

RÉPUBLIQUE DU CAMEROUN

Paix – Travail – Patrie

UNIVERSITÉ DE YAOUNDÉ I

FACULTÉ DES SCIENCES DE L'ÉDUCATION

**CENTRE DE RECHERCHE ET DE FORMATION
DOCTORALE EN SCIENCES HUMAINES,
SOCIALES ET ÉDUCATIVES**

**UNITÉ DE RECHERCHE ET DE FORMATION
DOCTORALE EN SCIENCES DE L'ÉDUCATION
ET INGÉNIERIE ÉDUCATIVE**

REPUBLIC OF CAMEROON

Peace – Work – Fatherland

THE UNIVERSITY OF YAOUNDÉ I

THE FACULTY OF EDUCATION

**POSTGRADUATE SCHOOL FOR THE
SOCIAL AND EDUCATIONAL
SCIENCES**

**DOCTORAL UNIT OF RESEARCH AND
TRAINING IN SCIENCES OF EDUCATION
AND EDUCATIONAL ENGINEERING**

RESILIENCE ET CONSTRUCTION DU SENTIMENT SOCIAL CHEZ LES REFUGIES. UNE ÉTUDE DE CAS

*Mémoire soutenu le 15 janvier 2019 en vue de l'obtention d'un Master en
Sciences de l'éducation*

Option : Psychologue Professionnel en Handicaps sociaux et conseils

Présenté par :

BAKAM WABO Nathalie

Licenciée en Psychologie

Matricule : 15x3445



Jury

Président MBGWA VANDELIN, MC

UYI

Rapporteur BANINDJEL JOACHEN, CC

UYI

Examineur NJENGOUE NGAMALEU H.R, CC

UYI

SOMMAIRE

SOMMAIRE	i
DÉDICACE.....	ii
REMERCIEMENTS	iii
LISTE DES SIGLES ET ABREVIATIONS	iv
LISTE DES TABLEAUX ET FIGURES	v
RESUME.....	vi
ABSTRACT	vii
INTRODUCTION GENERALE.....	1
CHAPITRE I : PROBLEMATIQUE DE L’ETUDE	6
CHAPITRE II : REVUE CRITIQUE DE LA LITTERATURE.....	19
CHAPITRE III : ANCRAGE THEORIQUE DE L’ETUDE.....	50
PARTIE II : CADRE METHODOLOGIQUE ET OPERATOIRE	69
CHAPITRE IV : METHODOLOGIE	70
CHAPITRE V : PRESENTATION ET ANALYSES DES RESULTATS.....	85
CONCLUSION GENERALE	139
REFERENCES BIBLIOGRAPHIQUES	141
ANNEXES	148
TABLES DE MATIERES	171

DÉDICACE

A

Ma grande sœur : MANEWA Odile Brice

REMERCIEMENTS

Au terme de ce travail de recherche, nous tenons à nous tourner vers tous ceux qui de près ou de loin ont apportés une contribution à la mise sur pieds de cet œuvre scientifique.

- Notre Directeur de mémoire Docteur Joachen Banindjel, pour les échanges, les discussions à propos de cette recherche et pour son apport critique dans la réalisation de ce travail et ses multiples encouragements ;
- Au Professeur Marc Bruno Mayi pour les échanges au sujet de cette aventure et ouverture tant théorique que scientifique et pour ses conseils ;
- Nous remercions l'ensemble des réfugiés qui ont accepté de prendre de leur temps pour participer à l'enquête, en acceptant de répondre à nos entretiens ;
- Au Directeur général Peter Kum Che, pour nous avoir ouvert les portes du TRAUMA CENTRE et sans qui cette recherche ne pouvait aboutir ;
- A Madame Kaptué Nathalie, chargée de l'accueil, de l'orientation et des entretiens à TRAUMA CENTRE ainsi qu'à toute l'équipe du service de psychologie, pour leurs encouragements et l'aide pratique dont ils nous ont fait bénéficier tout au long de la recherche ;
- Nous remercions nos parents Mr Wabo Jean et Mme Wabo née Mobou Elisabeth pour leur Amour ainsi que leur aide financière, morale, et matérielle ;
- Maman Odile Marie Mefo pour son soutien financier et ses encouragements ;
- Monsieur Kouotou Ndam Youchayou pour ces multiples conseils prodigués et ses encouragements ;
- Nos remerciements vont également à l'endroit de mes sœurs Yokam Judith, Mefo Gaby, Madiesse Landrine, Kamdom Christelle, Notoum Stéphanie, Chimi Gaythane, Méfirié Ange Gabriel pour leurs encouragements et conseils ;
- Tous mes camarades de promotion en particulier : Kooekap Honorine, Tioda Chanceline, Kambou Éric, Mbangué Gervais, Gadem Simo, Tsosap Céline pour leur assistance constante ;
- A tous ceux qui nous ont soutenues, encouragée, supportée pendant ces années de recherche et dont nous n'avons pas pu citer ici les noms, nous disons merci.

LISTE DES SIGLES ET ABREVIATIONS

HCR : Haut-Commissariat pour les Réfugiés

ONG : Organisation Non Gouvernementale

ONU : Organisation des Nations Unies

OUA : Organisation de l'Union Africaine

OMS : organisation mondiale de la santé

PAM : Programme Alimentaire Mondial

PNUD : Programme des Nations Unies pour le Développement

QPR : Question de Recherche Principale

RCA : République Centrafricaine

RDC : République Démocratique du Congo

TCC : Trauma Centre

QSR : Question Secondaire de Recherche

UNHCR : Haut-commissariat des Nations Unies pour les Réfugiés

UNICEF: United Nations International Children's Emergency Fund

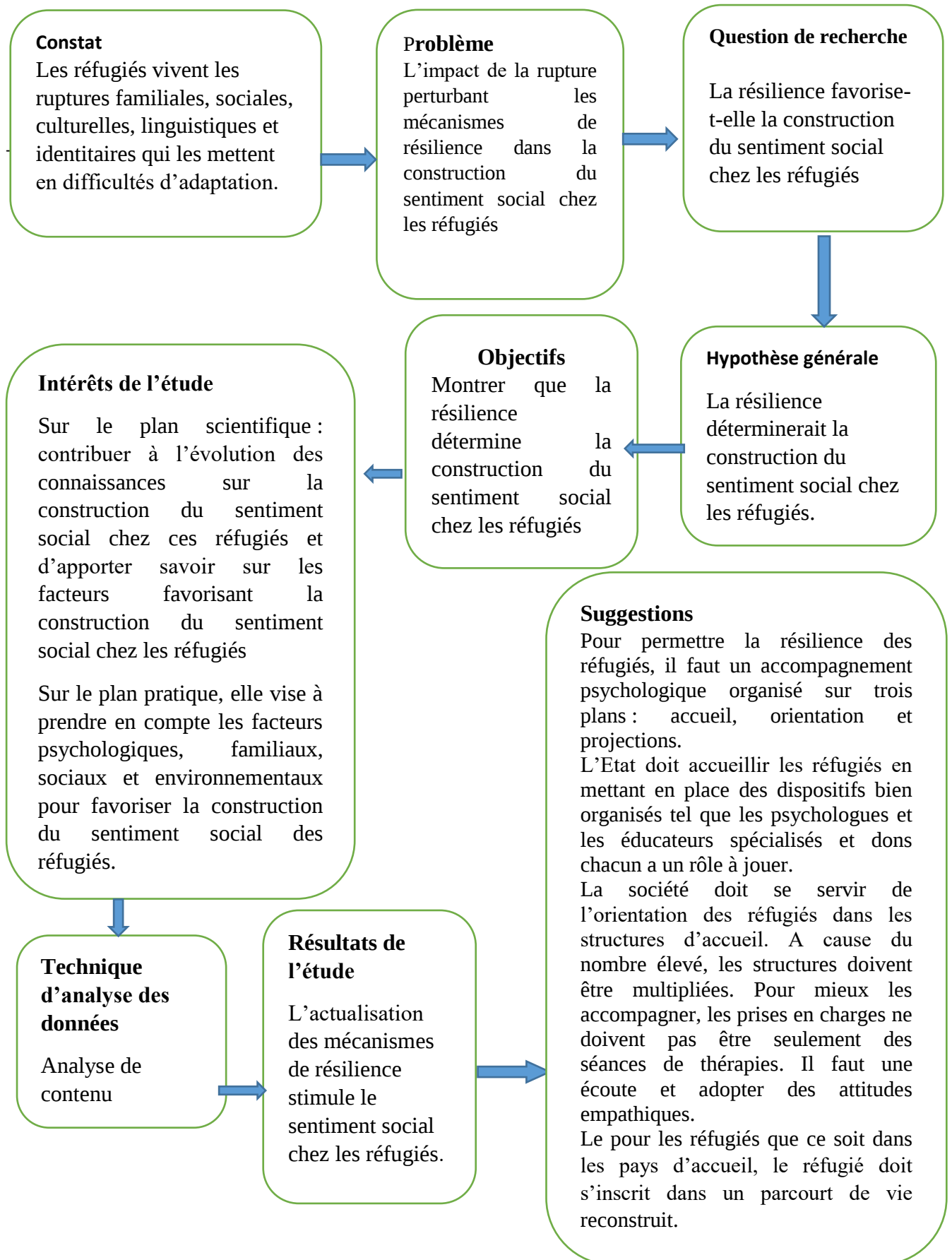
VI : Variable Indépendante

VD : Variable Dépendante

LISTE DES TABLEAUX ET FIGURES

TABLEAU 1 : Tableau synoptique de la variable indépendante, ses modalités et indicateurs	71
TABLEAU 2 : Présentation des participants.....	78
TABLEAU 3 : Présentation des résultats obtenus au moyen de l'échelle de résilience	78
TABLEAU 4 : Les moyennes des scores de résultats des réfugiés à l'échelle de la résilience	78
 FIGURE 1 : Schéma synoptique de la formation de la personnalité selon Nadaud (1994)....	64

Carte conceptuelle de l'étude



RESUME

Ce travail est intitulé : « *résilience et construction du sentiment social chez les réfugiés : Une étude de cas* ». Elle s'inscrit dans le champ de l'éducation spécialisée précisément dans le Handicap Social et Conseil et pose le problème de l'impact de la rupture perturbant les mécanismes de résilience dans la construction du sentiment social chez les réfugiés. L'objectif général est de montrer que la résilience a un impact sur la construction du sentiment social chez les réfugiés. Comme grille de lecture du problème posé, nous avons eu recours à l'approche théorique de la résilience selon (Anaut 2003 ; Garmezy 1991 ; Rutter 1990 ; Werner 1993), l'approche des stratégies d'adaptation de Lazarus et Folkman (1984) et enfin la théorie du sentiment social de Adler (1933). La question de recherche qui a servi de fil d'ariane à notre question a été formulée de la manière suivante : la résilience détermine-t-elle la construction du sentiment social chez les réfugiés. La réponse à cette question a donné lieu à l'hypothèse suivante : *la résilience déterminerait la construction du sentiment social chez les réfugiés*. Pour approuver cette hypothèse, nous avons en guise de démarche méthodologique eu recours à la méthode qualitative. Elle a consisté à sélectionner un échantillon de 7 sujets en remplissant les critères d'inclusion préalablement fixés. Ces sujets ont été observés au Trauma Center pendant près de 6 mois. La collecte des données, s'est fait à travers les entretiens et à l'aide d'une échelle de résilience Wagnild et Young (1993). Les résultats auxquels nous sommes parvenu relèvent que l'actualisation des mécanismes de résilience chez les réfugiés stimule le sentiment social chez cette catégorie de personne qui, n'ont seulement subi un traumatisme du fait de la guerre, mais aussi et surtout doivent faire face à la réalité de la rupture qui les met en difficultés tant sur le plan affectif que sur le plan social. En d'autres termes, la mobilisation des mécanismes de résilience permet la restructuration de la personnalité après un traumatisme vécu, elle développe chez le réfugié une capacité à surmonter, à se projeter dans l'avenir malgré les ruptures, ceci à travers les interactions entre le sujet, son environnement familial et social, ce qui favorise la construction de son sentiment social. Ceci permettra à Celui-ci de construire sa relation à autrui et donc de favoriser la construction du sentiment social D'où son insertion sociale. De ce résultat, nous avons décliné des perspectives et des suggestions qui vont à l'endroit de l'Etat, la société et les réfugiés.

Mots clés : Résilience ; traumatisme ; adaptation ; sentiment social ; réfugiés

ABSTRACT

This work is entitled: « impact of resilience on social sentiment among refugees: a case study »; it is part of the field of Education Specifically Specialized in Social Handicap and counseling and raises the problem of the impact of disrupting the mechanisms of resilience in the construction of feeling amongst refugees. General purpose is to show that resilience has an impact on the construction of social feeling amongst refugees. As a grid for reading the problem poses we have resorted to the theoretical approach of resilience according to (Anaut 2003; Gamerazy 1991; Rutter 1990; Werner 1993), the approach of the strategies of adaptation of (Lazarus and Folkman, 1984) and finally the theory of social sentiment of Adler (1933). The research question that has served as a breadcrumb for our question has been formulated in the following way; does resilience determine the construction of the social sentiment among refugees? The answer to this question has given rise to the assumption that resilience would determine the construction of feeling among refugees. To arrive at this hypothesis, we used a methodological approach based on the qualitative method it consisted in selecting a sample of 7 subjects by fulfilling the previously fixed inclusion criteria. These subjects were observed in the scale ability of resilience by Wagnild and Young (1993). The results we have obtained show that the modeling of the mechanisms of resilience allow the reconstruction of the personality and also develops in the individuals with the capacity to lure in the trauma through the interaction between the family and the environment linked socially thus this permit the individual to construct a relationship for his or her social sentiment which are the suggestion toward the aim of the research.

Key words: resilience; traumatic; adaptation; social sentiment; refugees.

INTRODUCTION GENERALE

Le monde est le théâtre de nombreux conflits qui poussent les êtres humains à se déplacer massivement vers d'autres pays à la recherche de la paix. Ces déplacés sont techniquement appelés réfugiés. Le haut-commissariat des nations unies pour les réfugiés (UNHCR) définit ces derniers comme des personnes incapables de retourner dans leur pays d'origine et forcées de résider ailleurs. Cette situation découle d'une crainte fondée de persécution sur la base de la race, la nationalité, la religion, l'opinion politique ou l'appartenance à un groupe social sans perspective raisonnable de solution. Dans ce sens, nous constatons que les réfugiés sont des personnes qui ont subi des traumatismes dans leur pays d'origine et confrontés à de nombreuses ruptures tant sociales, familiale, culturelle qu'identitaire. En plus, ils subissent des conditions de vie qui peuvent ne pas convenir à leur situation.

Ces événements tels que la guerre, les catastrophes naturelles affectent leur bien être psychologique, physique, sociale et constitueraient un facteur entravant leur processus d'adaptation, seraient un obstacle à leur épanouissant et à leur insertion sociale. Cependant, certains réfugiés malgré ces situations traumatiques réussissent à les surmonter et aller de l'avant alors que d'autres continuent à vivre le traumatisme. D'où les difficultés d'adaptation. Cette capacité à résilier ou non résulte d'une interaction entre le sujet lui-même et son milieu familial et social. La résilience en tant qu'élément fondateur de l'équilibre psychosocial est le processus d'adaptation aux stressseurs, à l'adversité, au changement et aux opportunités ; elle résulte de l'identification, du renforcement et de l'enrichissement des facteurs de protection, qu'ils soient personnels ou environnementaux.

La résilience est un processus continu qui se développe tout au long de la vie et qui est fortement influencé par la qualité des relations que l'individu entretient avec les membres de sa famille et particulièrement avec ses parents, et les autres membres de sa communauté. Après un choc ou une épreuve douloureuse, un individu et ce, qu'importe son âge, est plus ou moins contraint de mobiliser un ensemble de mécanisme de résilience pour permettre sa construction. S'il possède en lui des ressources et cela va se développer à travers le soutien qui lui est apporté par son entourage tant familial que social. Il s'agit tout d'abord d'accepter sa situation, de la maîtriser, pour pouvoir ensuite la modifier afin de continuer à vivre normalement. Le passage du traumatisme à la mise en place du processus de résilience se construit à partir des différents appuis que le réfugié aura réussi à tisser autour de lui, et surtout à travers sa capacité à s'adapter face aux différentes ruptures dû à la guerre. Cette notion de résilience a fait l'objet de plusieurs études contradictoires.

La plupart des auteurs qui s'y sont intéressés ont cherché à comprendre comment face aux ruptures causée par la guerre, certains réfugiés parviennent à résilier, à se projeter dans l'avenir, à s'adapter alors que d'autres n'y arrivent pas. Selon Lacroix (2004), la rupture des liens peut entraîner des somatisations très fortes comme des migraines, des vomissements, une incapacité à entrer en contact avec l'autre, un désarrimage entre le monde interne et celui du dehors. La séparation familiale créerait une détresse émotionnelle (Beiser et Hyman 1997) et constituerait un facteur de dépression et d'anxiété pouvant influer le processus d'ajustement (Tyhurst 1977). Habimana et al (2000) montrent aussi que les réfugiés rencontrent des difficultés dans leur insertion sociale et professionnelle. Dans son sens Rousseau et al. (1989) soulignent que la séparation familiale entrave l'adaptation à la société puisqu'elle maintient un climat d'incertitude, crée des problèmes identitaires. Beiser (1990) pour sa part précise que deux des stress post traumatiques les plus communs et puissants seraient le manque d'emploi et la séparation d'avec sa famille. Bref, ces auteurs soutiennent que la séparation familiale, l'incapacité à entrer en contact avec les autres, les difficultés d'insertion sociale et professionnelle, l'absence de ressources économiques et sociales seraient à l'origine de l'incapacité des réfugiés à surmonter les traumatismes liés aux ruptures brutales vécues.

Nous avons observé comme Gillepsie et al. (2012), Jounot (2015) et Desquesne (2008) que malgré les ruptures vécues, les réfugiés peuvent parvenir à surmonter leurs situations, à se construire, parce qu'ils mobilisent les éléments de résilience. Le problème que soulève notre sujet est celui de l'impact de la rupture perturbant les mécanismes de la résilience dans la construction du sentiment social chez les réfugiés. Cette question a permis de dégager l'hypothèse générale suivante : la résilience favoriserait la construction du sentiment social chez les réfugiés malgré les ruptures brutales vécues.

Pour mener à bien notre étude nous avons parcouru les modèles théoriques de la résilience en prenant en compte la théorie des stratégies d'adaptation et enfin nous avons abordé la théorie du sentiment social d'Adler (1993). Pour ce qui est de la méthodologie, nous avons utilisé la méthode qualitative dans le but de mieux appréhender la résilience chez les réfugiés malgré les traumatismes vécus. Nous avons effectué à cet effet des entretiens semi directifs selon la méthode qualitative. La présentation des résultats quant à elle s'est faite à l'aide de l'analyse de contenu au cas par cas centré sur les thèmes énoncés dans notre guide d'entretien.

Pour mieux étayer notre travail, l'organisation bipartite est choisie, chacune des parties ayant trois chapitres. La première partie est relative au cadre théorique et empirique de l'étude. Elle est constituée de trois chapitres. Le chapitre 1 porte sur la problématique de

recherche qui vise à poser le problème de la présente étude et se termine par les délimitations.

Le chapitre 2 intitulé revue critique de la littérature présente les contributions qui rendent compte du problème de notre étude. Le chapitre 3 intitulé ancrage théorique de l'étude, est consacré aux théories liées à la résilience, aux stratégies d'adaptation et du sentiment social. La deuxième partie cadre méthodologique et opératoire est constituée de trois chapitres. Le chapitre 4 nommé méthodologique aborde la méthode de recherche, ainsi que la population de l'étude, les critères de sélection, les techniques d'échantillonnage et les modes de recrutement utilisés sont aussi présentés et la technique d'analyse des données. Le chapitre 5 fait état des résultats obtenus sur le terrain et présente l'analyse descriptive qui y sont liées. Le chapitre 6 présente l'interprétation des résultats, la discussion, des suggestions et des perspectives.

PARTIE I : CADRE THEORIQUE DE L'ETUDE

CHAPITRE 1 : PROBLEMATIQUE DE L'ETUDE

La problématique est l'ensemble construit autour d'une question principale. Ainsi, Ce chapitre de notre travail va se porter sur le contexte et la justification de l'étude, la formulation du problème de recherche, les hypothèses y afférente, des objectifs et enfin les intérêts et les délimitations.

1-1 contexte et justification de l'étude

Les conflits armés, les guerres civiles, les situations socio-économiques instables, de plus en plus récurrents dans le monde entier, sont à l'origine de nombreuses conséquences dont les déplacements massifs des populations vers d'autres pays à la recherche de la paix et du bien-être. Cette réalité alarmante est perceptible aussi bien dans les pays en voie de développement que développés. Ainsi, l'augmentation à un rythme vertigineux des réfugiés et leur condition de vie déplorable ont conduit aussi bien la scène nationale qu'internationale à s'y intéresser. C'est dans ce contexte qu'en décembre 1950 fût adopté le statut du HCR dont la mission principale se résume en la protection des réfugiés. Un an plus tard notamment le 28 juillet 1951, suivi l'adoption de la convention relative aux réfugiés qui fut complétée le 31 janvier 1967. D'autres textes à caractère international emboîtèrent le pas. C'est le cas de la convention régissant les aspects propres aux problèmes des réfugiés africains adoptée par l'OUA le 10 septembre 1967 et ratifiée à ce jour par 43 Etats.

Malgré ces efforts, le nombre de réfugiés ne cesse de croître à cause de nombreux conflits armés, les catastrophes naturelles et les guerres. D'après Ghandi (haut-commissaire des réfugiés) en 2015, le nombre de réfugiés dans le monde était de 59,5 millions. Au Moyen orient, la guerre en Syrie demeure la principale cause des déplacements de la population et la souffrance associée. En 2015, le conflit avait généré au moins 4, 9millions de réfugiés, en Irak le conflit avait fait plus de 250000 réfugiés. La guerre civile du Yémen a fait environ 5,2 millions de réfugiés palestiniens. L'Asie et le pacifique comptaient près d'un réfugié sur six à travers le monde donc 3,8 millions soit 2%. En Afghanistan, 2,7 millions de réfugiés, le Pakistan 1,5 millions, la Colombie 6, 9millions. La république islamique d'Iran 979000 réfugiés. L'Europe, compte environ 4,39 millions de réfugiés soit plus de 43%.

L'Afrique subsaharienne est aujourd'hui le théâtre des conflits civils interethniques, des troubles, des conflits civils et des catastrophes naturelles. Ces contextes caractérisés par une insécurité croissante des populations provoquent des drames atroces dont l'une des manifestations humaines est liée au problème des réfugiés. En 2015, les conflits du Soudan du Sud ainsi que celui de la République Centrafricaine et de la Somalie, du Nigeria, du Burundi, de la République Démocratique de Congo, du Mozambique ont généré ensemble 4,41 millions de réfugiés au total soit plus de 20%.

En 2016, l'ONU (Organisation des Nations Unies) a évalué le nombre de réfugiés dans le monde à 63,5 millions soit 42500 réfugiés par jour ou 2 par seconde dans le monde. C'est ainsi que la Turquie accueille le plus grand nombre de réfugié environ 2,5 millions, le Liban 1,1 millions soit 25%, en Allemagne au lieu de 800000 réfugiés attendu 1,5 millions se sont présentés.

L'Afrique, et particulièrement le Cameroun n'est pas en reste à ce phénomène mondial. En effet, le nombre élevé de réfugiés, victimes de la violence tant psychologique ou symbolique que physique en son sein ne cesse de croître de jour en jour. Ceci à cause de sa stabilité politique et de sa position géographique. Le Cameroun, terre traditionnelle d'accueil regorge un nombre important de réfugiés et demandeurs d'asile provenant de plusieurs pays d'Afrique parmi lesquels la Centrafrique, le Nigéria, le Burundi, le Rwanda, le Mali, l'Angola, le Niger, le Tchad etc. Cimade et al cité par Sidjui (2012 :2), explique « un réfugié sur deux dans le monde est Africain, alors qu'un africain sur cent est réfugié » parce que confronté à la famine, l'insécurité et la misère causées par les luttes ethniques, interreligieuses les guerres de libération pour la colonisation ainsi que les pratiques inters ethniques anti démographiques parfois rythmées par les coups d'Etats.

En 2017, le HCR (Haut-Commissariat pour les réfugiés), estime environ 359000 réfugiés au Cameroun dont 279000 centrafricains victimes de la guerre et 85000 nigériens victimes de la secte Boko Haram. Face à cette situation croissante, plusieurs organismes internationaux parmi lesquels le HCR, la Croix Rouge, Plan Cameroun ainsi que les associations et le gouvernement Camerounais se mobilisent pour garantir leur sécurité physique, résidentielle et alimentaire mais, force a été de constater que malgré leurs efforts, une préoccupation cruciale reste pourtant affichée : celle de leur adaptation. L'arrivée et l'installation des réfugiés dans un pays comme le Cameroun s'accompagnent toujours d'une crise d'insertion sociale dont les conséquences sur l'équilibre social sont importantes. L'Etat

d'accueil et les organismes internationaux multiplient certes les actions d'assistance à ces victimes de guerre en quête de sécurité. Mais malheureusement ces actions n'accordent pas souvent une grande place au suivi social et psychologique des réfugiés en se contentant de leur sécurité alimentaire et physique. Pourtant, l'arrivée de ces réfugiés produit de nombreux heurts parfois entre ces derniers et la population qui les accueille.

Certains bailleurs de fonds institutionnels ont également développé des dispositifs spécifiques d'appui aux projets en faveur des réfugiés : citons notamment le programme d'assistance des réfugiés en ressources et fournitures pour alléger les souffrances. Le HCR assure la protection des réfugiés ainsi que leur accès à l'éducation primaire, la santé, le logement, l'eau, l'assainissement et l'hygiène ainsi que la gestion du camp et les distributions des produits alimentaires et humanitaires de base. Il soutient également l'autonomisation des réfugiés à travers notamment les cours d'alphabétisation pour les adultes, les formations professionnelles, et un appui aux moyens de subsistance et de créativité génératrice de revenu pour réduire la dépendance des réfugiés à l'aide extérieure, et fournir une assistance sur mesure pour les plus vulnérables.

Le PAM apporte une assistance alimentaire et nutritionnelle à environ 50000 réfugiés du camp. Il fournit de la nourriture chaque mois à tous les réfugiés et distribue des suppléments nutritionnels enrichis en vitamines et oligo éléments aux enfants de moins de cinq ans, et aux femmes enceintes et allaitantes pour traiter et prévenir la malnutrition.

Allant dans le même sens, l'UNICEF continue de renforcer l'accès aux services sociaux de base de qualité en termes de nutrition, de santé et d'éducation. Grâce à l'UNICEF et ses partenaires, les enfants ont ainsi accès à l'éducation formelle et non formelle.

Toutefois, on constate aussi un certain manque de réaction de la part des réfugiés dans toutes les actions menées à leur endroit. En effet, les réfugiés ne s'impliquent pas véritablement dans les activités organisées en leur faveur. Alors que tout réfugié devrait se battre pour gagner sa vie honnêtement afin d'éviter des stigmatisations et des préjugés. Ainsi, loin de se contenter des aides du HCR, ils sont amenés à se débrouiller pour vivre. Malgré de réels efforts, certains réfugiés ne parviennent pas à s'en sortir à cause des ruptures soudaines et forcées (culturelle, sociale, environnementale et familiale) qui sont en elles-mêmes traumatiques ainsi que de nouvelles contraintes vécues dans les camps auxquels ils n'étaient pas soumis dans leur pays. D'où les difficultés d'adaptation. Tandis que d'autres

malgré ces situations dites traumatiques, ont une grande capacité à les surmonter, à rebondir et parviennent à s'insérer dans la société (Cyrulnik, 2001).

L'actualité brûlante du phénomène de réfugiés ainsi que son caractère universel justifie qu'on s'y intéresse car un seul jour ne passe sans qu'on en parle au sein des réseaux sociaux ainsi que sur les chaînes de télévision qui, nous présentent de plus en plus des personnes fuyant leur pays pour d'autres. A cette raison, plusieurs autres expliquent le choix de son étude : la première est relative à notre spécialisation. En effet, les réfugiés relèvent du domaine du handicap social. La deuxième est liée à la situation du réfugié. Ce dernier est confronté à de nombreux problèmes tels que le manque d'emploi, de logement, la difficulté de socialisation, le problème de concentration dans les camps, la discrimination qui les placent dans une situation inférieure à celle des citoyens du pays d'accueil. Par ailleurs, notre curiosité intellectuelle nous a poussé à nous intéresser aux facteurs pouvant permettre aux réfugiés de se reconstruire après une rupture liée à la guerre.

La présente étude intervient au moment où le problème de socialisation, d'intégration, d'insertion et d'autonomie des réfugiés se pose avec acuité. A travers une étude sur la résilience chez les réfugiés, nous pourrions mettre en lumière des faits en apparence négligeables mais qui, en réalité, expliquent le comportement des réfugiés face au processus résilience.

L'étude s'intéresse aux différentes raisons ou facteurs pouvant favoriser la construction du sentiment social des réfugiés ayant vécus ou vivant des traumatismes dû aux ruptures brutales. Elles explorent les différents facteurs mis en jeu dans la résilience et qui déterminent la construction du sentiment social des réfugiés, la résilience devrait se faire en fonction de la capacité personnelle et de la relation avec l'entourage. Etant donné que le traumatisme dépend du vécu personnel et de la perception qu'a le sujet de l'évènement comment l'individu doit-il faire pour s'adapter.

1.2- Formulation du problème de l'étude

L'homme est avant tout un animal social qui ne peut vivre et s'épanouir, qu'au milieu de ses semblables. Ceci étant, il éprouve naturellement le besoin de rechercher le lien avec ses semblables. « Il est nécessaire pour réguler ses émotions, pour apaiser les circonstances stressantes de son existence et même pour mieux penser et donner sens à sa vie » (Delage, 2009 :88). Cependant, bon nombre d'individu se trouve aujourd'hui obligé de quitter leurs proches pour des raisons émanant ou non de leur volonté. De ce fait, se pose la

problématique des ruptures. Il existe des ruptures organisées et des ruptures brutales. Les ruptures organisées sont celles faites de manière volontaire c'est-à-dire qui émanent du sujet. C'est le cas de la rupture liée au divorce, la rupture familiale pour raison de maturité, la jeune fille doit quitter sa famille pour fonder la sienne ; la rupture liée à la responsabilisation, le garçon quitte la maison familiale à la recherche d'un avenir meilleur et de l'autonomie ; la rupture liée au détachement de l'enfant des parents pour un autre milieu de socialisation qui est l'école. Ces ruptures n'ont pas d'impact négatif sur la vie de la personne qui la subit.

Par ailleurs, les ruptures brutales sont celles qui n'émanent pas de la volonté du sujet, elles sont forcées, soudaines, imprévisibles, c'est le cas chez le réfugié. Pour les réfugiés, partis précipitamment pour fuir une menace réelle, l'arrivée dans un pays d'accueil est non seulement un dépaysement, mais aussi une rupture. Partis dans l'espoir d'un retour que seul le temps qui s'écoule escompte progressivement, ces individus sont troublés par la rupture généralement définitive qui accompagne l'exile (Vasquez, 1983 p.6). Les réfugiés vivent leur départ comme une rupture brutale car ils laissent tout derrière eux, ils rompent avec leur groupe d'appartenance, avec leur milieu de vie, avec leur culture, leur langue, leur style de vie, leur statut social, leur famille et leur entourage. C'est ainsi qu'un réfugié dans ses propos le démontre :

«je n'étais pas très partisane de l'idée de sortir de mon pays, de m'éloigner de ma famille (...) je ne voulais pas. Ce qui me choque vraiment et fait du mal c'est de laisser tout parce que ça veut dire commencer à zéro, c'est fini le style de vie, avec les coutumes, c'est laisser la famille, le travail, (...) ce n'est pas déjà facile de laisser un endroit pour un autre combien de fois son pays. » (Tobie, p.1992)

Cette situation de rupture affecte le bien être, physique, social et psychologique des réfugiés et engendre des modifications dans le coût de leur vie, ce qui conduit à des traumatismes et peut être la cause d'une désintégration partielle ou totale. Le traumatisme c'est ce qui met hors de soi, ce qui vous jette au dehors de vous-même et vous aliène, mais aussi lorsqu'on a pu en surmonter l'impact et s'en rendre maître, c'est ce qui vous ouvre à l'espace et à l'autre, à ce qu'il y a d'étranger, Allant dans le même sens Duparc (2008, p.15), explique que face à ce traumatisme subi les réfugiés doivent développer des capacités leur permettant de faire face, de résister à cette situation.

Constat empirique

Les populations qui vivent dans des territoires dans lesquels il y a la guerre, sont traumatisées. C'est le cas des réfugiés centrafricains qui sont actuellement au Cameroun qui est leur pays d'accueil. Ces derniers racontent des situations difficiles vécues dans leur pays et qui ont favorisé leur départ pour un lieu inconnu, le temps de fuir les zones de combats.

Ces constats cliniques qui se dégagent sont en lien avec cette question de multiples ruptures : avec soi-même, avec ses origines, avec ses identités (individuelle, sociale, familiale et culturelle). En réalité, vivre et évoluer dans un contexte de multi -rupture a largement favorisé la destruction des mécanismes de reconstruction de soi : « je veux partir n'importe où ... » ; « l'essentiel pour moi, c'est de vivre même en brousse » ; « pourquoi cette situation nous arrive ? » ; « je ne vois plus les miens, je préfère aussi mourir ».

Les réfugiés que nous avons rencontrés au Trauma Center de Yaoundé, nous ont raconté qu'il était difficile pour eux, de se sentir humain parmi les humains, car ils disent qu'ils ne comprennent pas comment les êtres humains peuvent traiter d'autres de cette manière. La solution étant donc d'être dans une situation de rupture. Tout le problème est donc de savoir si tous les mécanismes d'une telle action ont résisté à cette dynamique déployée.

On ne devient pas réfugié parce qu'on veut, c'est suite aux événements qu'on n'a pas choisis. De ce fait, le sujet en ressort traumatisé car il a vécu des ruptures d'ordre social, culturel, linguistique, familial, relationnel et identitaire ce qui est à l'origine de ses traumatismes. Lors de notre stage à Trauma Center auprès des réfugiés, force a été de constater que malgré les efforts fournis par le gouvernement du Cameroun et les ONG (organismes non gouvernementales) en termes de nutrition, logement, santé, de sécurité, ces derniers n'arrivent pas à se développer socialement car n'intériorisent pas les normes et les valeurs de la nouvelle société. Aussi ont-ils du mal à communiquer avec les autres, à se socialiser parce qu'ils sont encore enracinés dans leur culture. Ils ont un manque d'intérêt social, c'est-à-dire ils ne cherchent pas à coopérer, à aller vers les autres. Ils développent les troubles d'adaptations car ils vivent dans un climat d'incertitude, ils ont des problèmes identitaires qui peuvent conduire à la dépression. Ils ont une faible estime de soi car ils n'arrivent pas à avoir confiance en eux, à prendre des décisions, ils ont tendance à se présenter de façon dévalorisante, ils se sentent incompetents. Ils ont tendance à se replier sur

eux, ils sont craintifs, ils n'arrivent pas à se joindre aux autres, ils sont toujours méfiants. Ils développent des complexes d'infériorité c'est-à-dire qu'ils ressentent une incapacité ou une impossibilité vis-à-vis d'eux-mêmes, des autres et du monde. Et tout ceci parce qu'ils vivent encore les traumatismes de la rupture, ils ont encore la nostalgie du passé ce qui montre donc que ces ruptures aussi traumatiques qu'elles soient, troublent l'équilibre humain et entravent le sentiment social des réfugiés. Pour faire face à cette situation, le réfugié devrait malgré ces ruptures mobiliser un ensemble de mécanismes susceptibles de favoriser la résilience qui va lui permettre de construire son sentiment social. En conséquence, la construction du sentiment social prendrait appui dans la relation que le sujet entretient avec son environnement familial et social.

Constat théorique

De nombreuses recherches ont permis d'expliquer en partie la rupture dans le développement de l'individu. En effet, le problème de rupture est un sujet qui intéresse certains auteurs. Ceux-ci ont par conséquent tenté d'y apporter une explication scientifique : pour commencer, Lacroix (2004) nous donne son point de vue à propos de la rupture. Il montre que la rupture des liens peut entraîner des somatisations très fortes comme des migraines, des vomissements, une incapacité à entrer en contact avec l'autre, un désarrimage entre le monde interne et celui du dehors. Bolzmann (2006) quant à lui explique que la rupture s'opère tout d'abord au sein même de la société dans laquelle on a vécu et dans laquelle on continue à vivre et conclut à cet effet qu'il s'agit de la rupture de la vie quotidienne et de ses évidences, des rythmes et des habitudes également de la rupture des statuts et des rôles sociaux, de la perte des positions sociales ainsi que des ressources économiques, sociales et culturelles. Ceci entraîne une sorte d'exclusion globale. La séparation avec la famille créerait une détresse émotionnelle (Beiser et Hyman, 1997) et constituerait même un facteur majeur de dépression et d'anxiété pouvant influencer le processus d'ajustement (Tyhurst, 1977). Habimana et al (2000) montre que les réfugiés rencontrent des difficultés dans leur insertion sociale et professionnelle et sont victimes de discrimination et pauvreté. Beiser (1990) explique que deux des stress post migratoires les plus communs et puissants seraient le manque d'emploi et la séparation d'avec la famille et les réfugiés qui vivent séparés de leur famille auraient des niveaux de détresse psychologique plus élevés et souffriraient davantage de dysfonctionnement social que les réfugiés vivant avec leur famille ou vivant proche de celle-ci. Rousseau et al (1989), soulignent que la

séparation familiale entrave l'adaptation à la société puisqu'elle maintient un climat d'incertitude, crée des problèmes identitaires.

Toutefois, malgré la constellation des écrits sur les conséquences de la rupture certains auteurs relèvent que les réfugiés bien qu'ayant vécu les ruptures parviennent à surmonter et aller de l'avant. Gillepsie et al. (2012), nous donnent leur point de vue en démontrant que les réfugiés font face aux ruptures en disposant un certains nombres de stratégies, de ressources qu'ils mobilisent de manière personnelle telle que les ressources institutionnelles et ou interpersonnelles (famille, amis), les ressources personnelles, ressources sémiotiques incluant les ressources symboliques. Tousignant et al. (1999) de leur côté montre que le migrant ou réfugié qui a subi la souffrance et la solitude refuse souvent de se laisser aller à la dépression profonde car son devoir de survivant le pousse à poursuivre son combat et à ne pas se laisser mourir : « le réfugié – survivant » se confère ainsi à lui-même le devoir d'aimer la vie. Jounot (2015), pour sa part montre que l'expérience migratoire contraint la personne à vivre un certain nombre de ruptures dans leur trajectoire de vie (linguistique, culturelle, social et identitaire) malgré ces ruptures vécues lors de la migration, les réfugiés ont pu mobiliser deux types de ressources : les ressources sociales et ressources symboliques qui leur ont permis de maintenir un sentiment de continuité de soi et aider à la mise en place d'un processus de production de sens. Desquene (2004), quant à elle montre que la déculturation causée par la guerre en a souvent altéré les liens et cette rupture familiale semble avoir accentué la rupture culturelle, mais si les liens d'attachement sûr ont existé avant le traumatisme, la résilience peut reprendre où le traumatisme avait rompu. Dans le contexte de l'adaptation des réfugiés, Hermann (1992), mentionne trois étapes pour se remettre d'un trauma vécu, soit retrouver la sécurité ; soit vivre le deuil et les souvenirs du passé ou encore rétablir une connexion avec la communauté.

Enoncé du problème

Les constats que nous venons de faire aussi du constat théorique qu'empirique montrent que les réfugiés bien qu'ayant vécu la rupture du cadre familial, identitaire, linguistique et même culturelle, certains réussissent à trouver des moyens de s'adapter positivement, de se ressourcer, de se reconstruire tandis que d'autres n'y arrivent pas tout simplement parce qu'ils vivent encore les traumatismes de la guerre ce qui trouble leur mécanisme de résilience et donc entravent le sentiment social. Ces constats ont attiré notre attention et nous ont amené à nous intéresser de plus près au problème lié à l'impact de la rupture perturbant les mécanismes de résilience dans la construction du sentiment social chez

les réfugiés. Face à ces ruptures qui perturbent la vie du réfugié, traumatisent et affectent sa relation à l'autrui, son insertion, bref son sentiment social. Pour y remédier, les réfugiés doivent mettre en place des moyens adéquats pour rebondir et se restructurer une personnalité. Et c'est cette restructuration qui doit favoriser la construction du sentiment social. D'où la nécessité de chercher à comprendre les stratégies qui peuvent déterminer la construction du sentiment social après une rupture liée à la guerre.

1. 3 Enoncé de la question de recherche

Dans notre étude, nous aurons deux types de question de recherche : une question principale et des questions secondaires

1.3.1 Question principale de recherche (QPR)

La question principale nous permet de cerner notre étude, de l'orienter et d'organiser nos idées afin de réaliser les objectifs.

QPR : la résilience détermine-t-elle la construction du sentiment social chez les réfugiés ?

1.3.2 Questions de recherche secondaire (QSR) impact

Dans le cadre de cette étude, nous avons 03 questions de recherche secondaire :
QSR : la mise en place des stratégies individuelles influence-t-elle la construction du sentiment social chez les réfugiés ?

QSR : la qualité d'étayage familial détermine-t-elle la construction du sentiment social chez les réfugiés ?

QSR : l'étayage groupal favorise-t-elle la construction du sentiment social des réfugiés ?

1.4 Formulation des hypothèses

Selon Grawitz (2000 :398) « une hypothèse est une proposition de réponse à la question posée. Elle tend à formuler une relation entre des faits significatifs. Même plus ou moins précise, elle aide à sélectionner des faits observés. Ceux-ci rassemblés ; elle permet de les interpréter ; de leur donner une signification qui, vérifiée, constituera un élément possible de début de théorie ».

Dans le cadre de notre étude nous avons émis une hypothèse générale et plusieurs hypothèses spécifiques.

1.4.1 Hypothèse générale

C'est la ligne directive sur laquelle s'engage le chercheur. Avant de l'aborder, nous prendrons pour appui les approches de la résilience pour mieux comprendre et expliquer cette hypothèse générale.

Ainsi, nous faisons l'hypothèse générale de manière suivante :

HGR : « la résilience déterminerait la construction du sentiment social chez les réfugiés »

1.4.2 Hypothèses spécifiques

Partant du postulat que l'hypothèse spécifique ou de recherche est une supposition qui est avancée pour guider une investigation sa formulation évoque les éléments mesurables et manipulables dans l'expérimentation. Elles constituent en une opérationnalisation de l'hypothèse générale.

Ainsi, nous avons formulé trois hypothèses spécifiques qui répondent à nos questions secondaires, elles-mêmes rendant compte de la congruence entre les objectifs et les hypothèses. Ce sont :

- ❖ HR1 : la mise en place des stratégies individuelles influence la construction du sentiment social chez les réfugiés.
- ❖ HR2 : La qualité d'étayage familial détermine la construction du sentiment social chez les réfugiés
- ❖ HR3 : l'étayage groupal favorise la construction du sentiment social chez réfugiés.

