

Javier Sanchis Zozaya

Deuils et vécus traumatiques chez les jeunes migrants forcés : un travail de tisserand pour bien les accueillir

Résumé

La trajectoire des jeunes migrants forcés est jalonnée de multiples pertes, auxquelles s'ajoute le processus migratoire souvent contraint et parsemé de dangers. À l'arrivée dans le pays d'accueil, ceux-ci sont confrontés à un nouvel environnement social, linguistique et culturel, ainsi qu'à de longues procédures administratives et la peur constante d'être expulsés. Ces éléments ont un impact négatif sur leur santé, avec un risque de développer des troubles psychiatriques sévères. Pour mieux les accompagner, il est nécessaire de s'intéresser aux pertes qu'ils subissent et aux processus de deuil qui s'enclenchent. Ces pertes se cumulent durant leur adolescence, période qui se caractérise par un grand remaniement identitaire. Le corps se métamorphose, la vie pulsionnelle s'accélère, la gestion des émotions devient un défi. Les professionnels qui les entourent vont devoir être sensibles aux enjeux transculturels et sociaux, afin de leur fournir un cadre de vie aussi stable et rassurant que possible.

Introduction¹

Le deuil est un processus psychique normal qui survient à la suite de la perte d'un être cher. La perte la plus importante et déstabilisante pour un jeune² est celle des parents ou des personnes qui ont symboliquement rempli ce rôle. D'autres pertes peuvent également enclencher un processus de deuil, telle la perte d'un objet de valeur symbolique, d'un environnement ou d'une idée fortement investie (Hanus, 1988). Comme nous le verrons dans ce chapitre, les enfants et adolescents migrants forcés (tous ceux qui ont dû quitter leur pays de force, comme les requérants d'asile et réfugiés) cumulent de nombreux deuils et sont plus à risque de subir des traumatismes psychologiques.

Les mineurs non accompagnés sont les plus exposés parmi tous et les plus à risque de présenter des complications à cause de leur situation sociale et familiale extrêmement précaire : sans entourage familial proche, seuls dans un pays culturellement différent du leur, entourés d'adultes qui ignorent leurs us et coutumes, confrontés à une nouvelle langue et de surcroît, souvent menacés de renvoi dès qu'ils atteignent la majorité civile. Ces contraintes affectent leur capacité à se projeter dans l'avenir, ainsi que leurs chances de se former, de travailler et d'investir la société d'accueil.

Le deuil n'est pas une pathologie et n'a pas besoin d'être traité. Il est toutefois important de bien accompagner le jeune endeuillé, afin de favoriser le bon déroulement de ce processus. Une mauvaise évolution facilite en effet l'apparition de troubles psychiatriques qui auront un impact néfaste sur leur apprentissage et l'intégration dans la société d'accueil. Malheureusement, il n'est pas toujours simple de repérer les jeunes migrants qui subissent des deuils. Ils n'expriment pas forcément leur malaise par de la tristesse et en formulant un clair appel à l'aide. Souvent, ils le font par des troubles du comportement, des conduites à risque, une consommation d'alcool ou de drogues, ou par un retrait sur soi, un isolement allant jusqu'à « se faire oublier ».

Les professionnels qui les entourent au quotidien – enseignants et éducateurs notamment – peuvent rencontrer des problèmes importants

¹ Ce chapitre s'inspire largement du livre du même auteur : Sanchis Zozaya, J. (2021). *J'ai peur de les oublier : deuil et accompagnement chez les adolescents requérants d'asile*.

² Afin de faciliter la lecture nous utiliserons indistinctement le terme « jeunes » quand nous parlons d'enfants et d'adolescents.

pour les accompagner. Dans ces cas, il est souhaitable de travailler en réseau interprofessionnel et collaborer avec des professionnels de la santé générale et de la santé mentale, ainsi qu'avec des assistants sociaux, des tuteurs et des associations de soutien (Marion-Veyron, 2012).

