

Santé mentale en Palestine

Un trauma historique

Il nous paraît urgent et essentiel de parler de la situation en Palestine. Les souffrances mentales y sont grandes et encore mal prises en considération par la communauté internationale. Pourtant, si l'occupation israélienne se fait par une force militaire destructrice, c'est d'une même intensité qu'elle s'opère sur le plan psychologique.

Le traumatisme colonial

Les causes des colonisations sont principalement économiques (manque de ressources), religieuses et "civilisatrices". Ces deux dernières pouvant être largement considérées comme prétexte pour la première. Pour cela un maelstrom de violences s'abat sur le territoire - proie : invasions, guerres, requisições des biens et des terres, dépossessions de l'appareil legal et administratif, oppressions brutales et systémiques, effacement de l'histoire du peuple, privation de liberté, esclavagisme, torture ou assassinats. La notion de traumatisme colonial fut développée par Frantz Fanon, psychiatre martiniquais.

Il a étudié les conséquences psychologiques de la violence sur les personnes colonisées.

Malgré une prise de position bien trop subversive à l'époque pour être considérée plus sérieusement, il va plus loin et étudie les troubles et souffrances psychologiques de patient.es des générations suivantes, issues de famille ayant connu la colonisation et y établit des liens de cause à effet.

Les conséquences sur la psyché sont nombreuses, très variées et sont majoritairement de l'ordre du PTSD (Post Traumatic Stress Disorder) c'est à dire le stress post traumatisique : troubles anxieux et dépressifs, dissociations, troubles du sommeil, de l'appétit, difficultés cognitives, hypervigilance et agressivité. Les personnes victimes du colonialisme sont à la fois meurtries sur leur identité propre et communautaire, et à la fois en leur propres corps.

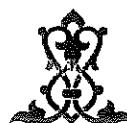
La palestine

En palestine, la colonisation n'est pas reconnue en tant que telle, ni même le pays d'ailleurs, compliquant la prise en charge et la visibilisation des souffrances du peuple, coincé dans un moment figé de l'histoire, un espace indéfini et meurtrissant, caractérisé par la violence et le manque de liberté continu. Un espace où les nouvelles générations n'ont pas connu le début de la guerre et ne connaîtront peut-être pas sa fin.

Samah Jabr, psychiatre en Cisjordanie et autrice du livre "Derrière les fronts", ne cesse d'alerter sur la situation par des conférences, formations, articles et livres sur le sujet.. Elle a répondu à nos questions afin de mieux comprendre la situation actuelle et les enjeux psychiques auxquels le peuple palestinien est confronté.

Nous sommes clairement face à un génocide, 40 000 morts, 70 % des habitations détruites, l'exil de la population est en cours, blocages des denrées de survie envoyées par les aides humanitaires, quels vont être les prochains problèmes auxquels les psychiatres vont bientôt être confrontés ?

Les psychiatres palestinien.nes de Gaza sont confronté.es à des défis immédiats et urgents à la suite de l'assaut en cours, notamment : un effondrement des services de santé mentale ; les bombardements et les destructions constantes à Gaza ont rendu presque impossible l'approvisionnement des services de santé mentale. Les ressources essentielles telles que la nourriture, l'eau, le carburant et l'électricité sont rares, ce qui rend difficile la satisfaction des besoins humains fondamentaux, sans parler des soins de santé mentale. La fermeture des centres publics de santé mentale et le bombardement de



l'hôpital psychiatrique pour patient.es hospitalisé.es ont conduit à un effondrement complet des services.. Les professionnel.les de la santé mentale à Gaza ont du mal à produire des soins, il n'y a presque plus de structures, beaucoup ont perdu leur maison, leurs proches et leurs biens, certain.es ont perdu la vie. À ma connaissance, il n'y a plus que quatre psychiatres à Gaza.