1.5. Objectif de l'étude

Un objectif est le but à atteindre. L'objectif dans toute recherche est le résultat auquel le chercheur souhaite parvenir. Dans le cadre notre étude, nous distinguons 02 types d'objectifs à savoir : l'objectif générale et les objectifs spécifiques.

1.5.1 Objectif général

De manière générale, est de montrer que la résilience a un impact sur la construction du sentiment social chez les réfugiés.

1.5.2 Objectifs spécifiques

Notre étude s'articulera autour de 03 objectifs spécifiques qui nous permettront de montrer que :

- ❖ La mise en place des stratégies individuelles détermine la construction du sentiment social chez les réfugiés.
- ❖ La qualité d'étayage familial détermine la construction du sentiment social des réfugiés.
- ❖ L'étayage groupal a un impact sur la construction du sentiment social chez les réfugiés

1.6 Pertinence de l'étude

Elle vise à voir si notre étude a une bonne perspective théorique, sociale et même méthodologique.

- **Sur le plan théorique**

La réalisation d'un travail de recherche n'est possible que grâce à l'exploration d'autres travaux antérieurs qui généralement lui servent de guide de référence et de support. Notre étude vise à l'élargir le champ de connaissance sur les approches de la résilience et du sentiment social. Par ailleurs, nous allons montrer que la mobilisation des mécanismes de résilience joue un rôle essentiel dans la construction du sentiment social.

- **Sur le plan social**

L'étude apporte sa modeste contribution à l'analyse de la problématique de la résilience dans la construction du sentiment social malgré les ruptures que vivent les réfugiés qui est un sujet d'actualité et d'une pertinence avérée dans notre société. Elle apparaît comme une alarme aussi bien pour les organismes en charge de la protection que pour la société en générale sur la nécessité de promouvoir les réfugiés à se reconstruire une nouvelle vie également pour éveiller leur conscience afin de les sensibiliser sur les modalités d'insertion des réfugiés. Par ailleurs malgré les ruptures vécues les réfugiés doivent prendre conscience des difficultés rencontrées et la société doit les interpeller à s'associer aux autres car le sentiment social se construit à travers les interactions sociales.

- **Sur le plan méthodologique**

Cette problématique est pertinente dans la mesure où elle s'inscrit dans le cadre de l'éducation spécialisée option Handicap Social. Educateur spécialisé que nous sommes devrions les aider en développant les stratégies d'accompagnement dans l'optique de favoriser une bonne intégration, insertion, adaptation afin qu'il puisse développer des capacités visant à surmonter leur situation et à faire face aux difficultés rencontrées.

1.6. Intérêt de l'étude

Dégager l'intérêt de l'étude d'un travail consiste à préciser en quoi ce travail est important, et quelle solution il doit apporter au problème posé. En clair, il s'agit de déterminer la contribution du travail dans le domaine scientifique d'une part et sur les principaux utilisateurs et bénéficiaires d'autre part. Pour cette étude, nous aborderons l'intérêt scientifique, social et pratique.

1.6.1 Intérêt scientifique

Comme toute recherche scientifique, ce travail vise à contribuer à l'évolution des connaissances sur la construction du sentiment social des réfugiés et à apporter de nouveaux savoirs sur les facteurs favorisant la résilience chez ces réfugiés. Il permet de montrer l'effet de la résilience sur la construction du sentiment social des réfugiés, et les comportements qui en découlent nous permettront de voir ou mieux de comprendre ce qui

amène certains réfugiés à s'adapter et à surmonter les traumatismes liés aux ruptures subies, alors que d'autres n'arrivent pas à développer les stratégies favorisant la construction du sentiment social, tout en proposant des stratégies de résilience pour permettre une construction du sentiment social suffisant.

1.6.2 Intérêt pratique.

Sur le plan pratique, en s'intéressant à la résilience chez les réfugiés, notre étude vise à mettre en exergue des savoirs qui peuvent contribuer à mieux cerner les paramètres entrant en jeu dans la construction du sentiment social des réfugiés. Pour l'éducateur spécialisé, cette étude permet de décrire les mécanismes dans la prise en charge et l'accompagnement des personnes en situation traumatique. Ainsi, nos résultats permettront aux réfugiés et aux organismes en charge de prendre en compte les facteurs psychologiques, familiaux, sociaux et environnementaux pour favoriser la construction du sentiment social des réfugiés, afin d'amener ces derniers à toujours comprendre qu'ils disposent des aptitudes suffisantes pour faire face aux situations auxquelles ils ont été confrontés dans leur pays d'origine ainsi qu'aux nouvelles conditions de vie.

1.6.3 Intérêt social

Ce travail doit sensibiliser les réfugiés, les gouvernements, les organismes non gouvernementaux, les centres d'accueil et la société en général sur la recrudescence de ce phénomène afin qu'ils développent des stratégies de résilience pour favoriser la construction d'un meilleur sentiment social car, une personne qui a du soutien social, un attachement sécurisé au sein de son environnement et aussi une relation chaleureuse, va être résiliente ce qui va lui permettre de se reconnaître soi-même, d'accepter les autres et pouvoir s'insérer dans un groupe d'appartenance afin d'être utile à la société.

Il permet de parvenir à des connaissances nouvelles sur les mécanismes de la résilience conduisant à la construction du sentiment social des réfugiés, en mettant à la disposition des intervenants sociaux, des communautés éducatives, des psychologues, des pratiques pour favoriser la socialisation, l'intégration ainsi que l'épanouissement, le bien-être physique, mental et même social des réfugiés pour qu'ils se sentent bien afin qu'ils puissent reprendre leur vie normale. Notre recherche vise alors le bien-être social car la souffrance d'une personne ou de plusieurs dans une famille affecte toute la société.

1.7. Délimitation de l'étude

La délimitation c'est le fait de circonscrire un champ d'étude, l'aire géographique, l'espace dans lequel se déroulera notre étude. Ainsi, nous pouvons citer la délimitation thématique, la délimitation spatiale et la délimitation temporelle.

1.7.1 Délimitation thématique

Dans le cadre de cette étude, nous nous focaliserons sur le thème « de résilience ». Plus particulièrement sur l'étude des déterminants de la résilience dans la construction sentiment que le réfugié entretient avec lui-même, son entourage et les membres de la société, et le traumatisme qui est un agent de la résilience.

1.7.2 Délimitation géographique

Il s'agit du milieu géographique dans lequel notre étude s'effectuera. Notre étude pourrait s'effectuer auprès de tous réfugiés du Cameroun, mais compte tenu du temps relativement imparti, des moyens financiers limités, de la faisabilité, nous nous limiterons aux réfugiés de la ville de Yaoundé précisément ceux de Trauma Centre.

1.7.3. Délimitation temporelle

Cette étude couvre notre l'année académique 2016 - 2018 avec la fin de notre formation en Master II à la faculté des Sciences de l'éducation du département de l'éducation spécialisée option Handicap Social et conseil.

1.7. 4 Délimitation théorique

Cette étude met l'accent sur la résilience comme mécanisme de la construction du sentiment social et s'inscrit dans un vaste champ du handicap social et conseil. Pour ce faire, nous présenterons trois approches d'une part de la résilience, ses stratégies d'adaptation et d'autre part la théorie du sentiment social afin de mieux comprendre notre travail.

Ce chapitre nous a permis de dégager le problème de l'étude qui porte sur l'impact de la rupture perturbant les mécanismes de résilience sur la construction du sentiment social chez les réfugiés. Etant donné que, la problématique des réfugiés est une thématique complexe, Nous avons posé une question de recherche principale qui nous a conduites à dégager une hypothèse générale, et des hypothèses secondaires. La vérification de l'hypothèse nous permettra de montrer que la résilience à un impact sur la construction du sentiment social chez les réfugiés. Par la suite nous avons dégagé les objectifs, les intérêts et les délimitations. Le chapitre qui suivra porte sur la revue critique de la littérature.

CHAPITRE 2 : REVUE CRITIQUE DE LA LITTÉRATURE

Dans ce chapitre, il est question de présenter les contributions qui rendent compte du problème de notre étude. Pour y parvenir nous allons nous intéresser aux travaux sur les réfugiés, sur la résilience et enfin sur le sentiment social. Nous commençons d'abord par la définition des notions de notre étude

2.1 Approches notionnelles

Cette section consacrée aux approches notionnelles, consiste à faire une définition détaillée des concepts clés de cette étude, afin de leur attribuer un sens. Nous allons nous intéresser ici aux notions suivantes : résilience, adaptation, traumatisme, sentiment, sentiment social et réfugiés.

2.1.1 Résilience

Le sens étymologique du mot résilience vient du latin « salire » c'est-à-dire : « sauter en arrière, rebondir, être repoussé, jaillir » et du préfixe « re », indiquant la répétition, la reprise. Résilier, c'est bien rebondir, aller de l'avant, après avoir subi un choc ou un traumatisme. C'est aussi résilier un contrat avec l'adversité.

Cyrulink (1999, p.10) a consacré un livre à la résilience, intitulé « Un merveilleux malheur », dans lequel il explique de façon exhaustive ce concept. L'auteur propose une définition pragmatique de la résilience, qui s'enracine dans les réalités éducatives, thérapeutiques et sociales :

« La résilience est la capacité d'une personne ou d'un groupe à bien se développer, à continuer à se projeter dans l'avenir en présence d'événements déstabilisants, de conditions de vie difficiles, de traumatismes parfois sévères ».

L'élément important mentionné dans cette définition est que le résilient ne résout pas définitivement les problèmes liés à sa situation difficile, mais il les aborde de façon constructive en fonction de ses ressources personnelles et sociales.

La résilience est à la fois résistance à la destruction et capacité à se construire une vie riche et une intégration socialement acceptable en dépit de circonstances difficiles, d'un environnement défavorable, voire hostile.

Manciaux (1998) ajoute « A chaque instant la résilience résulte de l'interaction entre l'individu lui-même et son entourage, entre les empreintes de son vécu antérieur et le contexte du moment en matière politique économique, sociale, humaine. »,

Vanistendael (1996), apporte une autre précision : « la résilience est la capacité à réussir, de manière acceptable pour la société, en dépit d'un stress ou d'une adversité qui comporte normalement le risque grave d'une issue négative ».

Selon Anaut, (2005, p.34) la résilience est « l'art de s'adapter aux situations aversives (conditions biologiques et socio psychologiques) en développant des capacités en lien avec des ressources intérieures (intrapsychiques) et externes (environnement social et affectif), permettant d'allier une construction psychique adéquate et l'insertion sociale ».

Allant dans le même sens qu'Anaut, nous dirons que la résilience est la capacité à s'adapter face aux événements traumatiques de la vie.

Etant donné que le traumatisme est un agent de la résilience, il convient de le définir.

2.1.2Traumatisme

Étymologiquement le concept de « *traumatisme* » vient du mot grec « *traumatos* » qui signifie blessure, ou affection (Larousse, 2010 p.1056). Ce dictionnaire définit le traumatisme dans son sens médical comme « *un ensemble de lésions locales provoquées par l'action violente d'un agent extérieur et les troubles qui en résultent* ». Dans son sens psychologique, qui nous intéresse dans cette étude, il le considère comme « *un événement qui, pour un sujet a une forte portée émotionnelle et qui entraîne chez lui des troubles psychiques ou somatiques par suite de son incapacité à y répondre immédiatement de façon adéquate* » (Ibid., p.1057). Pour ne pas confondre ces deux sens, médical et psychologique, Crocq (1999) utilise le concept de « *psychotraumatisme* » ou de « *traumatisme psychique* ».

Laplanche et Pontalis (1978, p. 956), s'inspirant des définitions de Freud, considèrent le traumatisme psychique comme étant un « *événement de la vie du sujet qui se définit par son intensité, l'incapacité où se trouve le sujet d'y répondre de manière adéquate, le bouleversement et les effets pathogènes durables qu'il provoque dans l'organisation psychique* ». Pour eux, il se caractérise par un afflux d'excitations qui est excessif, relativement à la tolérance du sujet et à sa capacité à maintenir et à élaborer psychiquement ces excitations. Freud (1920), définit le traumatisme comme « *toutes excitations externes assez fortes pour faire effraction dans la vie du sujet* ».

Les cognitivistes, quant à eux conçoivent le traumatisme comme un « *trouble caractérisé par une modification des schémas cognitifs que le sujet a sur lui-même, sur le monde, et sur les autres* » (Ehlers & Clark, 2000, p.42). La notion de traumatisme a pris de nos jours une dimension trop extensive et il faut sans doute être plus rigoureux dans l'utilisation des termes. Pour notre part, le traumatisme est un choc émotionnel important, généralement lié à la situation où une personne ou un groupe de personnes a senti sa vie en danger et qui met en doute son équilibre psychique.

2.1.2 Adaptation

L'adaptation peut se définir comme étant « *l'ensemble des ajustements d'un organisme à son milieu. Pour lui, s'adapter, c'est rester en accord avec son environnement et maintenir l'équilibre de son milieu. Le processus vital nécessite un perpétuel réajustement de l'équilibre sans cesse rompu. Cet ajustement s'opère par une suite d'échanges ininterrompus entre le corps et son milieu, dans la double action : du sujet sur l'objet et l'objet sur le milieu* » (Sillamy, 1998).

Dans le même sens, Piaget définit comme un équilibre entre l'assimilation et l'accommodation. Il y a adaptation lorsque l'organisme se transforme en fonction du milieu, et que cette variation a pour effet un accroissement des échanges entre le milieu et lui, est favorable à sa conservation.

Selon Lazarus et Folkman, (1984), l'adaptation est « *l'ensemble des efforts cognitifs et comportementaux, en modification constante, visant à gérer des demandes internes ou externes qui sont perçues comme excédant les ressources de la personne* ».

2.1.3 Sentiment

Sillamy (1998), définit le sentiment comme un « *état affectif complexe, combinaison d'éléments émotifs et imaginatifs, plus ou moins clairs, stables qui persistent en l'absence tous stimulus. Ce sont des phénomènes psychologiques conscients qui colorent affectivement nos perceptions et influencent nos conduites* ».

Selon Mayi (2009, p.101), le sentiment est un état complexe, une combinaison d'éléments émotifs et imaginatifs, plus ou moins stables, qui persiste en l'absence de tout stimulus. Les causes de ce phénomène, plus durable que l'émotion et moins violent que la passion, peuvent être d'ordre intellectuel, moral ou affectif.

Selon Adler (1950), cité par Mayi (idid.), le sentiment correspond à une « valeur d'épreuve au plan psychoaffectif. C'est une valeur de ressenti éprouvée par un sujet dans sa relation avec un objet ».

Les sentiments sont liés aux tendances profondes de l'individu à ses pulsions à ses désirs satisfaisants ou frustrés. La définition du sentiment inclue nécessairement la subjectivité, elle n'a de sens qu'en précisant la relation du sujet avec lui-même dans les circonstances particulières lorsqu'il marque de son sceau la perception, la sensation ou l'action. Le sentiment peut alors concerner des objets internes (le moi) ou externes (la nature). L'expérience du sujet aussi intime qu'elle soit le relie à des sources personnelles ou étrangères toutes deux mal connues (Doron & parot, 1998).

Bandura (2002) dira à cet effet qu'il se rapporte à la croyance partagée par un groupe en ses capacités conjointes d'organiser et d'exécuter les actions nécessaires pour produire un niveau donné de réalisation.

Il est la composante de l'émotion, faculté que nous avons de connaître, de comprendre, d'apprécier, de sentir directement certaines choses sans le secours du raisonnement, de l'observation ou de l'expérience. En ce qui concerne notre étude, nous dirons que le sentiment c'est la disposition affective permanent chez le sujet. Il peut se traduire par la haine l'amour et la jalousie. Ainsi donc, le sentiment participe à l'insertion du sujet dans son existence.

2.1.5 Sentiment social

Adler (1950, p.32), définit le sentiment social comme une aptitude à la fréquentation des autres personnes et à la coopération avec elles. Il ressort donc de cette définition le besoin de se lier aux autres.

Adler (1950, p.33), dans sa littérature adlérienne postule *que le sentiment social est la faculté biologiquement enracinée dans la psyché mais à l'état potentiel embryonnaire, comme le langage elle devra pour se former, s'épanouir, être éveillée, intensifiée, développée par les échanges avec les autres.*

Adler (1933, p.6) montre également que c'est « *un besoin de se lier aux autres de s'identifier (l'empathie). Autrement dit La capacité de reconnaître l'autre et d'apprécier sa reconnaissance, de le traiter en sujet et non en objet* »

Dans le cadre de ce travail le sentiment social c'est la capacité qu'a un individu à s'associer aux autres afin d'interagir avec eux. Ainsi, ce sentiment se développe vis-à-vis de soi, d'autrui proche (famille) et autrui lointain (la société, la communauté) ou encore le fait de

se sentir utile dans la société. Le sentiment social c'est le sentiment d'appartenir à un groupe, à un espace humain.

2.1.6 Réfugié

Avant d'aborder les notions liées au phénomène de réfugié, nous allons tout d'abord présenter une approche définitionnelle du concept de réfugié.

Selon le dictionnaire encyclopédique Quillet (1990, p. 375), *le réfugié désigne « toute personne qui a quitté son pays ou a fui une région pour des raisons politiques, religieuses, raciales, qui refuge dans un pays étranger pour échapper à la catastrophe »*

Le terme « réfugié » d'après l'article 1 de la convention de 1951 relative au statut des réfugiés est une personne qui :

- craint d'être persécutée du fait de sa race, de sa religion, de sa nationalité, de son appartenance à un certain groupe social ou de ses opinions politiques ;
- se trouve hors du pays dont elle a la nationalité ;
- se peut se réclamer de la protection de ce pays ou y retourner parce qu'elle craint d'être persécutée.

La convention de l'OUA de 1969, et à la loi n°2005/006 de juillet de 2005 portant statut des réfugiés au Cameroun, élargissant cette définition afin de prendre en compte les diverses circonstances pouvant donner lieu au phénomène de réfugié l'Afrique souligne que :

un réfugié est une personne qui, du fait d'une agression, d'une occupation extérieure, d'une domination étrangère ou d'évènement troublant gravement l'ordre public dans une partie ou totalité de son pays d'origine ou du pays dont elle a la nationalité, est obligé de quitter sa résidence habituelle.

Selon Issa Diallo (1974, p.18), la notion de réfugié a été abordé par les conventions internationales et nationales, l'examen de ce terme a suscité à cet effet un intérêt chez ces derniers qui s'y sont penchés et, dans les travaux qu'ils lui ont consacrés, ils ont essayé de lui donner une définition plus spécifique et juridique. Ainsi, en se fondant, sur l'une des caractéristiques de la société internationale qui est l'existence des Etats, le concept de réfugié est envisagé dans un cadre juridico diplomatique qui lie l'individu à l'Etat dont il est ressortissant. C'est ainsi que Vernant (1954, p.13) explique :

« Pour que l'on puisse parler de réfugié, il faut que les événements politiques qui sont à l'origine du départ de l'individu ou de sa rupture avec l'Etat dont il dépendait, soient qualifiés. Les événements politiques qui, dans le pays d'origine sont la cause du départ du

réfugié doivent être accompagné d'une persécution ou de menace de persécution à son égard ou au moins à l'égard d'une fraction de la population dont il considère solidaire. »

Ainsi, la rupture entre un individu et son Etat d'origine doublé de persécution sont les éléments fondamentaux de la définition du réfugié (Tamdem 2012, p.8). Parce que l'Etat ne peut plus garantir la sécurité de l'individu, celui-ci a le droit de chercher asile dans un autre pays pour sauver sa vie. C'est ainsi que la Déclaration Universelle des droits de l'Homme fait référence à cette situation lorsqu'elle relève que « devant la persécution, toute personne a le droit de chercher asile et de bénéficier de l'asile dans d'autre pays. »

La rupture entre celui-ci et son pays d'origine lui confère une autre identité. Ce dernier, ayant quitté son pays pour « des raisons politiques pour un temps dont on ne peut prévoir la fin et qui a perdu toute protection de son Etat d'origine devient réfugié » (Salomon, 1939, p.7). Le réfugié est donc considéré comme une personne qui n'est pas protégé et qui migre vers un pays tiers.

Les réfugiés comme nous les nommons dans cette recherche, sont des personnes qui ont quitté leur pays ou qui ont dû fuir pour des raisons politiques, religieuses ou raciales pour un autre pays.

2.2. Revue critique de la littérature

La revue de la littérature plus précisément appelée revue de la documentation scientifique consiste à « *consulter des livres, des revues spécialisées et des actes de colloques scientifiques traitant du thème abordé dans le projet de recherche* » (Nkoum, 2015, p.46). Nous avons effectué ces différentes consultations recommandées sur la notion de réfugié ainsi que sur la résilience et le sentiment social chez les réfugiés. Il nous revient donc dans cette section de présenter de fond en comble ces différents états des lieux.

2.2.1 Revue de la littérature sur la question de réfugié

Dans cette section de la revue de la littérature consacrée à la question de réfugié, nous commencerons par présenter l'origine et l'émergence de la problématique de réfugié. Ensuite, nous parlerons des concepts connexes, la typologie des réfugiés et enfin nous aborderons les actions en faveur des réfugiés au Cameroun.

2.2.1.1 Origine et émergence de la problématique de réfugié

L'émergence de la problématique de réfugié est liée à plusieurs causes. On peut citer les guerres, les catastrophes naturelles les problèmes politiques. Un certain nombre

d'auteurs s'est penché sur cette question, chacun allant dans son sens, selon les contours de ses objectifs et les réalités des époques et du contexte dans lequel il se trouve. Ainsi, Bouquet (1982, p.153), mentionne que parmi les multiples conséquences de la guerre se trouve le problème de réfugiés. Problème humain, son caractère n'est ni statique, ni permanent.

Son origine, sa dimension et sa gravité varient selon l'époque et le lieu. Ainsi, on constate qu'en Afrique australe, le colonialisme, le racisme et l'apartheid sont à l'origine de la plupart des mouvements des réfugiés par contre dans les Etats indépendants, ce phénomène est la conséquence des conflits internes, des conflits entre les Etats liés au bouleversement sociopolitique. Lassailly (1999) cité par Sidjui (2012, p.14), de son côté montre que les calamités naturelles et les disparités économiques entre les pays du continent africain ont produit diverses catégories de réfugiés. Ainsi donc il distingue plusieurs catégories de réfugiés telle que ceux victimes de la xénophobie, les réfugiés politiques, les réfugiés environnementaux, les réfugiés internes ou les déplacés internes vivant sans être reconnus comme tels par le droit international.

Au Cameroun, la première expérience en matière d'accueil remonte dans les premières décennies des années 1960, lorsque les nationalistes du rio de Muni, fuyant la répression espagnole, vont chercher asile au Cameroun. Ces situations incitent les déplacements spontanés et les installations provisoires dans les camps. Issa (1974), à cet effet montre que le problème de réfugié en Afrique constitue une menace.

Les premiers travaux sur les réfugiés ont apparu plus tardivement, à la fin des années 70 et surtout dans les années 80, avec la création de deux centres de recherche universitaire, l'un à Toronto (centre for refugee studies) et l'autre à Oxford (refugee studie Program).

Parler du réfugié peut mener parfois à maintes confusions, d'où la nécessité d'une bonne élucidation. Il importe donc de confronter la notion de réfugié aux notions voisines et de préciser différentes catégories de réfugiés existant sur le sol camerounais. Ces concepts sont multiples, pour éviter toute confusion, l'on confrontera la notion de réfugié à celle d'émigré, de personnes déplacées, et de fugitif.

2.2.1.2 Les concepts connexes

Afin d'éviter les risques de confusion et d'équivoque entre la notion de réfugié, qui fait l'objet de cette étude, et les notions assez proches, il est important pour nous d'en présenter le sens pour mieux l'appréhender.

- Réfugié et émigré

(Mouelle Kombi, 1986, p.15) mentionne que dans de nombreux pays où la conjoncture économique est favorable, plusieurs individus accourent, fuyant les conditions de vie difficiles dans leur propre pays. Ces individus sont des émigrés encore appelés des migrants économiques. Ils souhaitent changer de pays afin d'améliorer leur situation ou pour des raisons purement professionnelles. L'émigrant est un étranger qui rend sa force de travail dans le pays d'accueil et qui y apporte un plus sur le plan économique et social. Contrairement au réfugié, l'émigré quitte son pays pour un autre, et non pour des raisons politiques.

A la différence du réfugié dont les conditions de départ font qu'il va là où il peut, qui ne peut retourner dans son pays d'origine qu'après le rétablissement de la paix et l'assurance de sa sécurité, l'émigré est libre de choisir sa destination, généralement un pays à conjoncture économique et aux possibilités de travail favorables. Ce dernier, « n'ayant pas acquis autre nationalité, et demeurant citoyen et protégé de son état d'origine, peut y revenir quand il veut » (Mouelle Kombi, *ibid.*). Celui-ci continue de jouir de la protection de son gouvernement et les relations qu'il entretient avec les autorités de son pays d'origine font qu'il vit dans son réconfort psychologique. Le réfugié est quant à lui meurtri, aigri par la souffrance le malheur et par conséquent psychologiquement affecté. Il vit dans une situation déplorable dont leur changement dépend de l'avenir. Car ils ont vécu de nombreux événements traumatiques que ce soit dans son pays d'origine que lors de la migration.

- Réfugié et personnes déplacées

La personne déplacée selon le Dictionnaire de la terminologie du droit international, désigne à l'origine « toute personne qui s'est trouvée contraintes par les événements politiques à quitter le pays où elle était établie ». Mouelle Kombi (1986, p.16), déclare que ce terme fut utilisé en Europe à la suite du deuxième conflit mondial. La personne déplacée est aussi définie selon Salomon (1963, p.52), comme « un individu déporté hors de son pays d'origine par les régimes nazi ou fasciste pour un motif politique, racial et religieux ou au titre d'un travail obligatoire ». A ce niveau, cette notion s'apparente plus à celle de réfugié, en ceci qu'elle se réfère aux personnes qui ont été contraint d'abandonner leur région ou pays d'origine, pour des raisons souvent similaires. Plus tard, elle fut appliquée à des individus dont le déplacement s'effectuait à l'intérieur de leur pays, contraints par des événements troublant d'ordre public, les catastrophes naturelles. Ils sont encore appelés « les

réfugiés de l'intérieur » sont protégées par les règles du droit international Humanitaire qui offre une large protection à la population civile. Les personnes déplacées à l'intérieur de leur propre pays comme « celles qui ont été forcées de quitter leur foyer afin d'échapper à la guerre, à la violence généralisée, aux violations des droits de l'homme.

- Réfugié et fugitif

Selon Diallo (1974, p.12), « une personne qui quitte son pays pour un autre n'est pas forcément un réfugié. C'est le cas de celle qui, après avoir commis un crime ou un délit de droit public, cherche à échapper à la justice de son pays. Par crainte de punition, cette personne refuse de retourner dans son pays d'origine, ou vers le lieu où le crime a eu lieu : c'est un fugitif ». Contrairement au réfugié qui quitte son pays pour des raisons politiques et qui ne sait où il va, le fugitif quitte son pays par crainte de poursuite judiciaire et choisit librement sa destination (Mouelle Kombi, 1986,p.15). A cet effet, la Déclaration Universelle des droits de l'homme, stipule que le droit de bénéficier de l'asile dans un autre pays que le sien « ne peut être invoqué dans le cas de poursuites réellement fondées sur un crime de droit commun ou sur des agissements contraires aux buts et aux principes des Nations Unies ».

2.2.1.3. Typologies de réfugiés

Le président Ahidjo cité par Tamdem (2012, p.27) déclare en 1982 que « l'histoire a doté notre pays de structures privilégiées qui lui permettent d'être un creuset où viennent se fondre les populations appartenant à des cultures différentes ». La situation géographique, socio culturelle et politique du Cameroun, fait de ce pays un lieu de refuge pour les populations des pays voisins et même lointains en quête de paix. Celles-ci viennent de différents pays et sont victimes de nombreuses crises qui ont secoué et continuent de secouer leur pays, d'où la nécessité pour nous de présenter les typologies de réfugiés qui se trouvent sur le territoire Camerounais.

Pour ce pays, la première expérience en matière d'accueil des réfugiés en son sein date de 1963. A partir de ce moment, le Cameroun va devenir le principal point de chute de nombreux réfugiés le nombre va s'accroître considérablement sur le triangle national pour atteindre un nombre considérable (Kourouma, 1983, cité par Tamdem, ibid.).

Comme typologie, au Cameroun on distingue deux grands types de réfugiés à savoir les réfugiés urbains et les réfugiés ruraux.

- Réfugiés urbains

Les réfugiés urbains sont des personnes ayant une formation professionnelle et une qualification leur permettant, si un emploi leur est offert de rendre un service au pays d'accueil. Ce sont des travailleurs des commerçants, des diplômés, des étudiants obligés d'abandonner leur travail, leur commerce ou leur étude à cause des troubles. Instruits et ambitieux, ils affluent vers les villes à la recherche du travail pour poursuivre leurs études en attendant la possibilité de retourner chez eux (Mouelle Kombi, 1996, p.17). Sans papiers, ni biens matériels, ils sont disséminés et mobiles à l'intérieur de l'espace urbain et sont confrontés à de nombreux problèmes, notamment de logement, de nutrition, de travail, des études. Ils sont directement intégrés dans les populations du pays d'accueil et ne reçoivent aucune allocation de subsistance bien qu'ils obtiennent des soins et médicaments gratuitement dans les hôpitaux gérés par la Croix rouge Camerounaise. Les réfugiés urbains ne jouissent que d'un droit d'asile temporaire et vivent généralement dans les grandes villes métropoles telles que Yaoundé, Douala, Bafoussam, Garoua, Bouéa, et Maroua.

- Réfugiés ruraux

Contrairement aux réfugiés urbains, les réfugiés ruraux sont des personnes ayant choisi de s'installer en zone rurale à cause de leurs fonctions. Selon Ben Issa (1974), ce sont généralement des personnes qui n'ont jamais quitté leur village natal, qui ne savent ni lire ni écrire et qui sont réticents à toutes tentatives de transformations de leurs coutumes (habitats, alimentations, habillements). Ils n'ont généralement pas les mêmes problèmes que les réfugiés urbains. En effet, du fait de lien familial et des coutumes qu'ils ont avec la population du pays d'accueil, ils sont vite intégrés dans la communauté qui met des terres et du matériel de construction à leur disposition. Parfois ils sont installés dans les camps construits, isolés de la population locale et loin des frontières. Ces camps sont placés sous le mandat du HCR. Ces derniers sont en majorité sous scolarisés, vivent dans la précarité, dans la promiscuité et dans les camps de concentration donc c'est la lutte de la survie qui prône.

Le Cameroun a en son sein un grand nombre de camps d'accueil en charge des réfugiés. La crise centrafricaine et les menaces terroristes orchestrées par la secte islamiste Boko Haram ont depuis 2014 impulsé un mouvement des populations à la recherche de sécurité au Cameroun pays limitrophe de ces pays. Ce flux massif de populations sinistrées par les conflits a contraint la communauté internationale suivant les conventions internationales relatives à ce type de personnes de créer les camps pour abriter ces personnes.

Avec l'appui du HCR et les ONG le Cameroun a créé au courant de ces trois dernières années huit camps :

- Le camp de Minawao dans l'Extrême –Nord
- Gam et Borgof dans l'Adamaoua
- Gado-Badzez, Timangolo, Mbile, Lolo et Ngari-Singo dans la région de l'Est.

Pour venir en aide à cette couche de population vulnérable, plusieurs organismes se sont mobilisés afin de favoriser leur épanouissement sur le plan sanitaire, nutritionnel, éducatif et professionnel.

2.2.1.4 Actions en faveur des réfugiés au Cameroun

La multiplication et la complexité des problématiques que posent l'afflux des réfugiés au Cameroun nécessitent une synergie d'actions. Dans cette optique, plusieurs acteurs participent à l'intégration et à l'autonomisation des réfugiés dans le monde plus particulièrement au Cameroun. Il s'agit entre autres des acteurs internationaux et des acteurs nationaux.

- Les apports des acteurs internationaux

Il est question dans cette partie de présenter d'une part les actions de l'UNHCR (Haut-commissariat des Nations Unies pour les réfugiés) et d'autre part sur les actions des autres ONG et organismes spécialisés des Nations Unies en faveur des réfugiés.

- Le HCR

Cet organisme a pour principal objectif la protection internationale des réfugiés car il veille au respect de leurs droits, de leur bien-être et assure l'application de la convention de Genève sur les réfugiés. En plus de cela, le HCR veille au respect du droit d'asile par les Etats et soutient les acteurs privés et publics qui œuvrent dans la mise en place des programmes d'aide aux réfugiés. Enfin, il élabore des solutions durables aux problèmes des réfugiés notamment le rapatriement librement consenti, l'interaction locale et la réinstallation dans un pays d'accueil.

Il fournit un abri et les infrastructures, assure le transport des réfugiés et offre les soins de santé de base pour ceux qui en ont besoin. Il distribue aussi à la nourriture et ce en collaboration d'autre organisme.

-Les organismes spécialisés des Nations Unis

Venir en aide aux réfugiés nécessite une action, une synergie des forces en présence pour des résultats plus efficaces et palpables. Dans cette perspective, le HCR travaille en coopération avec le PAM qui apporte une aide alimentaire aux réfugiés surtout à ceux des camps, l'UNICEF pour la prise en charge des femmes et des enfants, le PNUD, qui apporte sa contribution à la recherche des solutions durables aux problèmes des réfugiés. L'action des organisations des humanitaires, intergouvernementales comme l'organisation internationale pour les migrations, le comité international de la croix rouge, la fédération internationale des sociétés de la croix rouge et du croissant – rouge, le Plan Cameroun et l'OMS ne sont pas à négliger.

Les actions des acteurs internationaux sont renforcées par celles des acteurs nationaux

- Les actions des acteurs nationaux

Les multiples crises socio politiques, économiques et même écologiques permettent de dire qu'aujourd'hui, personne n'est à l'abri du risque de devenir un jour, « réfugié » au sens de la convention de l'OUA (Organisation de l'unité Africaine) en 1967. Conscient de cette situation, l'Etat et la société civile œuvrent aussi en faveur des réfugiés.

- L'Etat

C'est au cours des années 1980 que l'Etat camerounais a été sollicité pour venir en aide aux réfugiés par la création d'une délégation du HCR au Cameroun. Cette volonté s'est prolongée par la création des camps de réfugiés.

2.2.2 Revue critique de la littérature sur la résilience et le sentiment social chez les réfugiés.

A travers, les études sur la résilience, les chercheurs se servent des exemples de personnes qui ont pu surmonter l'adversité à laquelle elles ont été exposées sans se laisser anéantir par celle-ci. A cet effet, les spécialistes de ce concept insistent sur le fait que personne n'échappe à de grandes épreuves de la vie (Vanistendael & Lecomte, 2000), mais les personnes résilientes trouvent les moyens d'atténuer l'impact de ces épreuves en les intégrant dans leur vie (Poletti & Dobbs, 2001 cité par kayitesi, 2006 p.42). C'est dans ce contexte qu'on explique la variabilité de la résilience dans l'espace et dans le temps et selon les circonstances environnementales (Manciaux et al. 2001). Pour mieux comprendre ce

concept, nous allons faire un bref aperçu de son émergence à partir des écrits portant sur ce sujet. Par la suite, nous allons donner les différentes approches par lesquelles ce concept est appréhendé. Ensuite, nous allons énoncer les facteurs de la résilience qui est l'un des points phares de notre étude. Enfin, nous terminerons cette partie par la résilience comme un processus nécessaire pour la construction du sentiment social.

2.2.2.1 Origine et émergence de la résilience

Le concept de la résilience a fait son apparition il y a plus d'un siècle dans le domaine de la physique pour désigner la résistance des matériaux soumis à un choc (Charpy, 1901 cité par Séoud, 2013 p. 22). Plus tard, ce terme a été retenu par plusieurs disciplines, devenant ainsi un concept transdisciplinaire intéressant entre autres domaines : la psychologie, la médecine et les sciences infirmières. Provenant du latin, le mot est composé de « re » qui désigne un mouvement en arrière et de « salir » qui signifie sauter. Cela ne signifie pas « rebondir à la même place comme si rien ne s'était passé », mais « resauter » un peu à côté pour continuer d'avancer (Anaut, 2003).

Les premiers chercheurs qui ont considéré le concept de la résilience l'ont utilisé pour comprendre pourquoi certains enfants et adolescents, victimes de violence ou de traumatismes familiaux, s'adaptaient à leur situation, alors que d'autres en souffraient davantage. A cet effet, la première étude (Werner & Smith, 1982) a permis d'observer, sur plus de 30 ans, une cohorte de 600 enfants considérés à risque, nés en 1955 et vivant à Hawaï. En suivant leur développement, l'équipe des chercheurs a constaté que plus d'un tiers des enfants à haut risque était parvenu à l'âge adulte sans connaître de difficultés particulières. Ces enfants avaient entretenu des relations stables avec leur entourage, s'étaient engagés dans un travail et dans une relation maritale stable. Cette étude longitudinale a mis en évidence la résilience chez ces enfants et a montré que les caractéristiques personnelles ainsi que l'environnement familial et communautaire avaient un impact sur la résilience de ces enfants.

Les écrits sur la résilience montrent par ailleurs une limite conceptuelle reliée à l'absence d'une définition consensuelle et explicite de ce concept. En effet, la résilience a été décrite tour à tour comme une caractéristique personnelle (Garmezy, 1985), comme une capacité à réussir, à vivre et à se développer positivement (Vanistendael, 1998), comme un ensemble de qualités personnelles qui permettent à la personne de se développer (Connor & Davidson, 2003), comme un processus dynamique et modifiable (Luthar, Cicchetti & Becker, 2000; Jourdan- Ionescu, 2001; Ionescu, 2011 cité par Séoud, 2013 p.23) qui influence la

capacité de la personne à traiter, à survivre, à vaincre, à apprendre, à récupérer et même à s'adapter positivement face à l'adversité.

Les écrits tel que mentionnés, montrent des variations substantielles quant à la conceptualisation de la résilience Luthar & Cicchetti, 2000(cité par Séoud, 2013 p. 24). Parmi les limites conceptuelles identifiées, la nature de la résilience, à savoir si elle constitue un résultat ou un processus est aujourd'hui un sujet controversé. Lorsque la résilience est décrite en termes de résultat, sa relation avec l'adversité est davantage linéaire et modulée par des facteurs explicatifs. Quant à la résilience en tant que processus, elle est considérée comme étant davantage dynamique et implique des étapes qui s'étalent dans le temps.

Plus récemment et s'inspirant de la psychologie positive, la résilience a été définie comme étant à la fois un ensemble de caractéristiques personnelles de l'individu, un processus et un résultat. Elle s'inscrit dans une démarche d'apprentissage, d'*empowerment* et d'autodétermination à travers laquelle la personne réinterprète la signification d'une situation d'adversité et réoriente positivement le sens de sa vie afin de poursuivre son développement, tout en renforçant des facteurs de protection personnels ou environnementaux. Toutefois, la situation d'adversité est perçue comme un nouvel organisateur de ce développement.

La résilience a été associée à plusieurs autres concepts, entre autres l'*invulnérabilité*, l'*empowerment*, le *coping* et les facteurs de protection contre le stress. Elle s'en démarque néanmoins par son sens. Ainsi, l'*invulnérabilité*, considérée comme une caractéristique intrinsèque, permet d'éviter d'être blessé (Anthony, Chiland,& Koupernick, 1982, cité par Séoud, 2013, p. 25). Or, pour qu'il y ait résilience, il faut que la personne soit dans une situation de vulnérabilité.

Les notions d'*empowerment* et de résilience ont aussi été étroitement liées puisque l'*empowerment* signifie la croyance que les personnes, tant individuellement que collectivement, possèdent les capacités, ou peuvent les développer, pour effectuer les transformations nécessaires afin d'accéder à leur bien-être. L'*empowerment* fait partie intégrante du concept plus général de la résilience puisqu'il suppose des actions et une interaction entre la personne et son environnement, sans oublier certaines Caractéristiques personnelles tel le sentiment de compétence et l'estime de soi (Le Bossé & Lavalée, 1996 cité par Séoud, 2013,p.25). Les rapports entre la résilience et le *coping* sont toutefois plus subtils ; le *coping* ne répond qu'à une situation ou à un événement bien précis et n'implique pas un projet de vie au-delà de cette situation ou évènement (Manciaux, 2001). Le *coping* permet, au

moment même, de répondre au traumatisme et d'affronter le problème ; la résilience implique en plus, la construction et le développement en dépit des risques (Anaut, 2004). Le concept de Résilience va au-delà de l'adaptation puisque la personne résiliente continue de se développer après s'être adaptée. Quant aux « facteurs de protection », ils diffèrent de la résilience puisqu'ils sont présents chez la personne et agissent tout le temps, alors que la résilience ne s'active qu'en présence de problèmes (Mc Cubbin, 2001 ; cité par Omolomo, 2016).

Enfin, malgré l'absence de définition consensuelle, les auteurs sont unanimes quant à certaines des caractéristiques de la résilience. Elle implique une exposition à un contexte d'adversité et une adaptation positive se manifestant par une évolution malgré les risques encourus et les obstacles au développement. Elle englobe deux notions fondamentales : l'apprentissage et l'évolution. Elle est l'art de s'adapter aux situations adverses en développant des capacités (Anaut, 2003).

2.2.2.2 Différents sens et utilisations de la résilience

L'intérêt que revêt la résilience pour les chercheurs amène plusieurs perspectives qui chevauchent autour de ce concept tout en le complétant. Les différentes approches que porte cette notion sont, entre autres, la résilience comme équilibre, la résilience comme processus dynamique et non pérenne, la résilience comme un trait de personnalité, résilience comme capacité, la résilience comme propriété (Anaut, 2003 ; Lighezzolo & De Tychey, 2004).

❖ Résilience comme équilibre

Werner (cité par Anaut, 2000), précise que la résilience peut varier en fonction des conjonctures, de l'âge, voir même du genre. Les individus résilients ne sont pas dans toutes les circonstances, leur équilibre se construit sur les bases qui sont à la fois internes ou bien personnelles et externes, c'est-à-dire environnementales, dans une dynamique interactionniste. Anaut (2003, p.45), soutient ses propos comme suit : « chez les enfants comme chez l'adulte, la résilience résulterait d'un équilibre mettant en jeu l'interaction dynamique entre les facteurs de protection présents chez le sujet lui-même, mais également dans son environnement social et familial (système éducatif et relation sociales et affectives extrafamiliales) ». Fortin et Bigras cités par Anaut(2003), poussent plus loin la compréhension de la résilience comme équilibre en précisant que celle-ci découle d'un équilibre entre les facteurs de risque et les facteurs de protection face aux événements stressants ou aux traumatismes.

❖ **Résilience comme processus dynamique adaptatif**

Dans la perspective développementale, le processus de résilience, le processus de résilience n'est jamais totalement acquis, mais qu'il serait modulable en fonction de l'évolution du sujet au cours de son développement. Ainsi, la résilience pourrait se développer à différents stades de la vie du sujet et serait soumise à la temporalité et aux fluctuations de l'existence. Donc, la résilience semble ne pas être un processus permanent, acquis de façon stable et persistante. Elle se construit et peut être variable suivant les contextes environnementaux et les circonstances de la vie, tels que la nature des traumatismes, les contextes, la culture et les étapes de la vie (Manciaux et al. 2001 ; Vanistendael & Lecomte, 2000).

