

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, réquisitions 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 patientes 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 traumatique : 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 palestiniens de Gaza sont confrontés 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 patientes hospitalisées ont conduit à un effondrement complet des services. Les professionnelles de la santé mentale à Gaza ont du mal à prodiguer des soins, il n'y a presque plus de structures, beaucoup ont perdu leur maison, leurs proches et leurs biens, certaines 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 nombreuses collègues étrangères et bien intentionnées 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 subi 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 professionnelles, les familles et les associations communautaires afin d'assurer un soin holistique »

Enfin, je tiens à souligner que la solidarité et les soutiens 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 professionnelles de la santé mentale à Gaza demandent de l'aide pour former et déployer des cheffes de service afin de faciliter les interventions thérapeutiques et de reconstruire une infrastructure en santé mentale.

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 professionnelles 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, associatifs 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 usagers dans les établissements de soins. Malheureusement, tout a presque disparu depuis le 7 octobre et beaucoup de ces établissements sont fermés, laissant environ 40 000 patientes psychiatriques sans soins. Est-ce que le rôle de la famille est important dans la prise en charge des personnes souffrantes ?

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 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.

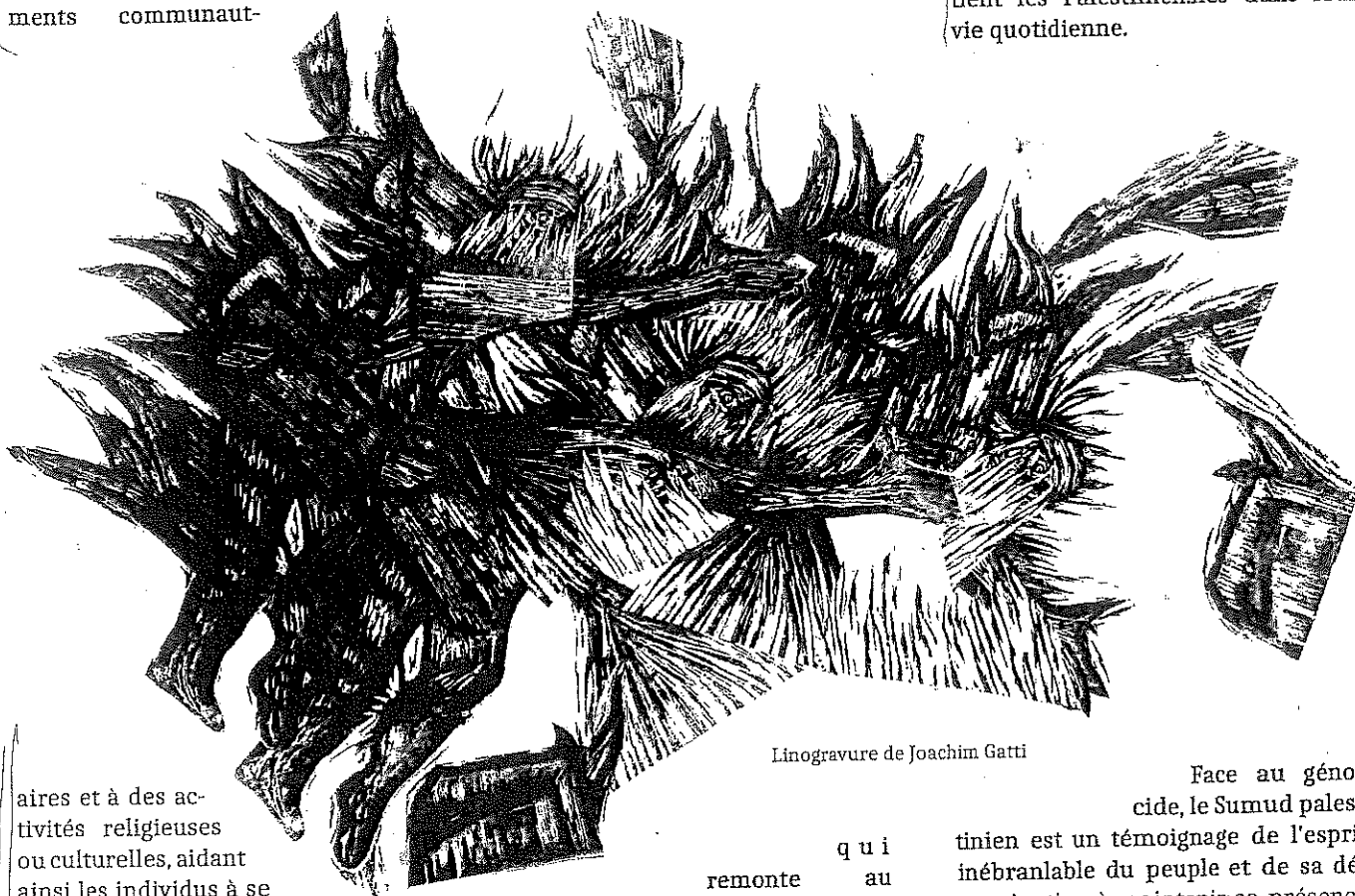
J'ai toujours plaidé pour une collaboration entre les professionnels, les familles et les associations communautaires afin d'assurer un soin holistique aux patient.es. Cette alliance aide à lutter contre la stigmatisation, pour une meilleure compréhension, éducation et acceptation de la souffrance psychique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