Littéralement, il n'y a pas de place pour la santé mentale, encore moins pour le concept de "lieu safe". De nombreux.ses collègues étranger.es et bien intentionné.es souhaitent également aider, mais les approches thérapeutiques traditionnelles, telles



SAMAH JABR

que les médicaments et les soins personnels individualisés, peuvent ne pas être adaptés pour traiter le traumatisme collectif subit par le peuple. L'accent devrait plutôt être mis sur des formes de soins collectifs et populaires, telles que les séances de thérapie de groupe, par la pratique artistique et les activités militantes. Ces approches favorisent la solidarité et la résilience au sein de la communauté.

«J'ai toujours plaidé pour une collaboration entre les professionnel.les, les familles et les associations communautaires afin d'assurer un soin holistique»

Donc comment sont prises en charge les personnes souffrantes à Gaza et en Cisjordanie ?

À Gaza et en Cisjordanie, l'offre de soins en santé mentale sous cette occupation continue se heurte à d'importants défis et même si elles ont extrêmement réduites, les professionnel.les en santé mentale travaillent avec zèle pour apporter soutien et soins à celles et ceux qui en ont besoin, par divers réseaux s'il le faut, hospitaliers, associatif ou religieux. Ils et elles explorent des approches alternatives aux soins psychiatriques occidentaux classiques, reconnaissant la nécessité de protocoles de soin en fonction du contexte social et politique, très particulier, et en accord avec la culture palestinienne.

Cela inclut la reconnaissance de l'identité du peuple palestinien et de sa souffrance.

Avant le 7 octobre, j'allais à Gaza pour soutenir mes collègues là-bas car il y a des centres publics de santé communautaires et un travail de sensibilisation sur la considération des usager.es dans les établissements de soins. Malheureusement, tout à presque disparu depuis le 7 octobre et beaucoup de ces établissements sont fermés, laissant environ 40 000 patient.es psychiatriques sans soins. Est-ce que le rôle de la famille est important dans la prise en charge des personnes souffrantes ?

Enfin, je tiens à souligner que la solidarité et les soutien internationaux sont cruciaux pour reconstruire le système de santé mentale à Gaza et fournir des ressources pour les secours immédiats et le redressement à long terme. Les professionnel.les de la santé mentale à Gaza demandent de l'aide pour former et déployer des chef.les de service afin de faciliter les interventions thérapeutiques et de reconstruire une infrastructure en santé mentale.

Véritable source de réconfort, de protection et d'inclusion, la famille constitue la pierre angulaire du soutien et des soins aux patient.es, jouant un rôle essentiel dans le rétablissement, la résilience et l'intégration des personnes dans la communauté. La famille sert souvent de première ligne de défense pour répondre aux besoins des patient.es.