❖ **Résilience comme capacité d'adaptation**

La résilience telle que définit par Vanistendael et Lecomte (2000), est une capacité qu'ont certains individus à surmonter les obstacles, les conditions difficiles et à poursuivre le cheminement normal de la vie. Dans cette perspective, la capacité correspond à la possibilité de réussite dans l'exécution d'une tâche. Cette capacité de résilience individuelle, familiale et environnementale. Être mesurée et éventuellement stimulée par les actions éducatives ou thérapeutiques (Kenmegne, p61). Ainsi, considérer la résilience comme capacité résulterait de l'interaction entre le sujet et l'environnement. Anaut (2003), voit en cette capacité une aptitude permettant à l'individu de percevoir et d'agir sur son environnement de manière significative.

❖ **Résilience comme trait de personnalité**

Certaines recherches définissent la résilience à partir des traits de personnalité que possèdent la plupart des individus dits résilients. Cette approche de la résilience s'appuie sur les données proches de celles qui ont traité des procédures ou des stratégies d'ajustement ou de coping. De ces procédures découle la forme de résilience appelée « ego-resiliency » définie comme «la capacité d'adaptation aux circonstances variables et aux contingences environnementales, l'analyse du niveau de correspondance entre les exigences situationnelles et les possibilités comportementales, et l'utilisation souple du répertoire disponible de stratégies de résolution de problèmes » (Block et Block, cités par Anaut, 2003, p.46). Parmi les caractéristiques d'une personnalité résiliente, nous pouvons retenir celles de Klohn (cité par Lighezzolo & De Tychey, 2004) dont :

- La possibilité d'être heureux et satisfait, en donnant une direction et un sens à sa vie ;
- La capacité à s'engager dans un travail productif, associant compétence et maîtrise de l'environnement ;
- Une sécurité émotionnelle liée à une perception réaliste favorisant l'acceptation de soi et celle d'autrui.
- La capacité à nouer de bonnes relations avec les autres, incluant cordialité, chaleur et respect.

Lighezzolo et De Tychey (2004) mentionnent que ces traits de personnalité laissent évoquer la notion de tempérament. Ainsi, à partir des traits de caractère, tels que l'estime de soi, l'autonomie, l'orientation sociale positive, on parlera de tempérament résilient.

❖ **La résilience comme processus non pérenne**

En ce qui concerne la pérennité de la résilience, il apparaît selon certains auteurs que la résilience n'est jamais absolue, totale, acquise une fois pour toutes mais varie. Suivant les circonstances, la nature des traumatismes, les contextes et les étapes de la vie ; elle peut s'exprimer de manière très variée selon les différentes cultures (Manciaux et al, 2001, cités par Anaut 2003 p.48). En effet, la résilience est la capacité qui résulte d'un processus dynamique évolutif au cours duquel l'importance d'un traumatisme peut dépasser les ressources du sujet. Les circonstances, les contextes, la nature des agressions et les étapes de la vie influencent la capacité de résilience. D'où l'expression « *de trajectoire* » de la résilience (Koninck & Teneau, cité par Kenmegne, 2015 p.52).

A la lumière de ces différentes perspectives du concept de résilience, on note une complémentarité, sans qu'il y ait, pour autant, un consensus. Pour notre étude, nous retenons la définition de Cyrulnik (1999, p.10) qui stipule que la résilience se présente comme étant « *la capacité de réussir, à vivre et à se développer positivement de manière socialement acceptable en dépit du stress ou de l'adversité qui comportent normalement le risque grave d'une issue négative* ». Anaut(2003, p.2) renforce cet avis en déclarant : « *la résilience est la capacité à sortir vainqueur d'une épreuve qui aurait pu être traumatisante, en dépit des risques, avec un ressaisissement de soi* ».

Par la suite, nous désirons comprendre davantage ce qui permet à certains réfugiés d'être résilients, manifestée, entre autres, par la capacité à s'adapter et ce, malgré la rupture avec le cadre traumatique qui est leur pays d'origine. C'est dans ce contexte que se situent les facteurs de résilience qu'il nous faut expliciter.

2.2.2.3. Facteurs de résilience

Les facteurs de résilience font référence à l'ensemble des moyens que les réfugiés utilisent pour résister face aux situations aversives de la vie afin de s'adapter. Pour que le réfugié soit résilient il vaudrait qu'il développe un ensemble de stratégies. Pour comprendre le développement de la personne vivant dans des situations d'adversité (Delage, 2008), les chercheurs se sont d'abord intéressés à la résilience individuelle, considérée aussi comme étant la résilience intra-individuelle (Anaut, 2003). Plus tard, le concept de résilience familiale s'est développé pour décrire la capacité développée au sein d'une famille, elle-même éprouvée, à soutenir et à aider un ou plusieurs de ses membres victimes de circonstances difficiles, malgré un environnement adverse auquel l'ensemble est soumis (Delage, 2008). Le concept de résilience communautaire a par ailleurs été invoqué surtout en Amérique latine et dans les sociétés où l'appartenance à un groupe est culturellement valorisée lors des crises ou des catastrophes collectives.

Elle constitue le résultat d'une interaction entre les différents partenaires communautaires et se manifeste à travers la solidarité, l'action collective et les liens sociaux (Kulig, Edge, & Joyce, 2008 cité par Séoud, 2013 p.26). La résilience familiale et la résilience communautaire sont considérées comme étant la résilience interindividuelle (Anaut, 2003). Qu'il s'agisse de résilience individuelle, familiale ou communautaire, la résilience permet un ajustement à l'adversité et un rebondissement qui s'accompagne d'une croissance et d'un apprentissage positif.

Leur apparition entraîne un ensemble de réponses en vue de maintenir ou préserver l'homéostasie ou encore protéger l'intégrité biopsychosociale du sujet. Ces facteurs peuvent être personnelles, familiales et environnementales (groupales ou communautaires).

2.2.2.3.1 Facteurs individuelles

La première vague de recherches sur la résilience s'est centrée sur les caractéristiques individuelles retrouvées chez les personnes, notamment les enfants, qui parvenaient à un développement satisfaisant en dépit des adversités vécues. Celles-ci se sont d'abord focalisées sur leurs compétences individuelles ou les traits de personnalité (Garmezy et al., 1984). L'approche écosystémique a par la suite permis de mettre en évidence le rôle important de la famille et de l'environnement dans le processus de résilience Jourdan-Ionescu et al., 1998 ; Kirnchi & Schaffner, 1990 ; Rutter, 1993(cité par Omolomo, 2016 p.49). Plus tard, les recherches se sont étendues aux adultes Bekaert et al., 2012 ; Connor & Davidson,

2003 ; Hjemdal et al., 2011 ; Masten & O'Dougherty Wright, 2010 ; Reich, Zautra, & Hall, 2010 ; Wagnild & Young, 1993(cité par Omolomo, ibid.). La plupart des chercheurs ayant opérationnalisé la résilience en vue de sa mesure chez l'adulte ont mis en évidence cette dimension de compétences. Celle-ci comprend, en nombre variable chez ces différents auteurs, les caractéristiques individuelles suivantes: la confiance en soi, l'estime de soi, l'ouverture, l'humour, la flexibilité, l'image de soi, l'intelligence, la persévérance, l'endurance, l'optimisme, la détermination, l'anticipation, l'attachement, la créativité, la perspicacité, l'autonomie, la gentillesse, l'espoir, l'honnêteté et la capacité à susciter la compassion des autres Bekaert et al., 2012; Connor & Davidson, 2003; Hjemdal et al., 2011 ; Hurtes & Allen, 2001; Ionescu, 2015; Jew, Green, & Kroger, 1999; Wagnild & Young, 1993, (cité par Omolomo, ibid. p, 51).

Seligman (2012) rapporte qu'un acte de gentillesse est capable à lui seul de générer une augmentation passagère du bien-être avec une plus grande fiabilité que tout autre exercice testé jusqu'ici pour lutter contre la mauvaise humeur. Cet auteur soutient également que l'estime de soi, la vitalité, l'autodétermination et l'optimisme sont essentiels au bien-être. Ryan et Deci (2000) cité par Kayitesi(2006), en se basant sur leur théorie de l'autodétermination, soutiennent que les besoins de compétence, d'appartenance et d'autonomie sont fondamentaux pour un fonctionnement optimal et pour une construction du bien-être individuel et social. Ces deux auteurs soutiennent qu'un environnement social qui donne une compétence, mais qui ne parvient pas à promouvoir l'appartenance (identification, intégration, participation sociale) produit un appauvrissement du bien-être individuel et social. Parmi ces caractéristiques, Anaut (2003) mentionne le tempérament et les aptitudes cognitives. À leur tour, Manciaux et al. (2001) mentionnent que les facteurs de protection propres au sujet résilient sont l'estime de soi, la sociabilité, le don d'éveiller la sympathie, un certain sens de l'humour, un esprit d'anticipation et de planification, un projet de vie. A ces facteurs, Vanistendael et Lecomte (2000) ajoutent la capacité de trouver un sens à la vie, aspect lié à la vie Spirituelle et à la religion, des aptitudes et le sentiment de maîtrise (au moins un peu) de sa vie, l'amour-propre, le sens des responsabilités, l'engagement et l'empathie.

D'autres stratégies qu'on retrouve chez une personne résiliente sont des compétences sociales, des capacités à résoudre des problèmes, une certaine autonomie, un sens de l'avenir avec une orientation et des objectifs Bernard, 2004 ; Ehrensaft & Tousignant, 2001 (cité par kayitesi, 2006). Un autre élément qui peut favoriser la résilience est en lien

avec la réaction de l'enfant quand il a été abandonné par ses parents. Hanus (2001, p.77) souligne que c'est suite aux sentiments d'infériorité, de honte et de culpabilité causés par cet abandon que l'enfant va devenir résilient avec une grande force. L'auteur donne l'exemple de Monsieur Thorez qui fantasmaient sur le fait de pouvoir dire à son père qui l'avait abandonné « vous m'avez renié, et regardez ce que je suis devenu ». Cette résilience a une forme de revanche, de vengeance. Par ailleurs de nombreux auteurs ont abordé les stratégies personnelles chez les réfugiés. Ces ressources personnelles peuvent favoriser l'expression de la résilience chez les demandeurs d'asile. D'abord, le fait d'avoir un système de croyances, qu'il soit religieux, spirituel ou politique, peut permettre de tirer un sens au trauma vécu (Matheson et al., 2008, dans Gladden, 2012 cité par Lacroix-sarradet 2014, p.13).

Donner un sens à l'expérience peut également favoriser l'espoir par rapport au futur, en amenant la personne à recadrer ses pensées plus positivement (Farwell, 2009, dans Gladden, 2012 cité par Lacroix, ibid.). Par exemple, chez les réfugiés africains, il semble exister un sentiment de continuité familiale lorsqu'une personne de la famille reste en vie malgré les pertes d'autres membres de celle-ci. D'autres stratégies sont décrites par Peterson (2012), notamment l'apprentissage d'une nouvelle langue pour s'intégrer à la société d'accueil et transmettre son histoire aux autres générations pour la conserver. Certaines variables de la personnalité semblent également jouer un rôle dans l'adaptation des demandeurs d'asile, par exemple la patience et l'autocontrôle (Farwell, 2001, dans Gladden, 2012) cité par Lacroix-sarradet (2014, p.13).

Au niveau comportemental, plusieurs stratégies émergent d'une étude auprès de jeunes réfugiés, notamment prier, dormir, penser à ses amis et jouer à des jeux pour ne pas penser au passé. Pleurer, marcher, faire de la relaxation, s'auto-analyser, écouter de la musique, lire et écrire sont d'autres stratégies mentionnées par des réfugiés adultes Behnia, 2004(cité par Lacroix-Sarradet, ibid.).

2.2.2.3.2 Facteurs familiaux

Plusieurs des éléments sont susceptibles de favoriser la résilience, les chercheurs dans ce domaine mettent l'accent sur le rôle de la relation d'attachement. Cet attachement constitue en grande partie les ressources internes de l'individu. Cyrulnik (2003) explique que les ressources internes, sont celles qui ont été imprégnées au cours du développement par une figure d'attachement : un objet hyper signifiant, l'objet maternel quelle que soit la figure d'attachement : mère, père, autre femme, autre homme, etc. L'auteur

souligne que si cette figure d'attachement a permis à l'enfant d'acquérir un attachement confiant, qui a créé une stabilité interne avant le fracas, cela va devenir une ressource interne. Cette ressource permet, quand il y a un événement traumatisant qui survient dans la vie de l'enfant, d'affronter le coup et de rebondir après le traumatisme. Il souligne que si l'attachement confiant a été imprégné, cet enfant ou cet adulte, lors du traumatisme sera en mesure d'aller chercher autour de lui la figure d'attachement ou la personne qu'il transformera en figure d'attachement. Si l'individu trouve autour de lui une autre personne qui accepte de se laisser transformer en figure d'attachement, la métaphore du tricot qui signifie la relation affective de l'adulte envers l'enfant ou l'adulte blessé, permettra de tutoriser le blessé et de rendre possible la résilience.

Quand les parents ou d'autres adultes offrent un attachement confiant à l'enfant, ils contribuent de façon significative à la construction de la résilience. Cette importance du rôle d'attachement est soulignée par Vinay, Esparbès et Tap (2000), Cité par Kayitesi (2006, p.41), qui stipulent que l'attachement est une base de sécurité qui permet au sujet de se socialiser et de construire sa propre identité, dans un mouvement d'autonomisation lui permettant de se réaliser en tant que personne. Benard (2004), abonde dans le même sens et met en évidence trois éléments du milieu familial susceptibles de favoriser la résilience, en ce sens qu'ils permettent à l'enfant de devenir autonome et responsable. Il s'agit d'une relation de soutien de la part des parents, des attentes élevées vis-à-vis de l'enfant et les opportunités qui lui sont offertes de participer et de contribuer à la vie de son milieu.

Anaut (2003) donne d'autres indicateurs familiaux qui sont en mesure de jouer un rôle protecteur. Elle mentionne, entre autres, la chaleur humaine, la cohésion et l'harmonie familiales qui sont susceptibles de favoriser la résilience. Bernard (2004), Vanistendael et Lecomte (2000) ajoutent des éléments du milieu familial ou extrafamilial qui jouent un rôle crucial dans le développement de l'enfant et par la suite dans la construction de la résilience. Il s'agit de l'amour, de l'acceptation fondamentale, de l'empathie, de la confiance que l'enfant reçoit de son entourage et vice versa. Baddoura (1998, p.81), donne l'exemple des enfants qui ont traversé la guerre au Liban. Il souligne que dans cette période, les enfants bien entourés par leurs familles ont nettement moins souffert des horreurs de la guerre que ceux qui n'avaient pas bénéficié de cette protection. Il mentionne que dans cette situation, la famille a été considérée comme un puissant amortisseur contre les chocs psychiques pour les enfants. Il indique que les facteurs protecteurs de l'enfant, durant les périodes de stress, résident dans la qualité du milieu familial et que « c'est dans la mesure où il rompt l'étayage parental que

l'événement provoque une perturbation chez l'enfant ». Dans la même perspective, Cyrulnik (2001) donne l'exemple des enfants qui ont vécu les bombardements de Londres en 1942. Il mentionne que ces enfants n'avaient pas eu de troubles quand ils étaient entourés des familles sereines, mais que lorsqu'ils étaient entourés par des adultes anxieux, et où les morts empêchaient la mise en place de la résilience, une grande proportion des enfants manifestait des troubles parfois graves. Il affirme que c'est la manière dont les figures d'attachement traduisent la catastrophe en exprimant leurs émotions qui calme l'enfant ou l'affole. L'importance de la famille dans le développement de la résilience reste de grande importance même si on n'ignore pas que c'est aussi dans la famille que les enfants peuvent subir toutes sortes de maltraitance et d'abus (Vanistendael & Lecomte, 2000).

2.2.2.3.3 Facteurs extra familiaux

En plus de la famille et des caractéristiques individuelles, la construction de la Résilience est favorisée par le soutien social que l'individu reçoit des personnes qui lui font confiance et en qui il a confiance (Benard, 2004 ; Vanistendael & Lecomte, 2000). Ce sont ces personnes que les chercheurs dans le domaine de la résilience appellent des véritables tuteurs de résilience (Manciaux et al. 2001). Dans ce contexte, Anaut (2003) mentionne que les facteurs extrafamiliaux peuvent provenir par exemple d'un riche réseau social de pairs, de professeurs ou de travailleurs sociaux. Dans le même ordre d'idées, les études sur les facteurs de protection ont démontré que « le réseau de soutien social de l'adulte constitue un facteur de protection très efficace contre les situations stressantes » (Jourdan et al. 1998 cité par Kayitesi, 2006, p. 46).

Vanistendael et Lecomte (2000) soulignent qu'au cœur de ces réseaux sociaux, il doit y avoir l'acceptation inconditionnelle de l'enfant en tant que personne. Ils font mention d'une rencontre fortuite parmi les éléments susceptibles de favoriser la résilience. Cette rencontre se fait entre le blessé et une autre personne qui croit en la valeur du premier, au-delà des symptômes et des comportements apparemment mauvais, ce qui permettrait de développer la résilience. Pour ce cas, Vanistendael et Lecomte (2000) ont donné l'exemple d'un ex-enfant de la rue qui a répondu comme suit quand on lui a demandé ce qui l'avait incité à abandonner ce lieu : « *beaucoup de facteurs ont joué un rôle, mais j'ai vraiment pris un tournant à partir du jour où un homme, un éducateur de rue, m'a fait comprendre qu'il croyait réellement en moi. Il a su reconnaître mes possibilités réelles, au-delà de mes problèmes apparents de comportement* » (Vanistendael & Lecomte, 2000, p.41). Ce sont ces personnes que les chercheurs dans le domaine de la résilience appellent des véritables tuteurs

de résilience (Manciaux et al. 2001). Dans ce contexte, Anaut (2003) mentionne que les facteurs extrafamiliaux peuvent provenir par exemple d'un riche réseau social de pairs, de professeurs ou de travailleurs sociaux.

À leur tour, Ehrensaft et Tousignant (2001), cité par Kayitesi (2006, p. 49), mettent en évidence le rôle de différents niveaux de l'écologie sociale (famille, quartier, communauté, société, culture). Ils indiquent, en citant l'étude d'Eldebour (1993), qu'au niveau de l'entourage la présence d'une communauté culturelle d'appartenance, l'idéologie politique, les croyances religieuses, et les attitudes envers la violence peuvent favoriser la résilience. Ils soulignent également le rôle protecteur de la mémoire collective dans la résilience face aux traumatismes. Ils donnent en exemple des adolescents réfugiés rwandais pour qui la mémoire collective émerge comme un élément primordial dans le développement du sens et de la résilience face aux traumatismes du génocide et de guerre. Ils remarquent que l'on ne peut être résilient, seul, sans la présence d'un environnement qui vise à rétablir un équilibre à la suite d'une rupture.

Ces facteurs de résilience permettront aux réfugiés de faire face aux difficultés d'adaptations de leur nouvel environnement. Si le sujet traumatisé élabore les stratégies personnelles, a du support familial et groupal (extrafamilial) ceci va le pousser à surmonter les conditions de vie difficiles, à rebondir et d'aller de l'avant malgré les difficultés d'adaptation.

2.2.2.4. Difficultés d'adaptation chez les réfugiés

Les réfugiés à leur arrivée dans le pays d'accueil sont confrontés à des difficultés potentielles, notamment sur le plan psychologique, social, et même familial. Ces difficultés s'exercent dans l'ensemble des sphères où celui-ci évolue et constituent des obstacles à son adaptation dans son parcours de vie ce qui rend leur résilience difficile voire même impossible. Ces problèmes, sont liés directement à la dignité humaine et sont au centre de plusieurs travaux de recherche. En effet, ce phénomène a suscité beaucoup d'investigations et de nombreux auteurs lui ont consacré certains de leurs travaux dans le but d'en dresser un bilan et d'interpeller à la prise de conscience humaine. Nos investigations nous ont permis de noter l'abondance des travaux sur les difficultés d'adaptations. Toutefois nous avons pu inventorier quelques-uns.

La plupart des chercheurs ont abordé les difficultés d'adaptation chez les réfugiés en vue de présenter les obstacles auxquels ils font face. Les difficultés vécues

résultent souvent de l'effet cumulatif de plusieurs facteurs de risque. La détresse reliée au vécu de la migratoire difficile, combinée à la précarité du statut et à la difficulté d'accès aux ressources adéquates qui en découlent compromettent doublement l'adaptation des réfugiés. Lacroix-sarradet (2014), montre dans la sphère familiale on retrouve des sentiments de disempowerment et de dévalorisation notamment à travers la perte des rôles familiaux et l'impression d'être incapable de protéger sa famille, également le deuil prolongé ; la séparation forcée des membres de la famille compromet l'unité familiale et une faible cohésion familiale et un manque de support parental sont liés à des difficultés d'adaptation. Ces choses perdues par les réfugiés dans leurs pays d'origine et qu'ils désirent retrouver à nouveau aurait un impact sur le processus d'adaptation et sur leur volonté et leur l'effort d'intégration (Ridjanovic, 2007).

Les facteurs responsables de L'immigration provoque chez les jeunes réfugiés un bouleversement des processus sociaux et engendre des difficultés à s'adapter à un nouveau système éducationnel et à une nouvelle langue car pour eux, elle est source de stress dû à l'acculturation et peut entraîner une marginalisation sociale ceci à une période cruciale du développement personnel. D'un autre point de vue les difficultés liées à l'adaptation des réfugiés sont pour la plupart des chercheurs liés à l'apprentissage de la nouvelle langue, le manque de motivation lié à l'absence d'emploi, l'isolement et la pauvreté du support social, le manque d'encadrement (Diallo et al., 2007 ; Lacroix, 2000 ; Gost- Unswort et al. 1998, cité par Perreault 2000). Une autre explication intéressante a été abordé auprès des réfugiés et des immigrants il s'agit du choc culturel produit par l'immigration qui pourrait engendrer une réaction d'adaptation qui comprendrait plusieurs phases, caractérisés par la tristesse, la peur ou l'absence de confiance ainsi que la confusion et le déficit dans leurs capacités à effectuer la discrimination des stimuli (Habimana et al., 2000 ; Al-Issa, 1997).

A côté d'eux, d'autres estiment que le fait d'immigrer engendre une rupture des réseaux et des liens sociaux, ainsi qu'une transition du système socioéconomique et culturel à un autre. Ce qui amène, les réfugiés abandonner leur communauté, leur amis et les membres de leur famille étendue, qui sont pour eux des sources importantes de soutien émotionnel et financier. A leur arrivée, ils peuvent se heurter à de multiples défis d'adaptation, comme les processus relatifs à l'intégration, les changements de rôle et identité et de discrimination, le chômage, le sous-emploi, la perte de leur statut social, aux difficultés liés à l'apprentissage de nouveau code de conduite, à l'incertitude face à l'avenir, au racisme

(Robert et al., 2012 ; Kimayer et al., 2010). Ces facteurs peuvent nuire au bien être psychologique et conduire à une faible estime de soi ou à la dépression.

Newbold (2005), postule qu'il existe de multiples obstacles à l'accès aux systèmes médicaux auxquels peuvent être exposés les immigrants et les réfugiés après leur arrivée dans le pays d'accueil il s'agit ici du manque de reconnaissance du système médical ou un malaise face au système médical. Ceci peut constituer un défi important pour les immigrants et les réfugiés. Beiser (1990) quant à lui montre que deux des stress post migratoire les plus communs et puissants seraient le manque d'emploi et la séparation d'avec la famille et les réfugiés qui vivent séparés de leur famille auraient un niveau de détresse plus élevé et souffrirait davantage de dysfonctionnement social que les réfugiés vivant avec leur famille ou vivant proche de celle-ci. Gakuba, 2001 ; Alvarado, 1991; Bahi et al., 2013, pour leur part ont fait le constat selon lequel les problèmes psychologiques des réfugiés résident non seulement dans les expériences traumatisantes vécues avant le départ du pays d'origine, mais elles sont aussi liées aux difficultés d'adaptation dans le pays d'accueil tel que la situation d'attente de statut de réfugiés, le manque de langue, la peur d'être expulsé et le rituel de deuil incomplet sont à l'origine de la dépression des jeunes, de leur solitude, de leur blocage de pensée et de leur sentiment de culpabilité.

Pour certains auteurs les difficultés d'adaptation sont liées aux changements physiques (nouveau milieu, nouvel habitat), de changements biologiques (nouvelle alimentation, nouvelles maladies, métissages), de changements politiques (pertes d'autonomie), des changements économiques (emploi, santé), de changements culturels (langue, la religion) et des changements sociaux (nouvelles relations interindividuelles et intergroupes). Ils mentionnent également les changements psychologiques durant et après l'acculturation concernent aussi l'identité personnelle, les attitudes, les habilités, les motivations. Ils concluent que ces changements se manifestent sous formes de problèmes psychologiques : confusion identitaire, le stress d'acculturation qui se manifestent par des problèmes de santé mentale, de marginalisation et d'aliénation (Gakuba, 2009 ; Hasrouny, 2013 ; Muhwezi, 2004, Robert et al. 2012). Les obstacles liés à l'accès d'emploi des réfugiés sont les interdictions et les restrictions légales dans le marché du travail, la discrimination à l'embauche en raison de l'origine, le manque de compétences linguistiques, le manque d'information sur le marché de l'emploi, le manque de connaissance des diplômes, l'absence de soutien à activer pour la recherche d'emploi, La frustration liée au marché de l'emploi d'où

la difficulté notable pour les immigrants et les réfugiés de se trouver des emplois satisfaisants et valorisants (Ezéchiel, 2006 ; Geber, 2008).

Les travaux des auteurs sus cités nous permettent de comprendre que divers facteurs peuvent interagir dans le processus d'adaptation chez les réfugiés. D'une part, l'adaptation des réfugiés peut être influencée par les composantes intrinsèques de la victime et d'autre part par les composantes extérieures auxquelles ceux-ci peuvent recourir. Outre cela, ces auteurs ont pour la plupart relevé que ce sont les facteurs pré- migratoires tels que les tortures, les viols et les guerres ; ainsi que les facteurs migratoires témoignant d'une détresse psychologique dont les pertes de statut social et professionnel, l'éloignement familial, les changements de contexte socio-économique et culturel. Par ailleurs les facteurs post migratoires comme la pauvreté, le manque d'emploi, le racisme, le manque de support social et familial, la peur d'être chassé du pays d'accueil, le déficit dans leur capacité à effectuer la discrimination des stimuli, les conflits linguistiques, les chocs culturels, l'absence des soins de santé et de prise en charge par les accompagnateurs sociaux seraient à l'origine des difficultés d'adaptation au nouveau pays d'accueil, les effectifs pléthoriques dans les camps, l'insécurité alimentaire, difficultés liées à la sécurité, l'insuffisance du financement de la part gouvernement.

Cependant, ces travaux nous ont conduits à nous positionner. Ceci étant, nous les avons abordées en leur attribuant une orientation un peu plus particulière en ce sens ces auteurs se sont penchés uniquement sur les difficultés d'adaptation et santé mentale chez les réfugiés. Sans toutefois rejeter ces difficultés proposées par ces auteurs nous cherchons à comprendre le pourquoi et comment malgré ces difficultés d'adaptation certains réussissent à rebondir, à aller de l'avant. Ainsi, nous voulons montrer que leur capacité à s'adapter est dû à la mobilisation d'un certain nombre d'éléments. Car nous avons remarqué que les réfugiés parvenaient à résilier malgré les difficultés rencontrées dans leur nouvel environnement tout simplement parce qu'ils arrivent à trouver en eux et en l'environnement des stratégies qui pourront leur permettre de surmonter les traumatismes de la rupture pour pouvoir aller de l'avant. En effet, les réfugiés semblent avoir trouvé en eux et en la société des éléments susceptibles de les rendre plus résilient. Ainsi, la résilience avant d'être un processus individuel, nécessite cependant une mobilisation d'un certain nombre d'éléments externes à l'individu (familiaux et extra familiaux). C'est suite aux études menées que nous nous sommes proposés de voir comment la résilience (familial, individuel et social) pourrait favoriser la construction du sentiment social chez les réfugiés étant donné que le sentiment

social n'est que la résultante des interactions entre l'individu, la famille et la communauté dans laquelle il vit et appartient. Ceci étant, le réfugié ne peut s'épanouir et s'identifier aux autres que s'il parvient à surmonter ces situations, à s'adapter à la nouvelle société pour pouvoir s'insérer afin de jouer un grand rôle dans ladite société d'accueil. Et si son sentiment social est mal géré va s'en suivre des complexes d'infériorité et de supériorité et des difficultés d'insertion.

2.2.2.5 Sentiment social

L'homme est par nature un « animal social et politique ». Il est naturellement fait pour vivre en société. La fin ultime de son existence étant de ne se définir qu'en société. Celui-ci ne peut vivre et s'épanouit qu'au milieu de ses semblables. Ceci étant, il éprouve naturellement le besoin de rechercher le lien avec ses semblables. *« Ceci est nécessaire pour réguler ses émotions, pour apaiser les circonstances stressantes de son existence et même pour mieux penser et donner sens à sa vie »* (Delage, 2009 p.88).

L'individu manifeste le désir de rechercher le contact avec les autres car ceux-ci sont considérés comme des protecteurs ; ce n'est que grâce à son semblable que l'individu éprouve le besoin de vivre, d'appartenir à un groupe social et parvient à résister aux difficultés de la vie. Aucun individu ne saurait vivre en autarcie par conséquent il gagnerait à se rapprocher des autres pour pouvoir comparer ses comportements et ses attitudes à ceux de ses semblables afin de les ajuster, réguler ses émotions ainsi que les tensions. Ainsi, Mayi (2009, p.102), explique : *« on ne peut pas être heureux si on n'a pas le sentiment d'appartenir à une communauté, à une société, à un tout, un individu épanoui aidera l'autre à s'épanouir »*.

L'attraction que l'individu éprouve pour un autre lui permet de construire son sentiment social car le sentiment social résulte de l'interaction entre le sujet lui-même, son environnement immédiat et lointain. La famille en l'occurrence la mère est considérée comme le principal socle de la construction du sentiment social car elle forme la personnalité de l'individu et c'est aussi grâce à la famille que l'individu intériorise les normes et les valeurs de la société. En plus de la famille nous avons l'école considérée comme le premier agent de socialisation est un facteur crucial de la construction du sentiment social en ce sens qu'elle favorise l'insertion sociale. Allant dans le même sens, Adler questionne le sujet dans ses relations interpersonnelles, interindividuelles, il se retrouverait dans toutes les circonstances de la vie sociale en impliquant des liens entre les personnes. *« Aucune des circonstances de*

notre vie ne peut se passer du sentiment social. J'ai fait allusion précédemment aux fonctions des organes de sens. Là, le sentiment social de l'enfant se manifeste dans ses rapports avec la famille, avec ses frères sœurs. Lorsque l'enfant commence à fréquenter l'école, il est éprouvé quant au degré de son sentiment social. Au moment où apparaît les camaraderies surgit la question : jusqu'à quel point tu as développé ton intérêt pour les autres » (Mayi,2009, p.104).

Cependant, autrui peut être soit le facilitateur de la construction du sentiment social soit un obstacle à celle-ci. Si elle est absente ou bien ne joue pas son rôle le sujet va développer un mauvais sentiment social ce qui va entraîner chez lui des complexes, des méfiances, de haine vis-à-vis de soi-même, d'autrui également des difficultés à se rapprocher des autres, d'exercer des activités socio professionnelles pour tout dire il éprouvera des difficultés d'intégration et d'insertion. Ainsi donc Adler cité par Mayi (2009, p.120), souligne : *qu'à de nombreux moments, et chez de très nombreuses personnes, une qualité négative du sentiment social rend compte des difficultés d'insertion sociale, des attitudes de misanthropie (de solitude) et de misogynie, des comportements d'aliénation de son partenaire, de ses collègues, de sa progéniture.* Si le sentiment social n'est pas développé apparaît soit le complexe d'infériorité soit le complexe de supériorité. Certaines personnes, en effet, se réfugient dans le mépris des autres et la recherche du pouvoir pour palier leur sentiment d'infériorité.

2.2.2.6 Les réfugiés face au traumatisme

Les réfugiés ont subi de nombreux traumatismes car ils sortent des situations effroyables, avec des effets marquant sur leur esprit. Ils sont polytraumatisés chaque étape de leur voyage se faisant au péril de leur vie. Or quand ils arrivent, ils se retrouvent confrontés à une absence d'accueil. Ils ont le sentiment d'arriver dans un espace sans avenir. Cela vécu comme une violence de plus, réactualise toute celle qu'ils ont déjà subie. Figley (1995), suggère que l'intensité et la chronicité du trauma auront un risque très élevé sur la vie du réfugié. En raison du contexte de guerre qu'ils ont fui, plusieurs réfugiés et immigrants ont été exposés de manière répétitive à des événements traumatiques sévères et à des expériences de torture. En effet, lorsqu'un peuple est déchiré par la guerre et que les structures qui sont censées protéger un individu se retournent contre lui et le privent de son sentiment de contrôle, le traumatisme qui en résulte entraîne des conséquences bien différentes à d'autres types de traumatismes car il ébranle les fondements même de l'identité personnelle, culturelle et sociale et du sentiment de sécurité(Farbi,2001). De plus les histoires d'horreur, d'impuissance et le niveau d'injustice peuvent rendre les réfugiés plus traumatisés.

Les réfugiés qui arrivent au Cameroun ont souvent vécu de gros traumatisme tel que la guerre, les bombardements, les massacres, les viols, les tortures. Et très souvent, ils les ont mis entre parenthèses, pour fuir ; mais ses traumatismes peuvent se réveiller plus tard. Grappe (1994), les enfants réfugiés ont subi un polytraumatisme dû au cumul de plusieurs expériences dramatiques, qui ont pu se répéter, comme voir explorer des bombes, être confronté directement à la mort, être blessé, perdre un proche, être séparé de ses parents pendant des mois. Ces événements traumatiques peuvent remettre en question la nature des relations interpersonnelles et nuire aux liens d'attachement avec les amis, la famille et la communauté.

Le traumatisme marque chez eux une frontière entre deux temps ; les réfugiés semblent naviguer l'un à l'autre bout. Pour se prolonger un deuil dont le travail ne peut être terminé, en relation entre autres à l'absence de repérage des morts, l'inexistence des rites de deuil durant la guerre. Ces traumatismes psychologiques se manifestent par des symptômes dont les plus fréquents chez les réfugiés sont les cauchemars, les troubles de sommeil, des réviviscences, c'est-à-dire revoir constamment l'image traumatique. Après cela il y a les peurs car ils se sentent menacer perpétuellement. Certains se renferment sur eux-mêmes en fonction de ce qu'ils ont vécu : proches tués, personnes qu'ils ont vu mourir durant le voyage. Ces symptômes peuvent aussi être psychosomatiques : les maux de tête, la perte de cheveux et les problèmes de santé physiques.

2.2.2 7 La problématique d'intégration et d'insertion sociale des réfugiés au Cameroun

Selon les données du HCR, des millions de réfugiés dans le monde vivent année après année avec le faible espoir de retourner un jour chez eux. Certains d'entre eux ne peuvent pas rentrer chez eux parce que leur pays est déchiré par des conflits interminables ou, le plus souvent, parce qu'ils craignent la persécution en cas de retour. Dans les cas où le rapatriement volontaire n'est pas viable, trouver un foyer dans les pays d'asile et s'intégrer dans la communauté locale pourraient offrir une solution durable à leur situation dramatique et l'opportunité de démarrer une nouvelle vie dont qui favorisera leur insertion dans la société d'accueil. Selon le HCR (2013), L'intégration du réfugié est un processus complexe et graduel qui comprend plusieurs dimensions juridiques, économiques, sociales et culturelles distinctes mais liées entre elles. Cette solution impose des exigences considérables à la fois à la personne et à la société d'accueil. Dans la majorité des cas, l'acquisition de la nationalité ou du statut est l'aboutissement de ce processus. Le HCR a estimé qu'au cours des années antérieures près de 1, 1 millions de réfugiés dans le monde sont devenus citoyens dans le pays

d'asile. Cette intégration vise à : restaurer la sécurité, contrôle et l'indépendance sociale et financière en satisfaisant les besoins fondamentaux, en favorisant la communication ainsi que l'insertion socio professionnelle et aussi la compréhension au sein de la société d'accueil. En plus d'être essentielle à la suivie et à l'insertion des réfugiés dans un nouveau pays, ces ressources les aident à retrouver le sentiment de bien-être afin de pouvoir d'adapter aux situations difficiles tant vécu dans son pays d'origine que d'accueil.

Il est important d'offrir l'accès aux soins de santé pour faire en sorte que les réfugiés réinstallés aient une santé optimale pour faire face aux situations rencontrées dans son pays d'accueil. L'aptitude à communiquer dans son pays d'accueil est essentielle car elle permet de s'intégrer, d'établir les liens sociaux. Il est important de promouvoir le groupement familial et restaurer les relations de soutien au sein des familles. Car beaucoup de réfugiés éprouvent de la douleur morale, de l'angoisse et de la culpabilité après avoir laissé derrière eux des proches parents dans leurs pays d'origines. Le soutien familiale est important aussi pour la santé que le bien être, permet aux réfugiés réinstallés de résister les traumatismes vécus d'où la résilience. Pour cette raison, l'un des éléments essentiels de l'intégration est de permettre aux parents proches des réfugiés réinstallés de rejoindre ces derniers dans le pays d'accueil.

D'après l'UNHCR (2013, p.7), Il faut promouvoir l'intégrité culturelle et religieuse et restaurer les liens avec les systèmes communautaires, sociaux, culturels et économiques et promouvoir la participation à ces systèmes en valorisant la dignité. Dans ce contexte, l'intégration devient une ouverture à deux voies : la société d'accueil qui apprend aux réfugiés et s'adapte à leurs besoins et les réfugiés réinstallés apprennent de la société d'accueil et s'y adaptent. La plupart des pays prennent des mesures pour permettre que le programme d'intégration et d'insertion soient offerts dans la valorisation et le respect de la culture et des coutumes des réfugiés. Beaucoup visent aussi à promouvoir un climat dans lequel la diversité est valorisée et à soutenir le développement de la communauté ethnoculturelle forte.

Pour combattre le racisme, la discrimination et la xénophobie et bâtir des communautés accueillantes et hospitalières (ibid.). Par conséquent, ces éléments constituent en effet l'un des objectifs clés de l'intégration. Les communautés des réfugiés sont particulièrement exposées au racisme et à la xénophobie dans leur pays d'accueil ; ce qui peut compromettre leur sécurité et contribuer à l'augmenter l'anxiété. Les réfugiés peuvent aussi

faire face à la discrimination à travers les ressources sociales et économique comme le logement, d'emploi et d'éducation ainsi que développé des stratégies comprenant des programmes de défenses des droits, législation, éducation de la communauté. Car l'environnement dans lequel les réfugiés font face dans leur voisinage, sur leur lieu de travail, dans les lieux de rencontre et dans les salles de classe de la société a un impact considérable sur leur capacité à s'adapter, rebondir afin d'aller de l'avant. L'environnement accueillant aide les réfugiés non seulement à réapprendre à faire confiance aux autres mais il permet de se faire des amis et de se créer des réseaux. Ils ont besoins de ces derniers non seulement pour le soutien quotidien mais aussi pour favoriser leur intégration et insertion.

Ce chapitre consacré à la revue critique de la littérature, nous avons présenté les approches notionnelles dans l'optique de cerner les différents concepts relatifs à notre étude nous avons par la suite fait une revue critique de la littérature sur la résilience et le sentiment social chez les réfugiés. Cette partie achevée nous abordons ici le chapitre3 intitulé l'ancrage théorique

CHAPITRE III : ANCORAGE THEORIQUE DE L'ETUDE

Nous consacrons cette partie de notre travail aux théories qui développent notre objet d'étude. Il s'agit des approches de la résilience selon Anaut (2003), Garmezy (1991), Rutter (1990) et Werner (1993), théorie des stratégies d'adaptation de Lazarus et Folkman (1984) et du sentiment social Alfred (1933). Cependant, pour mieux comprendre la manière donc chacune des théories abordent ce phénomène, il nous paraît nécessaire d'aborder en premier la résilience, en suite les stratégies d'adaptation (stratégies de coping) et enfin le sentiment social.

3.1. Modèles théoriques de la résilience

Lecomte (2004), montre la complexité de ce modèle car selon lui, il n'existe pas une théorie de la résilience car « pour comprendre celle-ci, il est nécessaire de faire appel à de multiples références théoriques. », il envisage la possibilité de rassembler plusieurs approches théoriques, débouchant sur une théorisation intégrative ouverte, ce qui offrirait alors une plus grande richesse dans l'explication et la compréhension de la résilience (Lecomte, 2002).

Au cours des années, de nombreux chercheurs se sont employés à étudier les facteurs de protection internes et externes susceptibles de favoriser la résilience chez les individus. L'hypothèse retenue est que la mise en jeu efficace de facteurs de protection permet d'atténuer l'impact négatif des facteurs de risque. Dans cet esprit, différents critères de protection des sujets ont été identifiés. De nombreux auteurs ont travaillé sur la résilience des individus lors d'une situation traumatique. Ils ont tenté de dégager et de comprendre les stratégies utilisées par les individus lors de situations éprouvantes en développant leur propre modèle et théorie de la résilience. Ces spécialistes de la résilience, s'accordent pour identifier trois pôles de protection de la résilience : celle qui sont propres au sujet (ses caractéristiques) ; celles qui concernent les apports de l'entourage familial et affectif (solidarités et relations affectives) ; celles qui impliquent des relations sociales ou extrafamiliales (pairs, communautés, société). Explorer les modèles théoriques de la résilience, nous amène à sélectionner dans le panel des chercheurs, ceux dont les approches cadrent avec notre recherche. Ainsi donc nous allons utiliser ceux de (Anaut, 2003 ; Garmezy 1991 ; Rutter, 1990 ; Werner, 1993).

3.1.1 La résilience selon Anaut

Anaut (2003), explique que la résilience est un concept polysémique qui fait références aux compétences trouvées et créées par des individus pour faire face à des situations délétères : évènement de vie traumatiques, accidents, maladies, handicaps, carences affectives graves, grandes précarité... Dans ses écrits, elle définit la résilience comme l'art de s'adapter aux situations aversives (conditions biologiques et socio psychologique) en développant des capacités en lien avec les ressources internes (intrapsychiques, cognitives et sociales du sujet) et externe (lien et support de l'environnement social et affectif) permettant d'allier une construction psychique adéquate et l'insertion sociale. Par ailleurs elle décrit la résilience comme un processus multifactoriel issu de l'interaction entre l'individu et son environnement, comprenant des variables internes aux sujets (structure psychique, personnalité, mécanisme de défensifs) et la variables externes (caractéristique de l'environnement socio affectifs) (Anaut, 2005 p.7). Ses nombreuses recherches ont permis d'élaborer la théorie de la résilience. Cette théorie stipule que le développement résilient du fonctionnent résilient d'un individu repose sur une base de trois (3) données :

- sentiment d'avoir une base de sécurité interne : le fait d'avoir quelqu'un qui soutient l'individu, membre de la famille ou pas, apparaît comme très important pour le développement du sentiment de sécurité interne.
- estime de soi (ou auto estime) : la construction d'une estime de soi est fondée sur la compétence par l'individu de son propre mérite et de sa compétence : relation amoureuse, amicale sécurisantes et harmonieuses, le fait d'avoir du succès dans les relations des tâches sont considérées comme importantes.
- sentiment de sa propre efficacité : les observations montrent que, les parents peuvent soit encourager l'enfant à accomplir des tâches de manières efficace et autonome ou bien le maintenir dans l'idée qu'il doit être aidé, assisté.