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 défiance fataliste, en plaidant 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

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 persévérance 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 Pales-



MOHAMMED ABED

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.

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 Pales-

tinien est différent car celui qui le pratique est considéré par l'Occident comme la victime éternelle. L'Occident projette sa culpabilité d'antisémitisme et d'holocauste sur quiconque voudra défier l'occupation israélienne, et exigera 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 leurs droits, de leur autonomie et l'accès à leurs ressources

En Palestine, les
signes du trauma-
tisme
colonial se mani-
festent par une
profonde tristesse
découlant d'une
injustice non résolue,
entraînant de l'anxié-
té, de la dépression,
du chagrin chronique

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

En Palestine, il existe des approches
alternatives aux soins psychiatriques
conventionnels influencés par l'Eu-
rope 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 recueil-
lies dans des pays riches occiden-
taux pourraient ne pas répondre
efficacement aux réalités psycho-
logiques uniques des Palestiniens.
Étant donné le manque de res-
sources et la politique de violence
omniprésente : par exemple des tech-
niques 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'oppres-
sion, et les gens utilisent un langage

implicite, des métaphores et des ex-
pressions symboliques pour « par-
ler » des horreurs indescriptibles
qu'ils ou elles ont vécues. L'accent
mis par l'Occident sur l'objectivité
risque de négliger les aspects qua-
litatifs de l'expérience humaine.

Implications politiques :

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



vations cliniques et complexifie la
compréhension des symptômes dans
le contexte sociopolitique palesti-
nien. Récemment, j'ai reçu quelques
jeunes de Jérusalem et de Cisjorda-
nie 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'adap-
ter » peut être problématique en Pa-
lestine, 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'op-
pression, plutôt que par un retour
au statu quo. L'histoire palesti-
nienne a un impact significatif

SOIN
SOIN

sur la santé mentale, remettant
en question l'occultisme des ap-
proches thérapeutiques occidentales.
Les événements de l'histoire fa-
çonnent la psychologie palestinienne,
et comprendre cette histoire est cru-
cial pour déterminer la nature hu-
maine 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 évé-
nement, mais qui touche des masses
de personnes et se répercute sur l'en-
semble de la population faisant dé-
railler 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 psycholo-
giques par rapport au monde oc-
cidental. Par exemple, l'altruisme,
considéré comme un mécanisme de
défense dans la théorie psychanaly-
tique, est considéré comme une vertu
fondamentale dans la vie sociale et
religieuse palestinienne. L'expérience
palestinienne démontre l'import-
ance de la foi et des valeurs natio-
nales pour renforcer la résilience et
le redressement. Les profession-
nels de la santé mentale doivent être
guidés par les personnes qui ont
besoin de notre soutien et sensibles

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 qualifiant 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 ?

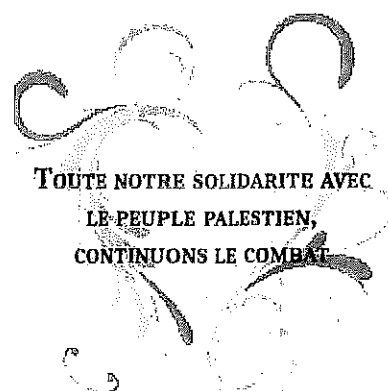
Mon appel aux professionnel.les occidentaux de la santé mentale est de déconstruire en remettant activement en question le cadre dominant de la psychologie occidentale, qui historiquement perpétue les stéréotypes coloniaux et maintient l'hégémonie du savoir occidental sur les expériences non occidentales. 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 touchés.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.les.



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 issues 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 SOLIDARITE AVEC
LE PEUPLE PALESTINIEN,
CONTINUONS LE COMBAT**