Dans ce chapitre, nous proposerons quelques points de repère théoriques et pratiques nous aidant à mieux penser ces prises en charge. Y seront notamment développés le rôle de la culture dans la construction du psychisme et de l'identité du jeune, les enjeux liés à la migration et les deuils qui surviennent dans ce contexte de migration forcée. Enfin, nous verrons ce qui détermine le processus de deuil et comment accompagner ces jeunes de la meilleure manière.

Quelques notions pour mieux comprendre le jeune migrant forcé

Les besoins de base pour un bon développement psychologique

La personnalité et l'identité se construisent sur la base des expériences et des relations interpersonnelles intégrées au cours d'une vie, en particulier celles de l'enfance. Nous reprenons ici le concept du psychanalyste Donald Winnicott (1971) de «la mère suffisamment bonne». De manière très schématique, si le petit enfant évolue dans un milieu suffisamment sécurisant – stable, contenant et soutenant –, avec un entourage familial suffisamment bon, qui répond aux besoins de base et veille, dans la mesure du possible, à son bien-être relationnel et affectif, il grandit avec l'impression que le monde est suffisamment bon. Il intègre dans son psychisme toutes ces relations sécurisantes, et même quand elles font défaut dans la vie quotidienne, il peut en mobiliser le souvenir et se sentir réconforté par celui-ci. Ceci contribue à bâtir un sentiment de confiance en soi et les autres et l'aide à affronter les difficultés avec davantage de sécurité, amortissant les chocs émotionnels liés aux aléas de la vie (à l'instar des pertes ou des vécus potentiellement traumatiques). Au fur et à mesure de sa croissance, l'enfant intègre également dans son psychisme la culture qui l'enveloppe.

Caractéristiques et rôle de la culture

La culture a cinq caractéristiques générales (Sanchis Zozaya, 2018).

- *Elle nous précède via nos ancêtres et le milieu dans lequel nous vivons, et elle participe à la construction du psychisme et de l'identité de l'individu.*

L'enfant naît dans une famille et une société ayant une culture propre, qui tisse simultanément les liens de filiation et d'appartenance culturelle. Ce « tissage serré » composé de parties interpsychiques et intrapsychiques, conscientes et inconscientes, s'enracine dans des niveaux très profonds de l'identité. Ceci explique pourquoi le processus d'intégration dans une nouvelle société n'est ni simple, ni rapide. Il est illusoire (et dangereux) de penser que les personnes peuvent changer de culture et s'adapter complètement à une nouvelle société. Ceci doit nous faire réfléchir à la manière dont nous accueillons les jeunes venus d'ailleurs, à la place que nous laissons à leurs spécificités culturelles, à la façon dont nous les validons et les encourageons, tout en les aidant à acquérir nos propres valeurs culturelles.

- *Elle apporte une grille de lecture à notre vécu (Kleinman, 1981).*

Elle donne un sens à ce qui est vécu, comme la mort, les naissances, les mariages, les maladies, les accidents, les pertes, etc. Chaque culture détermine le normal et l'anormal (Devereux, 1970), avec son corrélat : « *Ce qui est hors norme est soit immoral, soit pathologique* ». Par exemple, un état anxieux, ressenti comme une tension physique ou comme la fameuse « boule à l'estomac », peut être compris comme du stress (si nous concevons que les problèmes psychiques se manifestent ainsi), comme un problème physique (car l'émotion éprouvée est principalement ressentie au niveau du corps), comme une possession par un esprit maléfique (si nous envisageons que les possessions ou le mauvais œil existent), ou encore comme une punition divine (si nous avons une lecture spirituelle et religieuse du malaise). La représentation de la cause du problème conditionne également la manière de manifester la souffrance, la manière de la partager et la solution attendue. On cherche alors, en fonction du système de croyance à l'œuvre, un psychologue, un médecin généraliste, un guérisseur, un tradipraticien ou un religieux. La proposition d'aller chez un psychiatre ou psychologue est perçue par certains jeunes comme

une abomination, en particulier ceux dont la culture d'origine considère la psychiatrie comme taboue. D'autres ne la comprennent tout simplement pas, car elle relève pour eux de l'inconnu le plus total.