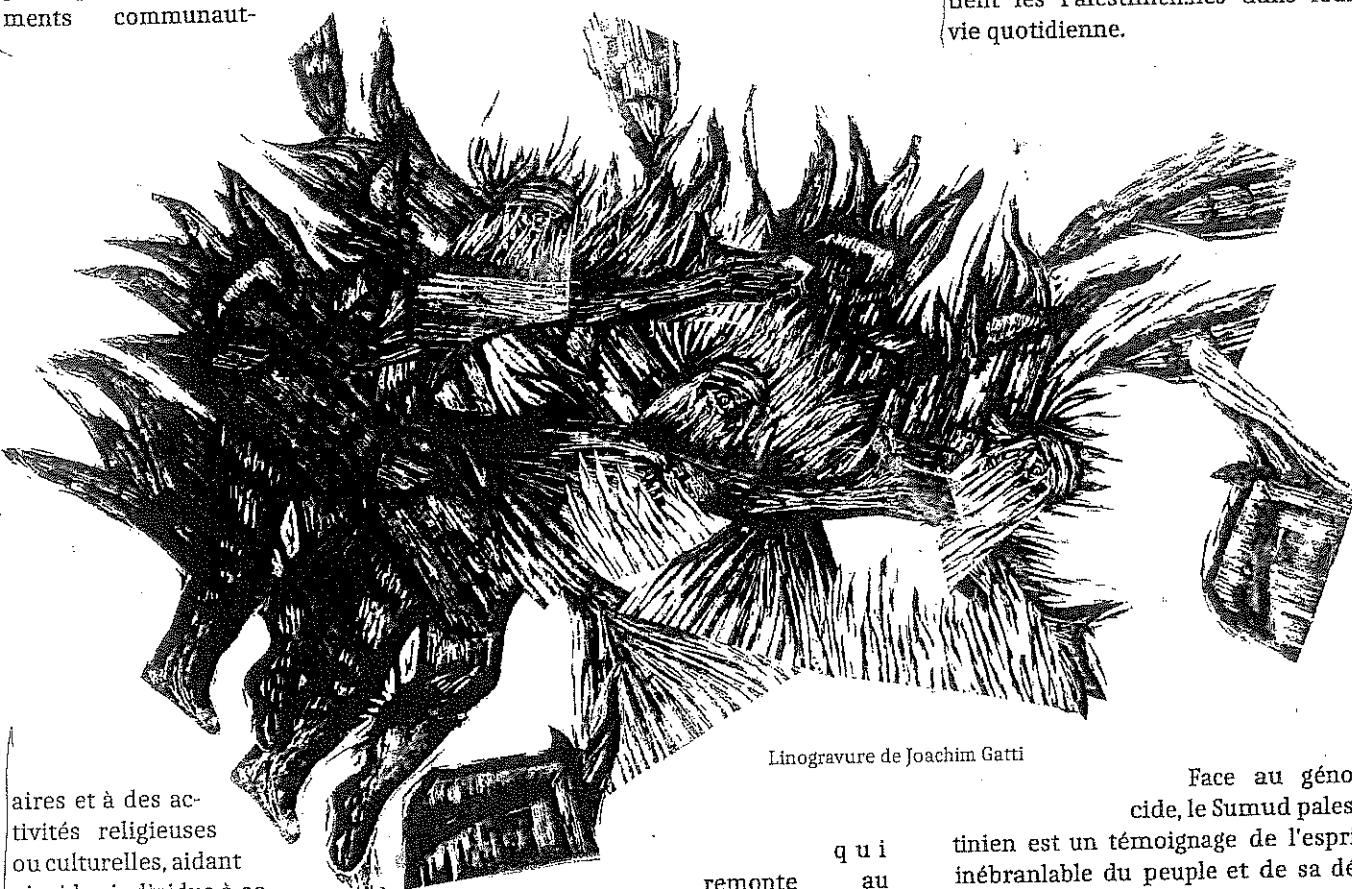
Elle joue aussi un rôle essentiel en facilitant leur intégration sociale, en encourageant par exemple la participation à des événements communautaires.

tient.es, à prévenir des rechutes, et un vrai travail sur leur médication.

Vous avez écrit sur cette résilience unique le "Sumud" qu'a développé le peuple palestinien au cours de son histoire.

Le « Sumud », qui signifie « persévérance inébranlable », incarne la résistance palestinienne contre l'occupation israélienne. Bien qu'il soit devenu un symbole national dans les années 1960, ses racines sont profondément ancrées dans l'histoire de la lutte palestinienne pour l'autonomie,

duelle et la lutte collective, unissant les actes de défis personnels à des mouvements émancipateurs plus larges. Le " Sumud " incarne à la fois des formes concrètes de contestation et aussi un vrai état d'esprit, englobant résistance « active » et « passive ». Il remet en question la dichotomie entre confrontation directe et défaillance fataliste, en plaident pour une troisième voie qui donne la priorité à la lutte pour vivre sur leur terre, à la dignité et à la résistance à l'occupation. Cet état d'esprit de résilience, de détermination et de persévérance transcende les frontières et soutient les Palestiniens dans leur vie quotidienne.