A partir de cette théorie, elle explique qu'il y a une interaction entre les facteurs de risque et de protection ce qui pourra conduire vers la résilience ou vers la vulnérabilité. Elle souligne que les facteurs de la résilience agissent comme des mécanismes médiateurs de la résilience et a essayé de regrouper en facteurs.

➤ Facteurs de la résilience

Pour Anaut (2005, p.11), la résilience peut concerner les individus, les familles, les communautés ou sociétés. Un certain nombre de caractéristiques associées au processus de résilience, ont été identifiées et constituent des « facteurs » de résilience individuelle, familiale ou communautaire selon les approches.

➤ **Facteurs de résilience individuelle**

A partir de l'étude des individus réputés résilients, on peut retenir un certain nombre de caractéristiques qui contribuent à faciliter la résilience comme, par exemple :

- Habilités dans la résolution de problèmes
- Autonomie
- Capacités de distanciation face à un environnement perturbé
- Compétences sociales
- Empathie
- Altruisme
- Sociabilité, popularité
- Perception d'une relation positive avec un adulte

➤ **Facteurs de résilience familiale**

Parmi les caractéristiques de la structure familiale :

- Âge des parents
- Nombre d'enfants (<5)
- Espace entre les naissances
- Espace physique suffisant
- Spiritualité, idéologie
- Discipline éducative

Parmi les caractéristiques de la dynamique familiale :

- Qualité de la communication
- Interactions chaleureuses et positives
- Support et affection

➤ **Facteurs de résilience sociale et/ou communautaire**

Parmi les niveaux de résilience sociale, on peut citer :

- les pairs
- communauté sociale : école, quartier...
- la communauté religieuse ou idéologique
- la société et la culture

Parmi les formes de résilience sociale, on peut retenir :

- Solidarités
- Attentes élevées
- Implication active
- Valeurs d'entraide et de tolérance sociales

- Diversité des supports et des ressources sociales.

Tuteurs de résilience

Ce sont des personnes qui, par leur attitude et leur comportement facilitent la résilience chez l'enfant, chez l'adulte ou chez la personne âgée. Lecomte, dans son dernier ouvrage « guérir de son enfance » présente le profil du tuteur de résilience qui peut être celui de toute personne affectueuse qui parvient, souvent sans le savoir, à donner à l'autre le sentiment d'être reconnu et aimé. Les facilitateurs de résilience font preuve de sincérité et de simplicité et ils sont sensibles aux autres.

3.1.2 La résilience selon Garmezy

Garmezy est considéré comme étant l'un des pionniers de la résilience car il a été le premier chercheur à publier des résultats d'une étude portant indirectement sur la résilience, en 1973. Cette recherche concernait les compétences et l'adaptation d'enfants à risque, dans des familles de patients schizophrènes.

A partir des années 1970, Garmezy a conduit des recherches longitudinales sur les compétences des enfants à risque, en collaboration avec une équipe qui sera rejointe notamment par Ann Masten. Les études ont porté sur le devenir d'enfants américains, vivant dans des conditions familiales et environnementales très précaires, considérées comme défavorables et facteurs de risque pour leur développement psychique et social. Les observations ont mis en évidence l'existence de compétences sociales spécifiques chez des enfants qui seront qualifiés de résilients. Parmi les critères de compétences retenus par les chercheurs nous trouvons : la réussite scolaire académique, un comportement adapté en classe, des aptitudes interpersonnelles (sociabilité, attractivité, empathie ou encore l'humour (Anaut, 2014). Ces compétences sociales ont été considérées comme des indicateurs de résilience, révélant des modes d'adaptation et de résistance face au stress. Ces premières approches de la résilience faisaient en effet référence à la résistance au stress chez des individus, en particulier chez les enfants. Selon Garmezy (1991 p. 60), le stress découle de « la présence de contraintes de vie durables et intenses ». Dans ce contexte, la résilience supposait le maintien de la maîtrise et la mobilisation de compétences, malgré une exposition à des stress sévères. Il ne s'agissait pas des stress banals de la vie, mais bien de conditions de vie marquées par une adversité importante et durable.

Ses travaux ont conduit à la description de trois modèles théoriques de base de la résilience : le modèle compensatoire, le modèle des facteurs de protection et le modèle de challenge (Garmezy, 1984 p. 97). Le modèle de facteurs de résilience est celui qui nous intéresse le mieux. Garmezy (1991) à partir des observations auprès des familles défavorisées,

a indiqué que la résilience repose sur les facteurs de protections issus de trois domaines : individuels, familiaux et sociaux ce qu'il a appelé les facteurs de la résilience.

➤ **Les facteurs individuels**

Il s'agit des traits personnels de caractère qui impliquent en particulier le tempérament, l'autonomie, l'estime de soi, la réflexion et les aptitudes cognitives.

➤ **Les facteurs familiaux**

Ces facteurs s'appuient notamment sur : la chaleur humaine, la cohésion et l'intérêt de la part des parents ou du principal dispensateur des soins.

➤ **Les facteurs de soutiens sociaux**

Ces facteurs peuvent concerner des échanges avec : un professeur bienveillant, un travailleur social ou l'organisme de service sociaux. Ces facteurs constituent ce que l'auteur appelle le *support social*. Il s'agit de ce qu'une personne ou un groupe peut mobiliser et recevoir comme soit dans la vie de tous les jours, soit dans des situations de crises et qui peut prendre des formes matérielles.

3.1.3 Résilience selon Werner

La psychologue américaine Werner (1989), est reconnue comme ayant joué un rôle majeur dans l'approche de la résilience, à travers la recherche longitudinale qu'elle a menée auprès des enfants de Kauai (une des îles de l'archipel d'Hawaï), à partir de 1955. Ces travaux ont porté sur une cohorte multiraciale de 545 enfants (survivants de l'étude initiale des 698 enfants nés en 1955), suivis sur une période de plusieurs décennies. La population étudiée était composée de sujets « à risque » dont le développement physique, psychique et social a été observé depuis la naissance jusqu'à l'âge adulte. Parmi les caractéristiques considérées comme des facteurs de risque on trouvait : la pauvreté, la violence, l'addiction, la discorde conjugale, la psychopathologie parentale, etc. Werner et son équipe ont remarqué qu'un certain nombre de ces enfants s'accommodaient de l'environnement défaillant en témoignant d'une adaptation sociale parfois remarquable. Ils ont été qualifiés de résilients. En fait, certains se sont développés sans perturbations tout au long de leur vie, alors que d'autres après avoir traversé des périodes de troubles sont finalement devenus des adultes sans difficultés majeures et bien intégrés dans la société. Selon Werner (1989) cité par Anaut (2015, p.22), la majorité des jeunes à « haut risque » qui avaient rencontré des problèmes d'adaptation à l'adolescence a par la suite récupéré un développement adapté. Ils sont décrits comme étant devenus des adultes « bienveillants, compétents et confiants », en dépit de leurs histoires d'enfance problématiques.

Bien que ne portant pas initialement sur la résilience, la recherche longitudinale de Werner a beaucoup alimenté les travaux sur la résilience et a inspiré de nombreux chercheurs. Elle a permis en premier lieu de souligner la réalité clinique de la résilience et de l'inscrire dans un processus développemental. Les observations de cette étude effectuée sur le long terme ont contribué à poser les fondements de l'analyse du fonctionnement de la résilience, notamment en soulignant la dynamique du processus, son évolution au cours du développement du sujet et sa variabilité dans le temps et en fonction des sujets. Ainsi, les interprétations des chercheurs se sont précisées au cours du temps. Et si, comme nous l'avons vu, la résilience a tout d'abord été envisagée comme dépendant des attributs des seuls individus, en définitive, Werner et son équipe (2005, p. 91) ont décrit et étudié la résilience comme résultant d'un équilibre évolutif. Cet équilibre ne peut se faire qu'en prenant en compte plusieurs dimensions d'ordre interne et externe qui interagissent pour aboutir à un fonctionnement résilient.

Dans cette perspective transactionnelle, entrent en jeu les modes de confrontation aux éléments délétères ou stressants du milieu, la vulnérabilité et les facteurs de protection internes du sujet (tempérament, aptitudes cognitives, estime de soi) mais également les protections externes de l'environnement. Celles-ci peuvent concerner des sources non officielles de soutien, telles qu'un membre de la famille élargie bienveillant, ou bien les soutiens issus du quartier ou encore d'autres ressources communautaires. Ces soutiens externes constituent autant de pôles d'étayages susceptibles de faciliter le processus de résilience. Ils peuvent, dans certains cas, compenser les défaillances personnelles ou celles de l'environnement familial immédiat.

A travers ces études, Werner (1993), a répertorié parmi les ressources protectrices internes : la capacité à résoudre des problèmes ; la connaissance de soi, l'autonomie, l'estime de soi, la confiance, l'altruisme, la sociabilité et enfin l'habilité à trouver un (des) soutien(s) dans l'entourage familial ou extra-familial. Alors que parmi les ressources venant du milieu on trouve : des relations familiales chaleureuses, un soutien familial solide, une bonne communication parents-enfant ; ainsi que des soutiens extra-familiaux, venant par exemple des amis, des enseignants ou d'une communauté sociale.

3.1.4 Résilience selon Michel Rutter

Rutter a largement contribué au développement théorique du paradigme de la résilience, également en appui sur des recherches longitudinales. Il a travaillé en particulier à partir d'observations qui ont duré plusieurs années, auprès de populations d'enfants et

adolescents vivant en milieu défavorisé au Royaume-Uni, sur l'île de Wight mais aussi dans la banlieue de Londres.

Il a notamment étudié la prévalence des troubles mentaux chez des enfants (9 à 12 ans) vivant au sein de familles très précaires. La population d'étude était composée de familles considérées comme à risque du fait d'un certain nombre de difficultés identifiées comme potentiellement pathogènes et grandement défavorables au développement des enfants. Les critères de risque retenus étaient : la discorde conjugale entre les parents, la classe sociale défavorisée (pauvreté), une famille nombreuse, la délinquance ou la criminalité paternelle, des troubles psychiatriques chez la mère et enfin le placement de l'enfant (en institution ou en famille d'accueil). Au cours de cette recherche, Rutter (1990), propose une définition de la résilience qui résume bien la complexité de ce phénomène : « La résilience est caractérisée par un ensemble de processus sociaux et intrapsychiques qui permettent d'avoir une vie saine dans un milieu malsain. Elle se réalise au cours du temps, selon des combinaisons hasardeuses entre les attributs de l'enfant et le contexte familial, social et culturel ». La résilience se réfère donc à un processus qui résulte de l'interaction entre les ressources de l'individu et celles de son environnement. Rutter (1990), cité par Anaut (2015, P.41), a souligné que ces trois pôles de protection favorisent la résilience notamment parce qu'ils contribuent à l'amélioration de l'estime de soi et au sentiment d'auto-efficacité et ouvrent ainsi de nouvelles possibilités pour l'individu. Il a également précisé que l'importance des trois pôles de protection pouvait varier en fonction des circonstances et des individus, mais également en fonction de la période de vie. Ainsi, par exemple, chez les adolescents, l'impact protecteur des pairs ou de la communauté sociale peut dans certains cas compenser les défaillances du pôle familial.

Ces investigations font apparaître que la protection résulte à la fois des variables génétiques et constitutionnelles, des dispositions et caractéristiques de la personnalité des individus, mais aussi des soutiens du milieu familial et extra-familial ainsi que de la disponibilité, de l'accessibilité et de la qualité des appuis sociaux ou communautaires.

Comme nous l'avons vu, l'étude de la résilience ne se réduit pas à l'approche des individus face à des épreuves traumatiques ou à des conditions de vie très défavorables. Elle prend en compte les groupes humains (familiaux ou communautaires) considérés, soit comme des systèmes de ressources et de soutien pour les individus blessés, soit comme des entités pouvant faire preuve de résilience groupale. Dès lors, on peut dire que la résilience fait référence aux ressources développées par une personne, une famille ou une communauté,

pour tolérer et dépasser les effets délétères ou pathogènes des situations traumatiques et vivre malgré l'adversité, en gardant une qualité de vie avec le moins de dommages possible.

La liste des facteurs susceptibles de favoriser la résilience n'est pas exhaustive, dans la mesure où chaque individu est unique et que pour surmonter les conditions difficiles, il peut s'appuyer sur les ressources personnelles et celles se trouvant dans son entourage, mais tout en considérant la nature du traumatisme à surmonter et ses propres expériences antérieures. Nous remarquons que les auteurs ont inventorié des éléments presque semblables bien qu'ils soient énoncés différemment selon leur vision et le contexte de leurs recherches. Cependant, leurs études sont complémentaires. Voilà pour ces auteurs des facteurs qui peuvent expliquer la résilience lors des différentes épreuves ou des conditions de vie difficiles chez les réfugiés.

Cependant, nous sommes attirés par ces travaux portant sur la résilience. Ils s'intéressent exclusivement aux facteurs personnels, sociaux et familiaux. Ils méconnaissent le paramètre psychoaffectif chez les sujets exposés à des situations traumatiques, comme c'est le cas chez les réfugiés. Or il est avéré que l'aspect psychoaffectif s'implique dans le processus de résilience en ce sens que la résilience résulte d'un maillage complexe entre les aptitudes individuelles (psychiques, cognitives et comportementales) et des compétences psychoaffectives familiales. Ces dernières peuvent être à cet effet complétées ou supplées par des ressources issues de l'environnement social. A partir de ce moment, nous comprenons que la résilience ne s'installe que lorsque le sujet (le réfugié) arrive à puiser dans le réservoir, des protections (liens affectifs) qui vont l'aider à se préserver de la désorganisation psychique. Montrant toujours le rôle de la relation psychoaffective dans la résilience, les liens affectifs interagissent dans trois domaines dans l'élaboration du processus de la résilience à savoir :

- Au niveau interne du sujet (aptitudes cognitives, éléments de la personnalité) ;
- Au niveau familial et psychoaffectif (soutien et qualité des relations familiales) ;
- Facteurs socio environnementaux (étayages amicaux sociaux, soutiens communautaires).

Ainsi, ces liens affectifs viennent des sources diverses : des liens affectifs primaires s'établissant à la naissance avec la ou les personnes donnant des soins, l'éduquant et le protégeant ; des liens affectifs secondaires ou ultérieur qui peuvent se nouer avec différentes personnes de l'entourage tout au long de la vie. A cet effet le groupe apporte le soutien psychoaffectif, l'aide à se protéger, à intégrer, à se reconstruire. Pour conclure nous mentionnons que la capacité à faire des liens, à s'attacher à une personne emphatique est un

élément central du processus développemental qui conduit à la résilience. L'attachement n'est pas réservé à la prime enfance comme le dit certains auteurs, il demeure une aptitude permanente. Par ailleurs, Le tissu relationnel peut permettre de trouver des étayages extérieurs qui vont renforcer les ressources internes et parfois remédier aux défaillances personnelles, lorsque les ressources internes s'épuisent et trouvent leur limite.

3. 2.Approche théorique des stratégies d'adaptation

Explorer les modèles théoriques du coping, nous amène à sélectionner dans le panel des chercheurs, ceux dont les approches cadrent avec notre recherche. Ainsi donc nous allons utiliser ceux de Lazarus et folkman (1984).

3.2.1. L'approche de Lazarus

Un des pionniers du coping(stratégies d'adaptation) est sans nul doute Lazarus. Ses nombreuses recherches ont permis d'élaborer une théorie évolutive et transactionnelle de l'adaptation des êtres humains lors de situations stressantes (Frydenberg, 1997 cité par Yambessa, 2016,p .65).Dans ses écrits, Lazarus (1966) explique que le coping réfère aux stratégies pour transiger afin de faire face à la menace. Selon lui, quand la réponse à celle-ci n'est pas automatique, quand l'individu ne sait plus quoi faire, il doit pourtant s'adapter le mieux possible, essayé d'arriver à une solution. Le modèle de coping de Lazarus s'explique en trois points :

1. Chaque personne réagit différemment lorsque survient un obstacle. Le coping, lié au contexte, repose sur des caractéristiques stables de la personnalité de l'individu. Il est l'action de négociation avec le problème plutôt que le résultat même s'il n'est pas toujours complété avec succès. Lazarus soutient l'idée que le plus important est la tentative d'adaptation et non l'efficacité du résultat. En effet, il n'y a pas de bonnes et de mauvaises stratégies d'adaptation, ce qui importe c'est le lien entre le choix de la stratégie et la demande (Folkman et Lazarus, 1984). L'efficacité de la stratégie choisie dépend des critères déterminés par l'individu comme le bien-être, l'équilibre émotionnel ou la santé physique par exemple (Bruchon-Schweitzer, 2001).
2. Les stratégies d'adaptation (coping stratégies) sont définies par les tentatives qui expliquent les actions d'un individu dans sa transaction avec l'environnement c'est une stratégie efficace permettant de maîtriser une situation stressante ou de diminuer les effets de celle-ci sur le bien-être physique et psychologique de la personne (Bruchon-Schweitzer, 2001).
3. Le coping est un processus évolutif, et constamment en changement. La conception transactionnelle du stress et du coping de Lazarus réfère aux processus impliquant des actions

réciroquent entre l'individu et l'environnement (Bruchon-Schweitzer, 2001). Lors de menaces, avant même de commencer une action d'adaptation, il y a d'abord une estimation de la situation. L'évaluation consiste à un processus cognitif et continu où l'individu évalue la situation menaçante (évaluation primaire) et ses ressources pour l'affronter (évaluation secondaire) (Bruchon-Schweitzer, 2001). Ensuite, les efforts d'adaptation déployés amènent à la réévaluation de cette situation déterminant ainsi les stratégies que l'individu utilisera par la suite. Cette estimation est le point central de la théorie de Lazarus. Lorsque survient une situation menaçante, l'individu déploie ses ressources internes afin de procéder à une évaluation en deux étapes. Premièrement, une évaluation primaire (primary appraisal) est effectuée. Elle consiste à l'identification d'un danger éminent. Qu'est-ce qui se passe ? Elle se résume à la reconnaissance de l'évènement bénin, positif ou stressant. Bruchon-Schweitzer (2001, p.17), explique : Un même évènement peut par exemple être évalué par certains comme une perte (affective, matérielle, corporelle...) et s'accompagner de tristesse, de honte ou de colère. Il peut être évalué comme une menace (perte potentielle) et s'accompagner d'anxiété et de peur. Il peut enfin être perçu comme un défi (challenge) et s'accompagner d'excitation, de fierté et de joie. Ensuite, vient l'évaluation secondaire (secondary appraisal) où l'individu porte un même questionnement sur les différentes alternatives s'offrant à lui afin de faire face à cette menace. Lazarus (1968, p. 161), l'explique ainsi : *«maintenant que je sais que je suis en danger, que puis-je faire ? Quelles sont les ressources dont je dispose pour affronter cette situation menaçante ? »*. Bruchon-Schweitzer (2001, p.71) propose : *« de très nombreuses options peuvent être ainsi envisagées, comparées et sélectionnées (recherche des informations, faire un plan d'action, demander de l'aide ou des conseils, exprimer ses émotions, éviter le problème, se distraire, minimiser la situation ... »* De plus, elle ajoute qu'un individu, pensant possède les ressources suffisantes, sélectionnera des stratégies pour affronter le problème. Au contraire, si l'individu croit ne pas pouvoir faire face à une situation stressante, il modifiera son comportement pour mieux la tolérer.

3.2. 2. Stratégies d'adaptation de Lazarus et Folkman (1984)

Les stratégies d'adaptation réfèrent aux comportements et aux attentes cognitives déployées pour affronter. Folkman et Lazarus (1984) définissent les stratégies d'adaptation comme un ensemble de comportements et de réponses cognitives pour surmonter, tolérer ou réduire les demandes qu'engendrent les situations stressantes. Dans leur théorie du coping, ils ont élaboré huit stratégies utilisées afin de surmonter une menace : (a) la confrontation, (b) la distanciation, (c) l'autocontrôle, (d) la recherche de support social, (e)

l'acceptation des responsabilités, (f) l'évitement, (g) la résolution de problèmes, et (h) la réévaluation positive.

Dans le modèle de coping (stratégies d'adaptation) qu'il propose, Compas (2001) cité par Yambessa, (2016, p.66) définit l'adaptation par les efforts volontaires et conscients déployés pour régulariser ses émotions, ses connaissances, ses comportements et son environnement afin d'affronter un événement stressant. Compas explique l'essentiel de son modèle en catégorisant le processus d'adaptation en trois dimensions. Sa première dimension du coping réfère au contrôle primaire de la menace (primary control coping). Elle consiste à l'utilisation de stratégies en vue de modifier directement le problème stressant ou à régulariser certaines réactions émotives par le biais de la résolution de problèmes, de l'expression des sentiments ainsi que de la modulation émotive. Sa deuxième dimension est le contrôle secondaire de la menace (secondary control coping). Elle inclut les stratégies liées aux tentatives d'adaptation pour faire face à l'événement stressant ou aux conséquences du stress. Les stratégies de cette deuxième dimension sont l'acceptation, la restructuration cognitive, la distraction et la pensée positive. Finalement, sa troisième dimension est le désengagement (disengagement coping). Elle réfère aux stratégies permettant de fuir ou d'éviter la situation stressante (évitement, dénégarion et pensée illusoire). Ce qui différencie le modèle de Compas à celui de Lazarus est la place accordée au support social. Pour Lazarus, le support social est une stratégie utilisée par l'individu en vue d'une future adaptation. Cependant, pour Compas, le support social n'est qu'un moyen employé par l'individu permettant de déployer une stratégie en particulier. Son modèle n'inclut aucune dimension individuelle mesurant l'utilisation du support social dans le processus d'adaptation. Cette stratégie est plutôt considérée comme un simple moyen lié aux stratégies de résolution de problèmes, d'expression et de régularisation des sentiments Compas et Wadswolih, 2002 cité par (Yambessa2016, P.67) Compas critique le modèle de Lazarus et Folkman en affirmant que leur vision du coping est incohérente en ce qui concerne le lien entre les relations et le type de coping utilisé par l'individu.

- **Coping et résilience**

Lazarus et Folkman (1984) Définissent le coping comme : « l'ensemble des efforts cognitifs ou comportementaux destinés à maîtriser réduire ou à tolérer les influences internes ou externes qui menacent ou dépassent ou les ressources de l'individu. » Il s'agit bien souvent d'une situation stressante. Le coping est « le processus actif sur lequel l'individu par

auto appréciation de ses propres activités, de ses motivations fait face à une situation stressante et réussit à la maîtriser. » (Bloch et al 1991, cité par Anaut, ibid.).

Le coping est à différencier des mécanismes de défense en ceci que ces derniers sont du domaine de l'inconscient et liés à des conflits intrapsychiques alors que ce qui caractérise les stratégies du coping est d'être conscients, orientées vers la réalité extérieure et suscitées par un événement.

« Ce sont des actions concrètes mises en place par l'individu pour s'adapter ou s'ajuster aux situations difficiles qu'il rencontre, pour réduire l'impact psychologique d'événements stressants de manière à préserver le bien être émotionnel. » (Anaut 2003, p.64)

Selon Ionesco et al (1997), cités par Anaut (2003) il existe différentes approches de stratégies de coping ou d'adaptation à savoir :

- Le coping centré sur l'émotion qui vise la régulation de la détresse émotionnelle
- Le coping centré sur le problème à gérer le problème qui se trouve à l'origine de la détresse du sujet.
- Le coping évitant qui permet au sujet par les stratégies passives (évitement, fuite, déni, résignation, etc.) de réduire la tension émotionnelle ;
- Le coping vigilant qui permet par des stratégies actives d'affronter la situation pour la résoudre (recherche d'information, de soutien social, de moyens, etc.)

Le mode de coping ou d'ajustement d'un individu peut être considéré soit comme un trait de personnalité stable soit comme la réponse à des situations stressantes spécifiques et donc variables en fonction du contexte et de la nature du stress. Les liens conceptuels entre coping et résilience semblent à première vue très étroites, cependant, il ne s'agit pas de les confondre.

Le coping peut paraître une forme de résilience ou plus exactement peut contribuer à décrire une certaine approche du processus de résilience à partir d'une perspective essentiellement comportementale et consciente. Plusieurs chercheurs sont unanimes que les stratégies du coping participent aux phénomènes de la résilience considérée comme un processus plus vaste et pouvant mettre en œuvre des comportements variés et différents du coping.

3.3. Théorie du sentiment social d'Alfred Adler (1933)

Avant d'aborder cette théorie de sentiment social nous avons jugé mieux de présenter certains points permettant de cerner la notion de sentiment social chez Adler.

3.3.1 Emergence de la théorie du sentiment social selon Alfred Adler

Loin de mettre en avant l'individualité en termes de séparation ou d'unicité, la psychologie individuelle tel que développé par Adler (1933) souligne que l'intégrité de la personne englobe des aspects biologiques, des attitudes psychologiques, ainsi que les liens sociaux, familiaux et communautaires. Adler, déclare « aucun praticien en psychothérapie ne pouvait espérer comprendre les problèmes d'une personne sans tenir compte de toutes ces dimensions », son approche visant à considérer chaque personne comme un être à comprendre dans son originalité et dans sa spécificité et non en regard d'un scénario déterministe comme en psychanalyse classique. Il applique ses principes à l'éducation et met en avant l'importance de la société dans la construction de la vie psychique. Et développe sa théorie où il définit le " complexe d'infériorité " et présente le sentiment social comme facteur de base de la vie psychique. Pour Adler, le sentiment social qui se développe chez l'enfant autour de 7 à 8 ans est primordial.

Selon la psychologie Adlérienne, la formation de la personnalité s'appuie sur les trois piliers que sont :

- le sentiment d'infériorité
 - la compensation
- le sentiment de communauté auxquels il faut ajouter le pouvoir créateur

3.3.2. Postulat de la théorie du sentiment social

Le sentiment de communauté, aussi appelé sens de la communauté, sens social et le sentiment social dans la littérature Adlérienne est une faculté biologiquement enracinée dans la psyché mais à l'état potentiel, embryonnaire : comme le langage, elle devra pour se former, s'épanouir, être intensifiée, éveillée, développée par les échanges avec les autres. Ainsi, Adler voit dans le sentiment social un phénomène ayant des racines biologiques qui se développe à la naissance dans la relation – mère enfant pour s'étendre ensuite aux autres membres de la famille et à la société. Ce qui le pousse à dire qu'il ne s'agit pas de la socialisation de la libido. Et postule à cet effet que le sentiment social est le besoin de se lier aux autres, de s'identifier (empathie) ; c'est la capacité de reconnaître l'autre et d'apprécier sa reconnaissance, de le traiter en sujet en sujet et non en objet. Cette théorie suppose qu'un individu se projette dans l'avenir et selon que son projet est réalisable ou pas, il sera bien dans sa peau ou pas. Ainsi, il s'invente et s'accroche fermement à son projet insensé d'être le meilleur ou le plus intelligent ou le plus remarquable ou le plus riche ou le plus adulte. Si le sentiment social n'est pas assez développé apparaît soit le sentiment d'infériorité, soit un sentiment de supériorité. Par conséquent, ce sentiment constitue une synthèse égoïsme et

altruisme car ce que le sujet fait pour lui, il le fait aussi pour la communauté puisqu'il en fait partie, ce qu'il fait pour la communauté, il le fait aussi pour lui puisqu'il lui appartient.

Dans la perspective évolutionniste, humaniste et scientifique qui est celle d'Adler, le concept de sentiment de communauté donne le sens à la vie et peut être considéré comme la 5^{ème} dimension du Cosmos.

3.3.3 Interactions entre sentiment d'infériorité et sentiment social

Pour Adler le développement du sentiment social conditionne le niveau du sentiment d'infériorité à savoir :

- le développement normal du sentiment social encourage le sujet à aller de l'avant et diminue son sentiment d'infériorité, il facilite ainsi l'épanouissement de ses diverses qualités : intelligence, mémoire, le goût de l'effort, le courage. Cette compensation réussie permet notamment à l'adolescent, de trouver une solution convenable aux trois tâches que la vie impose à chaque humain : la profession, la sexualité, l'amitié et les relations sociales. L'agressivité qui nous vient de notre vieux cerveau est d'autant moins forte que le sentiment social est élevé, en associant ce dernier elle donne l'élan, le tonus pour aller dans le sens de la vie. La personne cherche alors à s'imposer par ses compétences elle s'attaque à des problèmes, par exemple, plutôt que de devenir criminel ou candidat au suicide, les chirurgiens savent mettre une forte agressivité initiale au service de leurs semblables, les enseignants combattent l'ignorance. L'affirmation de soi par les talents remplace la volonté de puissance. Dans certains cas exceptionnels la surcompensation du sentiment d'infériorité par le sentiment social aboutit au génie.
- Par contre le blocage du développement du sentiment de communauté augmente le sentiment d'infériorité qui peut se transformer en complexe d'infériorité ou en complexe de supériorité :

➤ Le complexe d'infériorité

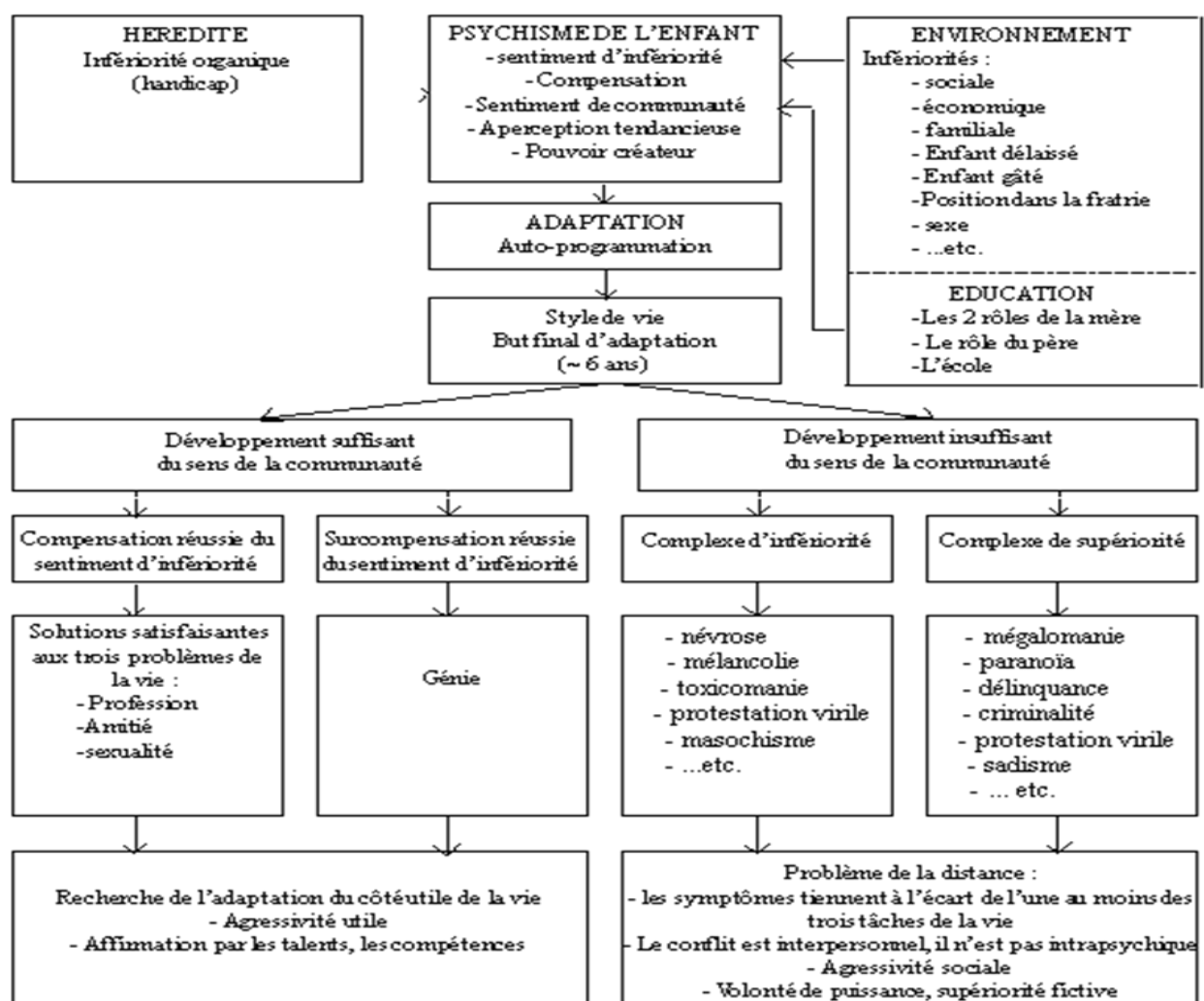
Il se manifeste par manque d'un développement suffisant du sentiment social et le sujet peut se sentir isolé, perdre la confiance en lui-même, devenir le siège d'hésitation, de doutes, de craintes faisant apparaître des menaces, des dangers là où il n'y en a pas, d'angoisses rendant tous projets irréalisables.

➤ Le complexe de supériorité

Le complexe de supériorité masque le sentiment d'infériorité sous-jacent. Il se relève comme le précise Adler (1933) par des prétentions exagérées, des vantardises, des fanfaronnades, le mépris des autres, le besoin de fréquenter des personnes hautes placées, de

commander les « faibles ». Par manque de sentiment de communauté, le sujet cherche la compensation de son sentiment d'infériorité en développant son agressivité pour dominer les autres, s'attaque à des personnes. La volonté de puissance peut le conduire à la délinquance, la criminalité, le sujet se croit persécuté, plein de bonne intention mais pour lui on méconnaît sa valeur. Ces interactions, décrites entre sentiment d'infériorité, le sentiment de supériorité et sentiment social débouchent sur les techniques concrètes de psychopédagogie. Etant donné que le sentiment social est l'une des composantes de la personnalité, nous avons envisagé présenter le schéma de la formation de la personnalité.

Figure 1 : Schéma synoptique de la formation de la personnalité selon Nadaud (1994)



Résumé par Lionel Nadaud 1994

Le schéma ci-dessus, trop rationnel ne constitue qu'un support pour montrer les interactions entre les différents facteurs en jeu dans la formation de la personnalité car comme l'auteur l'a montré plus haut, la formation de la personnalité prend en compte le complexe d'infériorité, la compensation et le sentiment social. Si le développement du sentiment social

est suffisant il y aura compensation réussie du sentiment d'infériorité et une surcompensation réussie du sentiment de supériorité ce qui va permettre aux réfugiés de s'adapter, de coopérer et s'insérer au milieu des autres, de trouver les solutions satisfaisantes aux problèmes de la vie ; si le développement du sentiment social est insuffisant survient le sentiment d'infériorité et ou de supériorité ce qui engendre des retraits sociaux, l'agressivité. Ainsi donc, le sentiment social permet la formation de la personnalité.

3.3 4. Importance du sentiment social et aptitude à la coopération pour gérer les névroses

Pour Adler, la névrose est une libre création de l'individu qui trouve ainsi une solution, certes inadaptée mais nécessaire pour affronter les principaux problèmes de la vie en société. Il considère qu'il a trois grandes catégories de problème dans la vie : le rapport à autrui (la vie en société), la vie professionnelle et la vie affective (l'amour). Le névrosé est celui qui, face aux exigences de ces trois sphères essentielles ne parvient pas à s'appuyer sur le sentiment social suffisamment puissant pour combler le différentiel entre son style de vie et les exigences du vivre ensemble, du monde du travail, ou du rapport amoureux. Adler postule ainsi que la névrose est une stratégie de repliement face à la pression exercée par la société. Seule une grande aptitude à la coopération, qui s'appuie sur un sens social acquis et intégré au style vie, permet à l'homme de s'émanciper du mécanisme psychique qui lui fait évoluer du sentiment d'infériorité à la tendance compensatoire par l'adoption du style de vie erroné.

3.3.5. Développement du sentiment social chez un individu

Alfred Adler dans sa théorie et la pratique de la psychologie individuelle part d'une psychopédagogie pour montrer le rôle de l'éducation dans la construction du sentiment social. Pour comprendre ces attitudes, il faut remonter dans son enfance pour analyser ce qu'est devenu son sentiment social. Au départ, nous avons tous les mêmes possibilités. Il suffit d'avoir la chance de pouvoir développer notre sentiment social. Ainsi nous naissons tous avec un potentiel de sentiment social. Et ce n'est qu'à l'issue d'une éducation bien conduite que doit se développer chez l'enfant le sens de la communauté (sentiment social) afin de lui permettre d'épanouir ses facultés et de prendre suffisamment confiance en soi pour surmonter, seul, ses difficultés.

Pour cela, il attribue 2 rôles à la mère :

- le premier rôle c'est avoir les échanges chaleureux avec le bébé dans la relation duale, par exemple lors de la tété ou de la prise du biberon, qui constitue la première activité coopérative.
- le second est d'amener l'enfant à établir des relations amicales avec le père, les membres de la fratrie, de la famille, l'inciter à se faire des amis.

Comme la mère, le père doit établir les relations interpersonnelles conviviales et fécondes, se rendre disponible, porter son attention sur le succès sans insister outre mesure les échecs, donner l'exemple de la collaboration, abandonner la position ancestrale du père tout puissant, qui ne peut conduire qu'à l'opposition, franche ou cachée, favorisant le développement de la volonté de puissance, de la vanité, au détriment de celui du sentiment social.

Le sentiment social c'est le sentiment d'appartenir à un groupe, à un espace humain. C'est la solidarité, la fraternité, le sentiment de faire partie d'un tout avec des droits et des devoirs. Le sentiment social c'est aussi l'amour, l'amour de la mère ou du père ou celui qui élève l'enfant. Mais la mère peut aussi aimer son enfant sans pour autant développer chez lui ce sentiment social parce qu'elle l'aura mal aimé. Des difficultés peuvent surgir de deux cotés : de la part de la mère, si maladroite, lourde, inexpérimentée, elle rend à l'enfant le contact difficile avec les autres ou si par insouciance elle prend son rôle à la légère. Si elle l'accable de caresses et de tendresses, si elle agit, pense et parle constamment pour lui, paralysant en lui toute possibilité de développement et l'habituant à un monde imaginaire tout différent du nôtre et dans lequel, l'enfant gâté, il trouve tout fait. Sans un sentiment social suffisamment développé, la personne se sent seule et profondément incomprise, en souffre. Pour développer le sentiment social il faudrait l'aide d'une personne suffisamment compétente qui lui fera prendre du recul pour trouver, lui-même, les solutions à ses problèmes.

Alder (1933), à travers son approche nous fait comprendre que le sentiment social est un phénomène ayant des racines biologiques mais qui prend ses origines dès la naissance dans une relation mère-enfant pour s'étendre ensuite dans une relation avec la famille ainsi qu'aux autres membres de la société. Il mentionne que ce sentiment social qui se développe le plus entre 7 et 8 ans est primordial. Même si, cette approche paraît séduisante que soit elle peut relever quelques limites. Ces failles se dégagent de la mise en exergue exagéré de l'acquis dans la construction ou le développement du sentiment social. En effet, les études d'Adler se

sont focalisées essentiellement sur le rôle de la société proche (mère, famille) et lointaine dans la construction du sentiment social. En plus, il précise que c'est la mère qui est considérée comme le premier « prochain » et c'est à partir d'elle que se développent les premières impulsions en amenant l'enfant à s'insérer dans la vie comme élément de l'ensemble et à chercher le contact juste avec le monde environnant.

Or de l'analyse de son approche, se dégage que l'auteur a sans toutefois rejeté le facteur inné il a accordé une attention particulière sur l'acquis. Dans ce sens, il précise que c'est grâce à l'éducation que l'enfant construit son sentiment social. Dans son analyse il n'a pas tenu compte de certains événements de vie que peuvent rencontrer les individus en l'occurrence les réfugiés qui peuvent impacter sur leur processus de développement du sentiment social. Si Selon lui, l'âge véritable du développement social de l'individu se situe entre 7 et 8 ans, il peut arriver qu'à cet âge l'enfant soit déjà séparé brutalement de ses parents, de sa famille ainsi que de la société dans laquelle il a évolué pour se réfugier dans un nouvel environnement ou il ne connaît personne. De même qu'un réfugié qui, dès la petite enfance a vu ses parents mourir lors de la guerre et a également perdu ses proches et se trouvant contraint de quitter son pays pour raison de sécurité c'est-à-dire dont que cet enfant ne pourrait-il pas avoir un sentiment social suffisant ou bien ne pourrait-il le construire. Nous pensons que l'enfant pourra si son nouvel environnement est favorable développer son sentiment social même s'il sera fait de manière lente. Dès lors nous savons que le sentiment social est d'abord inné il faudrait tout simplement que certaines conditions soient réunies dans son nouvel environnement pour que ce sentiment se met en place.

Cette première partie intitulée cadre théorique de l'étude nous a permis d'élaborer une problématique, la revue critique de la littérature et approches notionnelles et en chapitre 3 l'ancrage théorique. Dans ce chapitre consacré à la problématique, nous sommes partis des constats pour formuler le problème de l'étude qui est celui de l'impact de rupture perturbant les mécanismes de résiliences dans la construction du sentiment social chez les réfugiés. De ce problème c'est dégager la question de recherche, l'hypothèse, les objectifs en suite, nous avons présentés l'intérêt de l'étude et enfin la délimitation. En ce qui concerne le chapitre 2 nommé revue critique de la littérature et approches notionnelles, nous avons défini les concepts se rapportant à notre étude puis nous avons fait une revue critique de la littérature sur la résilience et le sentiment social chez les réfugiés. Le chapitre trois consacré à l'ancrage théorique nous a permis aborder les approches théorie de la résilience de Anaut, de Gamerzy,

de werner et enfin Rutter ; qui sert de fil conducteur de notre travail ensuite des stratégies d'adaptation (coping), ainsi que celle du sentiment social (Adler). La deuxième partie qui va suivre sera consacrée à la méthodologie, à l'analyse et l'interprétation des résultats.

PARTIE II : CADRE METHODOLOGIQUE ET OPERATOIRE

CHAPITRE IV : METHODOLOGIE

La méthodologie est l'ensemble des démarches entreprises par le chercheur, sur le terrain pour la collecte des données. Dans ce chapitre nous décrirons le lieu de notre étude, le choix des participants, la méthode de recherche, la technique de collecte de données, l'instrument de collecte de données et la technique d'analyse des résultats. Toutefois, avant de commencer la présentation de la démarche méthodologique, il nous revient de faire un rappel de quelques éléments de la problématique de cette étude.

4.1. Rappel des éléments de la problématique

Nous ferons un bref rappel des différents points de notre problématique à savoir le problème, la question de recherche, l'hypothèse générale et l'objectif de l'étude.

4.1.1. Bref rappel du problème

Notre problème de recherche est celui de l'impact de la rupture perturbant les mécanismes de résilience dans la construction du sentiment social chez les réfugiés. Ce problème a suscité la question de recherche.

4.1.2. Rappel de la question de recherche

La question de recherche principale qui orientera notre travail est formulée comme suis : « *la résilience favorise-t-elle la construction du sentiment social chez les réfugiés ?* ».