- ***Elle constitue un ensemble de règles et de valeurs qui conditionnent la manière dont l'individu et le collectif s'expriment ou interagissent.***

Chaque culture a ses propres valeurs et définit les règles qui vont permettre de gérer les liens intergénérationnels, les rapports homme-femme, la place à tenir dans la famille à ou dans la société, le rapport à l'autorité et à l'État, etc.

Les jeunes qui ont par exemple grandi sous une dictature ou dans un contexte de guerre où l'arbitraire a régné, ont une méfiance accrue face aux autorités, et peuvent la défier plus facilement, car c'est le modèle relationnel qu'ils ont intégré durant leur vie. Ou face à une situation de deuil, ils cherchent à s'appuyer sur leurs propres rituels pour y faire face.

- ***Elle est mobile et se transforme au fil du temps.***

Contrairement à ce que l'on peut penser, la culture n'est pas figée. Elle évolue en fonction des événements sociaux et environnementaux, pour s'adapter et continuer à apporter une grille de lecture qui aide à donner du sens. Par exemple, notre manière d'interagir avec les personnes a profondément changé depuis l'arrivée des smartphones. Pareil pour les codes vestimentaires, qui fixent ce qui est correct ou inadéquat. Notre manière de gérer et d'encadrer les deuils a également beaucoup changé. Jadis, le deuil était une affaire de famille, comportant des rituels clairs et une exigence vestimentaire spécifique. Aujourd'hui, parler de la mort dans notre société occidentale est presque devenu tabou. Le deuil est devenu une affaire individuelle, et la société ne laisse que très peu de place à la manifestation de la souffrance, avec des injonctions à être rapidement performant et à surmonter la perte au plus vite, faute de quoi on le considère comme une pathologie qu'il faut traiter.

- ***Enfin, elle joue un rôle d'enveloppe pour le psychisme de l'individu (Nathan, 1986).***

Tant que l'individu partage les éléments culturels avec ceux qui l'entourent, il s'accorde avec eux de manière spontanée, sans effort et sans risque d'enfreindre des règles par ignorance. Les rapports interpersonnels sont fluides et faciles à comprendre, constituant une «enveloppe» sécurisante. Comme nous le verrons par la suite, la migration impose une rupture de cette enveloppe.

Le processus migratoire

La migration est un processus qui comporte un « avant », un « pendant » et un « après ». Ce que le jeune a vécu avant la migration conditionne sa capacité d'adaptation aussi bien que le processus migratoire même. S'il est important de prendre en considération la souffrance et les problèmes qui l'ont motivé à quitter son pays, il est tout aussi fondamental de s'intéresser au contexte social, familial, éducatif et politique d'où il vient (de précieuses ressources peuvent s'y cacher). Tous ces éléments participent à la décision de migrer. Dans la plupart de cas, elle est prise par les parents, mais dans le cas des mineurs non accompagnés, leur participation à cette décision est active, ce qui dessine des typologies variées des motifs migratoires (Gaultier, 2020). Les raisons fréquemment invoquées sont : fuir une situation de guerre, des persécutions ou l'exploitation, ou encore améliorer sa situation économique ou celle des proches. D'autres raisons, inexprimables ou inconscientes, se dissimulent parfois derrière les motifs invoqués : des difficultés à trouver une place au sein de la famille ou dans la société, des problèmes d'émancipation ou des conflits et rivalités inconscientes avec la famille. Plus rarement, une quête d'aventure ou encore l'impulsivité et l'errance.

