tirer parti des technologies modernes de communication. Un proche vivant dans un autre pays pourrait participer à un entretien mené avec un bénéficiaire, ce qui serait très utile pour garantir que tous les membres de la famille ont une compréhension identique de la situation et des options possibles. Concernant le cadre légal par exemple, quand une personne reçoit une réponse négative à une demande de regroupement familial, les membres de la famille à l'étranger peuvent être associés et recevoir l'information de la part d'une instance «neutre». En procédant ainsi, on réduit certains des facteurs de stress mentionnés ci-dessus, comme ceux créés par les attentes très élevées des proches restés dans le pays d'origine, ou ceux liés à la redéfinition des rôles au sein du système familial.
- **Analyser les besoins des personnes touchées, surveiller l'évolution des mouvements migratoires internationaux et des politiques en matière de regroupement familial et de personnes disparues. Exploiter les résultats de ces analyses dans le cadre d'activités de lobbying et de plaidoyer fondées sur des faits.** Cette démarche doit s'inscrire en complément du conseil et du soutien psychosocial fournis par nos services et s'appuyer sur notre expertise et nos données. Ces analyses continues constituent des composantes essentielles du travail de lobbying et de plaidoyer fondé sur des faits. En tant que professionnels de terrain, nous avons un rôle important à jouer dans ce domaine pour améliorer la situation et les droits des personnes touchées. Pour y parvenir, nous devons nous fonder sur nos atouts, qui sont non seulement nos contacts directs avec les personnes concernées et notre connaissance des véritables difficultés qu'elles doivent affronter, mais également notre appartenance à un vaste

mouvement international capable d'envoyer des messages forts à nos dirigeants.  
L'implication des personnes concernées dans le travail de plaidoyer devrait aussi être envisagée, car elle leur permettrait de participer davantage et d'avoir voix au chapitre.

Co-auteurs :  
Croix-Rouge suisse  
Vanessa Ballarin, Service Migration  
Nicole Windlin, Service de recherches  
Werkstrasse 18  
Case postale  
3084 Wabern  
[www.redcross.ch](http://www.redcross.ch)