Question de recherche spécifique

Avant d'y apporter une proposition de réponse, les questions spécifiques qui vont nous aider à mieux cerner ce phénomène sont les suivantes :

- La mise en place des stratégies personnelles chez les réfugiés favorise-t-elle la construction de leur sentiment social chez les réfugiés ? ;
- La qualité d'étayage familial détermine-t-elle la construction du sentiment social chez les réfugiés ? ;
- L'étayage groupal détermine-t-il la construction du sentiment social chez les réfugiés

4.1.3. Rappel de l'hypothèse générale

L'hypothèse générale de notre étude est la suivante : « *la résilience déterminerait la construction du sentiment social chez les réfugiés* ».

4.1.4. Description de l'hypothèse générale de notre étude

Ici, nous allons opérationnaliser les différentes variables de notre hypothèse de recherche en prenant appui sur les travaux de (Anaut, 2003 ; Garmerzy 1991 ; Werner, 1993 et de Rutter1990).

Variable indépendante (VI) :

Résilience

Modalité et indicateur de la VI :

- **La mise en place de stratégies personnelles :**

Indicateurs : l'autonomie, estime de soi, confiance en soi.

- **Qualité d'étayage familial :**

Ces indicateurs seront : la qualité du lien d'attachement au sein de la famille, la qualité de la communication en famille ;

- **L'étayage groupale :**

Indicateurs : présence d'une dynamique de groupe, renforcement des liens de solidarité au sein du groupe

Variable dépendante (VD)

Sentiment social

Modalités :

Sentiment vis-à-vis de soi-même

Sentiment vis-à-vis d'autrui proche

Sentiment vis-à-vis d'autrui lointain

TABLERAU 1 : tableau synoptique de la variable indépendante, ses modalités et indicateurs et indices

Hypothèse générale	Modalités	Indicateurs	Indices
la résilience favorise la construction du sentiment social chez les réfugiés	Mise en place des stratégies personnelles	-estime de soi	Valorisation de soi Sentiment d’amour de soi capacité à interagir avec les autres
		Confiance de soi	Absence de Complexe d’infériorité Motivation Prise de décision
		-d’autonomie	Tendance à la sociabilité Prise d’initiative Capacité à exercer les activités Intérêt social
	Qualité d’étayage familial	Lien d’attachement solide au sein de la famille	Contact de la famille Confiance Ouvert aux autres Sentiment d’amour
		Qualité de communication en famille	Entente au sein de la famille Absence de conflit familial Cohésion familial
	L’étayage groupal	Renforcement des liens de solidarité	Mobilisation de réseau de soutien Partage des difficultés
Présence d’une dynamique groupe		Synergie dans le groupe Présence des liens de créativités d’engagement	
VD : Construction du sentiment social			

De ce tableau, nous pouvons ressortir nos différentes hypothèses de recherche à savoir :

HR1 : la mise en place des stratégies personnelles détermine la construction du sentiment social chez les réfugiés ;

HR2 : la qualité d'étayage familial favorise la construction du sentiment social chez les réfugiés ;

HR3 : l'étayage groupal favorise la construction du sentiment social chez les réfugiés.

4.2. Site de l'étude : TRAUMA CENTER

Le site de l'étude fait référence au contexte spatial dans lequel se déroule la recherche. Il s'agit en d'autres termes, du lieu où se fera notre collecte de données. La présente étude s'est déroulée à Trauma Center de Yaoundé sis à Biyem-assi lycée.

4.2.1. Justification du choix du site

Le centre trauma a été choisi pour cette étude pour 03 principales raisons. Comme son nom l'indique, il est le centre le mieux indiqué dans la prise en charge des réfugiés victimes d'événements traumatiques. Il travaille en collaboration avec le service œcuménique pour la paix dans le suivi psychologique des réfugiés et leur transformation sociale non violente au travers des conférences, concerts et expositions.

Deuxièmement, ce centre a à son sein des accompagnateurs psychosociaux qui aident les réfugiés à surmonter les traumatismes rencontrés dans la vie quotidienne. Ceux-ci mettent un accent particulier sur les sessions de thérapie en groupe afin de les aider à surmonter leurs problèmes et de promouvoir leur insertion sociale.

Troisièmement ce centre se charge de la formation des femmes en couture, coiffure, teinture, la subvention des activités génératives de revenu et le suivi des mineurs en prison il continue à payer la pension scolaire des enfants réfugiés issus des familles vulnérables. Les réfugiés y sont également suivis sur le plan sanitaire car il dispose d'une infirmerie pour les maladies courantes comme le paludisme etc...

4.2.2. Présentation du site

Le Trauma centre a à son siège d'organisation à Yaoundé Cameroun, sis à côté du Lycée de Biyem- assi. C'est dans l'optique de répondre à ces besoins que le pasteur Luc Norbert Kenne, fervent militant de la protection des droits de l'homme crée en 1997 une œuvre sociale privée dénommée « *Trauma Centre Cameroun* ». Cette œuvre enregistrée au

Ministère des Affaires Sociales sous le N° 99/AS/92/MINAS/S-G/DBEFE/SDF/SEMF démarrera effectivement ses activités en 1999. Le TCC (Trauma Centre Cameroun) a un rayonnement international. Le travail réalisé au Cameroun lui a permis de recevoir quelques prix. En 2004, Trauma Centre Cameroun a reçu la médaille d'honneur du prix des Droits de l'homme de la République française et en Mai 2008, à Cape Town, Trauma Centre Cameroon a reçu de IRCT/ Danemark le prix de la meilleure étude de cas de torture. Elle a pour objectif de contribuer à l'amélioration de la santé mentale et les conditions de vie des victimes de violence et de torture en particulier les réfugiés. Pour atteindre ces objectifs, le TCC (Trauma Centre) s'efforce de résoudre les problèmes biopsychosociaux des réfugiés ; de donner un appui juridique à ces victimes ; disséminer le rapport de ses activités auprès des institutions influentes. Pour y parvenir, le TCC a recours aux moyens suivants : la mise en place d'une structure d'assistance et des soins pluridisciplinaires les offres suivantes : sociale, psychologique, médicale et juridique.

4.2.3. Les activités des services de Trauma Center

Quatre services d'appui technique et un département opèrent quotidiennement afin de permettre au Trauma Center d'atteindre sa mission auprès de réfugiés :

- Psychologie : il contribue à l'amélioration de la santé mentale des victimes par thérapies individuelles et de groupes, psychoéducation collective, rite de guérison, thérapie familiale. Il a également en son sein une Unité d'accueil et d'orientation qui est chargée de faciliter l'accès aux différents services du centre.
- Social : il améliore les conditions de vie grâce aux hébergement, équipement de maison des victimes en l'occurrence les réfugiés, formation professionnelle, appuie en activités génératrices de revenus, scolarisation de ces réfugiés et des membres de leur famille et le counseling.
- Médical : il comporte un centre de santé intégré qui offre ces différents prestations (consultations générales et spécialisées, laboratoire, propharmacie, planning familial...)
- Juridique : ouverture des dossiers juridiques des clients, enrôlement, suivi et conseils juridiques, accélération des poursuites judiciaires.

Département du service Civil pour la paix et des relations publiques : il œuvre pour la prévention des conflits et dialogue des cultures en outillant les communautés avec des méthodes et techniques alternatives de résolution non-violente des conflits afin de leur permettre de mieux résister aux facteurs déstabilisants aussi bien endogènes qu'exogènes.

4.2.4 Partenaires et réseaux du Trauma Center

- **Partenaires**

Les institutions nationales et internationales, les organisations de la société civile, les églises les individus

- **Réseaux de soutien**

Network for Peace and Development (NEPED), Cameroon Action Network on Small Arms (CANSA), Cameroon Coalition for Co- existence (CCC), Service Civil pour la Paix.

4.2.5 Organigramme

- **Assemblée générale** : elle regroupe les membres acquis à cause du Trauma Centre Cameroun et inscrits.

- **Conseil d'administration** : organe décisionnel et d'orientation élu à l'assemblée générale. Il est composé de onze membres investi de tous les pouvoirs.

- **Direction** : elle est régie par un directeur qui supervise et coordonne les activités des services techniques, les sections administratives (comptabilités, communication et contrôle suivi- évaluation et statistiques) et le Département du Service Civile pour la Paix.

Après la présentation de notre site de recherche, notre travail va à présent consister à présenter la population de notre étude.

4.3. Population de l'étude

La population est selon Grawitz (2001) « *l'ensemble fini ou infini d'éléments définis à l'avance sur lesquels portent les observations* ». Elle est encore définie selon Fortin (2005, P.249) comme « *l'ensemble d'éléments qui ont des caractéristiques communes* ». Dans le cadre de cette étude, la population est constituée de l'ensemble des réfugiés du Cameroun

A présent, nous allons décrire notre échantillonnage.

4.3.1 Echantillonnage

L'échantillonnage est un procédé permettant de construire la population d'étude. Parmi les modes de sélection des sujets, nous avons les techniques probabilistes et non probabilistes. Pour notre travail, nous avons opté pour la technique d'échantillonnage non probabiliste. Ce mode de sélection comprend cinq techniques :

- l'échantillonnage accidentel
- l'échantillonnage par quotas
- l'échantillonnage par choix raisonné
- l'échantillonnage de volontaire
- l'échantillonnage boule de neige

Parmi les cinq techniques sus citées, nous avons opté pour la technique par choix raisonné. Etant donné que celui-ci consiste à choisir un certain nombre d'individus de la population cible à telle encontre que cette population soit un échantillon suffisamment représentatif. Notre échantillon est ainsi suffisamment représentatif car, constitué des réfugiés, pris en charge par le Trauma Center.

4.3.2 Echantillon

L'échantillon est la fraction d'une population sur laquelle porte l'étude. Il doit être représentatif de cette population, c'est-à-dire que certaines caractéristiques connues de la population doivent être présente dans tous les éléments de l'échantillon. (Fortin, 2005 P.251)

L'ensemble des réfugiés du Cameroun sans distinction d'origine constitue la population de notre étude. De la population parente précédente, nous avons choisi une partie correspondant à l'ensemble des individus dont les caractéristiques respectent les objectifs que nous nous sommes fixés au départ. Ainsi, notre échantillon est constitué de 07 réfugiés de la pris en charge par le Trauma Center. Etant donné que nos travaux portent sur la construction du sentiment social des réfugiés. La problématique des réfugiés faisant partir des problèmes qui minent le Cameroun, et donc le gouvernement et ces réfugiés eux même essayent de mettre sur pied des moyens favorisant leur adaptation, insertion et intégration sociale. Tout compte fait, nous ne retiendrons pas tous les réfugiés raison pour laquelle, ils doivent remplir certaines conditions. Il s'agit des critères de sélection. Comme nous venons de le relever, les participants de notre étude devraient correspondre à un certain nombre de critères de sélection que nous avons au préalable élaborés.

4.4. Critères de sélection des sujets

Pour être sélectionné, nos participants doivent être soumis aux critères d'inclusion et aux critères d'exclusions.

4.4.1 Critères d'exclusion

Les critères d'exclusion servent à déterminer les individus qui ne font pas partie de l'échantillon. Sont exclu, ceux qui sont anciens au centre et qui subissent les séances de thérapie, sont également exclu les enfants de moins de 15ans.

4.4.2 Critères d'inclusion

Pour participer à nos entretiens il faut :

- être réfugié

- être âgé d'au moins 15 ans car ils sont mieux aptes à répondre à nos préoccupations à partir de cet âge.
- être nouveau dans le centre
- être issu d'une famille plus ou moins nombreuse
- n'avoir pas subi de séance de mise en condition de résilience
- faire partie d'une communauté dans son pays d'accueil

4.4.3. Echelle de sélection des participants

L'échelle de résilience de Wagnild et Young (1993) est un questionnaire permettant de mesurer les traits de résilience chez des sujets à partir d'une cotation de chacun des 25 items sur une échelle de type Likert allant de 1 à 7. Il a été utilisé dans divers contextes et sa validité est bonne. Elle est bidimensionnelle : Compétences personnelles (17 items) et Acceptation de soi et de la vie (8 items). Elle permet d'expliquer 44 % de la variance de la résilience. C'est la version française qui a été utilisée dans cette recherche. Les alphas de Cronbach de la version française pour les dimensions Compétences personnelles, Acceptation de soi et de la vie.

La consigne est d'évaluer dans chaque situation à la fois le niveau de résilience. Sur une échelle de réponse allant de « 1 » (totalement en désaccord) à « 7 » (totalement en accord). Choisissez le chiffre qui correspond le mieux à votre choix sur la carte réponse. Par exemple si vous êtes totalement en désaccord avec le contenu d'un item, choisissez la réponse « 1 », si vous êtes neutre, choisissez « 4 », et si vous êtes fortement en accord, choisissez « 7 » etc.

L'interprétation se fait sur la base du score globalisant donc la moyenne des résultats des sujets est égale à la somme de toutes les observations divisées par les nombres des observations Les conclusions sur le score total sont les suivantes : 0=nul ; 1=mauvais ; 2= passable ; 3=bon ; 4= excellent ; 5= perfection

4.4.3 Procédure de sélection des participants

Pour sélectionner nos participants, nous avons respecté une certaine procédure. L'échelle de résilience a été administrée à 16 réfugiés dès leurs entrées au centre dans le but d'identifier ceux qui sont résilients. A l'issue, nous avons constaté que parmi ceux-ci, 10 sur 16 étaient résilients et les 6 autres étaient non résilients. Seul ceux pouvant élaborer les stratégies de résilience ont été retenus (les résilients) dans le cadre de notre étude. Cette échelle ne pouvant évaluer toutes les composantes de la résilience, seul les composantes personnelles ont été mesurées afin de déterminer le niveau de résilience. Par la suite, nous les avons codifiées

en fonction des initiaux de leur nom et prénom ainsi que les deux derniers chiffres de l'année de naissance. Cette codification nous permet de les reconnaître lors des entretiens. Cependant, soumis aux critères de sélection, nous avons éliminé 03 car ils ne répondaient pas favorablement à nos questions. A la fin de cette procédure nous sommes restés avec 7 participants donc les caractéristiques sont regroupées dans le tableau récapitulatif des participants.

TABLEAU 2 : présentation des participants

N°	Sujets	Genre	Age	Pays d'origine	Lieu d'habitation	religion	Occupation
1	Ben	MASCULIN	28 ans	RCA	Hawaie Escalier	Catholique	Brouettier
2	Tony	Masculin	25 ans	RCA	Odja	Catholique	Aide maçon
3	Marie	Féminin	21ans	RCA	Ngousso	Catholique	Ménagère
4	Robert	Masculin	42ans	RCA	Medong	Eglise pentecôtiste	débrouillard
5	Dany	Masculin	36 ans	RCA	Nkolfoulou	Protestant	débrouillard
6	Angele	Féminin	30 ans	RCA	Nkolfoulou	Catholique	Ménagère
7	Berthe	Féminin	34 ans	RCA	Soa	Protestante	Ménagère

4.5. Type de recherche

Notre étude est une recherche qualitative. La recherche qualitative a pour objet d'étudier les phénomènes humains en vue de plus de compréhension et d'explication. La recherche qualitative est intensive à ce qu'elle s'intéresse surtout à des cas et à des échantillons plus restreints qui sont étudiés en profondeur. Elle permet de rechercher le sens et les finalités de l'action humaine et des phénomènes sociaux. Evidemment, nous cherchons dans cette étude à appréhender la fonction ou le sens qu'a la résilience dans la construction du sentiment social des réfugiés face à la rupture brutale plus, dans ce type de recherche, l'accent est mise sur l'expérience de la personne, telle qu'elle l'a vécue : « l'accent est placé sur les perceptions et les expériences des personnes, leurs croyances, leurs émotions et leurs explications des événements sont considérées comme autant de réalités significatives » (Mayer et al., 2000 P.57). La recherche qualitative accorde une place prépondérante au point de vue

des acteurs ; il s'agit pour nous de rendre compte de la manière donc les réfugiés arrivent à surmonter le traumatisme causé par la situation de rupture. Dans cette perspective, la démarche qualitative fait une large place aux notions de quotidien et de vécu sans lesquelles plusieurs facettes de la réalité psychique peuvent échapper à la connaissance.

4.6. Méthode de Recherche

Méthode vient du grec « methodos » qui signifie « route, voie, direction qui mène à un but » (Nkoum, 2015 p.59). C'est donc le chemin tracé à l'avance pour se diriger vers un but, pour atteindre un objectif. Ainsi, le chemin que nous avons choisi pour l'atteinte de l'objectif de cette étude est la méthode clinique.

La psychologie clinique place la signification, l'implication et la totalité au centre de ses préoccupations et ne souhaite pas désobjectiver la situation.

La « méthode clinique » vise donc à établir une situation de faible contrainte, pour recueillir des informations de la manière la plus large et la moins artificielle en laissant à la personne des possibilités d'expression. Elle refuse d'isoler ces informations et tente de les regrouper en les replaçant dans la dynamique individuelle.

La méthode clinique est le recueil de faits par observation, entretien et analyse des productions du sujet et vise pour Lagache à comprendre la conduite dans sa perspective propre, à relever aussi fidèlement que possible les manières d'être et de réagir d'un être humain concret et complet aux prises avec une situation (Pédinielli & Fernando, 2006 p.43).

Dans le cadre de notre étude, nous avons opté pour la méthode clinique parce qu'elle est une démarche qui se définit avant tout par une prise en compte de la singularité et de la totalité de la situation. Effectivement dans cette recherche, nous envisageons élucider la singularité du réfugié afin d'appréhender les mécanismes mis en jeu par ce dernier pour la construction du sentiment social car la méthode clinique « insiste sur la diversité et non sur la régularité. ».

4.7. Technique de collecte des données

L'entretien en tant que technique de recherche a été défini par Blanchet (1987) cité par Fernandez et Cateeuw (2001, p.74) comme « *un entretien entre deux personnes, un interviewer et un interviewé conduit et enregistré par l'interviewer ; ce dernier ayant pour objectif de favoriser la production d'un discours linéaire de l'interviewé sur un thème défini dans le cadre d'une recherche* ». Nous avons choisi cette technique parce que selon Nkoum

(2015), elle fournit des données d'une grande richesse et fait surgir la complexité du phénomène étudié. Or, saisir la résilience ou comprendre le sentiment social nécessite un afflux de données. Aussi, le sentiment social est un phénomène bien complexe. Il existe trois types d'entretiens. L'entretien directif, l'entretien non directif et l'entretien semi-directif que nous avons utilisé dans cette étude pour des raisons définies.

En vertu des différents éléments reconnus par notre objet d'étude, nous avons voulu avoir une attitude non directive. Ainsi, nous avons opté pour l'entretien semi-directif, étant donné qu'en « recherche qualitative, on recourt plus rarement à l'entrevue standardisée du style « question-réponse ». De plus, l'entretien semi-directif contrairement à l'entretien non directif permet à l'étudiant chercheur que nous sommes de centrer les propos du participant sur certains thèmes propres au sujet de recherche.

D'autre part, l'entretien semi-directif favorise l'expression personnelle du sujet. Il est dit semi-directif en ce sens qu'il n'est ni entièrement ouvert, ni entièrement fermé. D'après Doron & Parot (1998), l'objectif des entretiens semi directif est de recueillir le discours spontané ou semi spontané mais orienté par des questions du psychologue. En général, le chercheur dispose d'un certain nombre de thèmes ou de questions guides, relativement ouvertes, sur lesquels il souhaite que l'interviewé réponde. Il a pour projet d'explorer des thèmes particuliers.

Pour mettre notre dispositif d'entretien en place, nous nous sommes d'abord référés aux conditions minimales définies par Gighlione et Blanchet (1991). Pour ces auteurs, l'entretien est une situation conventionnelle de face à face entre un interviewer et un interviewé, initiée à la demande de l'interviewer qui enregistre et conduit l'entretien. Comme l'expliquent Blanchet et al. (1985, p.51), l'entretien semi-directif cherche à résoudre un problème méthodologique fondamental : « *obtenir à la fois un matériel discursif fiable, c'est-à-dire correspondant effectivement à ce que pense la personne interviewée, et à la fois valide, c'est-à-dire conforme aux objectifs de la recherche* ».

Il existe en fait un schéma d'entretien, définissant une grille de thèmes. Cet entretien est donc « *orienté en fait, même si cela ne devrait pas se sentir, par une liste de thèmes et de sous-thèmes : le guide d'entretien* ».

4. 8. Instrument de collecte de données : le guide d'entretien

Pour la collecte des données sur le terrain, nous avons fait usage du guide d'entretien. Le guide d'entretien est un outil de collecte des données qui sert à recueillir un témoignage verbal de personnes. Il est structuré en partie : une introduction ou préambule, la partie I qui est l'identification des enquêtés, la partie II concerne la présentation du cadre et les autres parties sont des thèmes qui relèvent des hypothèses de recherche. Cet instrument comporte une série de questions ou de thèmes qui devront être couverts pendant l'entretien. Il propose relativement le moment et la manière de les introduire dans la conversation. Ce guide est à la disposition de l'enquêteur pour lui permettre de suivre la méthodologie définie, tout en observant un comportement adéquat lors de l'entretien. Toutefois, il convient de noter que l'ordre d'évocation des thèmes, de même que la formulation des questions peuvent varier au cours de l'entretien.

Thème1 : la mise en place des stratégies personnelles

Thème 2 : qualité d'étayage familial

Thème 3 : l'étayage groupal

Thème 4 : sentiment social

Instrument de collecte utilisé ainsi présenté, passons à la description du déroulement de la collecte des données sur le terrain. Elle s'est effectuée en plusieurs phases.

4.9. Déroulement des entretiens

Nos entretiens se sont étendus sur une période de 2 semaines en la date du 11 au 26 juillet à Trauma Center. Pendant ces deux semaines notre objectif étaient d'accueillir et d'enregistrer les nouveaux arrivants afin de nous entretenir avec eux. Au fil du temps, nous nous sommes rendu compte qu'il était difficile, voire impossible pour nous d'obtenir l'échantillon souhaité. A cause du temps imparti nous avons donc pu accueillir 9 réfugiés et les 7 autres nous avons été obligés de les avoir par étude de dossier et par contact téléphonique. Surtout en respectant les critères de sélection où il fallait être nouveau au centre et n'avoir pas encore subi de séance de thérapie. Mais comme nous l'avons signalé plus haut, nous avons passé une échelle de résilience à chaque réfugié quelques jours avant les entretiens pour mesurer le niveau de résilience ce qui a donné lieu à 10 participants résilients, sur ces 10, 7 participants ont répondu favorablement à nos questions. Après la passation de l'échelle nous les avons programmés pour les entretiens proprement dits. Dans le but de

respecter les règles éthiques de la science, nos entretiens se sont déroulés dans le bureau chargé d'accueil, d'enregistrement et d'orientation des réfugiés.

Tout d'abord nous avons consacré notre première rencontre à l'explication du but de la recherche en cours et des objectifs qu'elle tend à atteindre. Lors de cette période, le participant a lu et signé le formulaire de consentement éclairé leur expliquant le but et les objectifs de la recherche. Lors de cette présente rencontre, il y a eu une période d'échange où nous avons répondu aux interrogations des participants permettant ainsi de clarifier l'étude, de sécuriser le participant et favoriser la création d'un climat de confiance. La confidentialité et l'anonymat leur ont été rassurés.

- La deuxième étape a été le début véritable de nos entretiens avec les participants. Ils ont fait une présentation d'eux même. Il s'agissait en fait de donner les caractéristiques sociodémographiques. Aussi, ils ont parlé des facteurs déterminants leurs capacités de résilience.
- La troisième étape c'est essentiellement focalisé sur le sentiment social, c'est-à-dire sur le sentiment qu'il a vis-à-vis de lui, de la société et de la famille.

Pour ce qui est du timing, les échanges avec Ben ont 30 minutes 13 secondes, Marie 35 minutes, Angèle 33 minutes. Robert 45 minutes à cause de son engouement à s'étendre sur les explications quant à Tony 32 minutes, berthe 29 minutes, Dany 30 minutes. Les entrevues furent enregistrées par le magnétophone de notre téléphone avec le consentement des participants. La retranscription se faisait chaque soir après l'entretien. Les entretiens se sont déroulés dans de bonnes conditions et c'est avec beaucoup d'aisance et de confiance que ces derniers s'exprimaient.

4.10. Techniques d'analyses des données : l'analyse de contenu

Ce n'est ni la représentativité, ni la généralisation mais plutôt la singularité et la fertilité des données non numériques qui intéressent dans la recherche qualitative (Paillé, 1996). Cette préoccupation rencontre le postulat de l'analyse qualitative à l'effet que « l'essence de la signification du phénomène étudié réside dans la nature, la spécificité même des contenus du matériel étudié plutôt que dans sa seule répartition quantitative » (L'Écuyer, 1990 p.31). Aussi, comme le font remarquer Gighlione et Blanchet (1991, p.57) « le discours produit par un entretien de recherche est un ensemble complexe d'énoncés ». Il peut se prêter à plusieurs types d'analyses. Nous avons choisi de procéder par l'analyse qualitative, plus précisément l'analyse de contenu.

➤ L'analyse de contenu

L'analyse de contenu consiste à lire le corpus fragment par fragment pour en définir le contenu et le coder selon des catégories fixées à priori ou établies au cours de la lecture. En effet, il s'agit d'une analyse qui porte sur « les contenus, unités de signification supposées véhiculées par un contenant (le langage), traversant donc ou ignorant sa réalité matérielle » (Giust-Desprairies et Lévy, 2003 p.290, cité par Yambessa, 2016). L'opération tient à sélectionner, condenser, catégoriser, regrouper et organiser l'information. C'est donc une mise en ordre systématique du contenu manifeste d'un discours (Berelson cité dans Giust-Desprairies et Lévy, 2003 cité par Yambessa, 2016) que nous avons mises en place. Nous avons choisi de faire une analyse de contenu cas par cas à cause de la description explicite et concise de nos participants ainsi que des données recueillies lors de nos entretiens. Cela permet une meilleure compréhension des cas analysés, et une aisance dans la description des stratégies qui entre en jeu dans la résilience et la construction du sentiment social des réfugiés.

Pour la mener à bien, nous nous sommes référés aux principes de l'analyse thématique telle que définis, qui s'utilisent dans le cadre de l'analyse de contenu de récits de vie. Même si notre mode d'entretien ne relève pas à proprement parler du récit de vie, cependant, nous explorons le vécu. Ainsi, les principes d'analyse utilisés dans ce cadre nous apparaissent pertinents pour notre recherche. Ceci, parce ces principes permettent d'effectuer une série d'opérations destinées à « l'interprétation d'un corpus abondant, multiforme et foisonnant d'information », avec l'intention d'appréhender sa multiplicité, sa complexité, sa richesse.

Afin de préciser cette notion cruciale d'interprétation, on peut se référer à Robert et Bouillaguet (1997, p. 35) cité par Yambessa (2016, P.80) qui, dans leur ouvrage consacré à l'analyse de contenu, la définissent comme « l'action d'inférer, d'accomplir une opération logique par laquelle on tire d'une ou plusieurs propositions (en l'occurrence les données établies au terme de l'application des grilles d'analyse) une ou plusieurs des conséquences qui en résultent nécessairement ». Il s'agit, ajoutent les auteurs, de justifier la validité de ce qu'on avance à propos de l'objet étudié en exposant les raisons de la preuve. C'est ce que nous nous sommes attelés à faire en s'appuyant plus précisément sur l'analyse thématique.

4.11. Considérations éthiques

Les études en sciences humaines et sociales sont particulières dans la mesure où elle porte sur des êtres humains, avec tout ce que cela peut comporter d'incidence sur leur vie, leurs droits et leur dignité. Il est donc indispensable pour l'étudiant chercheur d'encadrer ses habiletés techniques par un certain nombre de règles déontologiques. Les participants ont été informés de la nature de la recherche, des buts poursuivis de l'utilisation des résultats et du comment nous avons procédé pour entrer en contact avec eux. Les participants étaient entièrement libres d'accepter ou de refuser de participer à la recherche et ce, sans aucune conséquence. Une formule de consentement à participer à la recherche et à l'enregistrement des entretiens a été signée par chaque recrue. De plus, le contenu des entretiens est resté anonyme et confidentiel. Nous sommes conscients qu'explorant le vécu du participant, ce dernier doit faire appel à des expériences douloureuses. C'est pour cette raison que nous nous sommes assuré, d'une part, qu'ils participent sur une base volontaire et qu'ils aient accès à des ressources pertinentes au besoin. Par ailleurs, nous nous sommes montrés sensibles aux comportements non verbaux du répondant lors des entrevues afin de détecter tout signe de détresse. Advenant qu'un participant soit devenu anxieux lors des entrevues, il a été convenu de ne pas le contraindre à témoigner d'aspects trop difficiles à aborder, lui rappelant ainsi son droit de poursuivre sa participation à la recherche et sa liberté de ne raconter que ce qu'il désire partager.

Nous retenons de ce cadre méthodologique que nous avons fait usage de la méthode qualitative. Nous nous sommes principalement basé sur l'étude de cas. Cette méthode a été choisie par sa capacité à fournir une analyse en profondeur des phénomènes dans leur contexte. La recherche qualitative qui a pour objet d'étudier les phénomènes humains en vue de plus de compréhension et d'explication a été notre type de recherche. Suivant nos critères d'inclusion, d'exclusion et l'échelle de résilience de Wagnild et Young (1993), nous avons identifié les réfugiés qui, malgré les traumatismes ont pu surmonter leur situation afin de s'adapter à leur nouveau cadre de vie ce qui nous a permis de choisir un échantillon de 7 réfugiés donc trois (3) hommes de 25 à 42 ans et 4 femmes de 21 à 36 ans tous résilients. Après l'élaboration du guide d'entretien, les données ont été collectées au travers des entretiens semi-directifs. La technique d'analyse de contenu des entretiens axée sur le repérage des thèmes significatifs sera utilisée pour l'analyse des résultats.

CHAPITRE V : PRESENTATION ET ANALYSES DES RESULTATS

Dans cette partie, nous présentons et analysons les résultats de notre recherche. La première section a trait à la présentation des participants. La seconde traite de la mise en place des stratégies personnelles de la résilience. La troisième est la qualité d'étayage familial. La quatrième fait état d'étayage groupal favorisant le processus de résilience chez les participants. La cinquième section aborde le sentiment social chez le réfugié.

5.1. Présentation des participants

Dans le but de conserver l'anonymat de nos recrues, nous leur avons attribué des pseudonymes. Il sera question de Ben, de Marie, Tony, Robert, Dany, Berthe et enfin Angèle. Notons que les entretiens se sont faites de manière individuelle dans le but de contrôler les effets des variables parasites et pour que le point de vue de l'un n'influence sur celui de l'autre.

5.2. M.Ben

Ben, jeune centrafricain âgé de 28ans, est réfugié au Cameroun depuis 2015. Du groupe ethnique Mandja, il a exercé le métier de coiffeur dans son pays en plus de cela il a le BEPC. Il est d'une fratrie de 5 enfants donc deux sœurs tous en à Bangui avec leur maman mais ces deux frères ont été tué ainsi que les autres membres de la famille. Il est catholique mais la famille est musulmane.

5.2.1. Histoire de vie de Ben

Ben est venu avec sa fille de 2ans au Cameroun, grâce à l'ami de son frère qui est décédé. Celui-ci étant chauffeur Camion l'a transporté pour ici. Il vit donc chez ce monsieur avec la femme de celui-ci dans une chambre où il dort au sol avec sa fille. Il vit dans une situation désastreuse. Aujourd'hui il n'a plus de métier et passe tout son temps à travailler chez cette femme, car dit-il : *« je lave les assiettes, je nettoie les alentours de la maison elle ne fait rien seulement sortir et rentrer le soir je suis devenu son esclave, elle me maltraite et ça me faire mal »*. Il est maltraité car il dit : *« il y a les jours ou elle prépare elle ne me donne pas elle donne à l'enfant les jours où elle ne nous donne même pas »*. En plus de cela, il souffre de l'absence de la mère de ses enfants qui est restée à Garoua Boulai avec une de ses

filles. C'est donc à cause de ses problèmes que l'un de ses voisins lui a indiqué le Trauma centre pour qu'il vienne poser ses problèmes.

5.2.2. Présentation des résultats des entretiens de M. Ben

C'est en nous appuyant sur les différents thèmes abordés lors de nos échanges que nous allons développer cette présentation.

5.2.3. Mise en place des stratégies personnelles de la résilience

Elaborer des stratégies personnelles est le fait pour un sujet de pouvoir mobiliser ou mettre sur pied, voire même développer des mécanismes individuels (ce qui lui est propre) qui vont lui permettre de se reconstruire, de surmonter les difficultés et les traumatismes auxquels il fait face, afin d'aller de l'avant. Cette résilience personnelle se matérialise par la bonne estime de soi, une confiance en soi et l'autonomie.

➤ Estime de soi

En psychologie, l'estime de soi est un terme désignant le jugement ou l'évaluation faite sur un individu en rapport avec sa propre valeur. Pour surmonter le traumatisme, il faut renforcer l'estime de soi et le sentiment de sa propre compétence. L'estime de soi est une caractéristique souvent citée comme un facteur protecteur participant à la résilience. Lorsque l'individu accomplit une chose qu'il pense valable, celui-ci ressent une valorisation et lorsqu'il évalue ses actions en opposition à ses valeurs. Cette estime de soi s'observe chez de nombreux réfugiés par un sentiment de valorisation, d'amour de soi qui favorise sa relation à l'autre. Cela a été retrouvé dans les propos de Ben. Lorsqu'il dit, : *« je suis fière de moi depuis que je suis au Cameroun car j'ai la santé et je ne vis pas en pensant que je peux mourir du jour au lendemain comme c'était le cas dans mon pays ma situation a changé »* Ben a également éprouvé de l'amour vis à vis de lui car dit-il : *« là c'est avant que j'avais ce problème il m'arrivait même parfois de penser au suicide mais, depuis que j'ai essayé d'oublier, de surmonter tout va bien pour j'ai accepté ma situation et je vis normalement même s'il y a des moments où les souvenirs me hante mais j'essaye de me détourner de ça. Ici je suis motivé à vivre ; je sais que j'ai la valeur devant les gens »*.

En plus de ce sentiment de valorisation et l'amour pour soi Ben parvient à étendre sa relation avec les autres. Ben, malgré les événements vécus parvient à se rapprocher des autres, d'interagir avec eux *« je vais chez mes voisins on discute ensemble, on n'échange ça me permet de me sentir à l'aise »*.

➤ Confiance en soi

La confiance en soi se définit comme la croyance en soi et en ses potentialités. L'individu se sent en confiance quand il est capable d'apporter des solutions aux problèmes de sa vie. A cet effet, l'individu se sent parfois dans une situation de perte ou il ne se sent plus en confiance ou il pense que tout est fini pour lui ce qui le pousse vers un complexe, une démotivation, une incompétence sociale ainsi qu'une absence de prise de décision. Ben l'approuve quand il dit : *« je ne suis pas moi complexé par ma vie je rends grâce à Dieu parce que je suis encore en vie certains sont morts ! Suis motivé à vivre ça fait je ne me décourage pas. Je crois en moi je sais qu'un jour les choses vont changer j'ai confiance en moi et aux choses que j'entreprends faire ; je n'échoue jamais quand je veux faire quelques choses vous comprenez. Je me sens très capable de travailler de me battre pour survivre. Aujourd'hui je me débrouille pour venir en 'aide au gens qui sont avec moi et j'envoie souvent l'argent à ma mère qui est déjà vieille donc je ne me sens utile. Je suis très compétent même si je trouve n'importe quel travail je veux faire. En dehors de la maladie qui peux m'empêcher de me battre il rien d'autre »*. Nous voyons là que Ben a confiance en lui malgré les difficultés qu'il rencontre. Il parvient à surmonter les obstacles de sa vie car la confiance en soi est une manifestation de la résilience ce qui concourt à la construction du sentiment social.

➤ Autonomie

L'autonomie est le fait pour un individu de produire par lui-même, d'être indépendant. Par contre la perte d'autonomie est le fait pour un individu d'avoir perdu sa liberté de n'être plus capable d'agir, de jouer un rôle qui lui permettait de s'épanouir ce qui le pousse à être dépendant. Le réfugié malgré les pertes occasionnées par les ruptures, n'a pas perdu toutes ses capacités malgré qu'il ait perdu son statut social, sa famille, des tortures et des violences tant physiques que psychologiques. C'est ce que nous observons chez Ben quand il mentionne : *« j'essaye quand même de me battre pour survivre même si ce n'est pas facile. Ici je suis brouettier à Mokolo je n'ai pas baissé les bras je sais que ma vie va changer. Bien que ce soit difficile je parviens quand même à me décider. J'ai pris la décision de ne plus penser à mon passé parce que je veux vivre je veux tout oublier ; je ne passe pas mon temps à demander les choses comme je vois les autres faire je me débrouille tout seul je n'ai besoin de l'aide de personne car ma mère m'avait toujours dit de ne pas compter sur les autres. Je m'occupe de ma fille de deux ans pour cela je sais que je vais travailler très dur pour qu'elle ne vit pas mal. Aujourd'hui j'entreprends faire une formation pour changer mon*

métier car ça me casse trop c'est pourquoi je suis venu vous voir si vous pouvez me venir en aide, je ne peux pas m'en sortir tout seul ». Nous convenons avec Ben qu'il a mis les stratégies en place pour favoriser son autonomie il travaille durement pour pourvoir subvenir à ses besoins ainsi que celui de la famille, ce qui fait de Ben un homme autonome et responsable. Il se bat pour ne pas perdre le goût de ses activités malgré ses souffrances. Ceci étant, Ben dans ces propos, montre qu'il est très sociable. Il affirme : *« moi je ne m'isole pas je fais tout et tout pour à aller vers les autres plutôt c'est quand tu restes seul que tu commences à réfléchir. Je préfère aller vers les autres pour éviter de penser et de réfléchir. Mais il m'arrive parfois de m'isoler ».* A cela, s'ajoute un d'intérêt pour les activités.

L'individu accorde beaucoup d'intérêts également pour les activités qui le passionnent ce qui permet son insertion sociale. Suivons Ben : *« moi mon problème avec mon métier c'est tout simplement parce que c'est que ça m'épuise en dehors de ça je n'ai pas autre problème avec mon métier c'est ça qui me nourrit donc je ne peux pas me décourager si je me décourage je vais faire comment ».* A travers ses propos nous constatons que malgré que Ben ait rompu avec tous ses liens, continue à mener ses activités sans se décourager ce qui concoure à la construction de son sentiment social.

5.2.2 Qualité d'étayage familial

L'étayage est considéré comme le support, c'est à dire celui sur qui on s'appuie pour vivre. L'étayage familial ici renvoie à l'ensemble des personnes (parents, frères, membres de la famille) qui peuvent servir de support pour les personnes victimes de situations traumatiques. Or, Ben dans ses propos, montre que la qualité de support familial n'est pas assez bonne ainsi, son discours relève : *« ma mère est à Bangui avec mes deux sœurs, mon frère est mort ainsi que mon père et ma femme a disparu avec ma fille je n'ai plus leurs nouvelles. »* par ailleurs nous comprenons que celui-ci vit dans une situation de rupture totale de la famille qui était considérée comme base de sécurité pour lui ce qui laisse croire qu'il y a une défaillance des liens d'attachement au sein de la famille. Dans les propos de Ben nous pouvons l'entendre : *« je ne suis pas en contact avec ma famille car il ne m'appelle pas moi aussi. Il me manque beaucoup ».* Ce manque amène parfois l'individu vers un repli sur soi. Affirme Ben : *« ce manque a entraîné chez moi un retrait (...) parfois je suis présent de corps et absent d'esprit c'est pour ça que je reste en retrait, j'ai perdu ce que j'avais de plus chère dans ma vie : ma famille ».* C'est cette mauvaise qualité de lien qui met les membres de la

famille dans une situation conflictuelle car il n'y a aucune base solide d'attache que ce soit au sein de la famille d'accueil que dans la famille d'origine

La qualité de communication fait référence dans cette étude à la manière de vivre au sein de la famille. Si la communication est mauvaise, alors elle doit faire naître les mésententes, les conflits et voire même les dislocations familiales ; si elle est bonne, il doit exister une cohésion et une entente au sein de la famille. Cependant, il affirme qu'il n'y a pas l'entente au sein de sa nouvelle famille d'accueil lorsqu'il affirme : *« la copine de l'ami de mon feu frère me parle mal devant ma fille, elle m'insulte, et nous maltraite, elle bat ma fille de 2 ans. Elle monte parfois son mari contre moi (...). Je veux quitter cette maison pour me sentir à l'aise »*. Nous voyons que la communication est mauvaise car il existe plutôt des mésententes et des conflits, ce qui pousse à la séparation de la famille. La mauvaise qualité des liens d'attachement et une mauvaise qualité de communication au sein de la famille est un frein à l'épanouissement de l'individu et donc constitue, un obstacle immense dans le développement de celui-ci. Car la famille est considérée comme le principal facteur de résilience.

5.2.3 Étayage groupal

Le groupe est une organisation de personnes entretenant des relations d'équilibre, recherchant un même but et ayant une conscience d'appartenance ou de groupe. L'étayage groupal est l'ensemble de personnes accessible dans l'entourage (communauté) et sur lequel l'individu peut s'appuyer pour obtenir de l'aide. En situation de crise, de manque, d'insuffisance, l'absence de soutien de la part du groupe peut laisser l'individu dans une position vulnérable, propice à un état de déséquilibre. Ben est dans une communauté car dit-il : *« j'assiste à la réunion communautaire des réfugiés du HCR »*. Mais malgré qu'il soit dans cette communauté, il rencontre encore des problèmes pas parce que ceux-ci ne lui apportent pas de l'aide, mais à cause de sa situation personnelle. Dans ces propos il raconte : *« je peux dire que nous sommes soutenus par le HCR car il délivre de la carte de réfugié c'est ça qui nous permet de circuler librement seulement en dehors de ça il ne fait rien d'autre, ce sont mes voisins qui me soutiennent je suis venu ici au centre à travers l'aide de mon voisin qui a vu comment je souffre et m'a donné l'argent du taxi pour que je viens ici »* il n'a pas de lieu d'habitation car dit-il : *« dans mon quartier je ne me sens pas trop réfugié il font tout pour me rendre heureux surtout le monsieur avec qui je suis venu ici il ma soutien vraiment. A travers ce discours nous voyons que dans sa communauté, il y a un lien de solidarité ceci en*

sens qu'il est soutenu, ce qui l'amène à partager ses difficultés : *« on se partage les problèmes comme je vous ai dit là c'est parce que j'ai expliqué mon problème à mon voisin qu'il m'a envoyé ici. Nous nous aimons vraiment, j'ai été très surpris par leur accueil car ils m'ont bien accueilli. Ils viennent souvent donner à manger à ma fille et parfois c'est elle qui part là-bas »*. Nous voyons que Ben est vraiment assisté par son groupe qui n'est rien d'autre que son environnement social. Ceci montre la présence d'un lien de solidarité

A cela s'ajoute la présence d'une dynamique de groupe. La dynamique de groupe étant le lieu où l'on fait naître les synergies et les liens de créativité. Il s'agit ici de mettre en commun des points de vue pour pouvoir élaborer ensemble un projet de vie qui fera appel à la créativité de chacun. Or nous constatons que cette dynamique de groupe est présente car ils sont soutenus par les membres de groupes ils coopèrent vraiment ensemble chez Ben ainsi nous pouvons le relever dans les propos de celui-ci : *« nous sommes qu'en même soudé car on s'entraide quand quelqu'un a un problème on le vient en aide dans ce groupe. On se soutient vraiment »*. De cette analyse il ressort qu'il existe une synergie et des liens de créativité dans ce groupe. Le réfugié lui, il vit dans des situations où il a besoin de la main tendue en d'autres termes ce que Cyrulnik a nommé de maillot de tricotage pour lui permettre de résister au traumatisme afin d'aller de l'avant.