Le parcours migratoire contient son lot de pertes et de traumatismes psychiques : décès en cours de route, emprisonnement, viols, torture... Arrivés dans le pays d'accueil, les migrants sont confrontés à de longues procédures pour solliciter l'asile, qui accroissent l'angoisse et génèrent un fort sentiment d'impuissance, car, encore une fois, leur destin leur échappe et ils n'ont pas la possibilité de décider. Parfois, « l'après » n'advient même pas, le migrant demeurant dans un incessant aller-retour entre son pays d'origine et d'autres pays, ou ne parvient pas à se projeter davantage dans l'avenir, enfermé dans un vécu de pertes et de traumatismes, avec des souvenirs du passé qui le hantent.

Concernant nos jeunes migrants forcés, la migration a aussi un impact sur leur développement psychologique et identitaire. Ils sont confrontés à des pertes précoces, des déracinements et des changements importants de leur cadre de vie. Léon et Rebecca Grinberg, deux psychanalystes qui ont beaucoup travaillé sur les enjeux migratoires, définissent l'identité comme « *La capacité de l'individu à se sentir soi-même à travers la succession de changements [...]. Cela implique de maintenir une stabilité à travers les circonstances défavorables et les transformations et changements de la vie [...]. Des événements comme la migration peuvent se transformer en facteurs qui menacent le sentiment d'identité* » (Grinberg, 1984, p. 161).

Selon ces auteurs, l'identité est constituée par une triple intégration : *physique, temporelle et sociale*. Ces éléments sont particulièrement mis à mal chez les jeunes migrants forcés. Une bonne intégration physique implique d'avoir un schéma corporel clair. Or, durant l'enfance et plus encore l'adolescence, les transformations physiques sont majeures. De surcroît, le changement de lieu de vie peut impliquer un bouleversement complet des stimuli sensoriels, qu'il s'agisse de la température environnante, du degré d'ensoleillement, des odeurs et autres sensations du quotidien qui contribuent à définir ce qui est habituel et donc connu, familier, sécurisant. Une bonne intégration temporelle consiste à percevoir une continuité durant la vie, avec un sentiment de cohésion, même si des changements surviennent. Quand la migration est forcée – non choisie – peu ou pas préparée car il faut fuir et quitter le lieu de vie rapidement, ou encore, parsemée de difficultés et de vécus traumatiques qui font effraction, les jeunes sont susceptibles de développer un vécu d'étrangeté par rapport à leur propre histoire. Les événements arrivent en trop grande quantité et avec une trop grande intensité émotionnelle. Ils ne peuvent pas être intégrés harmonieusement, car ils dépassent la capacité du jeune à tisser son propre récit de vie. Enfin, l'intégration sociale s'appuie sur les liens de filiation et d'appartenance au groupe familial, social et culturel. Quand l'individu interagit avec les personnes qui l'entourent et que tous partagent dans une large mesure les mêmes représentations et règles, familiales, sociales et culturelles, il se sent en harmonie et en adéquation. Avec la migration, ces points de repère changent souvent radicalement, mettant à mal les assises identitaires et amplifiant le sentiment d'insécurité. Le jeune migrant forcé aura donc besoin de points de repère identificatoires de sa propre culture d'origine et de la culture d'accueil. Ainsi seulement il pourra consolider son identité en une construction métissée entre sa culture d'origine et la culture d'accueil. Ce processus est laborieux et prend du temps.

Deuils et migration forcée

De nombreux types de pertes existent : réelles et symboliques. Certaines sont communes à toute l'humanité, comme le décès d'un être cher ; d'autres sont spécifiques au contexte migratoire. Dans tous les cas, les migrants forcés sont les plus à risque de les cumuler. Par exemple :

Ce qu'il laisse au pays d'origine. La famille, des amis, un environnement social et naturel familier (les voisins, les commerçants du quartier, les

espaces de jeux, l'école, les lumières, la température, la cuisine avec ses saveurs et parfums, les odeurs et sonorités de la rue, par exemple), ainsi que le statut social, la place dans la famille, etc.