Linogravure de Joachim Gatti

aires et à des activités religieuses ou culturelles, aidant ainsi les individus à se sentir connectés et valorisés. Leur culture et croyances religieuses peuvent leur apporter force et réconfort.

J'ai toujours plaidé pour une collaboration entre les professionnelles, les familles et les associations communautaires afin d'assurer un soin holistique aux patient.es. Cette alliance aide à lutter contre la stigmatisation, pour une meilleure compréhension, éducation et acceptation de la souffrance psychique et peut donc participer efficacement à améliorer le bien-être des pa-

qui remonte au début du XXe siècle. Ce concept n'est pas figé et varie avec le temps selon les différentes formes d'oppressions et de résistances. Il englobe un éventail de pratiques culturelles, idéologiques et politiques visant à préserver l'identité, la dignité et l'existence des Palestiniens sur leur terre ancestrale. Le Sumud prend diverses formes, depuis la reconstruction de maisons démolies, la poursuite de l'éducation, le maintien des traditions et l'expression de résistance telles que les manifestations et la désobéissance civile. Il comble le fossé entre la persévérence indivi-

Face au génocide, le Sumud palestinien est un témoignage de l'esprit inébranlable du peuple et de sa détermination à maintenir sa présence et sa dignité dans sa patrie. Il reste un principe directeur qui façonne notre conscience collective et éclaire notre lutte continue pour la justice et l'autodétermination. Cela représente une affirmation puissante de l'identité palestinienne contre l'effacement et la dépossession en cours.

La résistance au régime colonial israélien a donc une influence sur la santé mentale?

La résistance et la non-acceptation du régime colonial israélien influencent profondément la santé mentale en Palestine, s'étendant de l'impact sur l'individu jusqu'aux conséquences collectives au sein de la société. La résistance palestinienne, exprimée sous diverses formes depuis l'activisme populaire jusqu'à la résistance armée, est entreprise par des individus au nom du collectif. La

Elle reconnaît et valide le peuple palestinien, leurs sentiments et leurs aspirations et nourrit l'activisme pour la justice. Cependant, certains gouvernements dits démocratiques entravent les efforts de solidarité, comme nous l'observons aujourd'hui aux États-Unis et dans de nombreux pays européens, soulignant l'importance de l'activisme mondial et populaire pour soutenir la résistance et la libération palestinienne. En bref, la résistance au régime colonial israélien a non seulement un impact sur la santé mentale individuelle, mais façonne également les

tine est la preuve que les jeunes ont une conscience anticoloniale et anti-impérialiste qui n'est pas corrompue par les institutions officielles.

Selon vous, qu'est-ce que le trauma colonial et en quoi celui de la Palestine se différencie-t-il de ceux que l'histoire nous a montré ?

En Palestine, les signes du traumatisme colonial se manifestent par une profonde tristesse découlant d'une injustice non résolue, entraînant de l'anxiété, de la dépression, du chagrin chronique et une régression sociale. Le traumatisme vécu par les Palesti-



MOHAMMED ABED

Malgré les risques et les pertes, la résistance entretient l'espoir d'une vie décente et ravive les aspirations à la libération.

expériences collectives au sein et à l'extérieur de la société palestinienne. C'est un mécanisme vital pour faire face à l'oppression, maintenir l'espoir et lutter pour la libération. Le soulèvement mondial des étudiants universitaires en soutien à la Palesti-

nien.nes est différent car celui qui le pratique est considéré par l'Ouest comme la victime éternelle. L'Ouest projette sa culpabilité d'antisémitisme et d'holocauste sur quiconque voudra défier l'occupation israélienne, et exigea en retour des comptes. De la même façon, il porte un soutien continu à l'occupant leur apportant un soutien militaire, diplomatique, médiatique et leur accordant une impunité totale. Nos traumatismes coloniaux historiques diffèrent par leur nature continue, leurs couches d'oppression croisées et leur déni systématique de l'identité palestinienne et de leur droits, de leur autonomie et l'accès à leur ressources

résistance sert à réparer l'érosion émotionnelle causée par l'oppression, faisant passer le peuple d'une situation passive et impuissante à celle d'un activisme porteur d'espoir. Cela représente un besoin psychologique profond, existentiel et d'un rejet de l'oppression.