5.2.4. Sentiment social

C'est le sentiment que l'individu a de lui-même, d'autrui proche et d'autrui lointain. Ce sentiment social prend appui sur les relations interpersonnelles pour se développer. Mais les événements de vie peuvent soit entraver, soit favoriser cette construction du sentiment social. C'est ce que nous observons chez Ben. Il éprouve le sentiment d'espoir, de fierté, il se sent utile mais quelques fois, il est triste puisqu'il dit : *« je sais que les choses vont changer dans ma vie tôt ou tard (...) je suis très fière de moi car je suis en vie, je réfléchis trop et ça me rend triste »*. Par ailleurs, il ressent de l'amour envers ses proches car il a de l'estime pour eux. Il dit les considérer comme son semblable c'est avec eux qu'il entretient des relations *« c'est vrai qu'elle me menace beaucoup et me déteste, mais moi non je la considère comme membre de ma famille, elle m'a accepté chez elle je la respecte beaucoup je la bénis »*. Il montre également que c'est grâce aux autres qu'il est encore en vie *« je considère les autres comme moi-même car ils m'ont accepté malgré tout, m'ont accueilli et ont pris soin de moi jusqu'à présent je demande à Dieu que je sers de les bénir »*. Nous

voyons ici que malgré que Ben soit en conflit avec les autres il éprouve plutôt le sentiment d'amour vis-à-vis du prochain.

Le discours de Ben ainsi présenté et analysé nous allons aborder le cas de Marie.

5.3. Le cas de Marie

Marie âgée de 21ans, est une jeune fille de nationalité centrafricaine plus précisément de la tribu des Mbaya. Elle s'est réfugiée au Cameroun pour des raisons de guerre depuis 2014. Elle est d'une famille de 6 enfants dont elle est la 3eme née. Elle est célibataire et n'a pas d'enfant. Elle n'a arrêté ses études en classe de 6^{ème}. A Partir de son discours nous pouvons dire qu'elle est une fervente croyante de la doctrine Catholique. Elle joue le rôle de femme de ménage depuis son arrivée.

5.3.1. Vécue de la situation de Marie

Marie jeune réfugiée qui, à cause de la guerre, est venu au Cameroun où elle a fait 2 semaines dans un camp à Bertoua et ne pouvant pas s'adapter aux conditions de vie de ce camp est arrivée à Yaoundé où elle est accueillie par une femme centrafricaine. Avant celle-ci, elle vivait dans une famille bété où elle jouait le rôle de ménagère et mais elle souffrait tellement qu'elle a rencontré la femme centrafricaine. Elle vit dans un chantier avec cette femme et ses deux enfants donc le propriétaire leur demande de sortir. Elle raconte que lors de leur fuite, elle a été violée et a perdu ses parents. Elle signale que depuis ce jour elle n'a plus de leur nouvelle. Cette situation a entraîné chez elle le mal de nerf. Elle est donc venue au centre pour besoin de prise en charge. Cette situation a affecté son psychisme et constitue de ce fait une barrière pour le développement de sa personnalité.

5.3.2 Présentation et analyse du cas de Marie

Pour mieux cerner notre analyse nous allons aborder les différentes thématiques de notre guide d'entretien.

5.3.3 Mise en place des stratégies personnelles

Face aux problèmes de la vie, l'individu élabore toujours des mécanismes qui lui sont propres et pouvant lui permettre de surmonter les ruptures et les difficultés qu'ils rencontrent. Nous voyons que de nombreux réfugiés à l'instar de Marie essaye de mettre en place des moyens leurs permettant de gérer les problèmes qu'ils rencontrent même si cela est

difficile. Celle-ci peut toucher de nombreuses fonctions de la personnalité telle que l'estime de soi, la confiance en soi et sa capacité à être autonome.

En effet, il ressort des propos de Marie qu'elle a une estime de soi assez élevée malgré les traumatismes vécus, on constate qu'elle a une bonne estime de soi ce qui contribue à un sentiment de valorisation, d'amour pour soi. D'où sa capacité à entrer en relation avec autrui. A ce titre Marie dit : *« bien sûr, je sais que j'ai de la valeur, je suis importante même si les gens ne reconnaissent pas, je suis fière de ce que je suis malgré que je ne sois pas dans mon pays »*. Nous voyons là, une valorisation de soi. Ce qui lui a permis de construire un sentiment d'amour vis-à-vis d'elle. Suivons Marie : *« oui je suis contente de moi, je fais ma vie comme les filles de mon âge et je me sens bien »*. Bien que Marie soit dans une situation de rupture familiale, elle a essayé de se rapprocher des autres. Il a des moments où elle parvient à se rapprocher des autres. C'est ainsi que ces propos révèle : *« j'essaye parfois de me rapprocher des autres d'entrer en relation avec eux, de dialoguer, mais il y a aussi des moments que je ne veux même pas causer ni parler, mais j'essaye quand même, je ne reste pas trop dans mon coin ce qui me dérange c'est seulement l'absence de mes parents je n'ai pas leur nouvelle »*. Ceci montre que, malgré quelques difficultés Marie parvient à aller vers les autres ce qui lui permettrait si possible la mise en confiance de soi.

La confiance en soi pousse l'individu à la réalisation des projets de vie, à utiliser ses compétences, ceci parce qu'il croit en lui, il ne doute pas de sa capacité à créer ce qui se traduit soit par la motivation, soit par ses aptitudes à prendre les décisions dans ses projets. Bien qu'elle ait connu des ruptures, elle a confiance en elle. Ceci s'est fait ressentir à travers ses propos : *« je n'ai pas de formation professionnelle je n'ai pas fréquenté mais je sais que je vais réussir si je me mets au travail je vous dis que je vais réussir je crois en ce que Dieu m'a donnée. Je me suis engagée depuis que je suis au Cameroun, je me bats et j'ai confiance. Je me sens compétente je te dis ça parce que je n'ai plus personne de ma famille ici pour me soutenir »*. Marie dit qu'elle s'en donne toujours lorsqu'elle mène une action car dit-elle : *« je ne me décourage pas quand je fais quelle chose, je n'ai pas honte de moi aujourd'hui je pars de maison en maison pour demander les habits à laver et ça ne me dérange pas ! »*. D'autre part, elle se sent démotiver nous pouvons l'entendre dans ces propos : *« je suis souvent décourager surtout quand je pense à la manière donc je vivais chez nous »*, malgré ceci, elle parvient à être compétente et favorise la prise de décision : *« je prends les décisions difficilement mais dès que je parviens à prendre je les mène à bout »*.

Nous avons enfin l'autonomie. On note ici que malgré la perte de sa famille, de son pays, Marie n'a pas perdu son autonomie car dit-elle : *« aujourd'hui je mange sans compter sur quelqu'un alors qu'au départ on faisait tout pour moi, je parle déjà comme les autres filles de mon âge s'il y avait même les moyens je retournerais à l'école pour apprendre mais comme c'est impossible pour moi chaque mois je cotise mon argent pour pourvoir faire une formation qui va me permettre de travailler et être indépendant »*. Cette autonomie a engendré chez elle une propension à la sociabilité, un intérêt pour ses activités. Marie affirme. *« Dans mon quartier je collabore avec tous mes voisins même ou je pars laver les habits on s'entend bien et ils m'écoutent aussi je ne me repli pas sur moi je dialogue beaucoup et j'aime moi faire les commentaires je me sens très à l'aise ici »*. Nous comprenons à ce niveau qu'en plus de ce que nous avons cité plus haut de son discours il en ressort également un intérêt pour les activités.

5.3.4Qualité d'étayage familial

La famille joue un rôle essentiel dans la construction d'un processus résilient. De ce fait, une situation familiale peut influencer la manière dont l'individu pourra interagir et faire face aux événements qui se présenteront à lui. Lorsqu'une personne est victime d'un traumatisme psychique, sa famille est aussi impliquée par les liens qui les attachent. Ainsi, la résilience familiale se définit comme *« la capacité développée au sein d'une famille, elle-même éprouvée à soutenir et aider un ou plusieurs de ses membres victimes de circonstances difficiles, ou à construire et offrir une vie riche et épanouissante à chacun de ses membres malgré des événements ou un environnement difficile auxquels l'ensemble est soumis »*. Marie vit dans une situation où il n'y a aucun soutien de la part de sa famille. Elle a rompu tout liens avec ceux sur qui elle s'appuyait pour surmonter les difficultés de sa vie. Le lien d'attachement n'étant pas solide, elle a entraîné une désorganisation au sein de celle-ci *« je ne sais même pas si les autres sont en vie, je n'ai plus leurs nouvelles. Je ne sais même pas s'il me cherche aussi. J'ai besoin de leur soutien pour réussir, je ne suis pas heureuse, je suis triste, je me sens seul, je vis dans la solitude. Je n'ai pas de camarades »*.

De cette analyse il ressort qu'il existe plutôt une défaillance du soutien de la part de la famille de Marie ceci en ce sens que les liens d'attachement ne sont pas de bonne qualité ce qui a conduit au rejet de contact au sein de la famille un repli sur soi et un sentiment de méfiance. Par conséquent cela affecte la qualité de communication au sein de la famille.

La communication est au cœur de ce qui crée le soutien mutuel et est l'élément essentiel de la mise en place d'une solidarité entre les personnes. Ceci étant, la qualité de communication fait référence ici à l'ambiance qui règne au sein de la famille, elle permet de renforcer l'amour et la solidarité par le dialogue. La mauvaise qualité de communication met la famille dans une situation de mésententes, de divorce et ainsi qu'aux conflits familiaux. Ce qui pousse le sujet à dire qu'il a un mauvais support familial car celle-ci ne joue pas pleinement son rôle. Marie relate que la communication n'est pas bonne au sein de sa nouvelle famille car dit-elle : *« c'est vrai qu'au départ elle me considérait comme sa fille, mais depuis qu'on nous demande de libérer le chantier, elle me fait les problèmes, elle se plaint que je ne lui apporte rien, que les filles de mon âge apportent l'argent à la maison ça me fait pleurer on se chamaille. Comme vous voyez elle m'insulte et me traite de tout. Elle ne me donne plus à manger et on ne se parle plus. C'est cause de ça que je suis venu ici je veux aller vivre ailleurs »*. De ce discours il ressort que dans la famille de Marie il n'y a pas d'entente. Car le dialogue est défaillant d'où la naissance de conflits et même des séparations familiales car elle veut quitter la maison familiale pour aller vivre ailleurs du fait qu'elle ne sent plus protégée ce qui constitue donc un facteur responsable de son inadaptation à la nouvelle société.

Etant donné que la famille n'apporte aucun support, le réfugié va chercher dans sa communauté du support ou un réseau de soutien.

5.3.5 L'étayage groupal

Les personnes victimes de ruptures brutales ont besoin des groupes pour s'identifier, afin de s'adapter à leurs nouveaux modes de vie et à leur nouvel environnement. Ils vont à la recherche de la nouvelle communauté, d'un nouveau groupe d'appartenance (église, institution, foyer, école et bien d'autres) pour être écouté, pour partager ses difficultés, afin qu'on lui apporte de l'aide tant morale que financière. Mais malgré la situation vécue par celui-ci, ces groupes pour la plupart des groupes de soutien et viennent en aide aux nécessiteux. Marie nous le démontre : *« je parts à la réunion du HCR. Il nous aide bien en plus de la carte de séjour il nous donne les savons et les garnitures chaque mois pour qu'on se gère avec »*. En plus elle va auprès de ses frères centrafricains pour chercher leur soutien : *« je suis dans une communauté des centrafricains de Yaoundé ; elle ne nous vient pas vraiment en aide mais là-bas on lance les divers on rit et ça nous fait oublier les problèmes oui c'est vrai qu'en même qu'on se partage les difficultés qu'on rencontre et on réfléchit pour*

trouver les solutions mais l'aide financier je dirai non car tout le monde est dans la même situation ». Le soutien qui est accordé à Marie par son groupe est un facteur de la résilience. Par ailleurs, un autre facteur est la présence de dynamique de groupe. Elle se perçoit dans le discours de Marie lorsqu'elle dit *« on s'entend vraiment bien là-bas, ils nous écoutent. Ils sont en train de nous faire de petites formations ».* A partir de là, nous pouvons dire qu'elle est soutenue par son groupe même si cela est partielle. Ce qui à entrainer chez Marie une capacité à construire son sentiment social.

5.3.6 Sentiment social

Le sentiment social est le besoin de se lier aux autres, de s'identifier. Pour se former, s'épanouir elle doit se développer par les échanges avec les autres. Si le sentiment social est construit, l'enfant gagnera plus les amis et trouvera aussi de l'intérêt à toute les questions qui touchent l'humanité, sa conduite et son point de vue sera ajusté pour le bien être. A travers l'aide de son environnement, Marie essaye de s'insérer dans la société et donc a construit son sentiment social. Ce sentiment se construit vis-à-vis de lui, vis à vis de son entourage proche et vis-à-vis de la société lointaine. Pour ce qui est du sentiment vis-à-vis de soi, Marie éprouve le sentiment d'amour, de bien être malgré les évènements traumatiques, mais beaucoup plus de l'espoir ceci se justifie par : *« je me sens bien c'est l'essentiel malgré que j'ai été violée je m'aime c'est pour ça que je me bats pour rester en vie je suis fière de moi et j'ai espoir en mon avenir suis fière de ce que je suis et je remercie Dieu ».*

Par ailleurs, à travers ses propos, nous pouvons sous-entendre qu'elle éprouve du mécontentement, de la colère, de la haine, l'abandon vis-à-vis de son entourage en l'occurrence ses parents : *« les gens me chiffonne, me traite de réfugié quand je lave leurs habits (...) mes parents m'ont abandonné, je suis très en colère contre eux si bien qu'il m'arrive de penser du mal d'eux, ils pensent que je suis où, que je vis comment ? comme je vous dis là j'ai très mal ».* D'un autre point, elle ressent de la haine, la crainte et de la méfiance vis-à-vis de la société (hommes). Elle se révèle dans ses propos *« ils m'ont violé, battu, et ont tué les gens devant moi. J'ai peur des hommes, ce qui fait que je n'aime même pas voir un homme. Je souffre comme ça à cause d'eux. Ils me dégoutent. Je souffre comme ça mais il n'y a personne qui va me venir en aide comment voulez-vous que je les prends en compte ».* Ces situations traumatiques tels que le viol, la torture sont la source de nombreux sentiments face aux autres ce qui reste encore un obstacle à la construction de son sentiment social car elle évite tout le monde et croit que les autres sont la source de ses malheurs. D'où

la méfiance, la crainte, la haine et le mécontentement. Cependant du fait qu'elle a pu surmonter ces situations, elle pourra construire son sentiment social.

Ainsi achevé la présentation et l'analyse des données du cas Marie, nous allons nous intéresser au cas Robert.

5.4. M. Robert

Robert, originaire de la Centrafrique, plus précisément de la tribu Mandja réfugié au Cameroun à cause de la guerre depuis 2015. Agé de 42ans ans, il est l'ainé d'une fratrie de 4 enfants et père de 5 enfants. Ce dernier est chrétien pratiquant de l'église pentecôtiste et en ce qui concerne son niveau d'étude, Robert a Bac +1. Actuellement il n'a presque pas de profession fixe, car il fait tout ce qu'il voit. A travers son discours on relève qu'il est un homme autoritaire, impulsif et colérique.

5.4.1. Histoire de vie de robert

Robert, à cause de la guerre a fui son pays avec sa femme et ses enfants pour se réfugier au Cameroun. Etant dans son pays il occupait des grands postes de responsabilité dans l'administration. Il dit à ce sujet *« je suis un responsable dans l'administration de mon pays et à travers mon travail j'ai su gérer ma famille comme il faut (...) dans mon pays j'étais libre mais depuis la guerre ma situation a changé »*. Suite à cela, il a rompu avec son statut social, il a perdu son rôle de père de famille, sa culture, ses biens ainsi que les membres de sa famille c'est dans ce sens qu'il déclare : *« les membres de ma famille sont dispersés l'un est au Togo et l'autre à Douala et le dernier je ne sais où, ma maman a été tuée ainsi que mon papa. Ma femme ne pouvant pas supporter mon statut de misérable, m'a quitté pour un autre ici, mes biens matériels ont été vendus au prix de rien pour subvenir aux besoins de ma famille (...) je n'ai plus de moyens, il ne me reste plus rien, je suis dans un état terrible »*. Il vit depuis son arrivé dans un chantier en construction ou il a été victime ainsi que son fils de plusieurs accidents dans ce chantier il affirme : *« la fosse c'est écroulé sur moi pendant que je creusais, le fer a déchiré le ventre de mon fils comme cela ne suffisait pas, il s'est cassé le bras »*. En plus des difficultés vécues lors de sa migration ainsi que celle rencontrées dans son pays d'origine, Robert éprouve des difficultés à s'adapter à son nouvel environnement à cause des situations de vie stressantes de ce nouveau milieu. C'est suite à cela qu'il est donc venu au centre pour qu'on l'aide à sortir de ces situations afin qu'il puisse vivre une vie normale.

5.4.2 Présentation et analyse des données thématiques de Robert

Notre travail ici va consister à présenter et à analyser les données thématiques qui sont d'une part l'élaboration des stratégies personnelles de résilience, la qualité d'étayage familial, l'étayage groupal et d'autre part le sentiment social que nous allons étudier le cas de Robert.

5.4.2 Mise en place des stratégies personnelles

Le discours de Robert s'élabore à partir de trois caractéristiques mises en place pour faire face aux situations délétères de sa vie. Ainsi, il s'agit de l'estime de soi, la confiance en soi et l'autonomie.

▪ Estime de soi

La vie des personnes victimes du traumatisme psychique se caractérise par une faible estime de soi qui peut aller jusqu'à contraindre le fonctionnement de la personnalité du sujet. Cependant, l'individu développe les stratégies pour surmonter ces traumatismes ce qui doit améliorer son estime de soi. De ce fait, l'individu se trouve dans une posture de valorisation de soi qui a atteint son estime de soi. Ce qui va pousser à ressentir de l'amour en lui. Ainsi, va-t-il chercher à collaborer avec ses semblables. Suivons Robert : *« C'est vrai qu'au départ, j'étais touché, j'étais désespérer mais avec le temps j'ai pu digérer et me rendre compte de l'importance que j'avais. Je veux vivre je veux bâtir ma vie à zéro ; je suis un homme fort et très puissant. De nos jours, je me sens très utile je sais faire beaucoup de métier, je fais dans les chantiers et je creuse aussi les fosses et les WC c'est vrai que ce n'est pas ce que j'aurais voulu faire mais ce sont les circonstances de la vie on va faire comment ? je parviens quand même à nourrir ma famille, à envoyer mes enfants à l'école je peux dire que je suis fière de moi car au départ je n'avais même pas imaginer que je pouvais surmonter ce que j'avais enduré mais Dieu merci je suis là et les choses ont changé dans ma vie »*. Nous comprenons à ce propos que Robert a malgré les événements rencontrés construit son estime de soi car il se valorise, s'apprécie, se sent fort et puissant ce qui constitue une caractéristique de la résilience. Les réfugiés peuvent également manifester une capacité à interagir avec les autres ce qui va permettre de chercher de l'aide auprès des autres. Robert atteste : *« j'essaye quand même de collaborer avec les autres mais la communication n'est pas fluide car j'ai l'impression qu'ils ne me comprennent pas, c'est pour ça que j'ai de la peine à me rapprocher d'eux »*. Nous voyons que Robert essaye de se rapprocher des autres

de causer avec qu'eux malgré les difficultés éprouvées. Cette estime de soi est la source de sa capacité à faire face et surmonter les situations.

- **Confiance en soi**

La confiance en soi est un élément essentiel dans la vie d'un individu, elle permet à celui-ci de réaliser ses projets, d'avoir foi en ses compétences ce qui lui permet d'envisager une vie meilleure. Robert dans son discours montre qu'il se sent très et parfois même motivé dans ces actions ce qui le pousse à prendre décision, d'être très compétent et donc d'avoir confiance en lui. Voilà pourquoi il dit : *« je vis moi bien, certain camerounais n'ont même pas ce que j'ai. Je ne souffre pas autant. Je sais que les choses vont changer un jour dans ma vie. Je suis très compétent, que je suis capable de faire plein de chose de réaliser les projets que je veux entreprendre mais seulement qu'au Cameroun, les étrangers surtout les réfugiés décrochent difficilement un emploi ; c'est ça qui me dérange et m'empêche de prendre certaine décision »*. Robert vit dans une confiance totale en lui et en ses compétences puisqu'il a espoir que sa vie va changer.

- **Autonomie**

L'autonomie est le fait pour un individu de prendre les décisions par lui-même, d'être libre de ne pas vivre sous la dépendance. Robert devient de plus en plus autonome. C'est le cas de Robert lorsqu'il parle de : *« je suis déjà capable d'inscrire mes enfants à l'école, alors que l'année passée ils ont failli ne pas partir je n'avais plus les moyens, c'était grâce au HCR, mais cette année je me suis vraiment préparé. On peut déjà manger cher moi sans trop attendre des autres »*. Malgré les problèmes de Robert, il est très sociable quand il dit : *« je suis très ouvert aux autres et j'entre facilement en contact avec mon entourage surtout j'aime les commentaires parfois les gens m'appellent bavard ça ne change rien tout simplement je le fais pour noyer mes soucis »*. Aussi notons chez lui un intérêt social et une capacité à exécuter les activités dans sa vie, de mettre sur pied les projets. Nous comprenons donc que Robert malgré les événements douloureux dans son parcours de vie a élaboré des caractéristiques personnelles lui permettant de résister au stress, ce qui a permis son adaptation. A cet effet on peut dire que Robert parvient à construire sa résilience dans un sentiment qu'il a à s'associer avec autres.

5.4.2.2 Qualité d'étayage familial

La famille est considérée comme le socle de la vie de tout être humain et c'est sur elle que l'individu prend appui pour pouvoir s'adapter à la nouvelle vie ou aux conditions difficiles et cela, se fait à travers un attachement solide et sécurisant ce qui va permettre à l'individu de communiquer aisément au sein de la famille, se sentir protégé et en confiance. Mais si celle-ci est défaillante ou bien n'est pas de bonne qualité, il doit s'en suivre un repli sur soi, un rejet du contact avec la fratrie, des mésententes, des conflits au sein de cette dite famille ainsi qu'une dislocation familiale. Nous pouvons le confirmer à partir des propos de Robert : *« ma femme m'a quitté tout simplement parce que je n'ai plus les moyens. Vous êtes là mais elle a d'autres ambitions donc tu ne peux pas la forcer à subir ce que tu vis dont tu la laisse partir où elle veut partir. Depuis ce temps je me sens seul c'est pour cela que je reste beaucoup seul dans mon coin pour réfléchir, je ne cause pas. J'ai peur que les gens me déçoivent comme elle s'est vraiment ça qui fait à ce que je me repli sur moi. Elle aurait dû rester pour me soutenir durant ces moments »*. Dit-il par la suite : *« les enfants n'ont pas les mêmes compréhensions sur ce que subit leur père ce qui fait que par exemple que la rentrée qui arrive, ils vont voir leur copain du quartier aller à l'école, ils ne tiennent pas compte du fait que tu n'as pas les moyens ou biens que tu as fait les efforts pour les inscrire et tu n'as pas pu donc ça fera qu'il y a les tensions qui va régner et c'est ce que je vis présentement chez moi »*. De ces propos il en ressort que Robert manque du soutien de la part de sa famille en ce sens que le lien affectif en son sein n'est pas solide et donc la mauvaise qualité de communication a donné lieu à des discordes, des conflits et le divorce car la femme ne pouvant supporter sa vie misérable. Ce qui est à l'origine de sa défaillance.

5.4.2.3 Etayage groupal

Le groupe étant considéré comme le lieu où l'individu cherche à s'affirmer, à s'identifier et prouver sa notoriété. Il constitue parfois un frein à la résilience de l'individu car ne pouvant lui apporter son soutien. Le groupe est le milieu où naissent les synergies et les interactions. A travers les coopérations, les membres du groupe se mettent ensemble, s'entraident, se soutiennent pour alléger chez les uns et les autres leur souffrance. Le groupe permet à l'individu de surmonter sa situation, ceci à travers la mobilisation des réseaux de soutien. Robert affirme : *« à mon arrivée, j'ai été reçu par un Camerounais qui m'a donné sa maison en chantier pour que je puisse vivre avec ma famille, donc je peux dire que je suis soutenu par mon entourage. Je pars aussi souvent à la réunion qu'on fait au HCR il me*

soutient car l'année dernière je suis allé là-bas leur poser mon problème de scolarité de mes enfants il n'a écouté et m'a dit qu'ils vont m'aider à payer pour ceux qui sont encore petit donc je peux dire qu'il m'aide ». D'autre part, il fait comprendre qu'il existe aucun projet mais une complicité même l'entente au sein du groupe, et donc il y a de support groupal. En bref Robert est soutenu par son environnement social.

5.4.2.4 Sentiment social

La construction du sentiment social est le résultat des facteurs personnels et familiaux environnementaux. Ceci étant, le sentiment social est une faculté biologique mais qui ne peut se mettre en place que grâce à la famille en l'occurrence la mère et enfin la société proche et lointaine. Si l'individu rencontre des problèmes sur ces trois plans, il doit éprouver un certain sentiment vis-à-vis de lui-même, de sa famille et des autres. De l'analyse de Robert il ressort qu'il éprouve un sentiment de fierté vis-à-vis de lui, quelque fois de la honte dit – il : *« je suis fière de moi car je parviens à surmonter ce qui m'arrive actuellement. J'ai tout perdu je n'ai plus rien »*. L'individu peut aussi ressentir de l'amour vis-à-vis de son proche à cause du regard de ceux-ci à son égard ainsi que le rôle et le soutien que sa famille lui a apporté au moment où il en avait le plus besoin. Cela se justifie à travers les propos de Robert : *« je ne déteste personne, personne n'est à l'origine de ce qui m'arrive »* ce sentiment peut s'étendre aux autres membres de la société. Robert l'affirme : *« je suis en parfaite harmonie avec les autres ils me soutiennent, c'est pour cela que je vais vers eux je n'ai pas peur de quelqu'un je les considère comme moi-même. C'est grâce à eux que je suis en vit un seul jour ne passe sans que je ne sois au milieu d'eux en les voyant je me sens heureux »*. Ces sentiments constituent un moyen pour Robert de construire son sentiment social car il éprouve de l'amour, la joie vis-à-vis de lui et de la confiance de l'amour vis-à-vis des autres ce qui le pousse à se rapprocher d'eux.

A présent, nous allons nous intéresser au cas de Dany

5.5. Dany

Jeune centrafricain âgé de 36 ans réfugié au Cameroun. Originaire de Bangui, benjamin d'une famille de trois enfants, il est marié et père de 3 enfants donc une fille deux garçon. Niveau d'étude CM1, comme profession, il est débrouillard et est d'obédience catholique. Il est arrivé au Cameroun en Août 2017.

5.5.1 vécu de la situation de Dany

Dany était cultivateur dans son pays mais à cause de la guerre et du décès de la mère de ses deux enfants, de sa maman et des gens morts devant lui, il a été traumatisé par la guerre c'est pour cette raison qu'il a fui pour se réfugier ici au Cameroun. Malgré sa présence au Cameroun, il a des difficultés à adapter à ce nouveau pays. Il vit dans une chambre avec sa nouvelle femme et ses trois enfants et a des difficultés à payer le loyer et à nourrir ses enfants. Cependant, malgré ces difficultés il parvient à s'en sortir. Il est donc venu au Trauma centre pour le réconfort.

5.5.2 Présentation et analyse du cas de Dany

A travers les thèmes cités plus hauts nous allons faire une analyse du discours de Dany.

5.5.2.1 Mise en place des stratégies personnelles

Tout être humain dispose des capacités qui lui sont propres, et qui sont innées qui se développent dans une interaction avec l'environnement. Il suffit tout simplement de les mettre en place pour qu'elles puissent se réaliser. Par ailleurs, de nombreuses difficultés peuvent l'empêcher de se réaliser et entraver les composantes de la personnalité, mais si l'individu parvient à surmonter ses difficultés, il va développer une bonne estime de soi, une confiance en soi et une capacité à être autonome.

▪ L'estime de soi

L'estime que l'on a de soi-même dépend de beaucoup de paramètres. Cette estime de soi permet au sujet de se valoriser, de s'aimer et de s'apprécier. Dany l'affirme : *« je suis fier de moi car j'ai pu surmonter mes problèmes que j'ai eu avant de venir ici. Je me sens utile, je peux réaliser des choses très importantes dans ma vie »*. En plus de cela, il a développé un sentiment d'amour en vers lui. On l'entend du discours de Dany : *« le changement a été aussi bénéfique pour moi parce que j'ai échappé à la guerre ce qui m'a permis d'oublier mon passé, je me projette dans l'avenir »*. Par ailleurs, il parvient à nouer les relations avec les membres de son entourage. Dany le confirme : *« je vais vers les autres surtout avec les amis on part au bar et aussi en boîte pour se détendre je vais aussi chez mes voisins pour faire les commentaires »*.

- **Confiance de soi**

La confiance en soi naît d'une estime de soi satisfaisante. Ici le sujet se sent motivé dans la prise de décision ce qui conduit à une compétence sociale. Ainsi, Dany l'approuve : *« c'est une situation qui, au départ m'a beaucoup dérangé je me suis même posé des questions à savoir comment je vais faire pour m'en sortir mais avec plus de recul je me suis dit que je suis très jeune et que je n'ai pas de soucis à me faire, car avec le temps ça finira par aller. Je me sens parfois inférieur aux autres car je n'ai pas fréquenté c'est ça qui me manque un peu (...) »*. A la suite de cela, le sujet va mettre en place des aptitudes qui vont concourir à la prise de décision. Suivons Dany : *« j'ai pris la décision de travailler, et d'oublier ce qui m'arrive pour changer ma situation »*.

- **Autonomie**

Un sujet autonome est celui qui est libre qui vit indépendamment des autres. C'est aussi celui qui peut tout faire par lui. Cette autonomie se perçoit par une tendance à se rapprocher des autres, à entreprendre des initiatives, l'activité physique et une capacité à opérer les choix. Dany l'atteste : *« je me bats je n'ai pas de travail fixe tout ce que je vois je fais pour nourrir ma famille. Depuis que je suis ici, je me bats avec mes petits travaux je ne compte sur personne, je n'attends rien de quelqu'un je paye la scolarité de mes enfants mes enfants sans trop de difficultés. Je pars vers mes voisins on dialogue, je n'aime pas trop rester seul ça me fait trop réfléchir alors que quand je suis au milieu des autres je m'épanouis et j'oublie tout »*. Par ailleurs il parvient à réaliser ses projets. Ainsi, il relate : *« je réalise toujours ce que j'entreprends, j'ai des projets et je sais que ça va marcher. Je fais un petit travail pour pouvoir me gérer il y'a seulement ma maladie comme je vous ai dit qui peut m'empêcher de faire certaine chose. J'entreprends faire une formation professionnelle c'est pour cela que je suis venu ici au centre vous demandez de l'aide »*.

5.5.2.2 Qualité de l'étayage familial

C'est au sein de la famille que se forme la personnalité de l'individu et si cette famille est défaillante, le sujet va éprouver des difficultés à s'insérer au sein de la société car la famille constitue le support privilégié de l'individu. Les liens tissés par la famille développent la structure de la famille et favorisent les liens affectifs ce qui pousse le sujet à rechercher le contact avec la famille, à avoir confiance et à être ouvert aux autres. Dany l'atteste : *« j'ai perdu mes parents pendant la guerre, je me sens rejeter par les autres membres de ma famille car je n'ai plus leurs nouvelles. Ceux qui me tenaient la main sont*

morts ». Pour que le sujet soit résilient il faut que la communication soit bonne ceci parce qu'elle permet de cicatriser les blessures et d'exprimer son ressenti. Une relation de qualité, chaleureuse permet d'exprimer avec sûreté ses affects et pourtant Dany vit le contraire au sein de sa famille. Il ne se sent pas soutenu dans sa maison car il dit :

« il y a les problèmes au sein de mon couple tout simplement parce qu'elle ne comprend pas ce que je vis (...) parfois on se querelle et puis je me fâche et je sors de la maison pour aller au bar boire là-bas au moins on se sent à l'aise. J'avais même décidé une fois de la chasser de la maison parce qu'elle m'apporte les maux de tête. Et ma fille aussi est très difficile, elle est trop têtue, elle ne comprend pas que je vis les moments terribles. Elle ne respecte personne. Je dis c'est terrible chez moi ! ».

Nous voyons à travers ce discours qu'il y a au sein de la famille de Dany des mésententes, des conflits, ce qui le pousse parfois à vouloir quitter son foyer. Ce qui l'empêchent de surmonter les traumatismes de la rupture vécue et entraînent les difficultés d'adaptation dans son nouvel environnement.

5.5.2.3. Etayage groupal

Le groupe est un ensemble de personne ayant un ou plusieurs objectifs communs acceptés par elle et se mettant d'accord sur les moyens à utiliser pour les atteindre ainsi que sur la répartition des fonctions et des rôles. C'est également le milieu où naissent les interactions, les synergies et même les liens de solidarité. Si le groupe ne remplit pas ces conditions il n'y aura pas de soutien et donc les membres de ce groupe vont développer en eux des réactions de manque ce qui va se ressentir dans leur capacité à s'adapter. De là, Dany montre qu'il est dans une communauté religieuse et qu'il est soutenu par cette communauté ce qui sous-entend qu'il y a des liens de solidarité car dit-il : *« je suis dans la chorale de l'église là-bas elles m'ont donné l'argent pour que je fasse le commerce avec, elles ont payé mon loyer pendant un an donc elles m'assistent vraiment elles font aussi des prières pour ceux qui ont les problèmes. »*. Dany mentionne que dans sa communauté les problèmes sont partagés par les membres du groupe. Car dit-il *« dans ma communauté, on se partage les problèmes et chacun apporte sa contribution même si ce n'est pas pour l'argent »*. Par ailleurs, ils sont dynamiques dans ce groupe dit Dany : *« là-bas même nous sommes vraiment soudés il y a l'harmonie entre nous »*. Nous voyons que ce groupe est marqué par la cohésion ou la synergie ainsi que les liens de créativité.

5.5.2.4. Sentiment social

Le sentiment social est le fait pour un individu de se sentir utile vis-à-vis de lui et de la société. Il s'agit de la vue de l'homme sur lui-même et sur le monde environnant. Ce sentiment ne se construit que dans une relation sociale. Chez Dany, nous avons remarqué qu'il parvient à étendre son sentiment social vers d'autres personnes et qu'il éprouve des sentiments vis-à-vis des membres de son entourage et vis-à-vis de la société tout entière. Dany explique : *« c'est à cause de ma situation que j'ai les problèmes dans mon foyer. Je n'aime pas trop rester seul. Je me rapproche toujours des autres, je me rends toujours utile parce que je n'aime pas rester comme ça sans travailler »*. Son attitude exprime un sentiment d'amour de soi et le rapprochement vers les autres. Par la suite l'individu développe un ressenti positif vis-à-vis des autres et cherche à voir les autres car il le dit dans cette phrase : *« je vis avec les autres sans problème je les considère comme moi même. Mes amis font ma force J'apprécie vraiment le comportement des Camerounais, ils sont vraiment unis quand tu as un problème il t'aide et ça me plait. Je ne hais personne même la bible dit il faut aimer son prochain »*. Ceci dévoile un développement du sentiment social.

A présent, nous nous tournons vers le cas de Tony.

5.6. Tony

Tony, âgé de 25 ans réfugié au Cameroun à cause de la guerre est un centrafricain plus précisément de Bangui. Il est issu d'une famille de 5 enfants donc 3 garçons et 2 filles. Il est aide- maçon alors qu'il a un Bac + 1. Il est au Cameroun depuis 2015. En ce qui concerne la religion, Tony est Catholique. Ajoutons également qu'il est célibataire.

5.6.1 Vécu de la situation de Tony

A cause de la guerre, Tony s'est réfugié au Cameroun où il fut accueilli par un frère centrafricain. Il est aidé parfois par ce centrafricain. A cause de sa maladie, il a abandonné et n'exerce aucune activité il y a de cela trois mois déjà. Il raconte n'être pas en sécurité chez son frère car il n'y a pas d'harmonie entre eux. En ce qui concerne son vécu familial, il raconte n'avoir plus de nouvelles de sa famille car tous ont fui pendant la guerre. Il vit dans une situation très pénible au Cameroun, il dit même être traumatisé : *« la situation que je vis ici est pénible pour moi. Je me sens traumatisé par ma vie »*.

5.6.2 Présentation et analyse des données de Tony

Il est question de présenter dans cette partie les thèmes de notre étude en faisant une analyse minutieuse.

5.6.2.1 Mise en place des stratégies personnelles

Suite aux ruptures lié à la guerre Tony parvient à se remettre, à réguler sa situation afin de s'adapter au nouveau contexte il se sur-estime dit-il : *« il y a des moments que je me dis à moi-même que je suis un homme et donc j'essaye de surmonter je sais que l'homme ne peut pas vivre sans problème je dois me battre et tu dois chercher à faire quelque chose donc je me sens utile, très utile même puisque je mets tout mon énergie dans ce que je fais »*. De son discours se dégage un sentiment de valorisation et d'amour en soi ce qui conduit à une bonne estime de soi. Soulignons également que Tony malgré les difficultés, il essaye d'entretenir les relations avec les autres *« j'essaye de me rapprocher des autres de causer avec eux mais de temps en temps je préfère rester aussi seul. Il y a des moments que je réfléchi je veux rester seul »*. Tony se fait confiance. Nous l'avons ressenti dans son discours : *« ma situation n'a pas encore changé mais je ne peux pas dire que je souffre plus que ceux qui sont restés au pays. Je suis en vie et ça me rend heureux je sais que la souffrance va passer »*.

Nous comprenons par la suite que Tony, du fait d'avoir confiance en lui s'est fixé des objectifs qu'il veut atteindre pour se rendre autonome car il dit *« je me bats pour vivre. C'est pour ça que je pars au chantier travailler pour subvenir à mes besoins. Mais parfois c'est mon frère qui m'aide, mais quand tu es chez quelqu'un il y'a les choses que tu ne peux pas faire et tu ne fais pas ce que tu veux. Quand tu veux faire, il te dit ne fais pas et du coup tu ne réalises pas ce que tu voulais faire c'est pour ça que je veux rester seul chez moi »*. En plus de ceci, Tony parvient à prendre les décisions et à entreprendre les choses dans sa vie mais sa capacité à exercer une activité est assez bas ce qui le pousse vers le découragement. Tony confirme : *« j'ai les ambitions je veux faire une formation ou bien rentrer à l'université continuer mes études, j'ai des rêves que je veux réaliser c'est pourquoi j'ai pris la décision de venir ici. Depuis je voulais venir ici mais je n'avais pas les moyens aujourd'hui j'ai pris la décision de marcher pour venir ici. Je suis sorti de la maison à 5heures j'ai marché jusqu'ici pour vous vous poser mes problèmes ; je suis découragé et quand je suis au chantier, la fatigue m'envahi et je perds le contrôle. De temps en temps je me retire des gens même quand je suis au chantier je travaille toujours seul dans mon coin je ne*

veux pas que les gens sachent ce qui m'arrive ». Grâce à sa capacité à être autonome, il parvient à prendre les décisions, à entreprendre les choses mais il lui arrive parfois de se décourager et parfois s'isoler, mais cet isolement n'est rien d'autre qu'une stratégie d'adaptation.

5.6.2.2 Qualité d'étayage familial

La famille est le support de l'individu, elle permet à celui-ci de s'épanouir et de se socialiser ce qui va permettre sa résilience. C'est à travers le lien d'attachement au sein de la famille sur et solide ainsi que la qualité de communication dans la famille qui pousse l'individu vers la résilience. L'individu qui n'a pas de support familial de bonne qualité aura tendance à rejeter le contact avec la famille en ce sens qu'il n'existe pas de lien affectif assez solide et une confiance vis-à-vis de celle-ci. Tony rapporte : *« je ne suis pas en contact avec les membres de ma famille. Eux même ne m'appelle pas »*. Celle-ci entraîne du repli sur soi car le sujet a tendance à être réservé, à prendre du recul et à rester en retrait c'est le cas chez Tony : *« il a fait si bien que je n'aime pas parler c'est pour cela que je me retire toujours pour rester seul dans mon coin »*. Ce déficit de lien d'attachement entraîne de la méfiance. Tony l'affirme : *« je me méfie déjà de lui parce qu'il me gronde tout le temps et j'ai peur qu'il va me chasser de chez lui »*. La communication est le seul moyen permettant à une famille de se construire, de s'unir si elle est de mauvaise qualité, la famille va sombrer dans le chaos et va être la source de nombreux problèmes affectant la reconstruction de l'individu après des traumatismes. Tony rapporte : *« s'il arrive que je n'ai pas l'argent pour contribuer à la maison, il ne doit pas comprendre il doit se fâcher et m'envoyer les mots choquants qui me met mal à l'aise. C'est de là que naît le conflit entre nous. Même quand je parle les choses tout simplement, il prend comme les problèmes »*. Nous voyons qu'au sein de la famille de Tony il y a un déséquilibre communicationnel ce qui concourt à des mésententes, des conflits ce qui pousse parfois à la dislocation familiale. Tony rapporte : *« je ne veux même plus rester là-bas je ne suis pas en sécurité »*.

5.6.2.3.L'étayage groupal

Etant donné que le réfugié a subi presque tous les types de rupture il a donc besoin d'un groupe sur qui s'appuyer pour surmonter ses blessures, afin d'aller de l'avant. De ce fait, il a besoin d'un groupe solide et uni. Tony nous relate que son groupe mobilise des réseaux de soutien et qu'il y a une coopération au sein de ce groupe. Ceci se confirme à travers ses propos : *« je pars aux réunions communautaires il s'occupe de notre carte pour*

nous permettre de circuler librement ; le HCR me vient en aide. Parfois je travaille avec les petits enfants. Je les accompagne, je les apprends à réaliser les projets dans leur vie vous savez que les enfants ont beaucoup de problème qui les empêchent de fréquenter. Là-bas on fait les entretiens pour amener les gens à surmonter leurs difficultés. Là-bas, moi je participe aux actions du HCR il me donne le travail là pour m'aider ». Il dit avoir reçu de l'aide du HCR. Il est aussi soutenu par ses voisins. Tony l'affirme : *« parfois mes voisins m'aident quand je n'ai rien les centrafricains comme les camerounais et je reste chez un frère centrafricain c'est lui qui m'aide parfois ».* Il existe une dynamique de groupe ce qui marque une synergie et les liens de créativité. Suivons Tony : *« au HCR, on nous apprend les petites formations. Ils nous apprennent à fabriquer des choses parce qu'il dit que ça doit nous aider dans notre vie qu'on peut faire ça pour vivre là-bas on s'entend bien on se met toujours en groupe pour travailler ça nous permet le vivre ensemble malgré qu'on soit de plusieurs groupes ethniques ».* À travers son discours nous comprenons que le groupe de Tony l'assiste dans ces difficultés. Cet étayage groupal ou groupe de soutien permet la construction du sentiment social de l'individu car plus personne se sent protégé, plus il se rapproche des autres.