Ce qu'il n'a pas trouvé ici et à quoi il s'attendait. Un statut social stable, avec une reconnaissance d'asile qui tarde parfois beaucoup ou n'arrive jamais; la situation économique qui est loin de ce qui avait été imaginé, le confrontant à une nouvelle précarité et à décevoir la famille restée dans le pays d'origine, qui espérait recevoir un soutien économique; ou pour les adultes, le fait de ne pas avoir la reconnaissance des titres d'études ou du métier, avec la conséquence de devoir se conformer à des postes de travail sous-évalués à leurs yeux.

La difficulté d'être autonome comme au pays d'origine. Pour certaines personnes il est très difficile d'apprendre une nouvelle langue, soit parce qu'elle est très différente de leur langue maternelle, soit parce que la détresse psychique ressentie limite grandement la capacité de concentration et d'apprentissage. L'autonomie est également affectée par la difficulté à comprendre le système social et les diverses institutions sanitaires, administratives, scolaires, etc.

Ce qui détermine le processus de deuil et le trauma psychologique

La plupart des spécialistes s'accordent sur le fait qu'il y a à la fois des étapes récurrentes au processus du deuil ainsi qu'une multiplicité de modalités pour le faire (Kübler-Ross, 2005; Hanus, 1998; Bowlby, 1980). Les formes d'expression et la manière dont la personne donne sens et cherche de l'aide varient selon les individus et leur ancrage socioculturel. De façon schématique, nous retrouvons cinq grands déterminants du processus du deuil :

La personnalité de l'endeuillé. Nous l'avons vu tout au début de ce chapitre, plus la personne a bénéficié de relations précoces sécurisées et d'un environnement stable, plus elle aura des ressources pour faire face aux aléas de la vie.

La qualité du lien avec ce qui a été perdu. Plus la relation avec ce qui a été perdu était importante, ou teintée d'une dépendance relationnelle et affective, plus le deuil sera complexe.

L'âge de l'endeuillé. Il conditionne la manière dont l'individu comprend la perte, la signification donnée et la portée de la mort. Les enfants en bas âge, par leur dépendance aux adultes, peuvent être davantage épargnés de la souffrance, car les adultes jouent un rôle contenant en leur expliquant ce qui se passe et en les accompagnant dans le processus de deuil. À l'inverse, ils sont très exposés s'ils manquent de soutien familial et doivent mener seuls ce processus. Les adolescents, nettement plus autonomes, ont des ressources pour faire face à la perte, mais ils continuent à avoir besoin d'un accompagnement bienveillant et adéquat. Les mineurs non accompagnés auront particulièrement besoin que cet encadrement soit assuré par des professionnels.

L'événement ayant provoqué la perte. La rapidité de l'événement, sa survenue inattendue et violente, ou encore l'absence du corps du défunt, compliquent le processus de deuil et l'aggravent. Perdre quelqu'un de mort naturelle ou quitter son pays de manière organisée, anticipée et paisible n'a pas la même charge affective que le vivre dans un contexte de guerre, de tortures ou d'autres types de violence.

L'environnement de l'endeuillé. L'environnement encadre l'individu et établit les règles qui accompagnent le processus de deuil. La culture environnante, proche ou éloignée de celle du jeune, joue un rôle essentiel. Par exemple, lors des funérailles, dans des cultures où l'appartenance collective à la tribu ou au clan est importante, le jeune a un soutien très marqué par son entourage social. Des rituels précis accompagnent et encadrent le cheminement de l'endeuillé, en apportant du sens et des tâches précises à réaliser, fournissant un environnement contenant. En revanche, dans des sociétés plus individualistes, le jeune se retrouve très seul, avec peu de points de repère quant à la manière de surmonter cette épreuve. Un autre exemple concerne la phase finale du deuil, celle de l'adaptation à la perte et le réinvestissement de la vie. Pour certaines cultures, cette étape passe par un lent désinvestissement de ce qui a été perdu, tandis que pour d'autres, tout au contraire, il s'agit de ne pas oublier le défunt ou ce qui a été perdu, de lui accorder une place importante dans les pensées, les prières, l'environnement, ou dans les conversations au quotidien. Enfin, plus la perte provoque une précarisation de l'individu, plus elle augmente sa charge émotionnelle et nécessite la mobilisation des ressources psychiques, qui sont déjà épuisées par le processus migratoire. Les déterminants sociaux (Marmot, 2005) joueront un rôle essentiel : la qualité de l'hébergement, l'accès à des formations ou au marché du travail, la disponibilité et l'aide de professionnels compétents, la connaissance et