La résistance humanise les Palestiniens en s'opposant à toute volonté d'écraser son peuple. Malgré les risques et les pertes, la résistance entretient l'espoir d'une vie décente et ravive les aspirations à la libération. La solidarité internationale avec la Palestine constitue une force de réhabilitation et de thérapie tant pour les Palestiniens que pour leurs partisans.

En Palestine, les signes du traumatisme colonial se manifestent par une profonde tristesse découlant d'une injustice non résolue, entraînant de l'anxiété, de la dépression, du chagrin chronique

Y a-t-il des alternatives au soin psychiatrique classique, d'influence européenne, en Palestine ?

En Palestine, il existe des approches alternatives aux soins psychiatriques conventionnels influencés par l'Europe en raison de plusieurs disparités significatives entre les paradigmes psychologiques occidentaux et les réalités psychologiques vécues dans les communautés palestiniennes. Permettez-moi d'en citer quelques-uns :

Défis du modèle de recherche occidental :

La dépendance occidentale à l'égard des données de recherche comme référence universelle pose un défi en Palestine. Ces données recueillies dans des pays riches occidentaux pourraient ne pas répondre efficacement aux réalités psychologiques uniques des Palestiniens, étant donné le manque de ressources et la politique de violence omniprésente : par exemple des techniques comme l'EMDR, bien qu'elles soient qualifiées de « fondées sur des preuves », peuvent ne pas bien s'adapter au contexte palestinien.

Considérations épistémologiques :

Le contexte de violence politique omniprésente en Palestine soulève des défis épistémologiques dans la détermination de la vérité. La vérité est difficile à révéler sous l'oppression, et les gens utilisent un langage

implicite, des métaphores et des expressions symboliques pour « parler » des horreurs indescriptibles qu'ils ou elles ont vécues. L'accent mis par l'Occident sur l'objectivité risque de négliger les aspects qualitatifs de l'expérience humaine.

Implications politiques :

Aborder les aspects collectifs et politiques des souffrances palestiniennes entre en conflit avec l'idée occidentale de « neutralité thérapeutique », qui exige une approche apolitique. Ignorer le contexte collectif nie la validité de nombreuses obser-

sur la santé mentale, remettant en question l'occultisme des approches thérapeutiques occidentales. Les événements de l'histoire façonnent la psychologie palestinienne, et comprendre cette histoire est crucial pour déterminer la nature humaine et les réponses psychologiques.

Contexte historique :

En Palestine, nous pouvons mieux comprendre le traumatisme du peuple palestinien à travers le cadre d'un siècle de traumatisme historique et qui ne se limite pas à un seul événement, mais qui touche des masses de personnes et se répercute sur l'ensemble de la population faisant dérailler la société palestinienne pour une réelle évolution civilisationnelle, créant de nombreuses disparités sanitaires, sociales et économiques.

Terminologie et valeurs culturelles :

La culture palestinienne attribue des significations sociales différentes aux termes et expériences psychologiques par rapport au monde occidental. Par exemple, l'altruisme, considéré comme un mécanisme de défense dans la théorie psychanalytique, est considéré comme une vertu fondamentale dans la vie sociale et religieuse palestinienne. L'expérience palestinienne démontre l'importance de la foi et des valeurs nationales pour renforcer la résilience et le redressement. Les professionnels de la santé mentale doivent être guidés par les personnes qui ont besoin de notre soutien et sensibles

vations cliniques et complexifie la compréhension des symptômes dans le contexte sociopolitique palestinien. Récemment, j'ai reçu quelques jeunes de Jérusalem et de Cisjordanie souffrant d'une perte de poids sévère et d'un refus de manger.