5.6.2.4 Sentiment social

Il a été relevé que le sentiment social prend son essor dans une relation mère enfant à travers les liens d'attachement pour s'étendre aux autres membres son entourage. Mais si ce lien d'attachement est défaillant, cela va s'entraîner chez l'individu un manque du développement suffisant du sentiment social ou de communauté et le sujet peut se sentir isoler, perdre confiance en lui-même, devenir le siège des hésitations, de doutes, de craintes faisant apparaître des menaces. Ainsi, quel sentiment l'individu a-t-il de lui-même, de ses proches et des autres membres de la société. Tony éprouve le sentiment de compétence, d'isolement, de valorisation de soi et de joie *« je me sens capable de me prendre en charge. Je suis responsable de moi-même aujourd'hui. J'arrive à me joindre aux autres, mine de rien je me sens épanouir ici au Cameroun »*

En ce qui concerne ses proches, Tony ressent de l'amour, vis-à-vis de sa famille malgré leur absence et leur déséquilibre relationnel. C'est ainsi que ses propos l'affirme : *« mes parents me manque vraiment ils sont gravés dans mon cœur, je veux qu'il soit auprès de moi, ils m'ont rendu heureux c'est grâce à eux que je suis en vie ici je n'hésiterai pas à faire tout et tout pour les rencontrer ».*

Du sentiment vis-à-vis des membres de la société, il pense avoir de l'amour pour les autres car c'est eux qui font sa joie *« les autres m'encouragent, ils me soutiennent beaucoup, ils m'ont bien accueilli à mon arrivée c'est grâce à eux que je suis venu ici ils ont vu comment je souffre et m'ont conseillé de venir vous voir je ne peux pas dire que je les déteste je prie pour que Dieu les bénisse vraiment »*. De ses propos il en ressort que Tony éprouve de l'amour, de réconfort, de compétence à son égard en plus de cela, il ajoute la joie, de l'amour et de la confiance en vers les autres. Ce qui lui permet d'étendre son sentiment et d'échanger avec les autres.

5.7 Angèle

Angèle, âgée de 30 ans est une centrafricaine du groupe ethnique Mandja réfugiée au Cameroun depuis 2016 à cause de la guerre. Elle est veuve et mère de 2 enfants. Elle est ménagère et catholique de religion. Elle est issue d'une famille de 7 enfants mais tous décédés en Centrafrique.

5.7.1 Vécu de la situation d'Angèle

Angèle est une centrafricaine réfugiée au Cameroun à cause de la guerre dans le but de chercher refuge. Outre le déracinement qu'elle a subi en quittant la RCA, elle a vécu plusieurs événements traumatisants du fait de la guerre. Lors de ces événements, elle a vu la maison familiale brûlée ainsi que ses frères à l'intérieur. Egalement son mari a été tué avec ses enfants lors de la fuite et elle a été violée par les coupeurs de route ensuite blessée à coup de machette. Pendant ce viol, Angèle fut tombée enceinte. A son arrivée au Cameroun elle s'est rendue au HCR et celui-ci ne pouvant rien faire pour elle, elle a par la suite été accueillie par un homme de son village faisant le métier de gardien de nuit qui l'a soutenu mais après son accouchement, il l'a violée et l'a violentée physiquement et puis l'a chassée de sa maison. Angèle vit dans une situation très pénible et voire même traumatique car elle dit avoir tout perdu ses parents ses frères son mari et tous ses biens. Elle dit avoir perdu le sommeil depuis qu'elle a subi ces événements elle n'a plus de maison elle ne sait où dormir c'est à cause de tout ceci qu'elle est venue au Trauma Centre pour rechercher de l'aide.

5.7.2. Présentation et analyse du cas de Angèle

Dans cette partie nous allons aborder à travers les thématiques de notre étude.

5.7.2.1 La mise en place des stratégies personnelles

Les ruptures brutales connues par les réfugiés peuvent conduire à des traumatismes. Ce sont ces traumatismes qui empêchent l'individu de vivre mais si celui-ci a pu mobiliser des éléments de résilience il pourra se reconstruire. Par conséquent, Angèle malgré les situations traumatiques vécues parvient à aller de l'avant parce qu'elle a mobilisé un ensemble de mécanismes de la résilience personnelle. Cette mobilisation des stratégies personnelles de résilience se matérialise par une estime de soi, une confiance en soi et une d'autonomie.

- **Estime de soi**

En psychodynamique le concept d'estime de soi est lié à la construction narcissique : *« l'estime de soi correspond à l'amour que le sujet porte à lui-même et au sentiment qu'il a de sa valeur, à ses propres yeux et à ceux des autres »*. Elle naît dans le regard et dans les interactions que l'individu entretiendra avec sa mère. Ainsi, il s'agit de la reconnaissance que le sujet se donne de lui-même. Par ailleurs l'estime de soi favorise l'épanouissement, l'affirmation de la personnalité, la réalisation individuelle et l'intégration sociale. Mais cette estime de soi peut être faible à cause de nombreuses situations traumatiques. Cependant, malgré ces traumatismes Angèle a une bonne estime de soi car elle se valorise, elle croit en elle et est consciente des capacités qu'elle a. Angèle car dit-elle : *« je me sens bizarre face à tout ça, ça me donne les nerfs. Mon corps n'est plus mon corps. Je ne sais même plus comment je vais faire. Je me sens diminuée, je sens un dégoût dans mon corps, je me sens salir et souiller. Parfois je crois que je suis folle, je suis une ratée »*. Par la suite Angèle ressent de la haine pour elle. Elle nous le montre dans ces propos quand elle dit : *« mon corps m'énerve, je n'arrive même plus à me regarder dans le miroir parfois j'ai envie que la mort vient me libérer de la souffrance mais quand je pense à mes enfants je dis non »*. Ce sentiment de haine entraîne une incapacité dans les interactions : *« je n'arrive pas à aller vers les autres parce que j'ai honte et j'ai peur qu'ils vont connaître qu'on m'a violé et ils vont me rejeter »*.

- **Confiance en soi**

La confiance en soi naît d'une estime de soi satisfaisante. A ce propos le sujet croit en ses capacités et pense qu'il est capable de tout faire pour vaincre sa détresse sur ceux il va se battre. Angèle a développé en elle un complexe d'inférieur lorsqu'elle dit : *« une femme violée comme moi mes deux enfants ne sont pas venus au monde comme les autres, je*

n'ai même pas voulu avoir ces enfants parce que c'est les viols qui ont fait je suis tombée enceinte. Je ne peux pas dit à quelqu'un ». Par la suite Angèle est démotivée à cause de son vécu. Elle affirme : « là où je suis nor, je n'ai envie de rien faire. Suis troublée et très perturbée. Je n'ai envie de rien, je suis démoralisée à cause de tout ce qui m'arrive. Il y a les moments où je fais ceci, je fais cela, ça ne donne pas et je me décourage et j'abandonne tout. On a brulé le chez moi depuis je n'arrive pas à travailler parce que je pense beaucoup même à ce qu'ils m'ont fait, à mon pays, à ma vie d'avant ». Malgré cette démotivation, Angèle parvient à prendre les décisions dans sa vie, on a pu observer chez Angèle lorsqu'elle dit : « j'ai pris la décision de ne plus penser à ce que j'ai vécu car je veux tout oublier et aussi de ne pas regarder un homme je veux faire les efforts pour m'occuper de mes enfants ». Mais malgré cette prise de décision, Angèle se sent incompétent dit-elle : « parfois je me sens vraiment inutile dans ma vie, face à mes enfants ». Ce manque de confiance peut entraîner un sentiment de dépendance de l'individu.

- **Autonomie**

L'autonomie constitue un sentiment d'indépendance. Le sujet qui avant jouait son rôle devient dépendant et perd tous ce qu'il avait en lui, on constate que Angèle semble s'isoler, a une perte d'initiative, le monde lui paraît lointain et sans intérêt elle paraît elle-même détaché de tout. Ses propos confirment : « il y' a les jours ou je n'ai pas envie de voir quelqu'un. Même mes enfants, les amis et surtout ceux que je ne connais pas. Je vis dans la solitude je suis isolé et je me sens impuissante. » Une telle situation ne peut que briser la trajectoire de vie d'une personne après cet événement : « ma vie est radicalement brisée, mes projets, mes ambitions aussi. Il a détruit ma vie qu'est-ce que je peux encore fait dites- moi aussi ? je ne pense à rien. Je ne sais même plus ce que je vais travailler ». Suite au vécu traumatique l'individu voit ses capacités physiques baisser et se trouve dans l'impossibilité de travailler c'est le cas chez Angèle : « je suis vraiment épuisé j'ai deux enfants à nourrir je me sens faible j'ai plus de force pour travailler je ne fais plus le travail ». Le discours de Angèle relève qu'elle vit dans la solitude, n'arrive pas à entreprendre des projets, et a perdu de l'intérêt pour ses activités.

5.7.2.2. Qualité d'étayage familial

La famille est le support de toute personne car c'est au sein de celle-ci que l'individu s'épanouit. Elle est le premier agent de socialisation c'est grâce à elle que se construit les liens sociaux. Par conséquent une mauvaise qualité de support familial va

pousser l'individu dans une situation de vulnérabilité qui va l'empêcher de résilier. Lorsque les liens d'attachement ne sont pas assez forte et solide, le sujet aura tendance à rejeter tout contact avec sa famille car il n'y a plus d'amour entre eux. C'est le cas chez Angèle lorsqu'elle dit : *« il y a plus de contact entre moi et lui je ne l'ai plus jamais vu et je ne veux plus le croiser sur mon chemin »*. Cette qualité de lien affectif aussi faible qu'elle soit constitue un facteur de la méfiance de la part du sujet : *« depuis ce temps je n'ai pas envie de le voir c'est un démon ! »* suite à cette méfiance Angèle se replie sur elle et a de la haine pour l'autre car dit-elle : *« je le déteste tellement je veux qu'il meurt même il m'a violé et chassé de chez lui, il a étouffé mes blessures »*. Il n'y a plus de place pour les échanges agréables du fait que la communication soit mauvaise. Angèle ne s'est pas sentie aidée par les personnes sur qui elle croyait pouvoir compter. Elle n'a pas rencontré un proche attentif, capable de l'écouter et de l'aider à construire son histoire, mais plutôt a fait d'elle une polytraumatisée car elle a entraîné des mésententes des conflits et même la dislocation familiale elle dit : *« on ne s'entendait très bien j'ai été très surprise le jour où il est venu dire que je veux te marier alors que je le considérais comme mon frère. J'ai dit non après deux jour il est venu dans la nuit casser la porte et m'a violé, il me battait chaque fois qu'il me parlait de ça je refusais. Je suis sortie le matin il m'a insulté les camerounais sont sortis beaucoup comme ça me voir, il a dit que je suis bordel, une voleuse et que je suis sorcière et m'a chassé de chez lui. Je suis parti avec mon enfant et j'ai constaté que suis enceinte je suis parti il m'a dit qu'il va me tuer si je viens encore là-bas »*.

Nous voyons qu'à cause de cette mauvaise qualité du support familiale la situation d'Angèle n'a fait qu'empirer sa situation. Du fait que le support familial soit défaillant l'individu va donc chercher le support auprès des membres du groupe auxquels il appartient ou dans un groupe d'appartenance.

5.7.2.3 l'étayage groupal

Le groupe est le milieu où se font les échanges elle permet à l'individu de surmonter ses traumatismes afin de s'adapter au nouveau milieu. L'étayage groupal permet à l'individu de se mettre ensemble dans le but de s'entraider ainsi. Dans le groupe, les individus se mobilisent en réseau de soutien en vue de venir en aide à ceux qui en auront besoin. Angèle dit être dans un groupe de chorale et de scout et assiste également aux réunions communautaires du HCR ce qui lui a permis de surmonter ses difficultés, afin qu'elle puisse se reconstruire, car elle est soutenue par les membres du groupe suivons : *« je fais la chorale*

et le groupe de scout seulement on vient prier chez les gens quand il y a deuil et quand tu es malade je me rappelle qu'au début je souffrais tellement je suis parti causer avec la femme qui m'avait accueillie chez elle lorsque le monsieur m'a chassé. C'est elle qui m'a proposé de venir dans sa chorale que là-bas on peut me soutenir. Je peux dire que les membres de cette chorale m'ont vraiment soutenu. Ils ont prié pour moi et je me suis sentie un peu à l'aise et quand j'ai accouché, ils sont venus voir l'enfant mon deuxième ci, donc je ne peux pas dire qu'ils ne me soutiennent. Je suis très contente d'eux ». A travers ses propos, nous constatons que le groupe de Angèle mobilise des ressources et les réseaux de soutien ce qui permet le partage des difficultés *« je n'ai plus peur de leur parler de mes problèmes là-bas à chaque séance on demande la situation de vie des membres.* En plus de cela, il existe une dynamique de groupe car il y a une synergie et de liens de créativité dans le groupe elle dit : *« dans ce groupe même on nous apprend tellement de chose on part souvent aux retraites et là-bas on nous apprend à faire les choses comme savoir prier, fabriquer les choses aujourd'hui je sais fabriquer le savon et le lait de toilette. On se comporte bien dans ce groupe quand quelqu'un fait ce qui n'est pas bien on le sanctionne. Je me sens bien au groupe ».* De ces propos il ressort que Angèle a pris un appui sur son groupe pour surmonter sa situation à travers l'aide que ceux-ci lui apporte.

5.7.2.4 Sentiment social

Dans le sentiment social, il est question de l'importance, du sens de nos responsabilités vis-à-vis de nos semblables. Ce sentiment social, permet à l'individu de vivre en harmonie avec soi-même afin de pouvoir organiser sa vie. Par manque du sentiment social, l'individu peut soit développer des sentiments hostiles ou d'amour vis-à-vis de soi, vis à vis de la société que vis-à-vis de sa famille. Angèle a développé des attitudes vis-à-vis d'elle-même, de ses proches et de la société. Angèle ressent de l'amour, de la fierté vis-à-vis d'elle, cela se fait ressentir dans ses propos : *« je suis très fière de moi malgré ma situation difficile, je remercie Dieu d'avoir permis que je sois encore en vie ».* Malgré les difficultés rencontrées, elle a pu surmonter sa situation ce qui lui a permis de se rapprocher des autres afin de pouvoir construire son sentiment social.

Malgré les événements vécus, elle manifeste de l'amour, la confiance vis-à-vis de ses proches : *« j'aime tout le monde, je ne me méfie de personne, je n'ai peur de personne plutôt j'aime mes proches car ce sont eux qui me réconfortent. Je remercie Dieu de leur avoir mis sur mon chemin ».* Elle essaye de se joindre aux autres car elle se sent aimée par les

autres. Elle dit : *« ils me font du bien, il me comble d'amour, je me sens fière quand je suis avec les autres. J'ai même pardonné tous ceux qui m'ont blessée maintenant je vis dans la paix. C'est vrai qu'au départ c'était difficile mais aujourd'hui, je me rapproche des gens on travaille ensemble je les apprécie vraiment je ne crains personne, je considère les autres comme moi-même. Pourquoi dois-je les détester ? »*. De tout ceci, Angèle a pu construire son sentiment social à travers l'aide de son environnement car elle ressent de l'amour vis-à-vis d'elle-même, ressent de la fierté et aussi de l'amour, de la compassion vis-à-vis de la société et aussi essaye de se rapprocher des autres personnes étrangères et donc elle essaye d'étendre son sentiment social vers d'autres membres de la société.

À présent nous allons nous intéresser à Berthe

5.8. Berthe

Berte est une femme âgée de 34 ans réfugiée au Cameroun depuis 2014 à cause de la guerre. Originnaire de Bangui, elle est issue d'une fratrie de 7 enfants donc 5 filles et 2 garçons. Elle est veuve et mère de 3 enfants. Berthe est protestante, à pour profession ménagère. Elle a fait les études jusqu'en classe de 3^{ème}.

5.8.1 Récit de vie de Berthe

A cause de la guerre en Centrafrique, elle a rompu avec tout c'est-à-dire sa langue, sa culture, son pays son statut, sa famille pour se retrouver au Cameroun. Elle a été torturé et son mari fut tué et sa fille de 16 ans violée au près d'elle. Suite à tout ceci, elle a rencontré des difficultés à s'adapter dans son nouveau contexte, s'est retrouvée obligée d'exercer le métier de prostituer dans la nuit et de ménagère en journée pour pouvoir prendre soin de ses enfants. Elle vit dans un chantier avec ses sœurs dans lequel elle occupe une chambre avec ses 4 enfants. Elle raconte ne pas être en harmonie avec son entourage ainsi qu'avec ses sœurs, ils se discutent chaque jour. Elle a perdu ses parents étant très jeunes. Elle est donc venue au Trauma Centre pour des conseils et pour qu'on l'aide car elle ne veut plus faire ce métier.

5.8.2. Présentations et analyse du cas de Berthe

Nous allons l'aborder en adoptant les mêmes procédés que les autres.

5.8.2.1 La mise en place des stratégies de résilience personnelle

Chaque individu dans une situation ou dans une autre essaye de mettre en place des moyens lui permettant de surmonter ses difficultés. Mais parfois cette situation paraît si atroce qu'elle déborde les possibilités du sujet et dépasse ses propres capacités. Cependant nous trouvons toujours les moyens pour remédier à ces situations aussi traumatiques qu'elles soient. Ceci sur la base de nos capacités personnelles, notre personnalité dont les composantes sont : l'estime de soi, la confiance en soi, et la capacité d'être autonome. Ces composantes de la personnalité permettent à l'individu de surmonter ses difficultés.

- **Estime de soi**

L'estime de soi est l'une des conditions qui mène à la réussite de l'individu et à la réalisation de soi. L'estime de soi se définit par la capacité qu'a un individu à s'aimer, s'apprécier, s'accepter, se respecter, vivre en harmonie avec ses valeurs. Elle se construit dès la naissance grâce à l'ensemble d'éléments apportés à l'individu tout au long de son enfance et est acquise au cours du développement à travers ses différents rapports et interactions avec son entourage. Ces éléments permettront à l'individu confronté à la réalité de la société d'avoir soit une forte estime de soi soit une faible estime de soi. A cet effet, Berthe qui, après avoir tout quitté pour le Cameroun manifeste une bonne estime de soi. Cela se fait ressentir dans ses propos : *« je suis fière de moi il y a que la maladie qui peut me rendre triste maintenant je vis bien ici et pourtant chaque jour j'étais face à la mort mais depuis que je suis ici. Je me sens très importante, je fais tout ce que je veux sans crainte. Je sais que je peux faire les choses meilleures, je me sens très utile je ne me déteste pas, je suis fière de ce que je suis aujourd'hui, je peux me vanter alors qu'avant je ne valais rien »*. De ses propos, il ressort que Berthe éprouve un sentiment de valorisation de soi et a de l'amour envers elle-même. A côté de cela, Berthe parvient à interagir avec ses semblables car elle dit *« hum !! ici j'ai tellement les amis, je cause bien avec les gens. Les gens m'aiment, ils m'écoutent ça fait je me sens en sécurité »*. En plus de cette bonne estime de soi Berthe a toute la confiance qu'elle avait avant dans son pays.

- **La confiance en soi**

La confiance chez le sujet le met dans un état où il croit en lui et en ses compétences et donc il se fixe les objectifs qui vont lui permettre de réaliser ses projets. Berthe l'affirme : *« j'ai confiance en moi, je sais que les choses vont aller mieux, je fais mes choses avec mon cœur car je sais que je ne serai plus la même et pour cela je dois me mettre*

au travail ; c'est vrai qu'il y a les moments que je me décourage mais après je pense à mon avenir, à mes enfants et puis je me prends la décision de me relever. A côté de cette présence de motivation, Berthe n'arrive pas à prendre une décision lorsqu'elle entreprend faire quelque chose. Car dit-elle : *« je n'arrive pas à prendre la décision, il y'a les moments où je veux abandonner je dis même que je ne pas plus là-bas mais quand je pense à ma situation je pars. Le père de mon enfant que j'ai connu là-bas a dit qu'il ne veut plus que je fasse ça, mais je veux faire comment ? j'ai dit oui mais je pars toujours, je n'arrive pas à laisser, mais j'ai vraiment envie d'abandonner »*. A travers ce récit nous pouvons dire que Berthe essaye quand même malgré que ce soit difficile à surmonter ses difficultés. Elle parvient à avoir confiance en elle car elle essaye de prendre les décisions et se sent motivée dans ses travaux. Elle dit aussi *« je cherche toujours à me rendre utile et je travaille dure pour mes enfants »*. Ce qui montre une confiance en elle.

- **Autonomie**

Le plus souvent les gens font face aux traumatismes certains malgré cela, parviennent à vivre normalement, pour d'autre n'y arrivent pas. Cependant Berthe quant à elle parvient aisément à vivre comme tout le reste car elle n'a pas perdu son autonomie et du coup elle met sur pied des éléments pouvant lui permettre de ne pas sombrer. Les situations dans lesquelles vivent cette patiente n'ont pas impacté sur son autonomie en ce sens qu'elle se sent libre elle mène ses activités avec beaucoup d'enthousiasme et de fierté et d'engagement et de motivation, elle dit : *« j'ai pas moi de problème, je fais mes choses sans demander l'avis de quelqu'un je ne réfléchis plus trop, préfère me débrouiller pour m'occuper de mes enfants. Je pars chez les gens laver les habits parfois ils me donnent 1500 francs parfois deux milles et ça me permet ne pas regarder la chose des gens. Si je me découragé je vais faire comment j'ai pris les engagements depuis que je suis ici. J'ai des projets dans ma vie que je dois réaliser et je sais que je dois réaliser. Je me retire des autres je ne veux pas gêner le gens même mes sœurs qui sont à zéro pas de moi je ne pars pas dans leurs chambres ce que j'aime c'est rester seul dans ma chambre pour éviter les problèmes»*.

De cette analyse il en ressort que Berthe a une estime de soi élevée car elle met ses compétences à sa disposition et à la disposition des autres. Elle a confiance en elle et vit au dépend d'elle. Ce qui montre une mise en place d'une stratégie de résilience personnelle et donc mène au sentiment social. Cependant la famille joue également un rôle dans la vie de la participante.

5.8.2.2 Qualité d'étayage familial

La famille est considérée comme le lieu de formation de la personnalité et ceci se fait à travers le type d'attachement ainsi que et le style de communication. Cependant, le regard de l'autre et le manque de soutien de sa part peut amplifier la douleur et provoquer des comportements divers et aggraver la situation de la victime. Tel que le rejet du contact avec la famille, une sorte de méfiance et de haine. Lorsqu'elle dit *« je suis là avec mes sœurs au chantier on ne se parle pas et on ne se visite pas. Elle ne me gère même pas, je m'en fou d'elle. Même mes tantes sont ici, mais on ne s'est jamais vu. C'est à cause de mes sœurs que je fais le métier la que je vous ai dit là elle m'avait obligé en disant qu'elle va plus prendre soin de mes enfants. Je suis fâché de ma sœur elle savait que ce n'ai pas bon métier elle m'a amené »*. On recense également une sorte de repli sur soi dans cet extrait *« je ne pars pas là-bas je suis toujours dans ma chambre, j'aime être seul je ne veux pas moi déranger les gens j'évite les problèmes avec les gens du quartier »*.

Par ailleurs, le récit de vie de Berthe nous laisse comprendre que la relation avec la famille est très limitée du fait qu'ils n'arrivent pas à communiquer au sein ce qui s'est fait ressentir par des mésententes, des conflits au sein de celle-ci. Lorsqu'elle affirme : *« je ne m'entend pas avec mes sœurs on bagarre régulièrement et on s'insulte presque tous les matins même pour rien. Parfois, elle fait le kongossa sur moi aux voisins que je vole leurs choses, elles font que les voisins tapent sur mes enfants, qu'ils volent pour venir me donner »*. En plus de ces mésententes et conflits familiaux nous notons le problème de dislocation familiale car elle dit : *« à cause de tout ce que je viens de vous dire nous nous sommes séparé je ne m'intéresse pas à ce que font les autres »*. A travers son discours nous comprenons qu'il n'existe pas de liens d'attachement solide au sein de cette famille, ainsi que le dialogue car une bonne relation familiale est fondée sur l'amour et le dialogue. Alors qu'elle devra s'unir et se mettre ensemble pour pourvoir supporter l'autre dans ses moments difficiles cette famille fait renaître les traumatismes de la guerre et du déracinement en Berthe.

5.8.2.3 Etayage groupal

Dans la vie de tous les jours, l'individu recherche toujours un groupe auquel il va appartenir mais si ce groupe d'appartenance est déséquilibré, le sujet va se trouver dans une situation où il aura du mal à surmonter les blessures de sa vie. Berthe nous explique : *« je suis dans une association mais là-bas on fait seulement la réunion on fait la cotisation deux fois par mois avec les gens de plusieurs villages du Cameroun »*. Le fait pour Berthe d'être

dans une réunion lui a permis de se ressourcer malgré qu'elle ait vécu des événements douloureux, ceci parce son groupe lui apporte du soutien même si elle n'est pas totalement d'accord. D'où la présence des liens de solidarité entre les membres de ce groupe. A cet effet, elle nous dit : *« dans la réunion là on cotise seulement 1000 francs comme ça chaque après deux semaines on aide quelqu'un là-bas seulement en cas de deuil et de maladie on part chez la personne ayant cotiser une petite somme d'argent pour lui donner et on chante puis on prie pour la personne »*. Nous convenons avec Berte qu'elle est soutenue par son groupe, car ceux-ci leurs apportent du soutien financier et morale en priant et en contribuant avec une modeste somme d'argent pour aider la personne à surmonter ses problèmes. Ses propos montrent qu'il existe des liens de solidarité car le sujet se sent en confiance vis à vis autres. D'où la nécessité pour lui de partager ses difficultés avec les autres pour chercher la solution à cette situation. Ainsi, Berthe nous le montre *« je pense que quand on se met ensemble, c'est pour partager les problèmes et les souffrances. Comme j'ai dit en haut les problèmes des uns concernent les autres on partage vraiment nos problèmes on s'écoute aussi et on cherche la solution ensemble ils m'ont conseillé quand j'étais venu leur raconté ma situation avec mes sœurs comme on ne s'entend pas là »*.

Plus loin, on note la présence d'une dynamique de groupe car Berthe nous fait comprendre qu'il y a une sorte de cohésion dans son association lorsqu'elle dit : *« nous sommes vraiment soudés. Il y a quand même l'harmonie entre nous on s'entend bien »*. En plus de cela, Berthe nous fait entendre qu'ils ont mis sur pied des projets pour améliorer leur condition de vie. Ce qui montre la présence des liens de créativité : *« là-bas on a dit que la prochaine fois on doit chaque fois cotiser l'argent et chacun bouffe à son tour pour qu'il s'achète quelque chose pour la maison où pour autre besoin »*. Son discours laisse croire que malgré les conditions vécues, elle arrive à surmonter à travers l'aide ou l'appui des membres de sa communauté c'est pour cela qu'elle a décidé de se ce qui permet la construction de sa résilience difficile.

5.8.2.4 Sentiment social

Le sentiment social c'est la capacité de reconnaître l'autre et d'apprécier sa reconnaissance, de le traiter en sujet et non en objet. En effet, le développement normal du sentiment social encourage le sujet à aller de l'avant et diminue son infériorité et facilite ainsi l'épanouissement de ses diverses qualités. Par ailleurs, si le sentiment social n'est pas développé apparait de nombreux attitudes vis-à-vis du sujet lui-même, de ses proches et de la

société. Par conséquent, nous avons constaté à travers les propos de Berthe qu'elle a un sentiment de bien-être et de valorisation mais parfois elle éprouve de la culpabilité vis-à-vis d'elle cependant, elle parvient à s'insérer dans la société ce qui montre la construction du sentiment social. Suivons Berthe *«je me sens bien, je suis capable de faire des choses qu'au paravent je ne pouvais pas faire, mais il m'arrive parfois de me sentir coupable de certaines choses, parfois je regrette la vie que je mène et après je comprends que c'est parce que je veux le bonheur de mes enfants et directement je souris et je me sens heureuse »*.

Par la suite Berthe éprouve le sentiment de colère et en même temps de l'amour vis-à-vis de sa famille. Ces propos nous l'affirment : *« j'ai été déçue par les membres de ma famille car ils m'ont abandonnée à moi-même. Penses-tu qu'avec tout ça elles méritent mon amour ? En tout cas pour dire vrai, je ne les déteste pas on ne rejette jamais sa famille, mais je préfère rester dans mon coin »*. Elle se sent délaissée par sa famille mais elle n'éprouve aucune haine à leur l'égard.

De l'autre côté, elle considère les membres de la société comme faisant partie d'elle, mais développe tout juste de la méfiance vis-à-vis des autres membres de la société car pour elle c'est normal car dit-elle : *« ce que m'arrive n'est pas la faute de quelqu'un et même si c'est le cas, moi je prends la vie comme elle vient dont je ne peux pas moi détester les gens plutôt ce sont ces gens qui me soutiennent est ce qu'on peut vivre seule ? Je pense non ; on part toujours vers l'autre pour cela on doit le considérer comme soi-même. Mais on doit se méfier des autres parce que ce sont ses mêmes personnes qui peuvent te détruire »*. Nous voyons que Berthe malgré tout, éprouve de l'amour pour les autres. Ce qui montre donc qu'elle a pu se construire son sentiment social.

5.9 Analyse du discours non verbal

Etant donné que nos participants se sont montrés résilients, les éléments non verbaux de leur discours ont été révélateurs car ils s'exprimaient de manière posée avec aisance et clarté. Le regard était normal de même que la nature de la voix, Ben allait jusqu'à accompagner ses paroles des gestes de la main. Il était détendu. Pour ce qui est de Marie, Angèle, on a tout de même relevé qu'elles étaient agressives et très impulsives et que leurs discours étaient accompagnés des pleurs, à cause de l'absence de leurs parents. Tony quant à lui était crispé au début de notre conversation, mais après, il était détendu. Sa voix était oscillante, parfois haute, parfois basse. Il fallait de temps en temps lui demander de parler plus haut. Robert a été très explicite et détendu lors des échanges, il était très engagé à répondre au

point où il disait s'il y a des questions posez les moi. Berthe a été très souriante et avait un sens d'humour.

5.10 Présentation des résultats obtenus au moyen de l'échelle de la résilience

TABLEAU 3: réponses à l'échelle de résilience

MODALITES DE REPONSES DES SUJETS							
Numeros/ Questions	BEN	MARIE	ROBERT	DANY	TONY	ANGELLE	BERTHE
1	1	5	3	7	6	3	6
2	1	6	6	7	7	2	6
3	7	6	5	3	5	7	7
4	2	5	4	4	5	6	5
5	2	5	1	5	3	7	6
6	3	6	6	6	5	7	6
7	6	6	5	3	6	3	6
8	2	6	2	4	4	6	6
9	6	5	7	7	5	2	7
10	7	5	1	1	7	7	5
11	6	3	5	5	1	7	6
12	7	5	4	4	5	5	5
13	7	6	7	3	4	4	5
14	7	5	5	6	6	1	6
15	7	6	6	5	6	5	5
16	2	5	6	6	6	7	5
17	3	6	4	7	7	6	5
18	7	7	6	5	7	6	5
19	7	6	7	5	6	1	6
20	7	5	5	4	5	7	5
21	7	6	5	6	7	6	6
22	5	5	3	6	7	2	5
23	1	5	5	5	6	1	5
24	2	6	3	4	6	1	6
25	1	5	4	7	7	6	5

Calcul de la moyenne des résultats des sujets

Moyenne : somme de toutes les observations divisées par le nombre des observations

$$X = \sum x / n$$

X= valeur observée

n= nombre des observations

5= perfection

4= excellent

3= bon

2= passable

1= mauvais

0= nul

TABLERAU 4: les moyennes des Résultats des réfugiés (sujets) à l'échelle de résilience

Noms des cas	Moyenne à l'échelle de résilience
1 Ben	5 , 12
2 Marie	5 ,28
3 Robert	5 ,64
4 Dany	5, 88
5 Tony	5,68
6 Angèle	4 ,2
7 Berthe	6,2

De cette échelle de résilience de Wagnild et Young (1993), il en ressort que nos participants sont résilients car ils ont obtenu des scores variant entre 4,2 et 6,2. Ainsi à travers cette échelle, Ben a obtenu une moyenne de score de 5,12. Ce qui montre que ce participant bien qu'ayant vécu de nombreux traumatismes causés par la guerre a un niveau de résilience parfait. Ce qui lui a permis de construire son sentiment social.

Marie quant à elle a un score de 5,28. Cette moyenne de score sous-entend qu'elle a un niveau de résilience parfait ce qui lui a permis de s'adapter à son nouvel environnement.

Robert a obtenu un score de 5,64, ce qui montre que Robert manifeste une résilience qui a atteint la perfection c'est à dire que Robert a pu surmonter toutes les situations délétères auxquelles il était confronté.

Pour ce qui est de Tony, sa moyenne de score obtenu est de 5,68. Donc il a un niveau de résilience parfait, ce qui permet de dire qu'il est un sujet résilient.

En ce qui concerne Dany, les résultats obtenus à l'issue de ce test approuvent son niveau de résilience car son score est de 5,88 donc il a une résilience parfaite.

Angèle pour sa part a eu un score de 4,2. Ce score montre qu'Angèle malgré les difficultés auxquelles elle a été confrontée a pu être résiliente. Son niveau de résilience est excellent.

Enfin, Berthe quant à elle a développé un niveau très élevé de résilience ce qui montre qu'elle a atteint la très perfection. Ceci s'est révélé à partir du score obtenu de 6, 2.

Cette partie de notre travail vient de présenter les résultats que nous avons obtenus lors de la collecte des données. Ces données ont été acquises essentiellement à travers les discours des participants et l'échelle de résilience. Selon la technique d'analyse de contenu des entretiens axés sur le repérage des thèmes significatifs, nous avons retenu quatre principaux thèmes. Il s'est agi de la mise en place des stratégies personnelles de résilience, de la qualité d'étayage familial et l'étayage groupal enfin le sentiment social. Dans le but de mieux appréhender le phénomène que nous étudions, selon l'approche théorique sur laquelle on s'appuie, nous allons interpréter et discuter ces résultats dans le chapitre suivant.

CHAPITRE VI : INTERPRETATION ET DISCUSSION DES RESULTATS

Ce chapitre est principalement consacré à l'interprétation des résultats obtenus et à leur discussion. Dans cette optique, nous allons dans un premier temps faire une synthèse desdits résultats, un bref rappel des données théoriques. Ensuite nous les interpréterons à la lumière des théories sur lesquelles s'étaient notre étude. Nous ferons une discussion au regard des recherches antérieures. Enfin nous présenterons les implications et les perspectives de notre étude.

6.1 Bref rappel des résultats

Les résultats de notre étude proviennent des données collectées auprès de 7 réfugiés. Il s'agit de 3 hommes donc l'âge se situe entre 25 et 42 ans et 4 femmes de 21 à 34 ans. Ces réfugiés arrivent à s'adapter parce qu'ils mobilisent des mécanismes de résilience. Notre analyse thématique a fait ressortir quatre principaux thèmes. Il s'agit de la mise en place des stratégies personnelles, la qualité d'étayage familial, l'étayage groupal et enfin le sentiment social.

La mise en place des stratégies personnelles chez nos sujets s'est manifestée par une bonne estime de soi, une confiance en soi et capacité à être autonome. Pour ce qui est de l'étayage familial, Les discours de nos participants ont relevé un déficit de la qualité d'étayage familial sur deux plans. Il s'est agi de la mauvaise qualité des liens d'attachement au sein de la famille et une défaillance de la qualité de communication au sein de celle-ci. Pour ce qui est des liens d'attachement, il a été noté plutôt un rejet du contact de la famille, la méfiance, le repli sur soi et le sentiment de haine. Sur le plan communicationnel, on a relevé la mésentente, le conflit familial, et la dislocation familiale.

Pour ce qui est de l'étayage groupal, nos participants ont rapporté qu'il existe des liens de solidarité car ceux-ci sont renforcés au sein de leur groupe et aussi une dynamique de groupe. Ce renforcement des liens de solidarité est essentiellement centré sur la mobilisation de réseaux de soutien ainsi que sur le partage des difficultés. La présence de la dynamique de groupe quant à elle s'est caractérisée par la présence de synergie dans le groupe, et la présence des liens de créativité ainsi que l'engagement de ces membres.

L'étude a également fait ressortir chez nos sujets la façon dont ils construisent leur sentiment social. Il s'est agi ici du sentiment que nos sujets éprouvent vis-à-vis d'eux-même de leur proche et vis-à-vis d'autrui lointain (la société). Les sentiments ressentis par ces recrues traumatisées sont l'amour, la joie, la confiance, de compétence, le bien être, l'espoir, la fierté, le contrôle, l'abandon de la part de leur famille, la colère vis-à-vis de la famille chez certains membres. Les participants ont également éprouvé le sentiment d'amour, d'être soutenue, le sentiment d'appartenir à une nouvelle communauté. Ce qui leur a permis de parvenir à la construction du sentiment social.

6.2 bref rappel des données théoriques

Dans l'optique de cerner notre étude, plusieurs approches théoriques ont été élaborées. Il s'agit essentiellement de l'approche de la résilience selon (Anaut 2003, Gamberzy 1991, Rutter, 1990 et Werner, 1993), la théorie des stratégies d'adaptation de Lazarus et Folkman (1984) et enfin la théorie du sentiment social.

En ce qui concerne la résilience, les auteurs ont essayé chacun à sa manière de la définir. Ainsi, avons-nous appréhendé la résilience comme « *l'art de s'adapter aux situations aversives (conditions biologiques et socio psychologiques) en développant des capacités en lien avec les ressources internes (intrapsychiques, cognitives et sociales du sujet) et externe (le support de l'environnement social et affective) permettant d'allier une construction psychique adéquate et l'insertion sociale.* » (Anaut, 2003). Les auteurs sus-cités ont développé une approche de la résilience qui stipule qu'elle résulte à la fois des variations génétiques et constitutionnelles, des dispositions et caractéristiques de la personnalité des individus, mais aussi des soutiens du milieu familial et extrafamilial ainsi que de la disponibilité, de l'accessibilité et de la qualité des appuis sociaux ou communautaires. C'est ce que ces auteurs ont appelé facteurs de résilience.

Pour ce qui est de la théorie des stratégies d'adaptation de Lazarus et Folkman, il faut noter que les stratégies d'adaptation sont un ensemble de comportement et de réponses cognitives pour surmonter, tolérer ou réduire les demandes qu'engendrent les situations stressantes. Et enfin, la théorie du sentiment social selon Adler, postule que le sentiment social est un besoin de se lier aux autres, de s'identifier ; et que ce sentiment social se construit grâce à la famille et à l'éducation.

6.3. Interprétation des résultats

Dans cette section, nous interprétons les résultats de l'étude sous la base des hypothèses de recherches établies au début de cette étude.

6.3.1. Interprétation des résultats par rapport à l'HR1 : mise en place des stratégies personnelles favorise la construction du sentiment social.

A la suite d'un traumatisme lié aux ruptures causées par la guerre, les changements dans le cours de vie se font ressentir dans l'existence même du sujet. Ces changements sont de plus en plus visibles surtout quand le traumatisme, considéré comme une effraction, touche à la fois l'aspect psychique et psychologique et se voit ressentir dans l'aspect social de l'individu. Ce qui va donc entraver la personnalité du sujet. Dans la plupart du temps, les individus vivant ce traumatisme, cette nostalgie du passé liée à leur pays d'origine se fixent des objectifs nouveaux ou alors essayent de réorganiser la vie d'avant le traumatisme. Mais bien qu'elle soit difficile ceux-ci y arrivent parce qu'ils ont trouvé en eux et en la société des mécanismes de résilience. Ces mécanismes s'établissent sur la base des composantes personnelles du sujet. Il s'agit entre autres de l'estime de soi, la confiance en soi et l'autonomie. On va l'observer dans leur manière d'agir, de se comporter vis-à-vis de soi, de sa famille et de la société voir même dans ses relations avec autrui. Ces facteurs conviennent d'être mis en exergue pour une meilleure appréhension des analyses.

Les résultats ont révélé que nos sujets, malgré les difficultés et les ruptures vécues dans leur pays, parviennent à élaborer les moyens de résilience ceci à travers le support de son environnement familial et social permettant à l'individu de se reconstruire, de surmonter sa situation afin de s'insérer dans son nouvel environnement. Cette capacité de résilience est due à une bonne estime de soi. Etant donné que l'estime de soi satisfaisante est signe de bonne adaptation sociale, elle est nécessaire à l'affrontement du stress occasionné par l'adversité. Pouvoir se définir et avoir sa propre valeur contribue à la construction du sentiment social et aussi au développement du processus résilient en cas de traumatisme. L'estime de soi se définit comme la capacité qu'a un individu de s'aimer, de s'apprécier, se respecter, vivre en harmonie avec ses valeurs. Elle est essentiellement importante dans la vie des individus.

L'estime de soi est un besoin fondamental et universel pour tout être humain. Cette appréciation est fonction du regard que l'on porte sur soi et de celui de l'autre sur soi, de la qualité des relations affectives et de l'évaluation faite concernant ses propres

réalisations. L'estime de soi influence nos rapports à l'environnement, nos choix, et notre façon à nous d'appréhender le monde. Vu que beaucoup de réfugiés ont vécu des situations dramatiques, ils portent en eux des traumatismes qui dépravent leur vie les empêchent de s'épanouir et de s'investir dans leur vie. La stratégie mise en place pour contenir les traumatismes vécus consiste, pour les réfugiés à avoir une bonne estime de soi. C'est ainsi que ceux que nous avons rencontré sur le terrain présentent une bonne estime de soi. Celle-ci s'est manifestée dans la manière de gérer leur vie et de se projeter dans le futur. Et a donc provoqué chez eux des sentiments tels valorisation de soi, d'amour envers soi. Les résultats de nos participants laissent transparaître ces facteurs. Nous pouvons l'apercevoir dans les propos de Ben : *« je suis fière de moi [...], mais depuis que je suis ici, Je me sens très important, je fais tout ce que je veux sans crainte. Je sais que je peux faire les choses meilleures, je me sens très utile je ne me déteste pas, je suis fière de ce que je suis aujourd'hui je peux me venter alors qu'avant je ne valais rien »*. Il existe chez ces sujets un contrôle quasi total de la situation qu'ils vivent, ils parviennent à donner un sens à l'expérience vécue. Ce qui favorise l'espoir par rapport au futur en amenant la personne à recadrer ses pensées plus positivement. Ce contrôle des événements vécu joue également un rôle important dans leur capacité à surmonter leurs traumatismes.

L'homme est un animal social. Pour ce faire, il est appelé à aller vers ses semblables afin de pouvoir s'épanouir et c'est grâce à ceux-ci que l'individu développe ses potentialités. Aucun être humain ne saurait vivre en marge de la société mais des situations traumatiques de la vie peuvent impacter sur sa relation à autrui. Grâce à une bonne estime de soi l'individu va chercher à se rapprocher des autres afin d'interagir et établir les liens avec eux. Berthe nous en dit plus *« hum !! Hum !! Ici j'ai tellement les amis je cause bien avec les gens, ils m'aiment, ils m'écoutent, ça fait que je me sens en sécurité »*.