l'accessibilité au système de santé, ou encore l'existence, la proximité et le lien avec des personnes significatives.

Au regard de cette diversité d'enjeux, le jeune endeuillé migrant forcé doit pouvoir compter sur sa famille, si elle est toujours présente. Celle-ci lui apporte les repères précieux de sa propre culture. Mais dans tous les cas, et surtout si la famille fait défaut – comme chez les mineurs non accompagnés –, il a besoin de compter sur des interlocuteurs professionnels ouverts, sensibles aux questions transculturelles et aux déterminants sociaux.

Trauma psychique et migration forcée

Le trauma psychologique émerge lorsque l'individu expérimente une menace de mort imminente, mais aussi quand il assiste à la mort brutale d'autrui, quand il subit de la torture, de l'esclavage, des abus sexuels, de la violence prolongée... Ce vécu provoque un état de sidération, qui se caractérise par une impossibilité de traiter les informations. Il y a une incapacité à se représenter l'événement, une absence de parole, rendant impossible (ou quasi) le partage de ce vécu.

Souvent, il y a un ancrage physique des symptômes, avec des douleurs diffuses et des troubles fonctionnels qui font penser à des pathologies digestives, urinaires, cardiaques, neurologiques, etc. Au-delà des symptômes de reviviscence, le plus marquant est la mise à mal des liens internes et interpsychiques. La personne éprouve une méfiance accrue envers les autres, une perte de confiance en soi-même et une profonde atteinte identitaire. Les propos les plus fréquemment entendus sont : « *Je ne suis plus moi-même* », « *Je ne me reconnais pas* », ou pire « *Je sens que je n'appartiens plus à l'espèce humaine* ».

Quand deuil et vécu traumatique s'associent, la douleur psychique éprouvée devient difficilement supportable pour la personne, et un suivi psychiatrique en parallèle à l'accompagnement éducatif et social est essentiel. Dépister le plus rapidement possible ce type de souffrances devient un « contre la montre ». Mais la tâche n'est pas simple. Comme nous l'avons vu concernant le rôle de la culture et les enjeux liés aux représentations culturelles, pour beaucoup de ces jeunes, leur souffrance n'est pas reconnue comme un problème psychique, mais plutôt physique, magique ou spirituel, et ils ne comprennent pas le sens d'aller consulter des professionnels de la santé mentale, ce qui est par ailleurs tabou pour beaucoup d'entre eux.

La clinique du lien : un travail de tisserand

Face aux pertes et aux vécus traumatiques, les jeunes ont besoin d'un cadre de vie sécurisant et d'un entourage bienveillant, afin d'avoir des points de repère stables et des modèles identificatoires qui soutiendront leur développement psychologique, favoriseront le processus d'intégration et aideront à développer une « *attitude envers le deuil* » (Delecroix, 2015). Il s'agit d'un travail de transformation du lien avec ce qui est perdu, qui permet de vivre avec le deuil de manière que la douleur puisse être gérable. Les bons souvenirs peuvent être mobilisés, avec une recherche de bonheur et la construction de projets, même s'il persiste une certaine douleur ou une nostalgie de ce qui a été perdu.