Rejet d'une approche trop adaptative

L'objectif thérapeutique occidental consistant à ramener les patients à leur état « pré morbide » ou à « s'adapter » peut être problématique en Palestine, où le contexte d'oppression est considéré comme morbide lui-même. Les Palestiniens ont besoin d'un changement par la résistance et une action constructive contre l'oppression, plutôt que par un retour au statu quo. L'histoire palestinienne a un impact significatif

Rejet des termes scientifiques militarisés

aux valeurs qui leurs sont chères. Les Palestinien.nes rejettent l'utilisation de termes scientifiques qui les pathologisent de façon insultante comme par exemple les sacrifices pour la liberté comme des tentatives de suicide les qualifiants même de "sociopathes". De telles attributions, de stéréotypes préjudiciables sont depuis longtemps véhiculées par l'occident sur le Moyen-Orient et sont rejetées avec force par les Palestinien.nes.

Vous avez un travail de plaidoyer au niveau international : conférences, formations, entretiens avec les médias, présentations de vos travaux... Qu'attendez-vous de vos collègues occidentaux ?

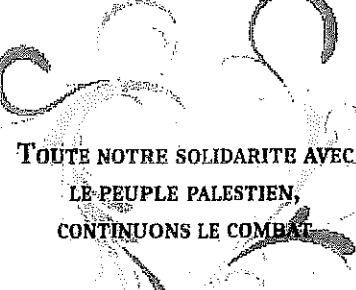
Mon appel aux professionnel.les occidentaux de la santé mentale est de déconstruire en remettant activement en question le cadre dominant de la psychologie occidentale, qui historiquement perpétue les stéréotypes coloniaux et maintient l'hégémonie du savoir occidental sur les expériences non occidentales. Les collègues occidentaux doivent reconnaître les préjugés inhérents et les dynamiques de pouvoir ancrés en occident. Cela nécessite un examen critique des racines historiques de la psychologie, en particulier de son rôle dans le projet colonial et de la perpétuation des stéréotypes orientalistes. C'est en comprenant comment la psychiatrie a été complice de l'oppression coloniale et combien de fois les organisations en santé mentale ont laissé tomber les Palestinien.nes ou d'autres peuples opprimés, que les professionnel.les peuvent commencer à démanteler ces structures de domination et œuvrer à la décolonisation de ce domaine. J'appelle mes collègues à rechercher et à amplifier les voix et les perspectives des communautés marginalisées, y compris les Palestinien.nes, qui ont toujours été réduites au silence dans le discours dominant de la psychologie. Cela implique

de centrer les expériences et les connaissances de celles et ceux qui sont directement touché.es par la violence et l'oppression coloniale, et de remettre activement en question les récits euro-centrés qui ont historiquement dominé le domaine. Ils peuvent se joindre à nous pour développer de nouvelles approches

Cela nécessite un engagement en faveur d'une réflexion, d'un apprentissage et d'une action continue, ainsi qu'une volonté de remettre en question et de perturber le statu-quo dans la poursuite de la justice sociale et de la libération pour tous.tes.



de guérison ancrées dans les principes de libération et anticoloniaux. Cela nécessite une volonté d'engager un dialogue et une collaboration avec des praticien.nes issu.es de traditions non occidentales et de pratiques de guérison autochtones, en reconnaissant la validité et l'efficacité des diverses manières de comprendre et de traiter la souffrance humaine. Les collègues occidentaux peuvent contribuer à remettre en question les structures et les systèmes oppressifs dans le domaine de la psychologie et à œuvrer à la création d'une approche plus inclusive, équitable et juste de la santé mentale qui honore la dignité, l'autonomie et l'action de tous les individus et communautés.



**TOUTE NOTRE SOLIDARITÉ AVEC
LE PEUPLE PALESTIEN,
CONTINUONS LE COMBAT**