Dans notre culture, la résolution du deuil est fréquemment associée à l'oubli ou au fait de tourner la page. Dans certains cas, ceci est possible, mais l'expérience nous montre que bon nombre de pertes importantes dans la vie ne peuvent pas être oubliées, et l'injonction de devoir le faire génère davantage de souffrance. Comment un jeune pourrait-il oublier ses parents ? Se remémorer sa famille restée loin ne s'accompagne-t-il pas naturellement d'une certaine douleur, même si de bons souvenirs sont mobilisés ? Comment un jeune pourrait-il « oublier » son quartier, son école, ses amis, les parfums de la cuisine de sa grand-mère, les lumières et sonorités de son pays, sans que cela entraîne une perte radicale de tout ce qui le constitue en tant qu'individu, avec son identité propre et singulière ? Dans la plupart des cas, les deuils qui habitent les migrants sont des deuils qui vont perdurer, mais qui peuvent sans doute s'adoucir, voire devenir une ressource, à condition que les professionnels qui les entourent puissent le concevoir ainsi et les accompagnent pour les y aider.

Pour y parvenir, il faut travailler sur un triple lien à tisser : le lien de confiance entre le jeune et le professionnel, le lien du jeune avec lui-même et sa propre histoire, et finalement, le lien avec ce qui l'entoure. Sans oublier la nécessité pour les professionnels d'être en lien entre eux, via une approche intégrative qui prend en considération la globalité du jeune.

Ce travail implique pour tous les professionnels d'être bienveillants et respectueux de l'altérité du jeune, tout en mettant des limites qui cadrent, contiennent, apaisent, mais aussi protègent quand le vécu émotionnel déborde sous forme de violence, de conduites à risque ou de dérive vers la consommation de toxiques. Il serait tentant de dire qu'il suffit d'apporter un espace d'écoute et de parole, où les émotions pourront être partagées

et déchargées. Hélas, on sait bien que beaucoup de jeunes redoutent de revenir sur leur passé difficile, et encore plus d'évoquer et exprimer leurs émotions. Y arriver présuppose que le jeune se sente en confiance et que ce soit lui qui nous y amène. Le professionnel doit donc être patient et accueillant quand ce moment arrive, mais sans attendre que ce soit la seule manière d'aider. On peut également proposer des activités en commun, à des horaires réguliers et stables. Un espace artistique, sportif, ludique, de travail... En faisant ensemble, on favorise la construction de ce lien de confiance et, peut-être, lors d'un moment tout simple et inattendu, le jeune choisit de déposer une partie de son passé. Dans tous les cas, même si les souvenirs difficiles ne sont pas abordés, nous travaillons sur le matériel du passé qu'il amène, de sa propre culture et société, des souvenirs de sa famille. Nous l'aidons à tisser des ponts entre l'ici et le là-bas, le maintenant et l'autrefois, pour progressivement établir un récit du parcours de vie et de migration qui permette de contextualiser la souffrance vécue, et la délimiter: *«Il y a bien eu des moments très difficiles dans ma vie, mais il y a aussi eu de belles expériences»*.

Un point fondamental de ce tissage de liens est d'assurer au jeune un soutien social et de l'aider à développer des compétences sociales (Oppedal, 2015). Ceci passe par un travail avec les éducateurs, les enseignants, les tuteurs, des juristes, des assistantes sociales et avec des associations de soutien, qui aident à lui apprendre les us et coutumes de la société d'accueil, à stabiliser sa situation administrative et à défendre ses droits et intérêts. Favoriser un tissage de liens avec des individus et groupes de sa propre communauté compte également, afin de préserver les repères culturels d'origine. En même temps, il est important de l'aider à modérer ses attentes envers la société d'accueil, tout en le laissant rêver à un bon avenir. Souvent, les migrants ont une image très idéalisée du pays d'accueil, susceptible de générer beaucoup de frustration. Enfin, il faut par ailleurs veiller à ce que les professionnels ne tombent pas dans le *«paradoxe de l'accueil»*, notamment dans le cadre de l'accueil des mineurs non accompagnés (Gaultier, 2017):

«Les jeunes sont pris en charge jusqu'à leurs dix-huit ans, mais à leur majorité, ils perdent très souvent ce soutien et doivent être autonomes rapidement, voire dans certains cas, ils sont exposés au risque d'expulsion. Ce paradoxe leur met une pression très forte: faire preuve d'un maximum de capacités d'intégration, d'habiletés sociales, d'apprentissage de la langue, d'insertion dans les cursus scolaires, etc. afin de donner toutes les garanties, et arborer une extraordinaire résilience pour pouvoir rester au pays d'accueil après leurs dix-huit ans. Cette situation provoque une

adaptation elle-même paradoxale puisqu'elle étouffe la possibilité de manifester leur souffrance psychique».

Le travail avec les jeunes migrants forcés relève d'un jonglage subtil, exigeant et créatif. Pour cela, il est indispensable pour chaque professionnel de s'entourer d'autres professionnels qui le complètent : de l'enseignement et de l'éducatif, au social et à l'administratif, en passant par le médical et le psychologique. Les autorités doivent aussi aider à ce que les ressources nécessaires soient suffisantes. Un bon investissement économique à un âge précoce a plus de chances de donner de bons résultats, favorisant une bonne intégration et une bonne santé mentale. Il ne faut pas oublier que le développement d'une société ne se mesure pas uniquement par ses avancées scientifiques ou par sa force économique, mais surtout par sa capacité à prendre soin des plus vulnérables.

Liste des références

- Bowlby, J. (2002). *Attachement et perte* (vol. 3), *La perte*, PUF.
- Delecroix, V. et Forest, P. (2015). *Le deuil : entre le chagrin et le néant*. Philosophie.
- Dévereux, G. (1977). *Essais d'ethnopsychiatrie générale* (3^e éd.). Gallimard.
- Gaultier, S. (2017, 8 décembre). Les mineurs non accompagnés sont confrontés au paradoxe de l'accueil. *Actualités sociales hebdomadaires*, 3037, 26-27.
- Gaultier, S. (2020). Réflexion sur la typologie des motifs migratoires chez les mineurs non accompagnés. Dans D. Derivois (dir.). *Adolescents et jeunes du monde en souffrance identitaire : quels chemins de résilience ?* Éditions universitaires de Dijon.
- Grinberg L. et Grinberg R. (1984). *Psychanalyse du migrant et de l'exilé*. Césura Lyon.
- Hanus, M. (1988). *Les deuils dans la vie : deuils et séparation chez l'adulte et chez l'enfant*. Maloine.
- Kleinman, A. (1981). *Patients and healers in the context of culture. An exploration of the borderland between anthropology, medicine and psychiatry*. University of California Press.
- Kübler-Ross, E. et David K. (2005). *Sur le chagrin et sur le deuil : trouver un sens à sa peine à travers les cinq étapes du deuil*. Jean-Claude Lattès.

- Marion-Veyron, J. (2012). Un réseau santé/social pour les classes d'accueil ? Dans Ch. Durussel, E. Corbaz, E. Raymonde et M. Schaller (dir.). *Pages d'accueil*. Antipodes.
- Marmot, M. et Richard G. W. (2005). *Social determinants of health*. Oxford University Press.
- Nathan, N. (1986). *La folie des autres : traité d'ethnopsychiatrie clinique*. Dunod.
- Oppedal, B. et Idsoe, T. (2015). The role of social support in the acculturation and mental health of unaccompanied minor asylum seekers. *Scandinavian journal of psychology*, 56, 203-211. <https://doi.org/10.1111/sjop.12194>
- Sanchis Zozaya, J. (2018). L'apport de la psychiatrie transculturelle aux soins de premier recours : pour une approche pragmatique pour des rencontres complexes. *Swiss medical forum*, 18(15), 325-331.
- Sanchis Zozaya, J. (2021). *J'ai peur de les oublier : deuil et accompagnement chez les adolescents requérants d'asile*. Georg Éditeur.
- Winnicott, D. W. (1975). *Jeu et réalité : l'espace potentiel*. Gallimard.