En outre, nous sommes confrontés au quotidien à des situations qui nous demandent parfois beaucoup d'énergie, de détermination, de foi, de confiance en nos propres compétences. La capacité de se refaire une vie et de s'épanouir en surmontant un choc traumatique grave, de pouvoir faire face à l'adversité et continuer ses activités renvoie à ce que Cyrulnik (2001), a nommé résilience.

Celle-ci s'effectue sur la base d'une confiance en soi. Cette confiance en soi permet à la personne de croire en ses capacités d'agir adéquatement selon les besoins de la situation. Elle donne la détermination nécessaire à la réalisation de ses projets et elle doit se bâtir à partir du

succès obtenus dans ses réalisations. Aussi, elle permet de prendre les décisions, d'entreprendre des projets de vie, de se sur évaluer afin d'éviter les complexes c'est à partir de là que l'individu essaye de surmonter sa situation. La rupture du cadre familial, social et même culturel aussi traumatique qu'elle soit pour l'individu devrait être acceptée par celui-ci afin qu'il puisse se réorganiser et se fixer les objectifs.

Cette qualité de pouvoir anticiper et être conscient de son efficacité à résoudre les problèmes fait partie des capacités qui donnent à l'individu une confiance en soi et en ses compétences, de se projeter dans l'avenir et d'aller de l'avant. Cette résilience se déploie sur la base des caractéristiques mises en place par l'individu lui-même. Les sujets que nous avons rencontrés lors de nos entretiens malgré qu'ils vivent dans une impasse développent des éléments de résilience en ceci qu'ils ont confiance en eux, car ils croient en eux, en leurs aptitudes, en leurs compétences et ne doute pas de leur capacité à créer. Ce qui joue un rôle crucial dans la résilience. Marie le montre *« je n'ai pas de formation professionnelle je n'ai pas fréquenté mais je sais que je vais réussir si je me mets au travail je vous dis que je vais réussir je crois en ce que Dieu ma donnée. Je me suis engagée depuis que je suis au Cameroun, je me bats et j'ai confiance en soi. Je me sens compétente je te dis ça parce que ce n'ai plus personne de ma famille ici pour me soutenir pour ça je dois travailler »*. Marie dit qu'elle s'engage toujours lorsqu'elle mène une action car dit-elle : *« je ne me décourage pas quand je fais quelle chose, je n'ai pas honte de moi aujourd'hui, je pars de maison en maison pour demander les habits à laver et ça ne me dérange pas »*.

Une autre composante de la résilience personnelle chez nos sujets est l'autonomie. L'autonomie est le fait pour l'individu de produire par lui-même, d'être capable de s'auto gérer, d'être libre. Toujours dans cette perspective Rutter (1993), montre qu'en acquérant un contrôle interne de Ses capacités, l'individu prend conscience de ses propres compétences à réaliser ses projets, développe son sens de responsabilités et son autonomie. Ici l'individu apprend à être capable de faire preuve d'indépendance et d'efficacité ou inversement il ne pourra accomplir des tâches, sans assistance d'un tiers en cas de situations aversives. L'autonomie rend les réfugiés indépendants c'est-à-dire ils doivent user de leur force pour créer et mettre sur pied des projets, ils doivent être capable de se battre d'eux-mêmes pour subvenir à leurs propres besoins. A ce niveau, nous l'avons observé chez nos participants. Ainsi avons-nous relevé chez Tony *« je me bats pour vivre mais parfois c'est pour ça que je pars au chantier travailler pour subvenir à mes besoins. Mais parfois c'est mon frère qui m'aide mais quand tu es chez quelqu'un il y'a les choses que tu ne peux pas*

faire ce que tu veux. Quand tu veux faire il te dit ne fais pas et du coup tu ne réalises pas ce que tu voulais faire c'est pour ça que je veux rester seul chez moi ».

Les résultats de nos participants montrent qu'ils sont très sociables, se rapprochent des d'autres, communiquent avec eux, et leur capacité à exercer leurs activités font partie du quotidien de nos participants. A la lecture de leurs propos on se laisserait tenter de croire que nos participants ont pu retrouver leur autonomie ce qui pousse vers le processus de résilience personnelle.

Dans le contexte de cette étude, il est à remarquer que nos participants bien qu'ayant vécu les traumatismes développent une certaine capacité de résilience permettant de surmonter les traumatismes liés aux ruptures brutales subies et ses conséquences ce qui leur a permis de se bâtir une vie normale, afin de s'insérer dans leur nouvel environnement.

En plus, il a été relevé chez nos participants des aspects qui se dévoilent de manière implicite tels que la flexibilité dans leurs propos, l'humour, l'optimisme, le contrôle des émotions, la confrontation de leurs situations et aussi la recherche du réseau de soutien. Actuellement, on considère que tous les individus sont dotés d'un potentiel de résilience mais que celui-ci pourra être développé différemment suivant les personnes et les contextes socio-environnementaux (Manciaux et al. 2001 ; Lemay, 1998 ; Anaut, 2008 cité par Yambessa, 2016 P. 51). Face à l'adversité, le processus de résilience peut se mettre en place spontanément ou bien, a contrario, demeurer à l'état latent. Ainsi, son chemin sera difficilement mis en place ou ne sera pas trouvé par certaines personnes. A noter que la résilience peut présenter de multiples formes, certaines n'étant pas forcément conformes aux valeurs sociales reconnues (Tomkiewicz, 2001 cité par Omolomo, 2016).

6.3.2. Interprétation des résultats par rapport à l'HR2 : la qualité de l'étayage familial favorise la construction du sentiment social chez les réfugiés

La famille est l'unité sociale de base assurant la protection de l'individu. Elle est le socle de toute vie humaine. Elle est également vue comme le lieu de formation la personnalité de l'individu, elle cultive en celui-ci des normes et valeurs de la société. Elle constitue le premier et le plus important milieu social, la qualité de vie de l'adulte dépend grandement de la qualité des relations entre les membres de la famille. Ainsi, c'est sur elle que l'individu doit s'étayer pour réussir à surmonter les traumatismes de vie. L'enfant commence sa socialisation par la famille à travers laquelle il établit ses premiers contacts sociaux en intériorisant les normes et valeurs tels que : les comportements et les attitudes, les

modes de communications, l'amour, les règles concernant les rapports entre les individus. La famille peut à la fois constituer un atout ou un obstacle. Elle est un obstacle en ce sens qu'elle peut à travers son instabilité induire le sujet dans une posture qui ne permet pas de se cultiver ses potentialités afin de faire face aux événements délétères.

Certaines familles sont chaleureuses et stimulantes d'autres sont ennuyeuses et froides ; certaines deviennent même une menace continue pour la sécurité physique et psychologique de ses membres. La chaleur des relations humaines constitue l'un des piliers fondamentaux du bonheur authentique. La famille peut être, ou non ce lieu d'apprentissages aux relations humaines chaleureuses. Pour ce, il est important que la famille ait un but commun : trouver un style de vie, aider les autres à s'adapter, se soutenir et soutenir les autres dans les moments difficiles. La famille permet à chaque membre de développer son caractère, ses aptitudes, ses buts personnels, uniques tout en facilitant l'entretien des liens avec tous les membres de la famille. C'est donc en son sein que doit se construire les liens d'attachements solide car un attachement solide dans la petite enfance va même si la figure d'attachement n'est pas présente permettre au sujet adulte de rechercher autour de lui celui ou celle sur qui il pourra s'appuyer pour résister et s'adapter face aux traumatismes ce qui sera une étape pour la construction du sentiment social. Et si la famille ne joue pas pleinement son rôle le sujet va se transformer en enfant gâté comme l'a révélé Adler dit-il : c'est à la mère qui est considérée comme le premier prochain au seuil du développement du sentiment social que partent des impulsions en joignant l'enfant à s'insérer dans la vie comme élément juste de l'ensemble et à chercher le contact juste avec le monde environnant. Si l'enfant est gâté par sa mère, il refuse d'étendre son sentiment social vers les autres ».

De nombreuses familles de nos participants ont vécu des événements pendant la guerre, mais il est encore plus difficile pour ceux qui ont rompus avec les liens familiaux de s'en sortir. Pour le faire il faudrait la main tendue de sa famille pour qu'il puisse se remettre et continuer sa vie ou le traumatisme avait rompu. La famille est considérée ici non pas seulement comme dans sa définition générale, c'est-à-dire le père, la mère et les enfants mais celle-ci est considérée comme le substitut ou également l'ensemble des personnes vivant sur le même toit. En plus de la famille génitrice nous avons pris en compte les familles d'accueil c'est-à-dire ceux chez qui ces réfugiés vivent depuis leur arrivée. A travers les résultats de nos analyses nous nous sommes rendu compte que la plupart des réfugiés bien qu'ayant rompus avec leur famille à cause de la guerre s'étaient fait une nouvelle famille. Marie l'affirme : *« c'est une femme centrafricaine qui m'a accueilli chez elle je vis chez elle avec ses deux*

enfants je la considère comme ma mère et elle comme me considère comme sa fille ». Tony *« je vis chez un frère centrafricain ».* La résilience avant d'être un processus individuel nécessite en prélude la mobilisation d'un certain nombre de facteur alternant entre les facteurs de protection familiaux et des facteurs de protection environnementaux. Parmi les facteurs de protection familiaux on peut citer la qualité de communication, la cohésion familiale, le soutien reçu, l'affection reçu, qualité de lien l'attachement.

A travers le discours de nos participants, ces composantes de la famille se sont révélé absentes ce qui ne favorisent pas le processus de résilience et donc influe la construction du sentiment social, ainsi que leur éclosion d'où les difficultés à s'adapter. C'est dans ce sens qu'ils n'ont pas de base solide de liens d'attachement. Ce qui montre une défaillance de support familiale chez nos réfugiés ceci à cause de la mauvaise qualité d'étayage familial. Il en ressort que ceux-ci vivent dans un rejet de contact de la famille, un repli sur soi Bethe l'affirme *« je suis au chantier avec mes sœurs on ne se parle pas et on ne se visite pas. Elle ne me gère pas je m'en fous d'elle. Même mes tantes sont ici mais on ne s'est jamais vu ».* Tony révèle à son tour *« je ne suis plus en contact avec ma famille (...) est ce qu'ils m'appellent aussi, ils ne m'appellent pas je ne sais même pas s'ils ont encore mon numéro »* cette mauvaise qualité du lien familiale impacte sur la vie de l'individu et le pousse donc à adopter les comportements inadaptés. Nous convenons avec ces propos que nos réfugiés rencontrent des difficultés du fait qu'ils sont mal soutenus par leur famille dans la mesure où la famille ne leur vient pas en aide, ne leur accorde pas d'affection et d'attention particulière.

Dans la relation familiale, le but principal est la communication. Le discours de nos sujets laisse entrevoir que la communication est plus ou moins défectueuse au sien de leur nouvelle famille. C'est à cause de la défaillance de la qualité de communication que beaucoup de réfugiés n'arrivent pas à surmonter leur situation. Pour certains, cette qualité de communication passe par la non compréhension, les mésententes et le manque d'attention. Pour d'autre ce sont les conflits au sein de celle-ci qui sont à l'origine de cette qualité de communication. Par leur propos ces réfugiés déplorent que la relation à la famille n'est pas possible ce qui les poussent à vouloir quitter le lieu. Comme nous le dit nos sujets. Dany : *« Il y a les problèmes au sein de mon couple tout simplement parce qu'elle ne comprend pas ce que je vis (...) parfois on se querelle et puis je me fâché et je sors de la maison pour aller boire là-bas au moins je me sens à l'aise ».* Tony aussi affirme *« s'il arrive que je n'ai pas l'argent pour contribuer à la maison, il ne doit pas comprendre il doit se fâcher et m'envoyer*

les mots choquants qui me mettent mal à l'aise. C'est de là que naît les conflits entre nous. Même quand je parle les choses tout simplement, il prend comme les problèmes ». Ainsi, il ressort que nos sujets que le support familial est de mauvaise qualité ce qui rend difficile le processus de résilience. Cette résilience va se manifester dans la vie du sujet, dans sa relation avec la famille et vis-à-vis de la société. Ainsi, Adler (1950), souligne qu'à de nombreux moments, et chez de très nombreuses personnes, une qualité négative du sentiment social rend compte des difficultés d'insertion, des attitudes de misanthropie (isolement) et de misogynie, des comportements d'aliénation du partenaire, de ses collègues, de sa progéniture.

6.3.3. Interprétation des résultats par rapport à l'HR3 : l'étayage groupal favorise la construction du sentiment social chez les réfugiés

Le groupe est un ensemble de personnes ayant un ou plusieurs objectifs communs acceptés par elle et se mettant d'accord sur les moyens à utiliser pour les atteindre ainsi que sur la répartition des fonctions et des rôles. C'est également le milieu où naît les interactions, les synergies et même les liens de solidarité. Le groupe est le support privilégié dans les interactions, elle permet à l'individu de réussir dans sa vie. Etant donné que le réfugié a subi presque tous les types de ruptures, il a donc besoin d'un groupe sur qui s'appuyer pour surmonter les blessures, afin d'aller de l'avant. Sur ceux, il va chercher un groupe où une communauté auquel il va appartenir. Ce groupe d'appartenance doit être uni et solide pour lui permettre de se reconstruire. En plus de la famille et des caractéristiques individuelles, les réfugiés ont besoin du soutien social des personnes qui lui font confiance et en qui il a confiance. Ce sont ces personnes que Anaut (2003), appelle les véritables tuteurs de résilience qu'elle décrit comme des personnes qui, par leur attitude et leur comportement facilite la résilience, chez l'enfant, chez l'adulte ou chez les personnes âgées. Elle mentionne que ce groupe considéré comme le réseau de soutien social de l'adulte constitue un facteur de protection très efficace contre les situations stressantes. A cet effet, Vanistendael et Lecomte (2000), Montre que le soutien du groupe est un processus de résilience.

A travers ce soutien tant moral que financier, le réfugié va surmonter sa situation, se reconstruire afin de s'insérer dans la nouvelle société. A propos, les résultats de nos participants révèlent que le groupe a été d'un apport considérable pour eux. C'est dans ce sens qu'il a renforcé les liens de solidarité en mettant sur pied un réseau de soutien. Ce qui montre une présence d'étayage groupale car la plupart d'entre eux rapportent avoir eu du soutien de leur communauté. Nous prenons par exemple quelques cas pour montrer

l'existence de ce facteur qui permet la résilience. Marie : *« je vais aux réunions du HCR là-bas il nous soutient vraiment, ils nous partagent les savons et les garnitures et ils nous ont permis d'avoir la carte de séjour je ne peux pas dire qu'ils ne font rien pour nous ils font de leur mieux, ils nous écoutent »*. Elle montre également qu'elle est soutenue par certains membres de sa communauté centrafricaine : *« je suis dans une communauté des centrafricains de Yaoundé ; elle ne nous vient pas vraiment en aide mais là-bas on lance les divers on rit et ça nous fait oublier les problèmes. Oui c'est vrai quand même qu'on se partage les difficultés qu'on rencontre et on réfléchit pour trouver les solutions mais l'aide financier je dirai non car tout le monde est dans la même situation »*. C'est à travers une comparaison des uns envers les autres que les blessés utilisent pour surmonter les situations adverses. Les données montrant cette dimension de la résilience sont mises en évidence par Vanistendael et Lecomte (2000), lorsqu'ils soulignent *« que les victimes peuvent non seulement se rassurer en se comparant à d'autres personnes plus malchanceuses qu'elles, mais également en comparant leur état à une situation hypothétique pire qui pourrait leur être arrivée. Cela les aide à minimiser leur souffrance et à la surmonter »*. En parallèle à ceci, les auteurs mentionnent un autre élément, soit celui d'entraide entre les victimes, soit par le partage de leurs expériences et la recherche des solutions à leurs problèmes.

En plus, ils soulignent que le soutien entre victimes n'est pas toujours efficace quand il ne s'agit que de partager les expériences douloureuses qui peuvent contribuer à faire revivre la douleur qu'a provoquée l'événement traumatisant et à contrecarrer la résilience. Ici, l'aide des professionnels s'avère nécessaire. Robert lui, il va dans la même lancée *« à mon arrivée, j'ai été reçu par un Camerounais qui m'a donné sa maison en chantier pour que je puisse vivre avec ma famille, donc je peux dire que je suis soutenu par mon entourage ; je pars aussi souvent à la réunion qu'on fait au HCR il me soutient car l'année dernière je suis allé là-bas leur poser mon problème de scolarité de mes enfants il n'a écouté et on dit qu'ils vont m'aider à payer pour ceux qui sont encore petit donc je peux dire qu'il m'aide »* ceci montre que la solidarité entre eux, l'amour, l'entraide et le partage des difficultés sont leur vécu. La résilience constitue le résultat d'une interaction entre les différents partenaires de la communauté et se manifeste à travers la solidarité, l'action collective et les liens sociaux. Dans le même contexte, Cyrulnik (2001) explique que pour aider les enfants blessés à surmonter leurs traumatismes ; il faut les inviter à être actifs et créatifs. D'où la nécessité d'une dynamique de groupe.

De l'autre côté, il existe une dynamique de groupe car il y a au sein de ce groupe une synergie et des liens de créativité ce qui a conduit à l'engagement de ces membres. La dynamique de groupe est le lieu où on fait naître la synergie et la créativité. A travers les synergies, les individus se mettent ensemble dans le but de se construire une vie sur des bases solides. Ce qui va favoriser les liens de créativité car ceux-ci vont se mettre ensemble pour mieux élaborer les projets et ceci doit se faire dans l'harmonie et le respect de l'autre. Les discours de nos sujets révèlent : *« je pense que quand on se met ensemble c'est pour partager les problèmes et les souffrances comme j'ai dit en haut les problèmes des uns concernent les autres on partage vraiment nos problèmes on s'écoute aussi et on cherche la solution ensemble ils m'ont conseillé quand j'étais venu leur raconter ma situation avec mes sœurs comme on ne s'entend pas là-bas »*. Angèle quant à elle affirme : *« dans ce groupe même on nous apprend les choses comme savoir prier, fabriquer les choses aujourd'hui je sais fabriquer le savon et le lait de toilette. On se comporte bien dans ce groupe quand quelqu'un fait ce qui n'est pas bien on le sanctionne. Je me sens bien au groupe »*. Cette dynamique dans le groupe permet au sujet de s'épanouir, de se sentir aimé et soutenu par les membres de son groupe. Le fait de se mettre ensemble, de se soutenir, de réaliser certains projets ensemble met le sujet en confiance et favorise une bonne estime de soi car celle-ci se construit dans le rapport sujet et environnement.

Au regard de ces résultats obtenus, force est de constater que les facteurs liés au groupe, tels que le renforcement des liens de solidarité, la présence d'une dynamique de groupe ont un impact sur la construction du sentiment social chez les réfugiés. C'est-à-dire que l'étayage groupal favorise la résilience et donc permet la construction du sentiment social. Nos résultats vont dans le sens de nos hypothèses car nos sujets disent qu'ils sont soutenus par leur groupe d'où la mise en place du processus de résilience. Donc il y a une présence d'étayage groupal. Au regard des résultats, nous pouvons dire que notre hypothèse est confirmée.

Les résultats de nos interprétations montrent que, sur ces trois hypothèses de recherche élaborées deux ont été confirmées c'est à dire hypothèse 1 et 3 et la deuxième (hypothèse 2) est infirmée. En ce sens que nos participants n'ont pas vraiment été soutenus par les membres de la famille du fait de la qualité des relations familiales.

Ainsi, les résultats obtenus dans notre étude doivent s'articuler avec la théorie sur laquelle s'étaye notre hypothèse générale.

6.4 Discussion

Cette section consiste en premier lieu en une mise en relation des résultats de cette recherche et l'état actuel des connaissances dans le domaine de la résilience. Cette discussion permettra de voir dans quelle mesure les résultats corroborent, complètent ou s'éloignent de l'état actuel des connaissances sur la résilience chez les réfugiés et ce compte tenu des objectifs de l'étude.

L'objectif principal de la présente étude consistait à cerner les facteurs qui ont soutenu les réfugiés à se reconstruire, à s'adapter malgré la présence de multiples traumatismes auxquels ils se sont heurtés suite aux ruptures brutales vécues, aussi bien qu'aux conditions de vie difficiles dans leur nouveau pays d'accueil. Pour atteindre cet objectif, nous nous sommes inspirés des approches théoriques de la résilience. Nous avons pris en compte l'individu et l'entourage avec lequel il interagit. Pour ce, les travaux que nous avons lus et trouvé montre que la résilience est la résultante d'une interaction entre les facteurs personnels, les facteurs familiaux et les facteurs sociaux. Cette étude sur la résilience ne se réduit pas à l'approche des individus face à des situations traumatiques où aux conditions de vie défavorable. Elle prend en compte les groupes humains (familiaux ou communautaires) considérés, soit comme des systèmes de ressources et de soutien pour les individus blessés, soit comme des entités pouvant faire preuve de résilience groupale. Ainsi, Anaut (2003), parle généralement de la résilience pour désigner « l'art de s'adapter aux situations aversives (conditions biologiques et socio psychologique) en développant des capacités en liens avec les ressources internes (intrapsychiques, cognitives et sociales du sujet) et externes (lien et support de l'environnement social et affectif) permettant d'allier une construction psychologique et l'insertion sociale ». De cette définition, plusieurs facteurs considérés comme facteurs de protection ont été élaboré pour montrer l'importance de la résilience dans la construction du sentiment social du sujet. Il s'agit là des stratégies à mettre en place chez les individus pour promouvoir la résilience.

Les résultats de cette étude viennent de l'expérience de nos participants, plus précisément de ce à quoi ils attribuent à leur résilience. De cette expérience des participants, découlent plusieurs éléments dont l'interaction favorise la construction du sentiment social. Ces éléments proviennent simultanément des caractéristiques individuelles et des appuis du milieu familial et de la communauté (école, organismes, rencontre fortuite).

6.4.1 Evaluation de la résilience chez les réfugiés

Des caractéristiques individuelles, il en ressort que la mise en place des mécanismes personnels relatifs à l'estime de soi, à la confiance en soi et à l'autonomie constitue un enrichissement du sentiment social. Ce constat vient du fait que les réfugiés ont pu mobiliser un certain nombre d'éléments leur permettant de surmonter leur situation, ce qui est pour eux une façon de se projeter dans l'avenir, d'acquérir l'indépendance, d'être responsable de leur propre vie et de se rapprocher des autres afin d'interagir avec ces derniers. Cette conclusion corrobore avec les travaux sur les facteurs personnels de la résilience. Les chercheurs qui s'intéressent au concept de la résilience ont essayé de relever, à partir des expériences des personnes considérées comme résilientes, des caractéristiques qui contribuent à faciliter la résilience. Parmi ces caractéristiques, Anaut (2003) mentionne le tempérament et les aptitudes cognitives, l'autonomie, les compétences sociales, empathie, altruisme, la sociabilité, la perception d'une relation positive avec l'adulte. A leur tour, Manciaux et al. (2001) mentionnent que les facteurs de protection propres au sujet résilient sont l'estime de soi, la sociabilité, le don d'éveiller la sympathie, un certain sens de l'humour, un esprit d'anticipation et de planification, un projet de vie. Ils mettent l'accent sur le fait que la résilience dépasse l'idée de surmonter le traumatisme et inclut une dynamique de vie positive. Rutter (1993), distingue trois caractéristiques principales témoignant la mise en route du fonctionnement résilient spécifique qui donne lieu à certains comportements. La première l'estime de soi, deuxième le sentiment d'auto efficacité et la troisième la capacité à résoudre les problèmes. Ces caractéristiques sont pour Garmerzy (1991), les facteurs de protections qu'il définit comme « l'ensemble des traits personnelles de caractères impliquant en particulier le tempérament, l'estime de soi, l'autonomie, les réflexions, ». Werner (1993), dans sa perspective transactionnelle mentionne les facteurs de protection internes de l'individu. Il s'agit du tempérament, l'aptitude cognitives, l'estime de soi, l'autonomie, la capacité à résoudre problème, la connaissance de soi, l'altruisme la sociabilité, la confiance en soi et enfin l'habilité à trouver un soutien de l'environnement familial et extra familial.

La qualité de l'étayage familial lié aux styles du lien d'attachement et la qualité de communication au sein de la famille, permet la construction du sentiment social des réfugiés. La famille considérée comme socle du développement de la personnalité et donc de la résilience concoure à la construction du sentiment social. Elle a pour rôle de soutenir l'individu afin qu'il puisse surmonter sa situation à travers les relations chaleureuses, le lien d'attachement et les figures d'attachement solide. Si l'individu se sent aimé par les membres

de sa famille, trouve autour de lui des personnes en qui il fait confiance il va donc résilier. Les résultats de la présente recherche montrent plutôt une mauvaise qualité d'étayage familial. Les parents et la famille d'accueil de ces participants ne se sentent pas aimés par la famille et donc, conduit à un mauvais style de vie au sein de la famille ce qui entraîne des rejets de contact de la famille, un sentiment de haine et de méfiance au sein de celle-ci et aussi une défaillance communicationnelle en son sein. De nombreuses recherches antérieures, particulièrement celle de Anaut (2003) donne d'autres indicateurs familiaux qui sont en mesure de jouer un rôle protecteur. Elle mentionne, entre autres, la chaleur humaine, la cohésion et l'harmonie familiale qui sont susceptibles de favoriser la résilience, Cyrulnik (2003), affirme que les personnes résilientes sont celles qui ont pu bénéficier d'un attachement sécurisant et confiant durant leur enfance. Cette relation d'attachement donne à l'enfant le point de départ de toutes les relations futures, d'où son rôle crucial. Pour que cette relation apporte les bases essentielles au développement et à l'adaptation de l'enfant à son environnement, il faut qu'elle soit de bonne qualité. Baddoura (1998) qui, à travers l'exemple des enfants qui ont traversé la guerre au Liban, souligne que dans cette période, les enfants bien entourés par leurs familles ont nettement moins souffert des horreurs de la guerre que ceux qui n'avaient pas bénéficié de cette protection. Il mentionne que dans cette situation, la famille a été considérée comme un puissant amortisseur contre les chocs psychiques pour les enfants. Par la suite, il indique que les facteurs protecteurs de l'enfant, durant les périodes de stress, résident dans la qualité du milieu familial et que « c'est dans la mesure où il rompt l'étayage parental que l'événement provoque une perturbation chez l'enfant ». Dans la même perspective, Cyrulnik (2001) donne l'exemple des enfants qui ont vécu les bombardements de Londres en 1942. Il mentionne que ces enfants n'avaient pas eu de troubles quand ils étaient entourés des familles sereines, mais que lorsqu'ils étaient entourés par des adultes anxieux, et où les morts empêchaient la mise en place de la résilience, une grande proportion des enfants manifestait des troubles parfois graves. Les travaux antérieurs et l'hypothèse faites sur la qualité d'étayage familial ne corroborent pas ceci en sens que les résultats de nos participants montrent qu'il y a une mauvaise qualité de soutien de la part leur famille, donc les liens d'attachement sont assez limités et une défaillance au niveau communicationnel.

L'hypothèse selon laquelle l'étayage groupal détermine la construction du sentiment social chez les réfugiés est confirmée. Ceci du fait que notre hypothèse se justifie par nos théories ; ce qui coïncide avec les résultats de nos analyses. Ceux-ci nous laissent entendre qu'ils sont assistés par leur communauté et groupe. Dans la présente étude,

l'entourage (les voisins, les amis) et même la communauté (religieuse, les organismes, les associations) ont permis la résilience de nos participants. Ceci en leur offrant des moyens tant financiers, matériels que psychologiques. A travers les réseaux de soutien et la dynamique de groupe mises en place dans le but de permettre un espace de parole et d'échange chez nos participants ont permis de mobiliser les mécanismes de soutien et d'aide aux réfugiés. Malgré les multiples difficultés auxquels se sont heurtés où se heurtent les réfugiés, ils se trouvent très résilients à travers l'aide de la communauté. En ce qui a trait aux appuis du milieu, nous pouvons partir du constat de Cyrulnik (2003) qui stipule qu'après le traumatisme, l'association des ressources internes que le blessé a acquis durant l'enfance et les ressources externes présentes dans l'entourage de celui-ci favorisent la résilience. L'auteur souligne que parmi les ressources externes, la signification que la société ou la culture donne au traumatisme est importante pour la construction ou non de la résilience. A leur tour, Ehrensaft et Tousignant (2001), cité par Kayitesi (2006), mettent en évidence le rôle de différents niveaux de l'écologie sociale (famille, quartier, communauté, société, culture). Ils indiquent, en citant l'étude d'Eldebour (1993), qu'au niveau de l'entourage la présence d'une communauté culturelle d'appartenance, l'idéologie politique, les croyances religieuses, et les attitudes envers la violence peuvent favoriser la résilience.

Nos résultats justifient le bien fondé des théories explicatives du problème posé. Ils permettent de dire ici que ces approches théoriques, à savoir la théorie de la résilience, des stratégies d'adaptation et du sentiment social sont pertinemment appropriés pour cette étude. Ils corroborent avec les explications produites par les auteurs comme (Anaut, 2003 ; Gamerzy, 1991 ; Werner, 1993 ; Rutter, 1990) sur les facteurs de résilience mise en place par les individus à la suite d'un traumatisme.

La résilience de nos réfugiés a été observée au niveau personnel et groupal car le facteur familial n'a pas du tout été de bonne qualité pour favoriser le processus de résilience chez nos réfugiés dans leur situation et donc peut constituer un frein à la construction de leur sentiment social dans le pays d'accueil. Par ailleurs, le groupe a été un élément important ce qui a permis aux réfugiés de surmonter les traumatismes liés aux conditions difficiles d'où leur adaptation dans le nouveau pays ce qui permet à ceux-ci d'étendre leur sentiment social vers d'autres personnes. Vu que le sentiment social se construit à travers les échanges, il est une aptitude à la fréquentation des autres personnes et à la coopération avec elle. Ainsi plus le réfugié est résilient, plus il éprouve le besoin de se lier aux autres, plus il développe son

sentiment social. Celui-ci se décrit comme étant influencé par la capacité du sujet à faire face, en lien avec son environnement familial et social.

6.5 Suggestions et perspectives

Les suggestions et les perspectives liées à la présente étude sont multiples. Elles peuvent se situer sur plusieurs plans.

6. 5 .1 Suggestions

Nos suggestions vont à l'endroit de l'Etat, la société et les réfugiés. Pour permettre la résilience des réfugiés, il faut un accompagnement psychologique qui doit être organisé sur trois (3) plans : accueil, orientation et projections

6.5.1.1 Au niveau de l'Etat

L'accueil, c'est à l'Etat que revient la charge d'accueillir les réfugiés pour cela, il doit falloir qu'il mette sur pied un dispositif d'accueil bien organisé. De ce fait, l'Etat doit former des spécialistes tels que les éducateurs spécialisés et les psychologues car chacun à un rôle à jouer dans ce processus d'accueil car ces réfugiés se sont très vite séparés de leur milieu familial et ont besoin de se sentir en sécurité et en confiance dans son nouveau milieu de vie. Plus un réfugié se sent accueilli par son nouveau milieu plus il oublie les événements vécus et plus il cherche à s'insérer dans ladite société.

6.5.1.2 Au niveau de la société : une orientation

Nous suggérons que la société oriente les réfugiés dans les structures d'accueil. Il serait aussi judicieux qu'à cause du nombre élevé de réfugiés, les structures d'accueil soient multipliées. Pour mieux les accompagner dans ces structures, les prises en charge ne doivent pas être seulement des séances de thérapies. Il faut une écoute de l'autre, adopter des attitudes de types empathiques, faire les counselings, les relations d'aides. Et c'est pendant les conseilings que l'on peut reconstituer la situation du sujet traumatisé afin qu'il puisse retrouver sa famille car le bonheur du réfugié c'est de retrouver sa famille ou sa situation de vie normale.

6.5.1.3 Au niveau des réfugiés : les projections

Que ce soit dans le pays d'accueil ou dans un autre le réfugié doit s'inscrire dans un parcours de vie reconstruit. C'est à dire que malgré les événements qui se présenteront à lui, il doit chercher les moyens ou bien mobiliser un certain nombre de ressources pour se

bâtir une vie normale et se projeter dans l'avenir tel qu'avoir du travail, fonder une famille, être autonome. Pour cela, il doit d'abord accepter sa situation et ne pas la prendre comme une fatalité mais comme un évènement en soi.

6.5.2 Perspectives

Nous avons étudié la participation de la résilience sur la construction du sentiment social chez les réfugiés. L'étude a révélé que la résilience est un processus mise en place dans la construction du sentiment social chez les réfugiés victimes de ruptures brutales. Plus le réfugié est résilient plus il interagit avec les autres plus s'adapte à son environnement plus il construit de manière efficace son sentiment social. Pour continuer à questionner l'impact du processus de résilience, il sera nécessaire d'envisager une étude qui visera à évaluer l'influence des facteurs psychoaffectifs dans la construction du sentiment social chez les réfugiés.

D'autre part, il a été relevé dans cette étude que les réfugiés avaient essentiellement adoptés des stratégies d'adaptation tel que l'isolement ; l'humour, optimisme, la flexibilité, la confrontation au réel, l'espoir, la croyance. Pour investiguer davantage sur le coping de ces recrues, nous envisageons une étude longitudinale. Cette recherche aura pour objectif d'identifier les stratégies d'adaptation utilisées par ces réfugiés face aux difficultés rencontrées dans le pays d'accueil.

CONCLUSION GENERALE

Au terme de notre recherche portant sur « *la résilience et construction du sentiment social chez les réfugiés. Une étude de cas* », partant des travaux précédents sur la question de rupture chez les réfugiés puis confronté à nos observations sur le terrain, nous sommes parvenus à nous intéresser au problème de l'impact de la rupture perturbant les mécanismes de résilience dans la construction du sentiment social chez les réfugiés. C'est dans cette perspective que nous nous sommes posé la question de savoir : « la résilience détermine-t-elle la construction du sentiment social chez les réfugiés ? » en nous appuyant sur les approches théoriques de la résilience de Anaut, Gerner, Rutter et Werner, ce questionnement, a donné naissance à l'hypothèse générale selon laquelle « la résilience favoriserait la construction du sentiment social chez les réfugiés ». Son opérationnalisation a fait ressortir trois hypothèses de recherche à savoir :

HR1 : la mise en place des stratégies personnelles favorise la construction du sentiment social chez les réfugiés ;

HR2 : la qualité de l'étayage familial détermine la construction du sentiment social chez les réfugiés.

HR3 : l'étayage groupal favorise la construction du sentiment social chez les réfugiés.

L'objectif poursuivi était donc de montrer à travers le discours des participants, que la résilience participe à la construction du sentiment social chez les réfugiés malgré les traumatismes causés par la guerre. Pour parvenir à nos résultats, nous sommes partis des approches notionnelles de notre étude afin d'élaborer une revue critique de la littérature sur la résilience et le sentiment social chez les réfugiés, débutant sur l'origine et l'émergence la résilience, ses différents sens et utilisations. De suite, nous avons décrits les facteurs pouvant favoriser le processus de résilience. Nous sommes parvenus aux différentes conceptions scientifiques développées sur les difficultés d'adaptation chez les réfugiés qui sont le véritable problème que vivent ceux-ci. Plus loin, nous avons présenté le traumatisme comme agent de la résilience chez les réfugiés. Et en fin nous avons abordé le sentiment social comme un phénomène se construisant dans les interactions sociales.

Dans l'ancrage théorique de notre étude, nous avons traité dans un premier temps des approches théoriques de la résilience car comme le souligne Lecomte (2004), il

n'existe pas une théorie de la résilience car « pour comprendre celle-ci, il est nécessaire de faire appel à de multiples références théoriques. », il envisage la possibilité de rassembler plusieurs approches théoriques, débouchant sur une intégrative ouverte, ce qui offrirait alors une grande richesse dans l'explication et la compréhension de la résilience. Nous l'avons donc abordé en prenant appui sur les modèles selon Anaut (2003), Gerner (1991), Rutter (1990) et Werner (1993). Nous avons par la suite visité la théorie des stratégies d'adaptation de Lazarus et Folkman (1984) enfin la théorie du sentiment social d'Adler développé en 1933.

Nous nous sommes donc appuyés sur ces théories pour conduire notre recherche. Mais au-delà de cet appui théorique pour la réalisation de l'étude, il nous a fallu une méthodologie bien définie. Nous avons fait usage de la méthode qualitative. Nous nous sommes principalement basé sur l'étude des cas. Cette méthode a été choisie par sa capacité à fournir une analyse en profondeur des phénomènes dans leur contexte. La recherche qualitative qui a pour objet d'étudier les phénomènes humains en vue de plus de compréhension et d'explication a été notre type de recherche. Suivant nos critères d'inclusion et d'exclusion, échelles notamment l'échelle de résilience de Wagnild et Young (1993) nous avons obtenu sept participants, Dont 3 hommes et 4 femmes. Grâce à cette échelle, nos réfugiés se sont relevés tous résilients. Après l'élaboration du guide d'entretien, les données ont été collectées au travers des entretiens semi-directifs. La technique d'analyse de contenu des entretiens axée sur le repérage des thèmes significatifs a été utilisée pour l'analyse des résultats.

Par la suite, les résultats ont été présentés, analysés, et discutés sur la base des théories énoncées en amont de notre travail. Nous sommes arrivés aux conclusions que les réfugiés vivant en situation de traumatisme lié aux ruptures brutales, parviennent à s'en sortir, à s'adapter parce qu'ils mobilisent des moyens leur permettant de résilier ce qui a favorisé la construction d'un sentiment social suffisant. Parmi ces moyens, nous avons celui lié à l'individu lui-même, à la famille et à sa communauté ; ce qui donne une pertinence à notre hypothèse de départ. Cependant, nos résultats ont révélé que deux hypothèses sur trois ont été confirmées. L'hypothèse un (HR1) et hypothèse trois (HR3) sont confirmées par contre, l'hypothèse deux (HR2) est infirmée suite à la défaillance de la qualité l'étayage familial. Au-delà de ces stratégies nous avons relevés d'autres variables psychologiques à savoir l'optimisme, l'espoir, la flexibilité, la patience, le contrôle de ses émotions, le sentiment d'être heureux, le respect de l'autre, la complicité, l'amour qui sont des facteurs associés à leur résilience. Et pour finir, nous avons formulés des suggestions qui prennent en compte l'Etat camerounais, la société, les réfugiés.

REFERENCES BIBLIOGRAPHIQUES

- Al-Issa, I. (1997). Ethnicity, immigration and psychopathology. In 1. Al-Issa & M. Tousignant (Éds), *Ethnicity, immigration and psychopathology* (pp. 3-15). New York: Plenum Press.
- Alvarado, E. (1993). Les jeunes des communautés culturelles. *Santé mentale au Québec*, 18(1), 211–226.
- Adler, A. (1950). *Le sens de la vie*. Paris : Payot
- Aller, A. (1933). *Le sens de la vie. Etude de la psychologie individuelle*. Paris : Payot
- Anaut, M. (2003). *La résilience : surmonter les traumatismes*. France : Nathan.
- Anaut, M. (2005). Le concept de résilience et ses applications cliniques. *Revue Recherche en soins infirmiers*, 82
- Anaut, M. (2014). *L'humour entre le rire et les larmes : Traumatismes et résilience*. Paris : Odile Jacob .180p.
- Anaut, M. (2015). La résilience : évolution des conceptions théoriques et des applications cliniques. *Association de recherche en soins infirmiers*. DOI : 10.3917/rsi.121.0028 2 N°121 PP28-39.
- Bahi, B. & Piquemal, N. (2013). Dépossession socioéconomique, linguistique et résilience : horizons de mobilité sociale chez les élèves immigrants, réfugiés au Manitoba. *Cahiers franco-canadiens de l'Ouest*, 25(1-2), 109–128.
- Bandura, A. (2002). *Le sentiment d'efficacité personnelle*. Paris : De Boeck Université.
- Beiser, M., & Hyman, I., (1997). Southeast Asian refugees in Canada. In 1. Al-Issa & M.Tousignant (Éds). *Ethnicity, immigration and psychopathology* (pp. 35-56). New-York: Plenum Press
- Bolzmann, C. (2006). « Violence politique, exil et formes de résilience » in Toscani, I. & Bosch, J. (Ed), *Chemin des résiliences. Multidisciplinaire à partir des récits de vie*. Genève, Institut d'étude social : rapport de recherche au FNS le Harmattan et Unil, 5vol.
- Benard, B. (2004). *Resiliency: What we have learned*. San Francisco: West Ed.
- Blanchet, A. (1985). *L'entretien dans les sciences sociales*. Paris : Bordas.
- Bouquet, C. (1982). *Tchad : Genèse d'un conflit*. Paris : Harmattan, pp 151-153.

- Bruchon-Shweitzer, M., quintard, B. (2001). *Personne et maladie. Stress, coping et ajustement*. Paris : Dunod
- Catteeuw, M., & Fernandez, L. (2001). *La recherche en psychologie clinique*. Paris : Nathan
- Crocq, L. (1999). *Les traumatismes psychiques de guerre*. Paris : Odile Jacob.
- Cyrlunick, B. (1999). *Un merveilleux malheur*. Paris : Odile Jacob.
- Cyrlunick, B. (2001). *Les vilains petits canards*. Paris : Odile Jacob.
- Cyrlunick, B. (2003). Échange avec des professionnels de la relation d'aide. Dans B. Cyrlunick & C. Seron (Éds), *La résilience ou comment renaître de sa souffrance* (pp.43-69). Paris : Fabert.
- Delage, M. (2008). *La résilience familiale*. Paris : Odile Jacob.
- Delage, M. (2009). Comment s'attache-t-on dans un couple ? *Cahiers critiques de thérapie familiale et pratiques de réseaux*, (1) 42, 87-105. DOI : 10.3917/ctf.042.0087.
- Desquesne, T. (2004). *Expérience migratoire en situation traumatique : douleur de la rupture ou tuteur de résilience. Recherche clinique menée auprès des Khmers réfugiés en France après le génocide des années Pol-pot*. Mémoire de Maîtrise. Université René Descartes, Paris V.
- Doron, R. & Parot, F. (1998). *Dictionnaire de psychologie*. Paris : Presses Université de France. Duparc, F. (2008). *Traumatisme et migration. Temporalité des Traumatisme et métapsychologie* DOI. 10. 391/ dia185.0015 ERES. N°185.
- Ezéchiél, A. N. M. (2006). *Les stratégies individuelles des immigrants guinéens, maliens, et sénégalais*. Mémoire de maîtrise en communication. Université du Québec à Montréal.
- Fernandez, L. & Pedinielli, J. L. (2006). La recherche en psychologie clinique [version électronique]. *Recherche en soins infirmiers*, (84), 41- 51.
- Fortin, M. F. (2005). *Fondements et étapes du processus de recherche*. Université de Montréal.
- Freud, S. (1920). *Au-delà du principe de plaisir*. Paris
- Gakuba, Th. O. (2004). *La résilience des jeunes rwandais réfugiés en France et en Suisse*. Thèse de doctorat. Faculté de psychologie et des sciences de l'éducation. Université de Genève.

- Gakuba, Th. O. (2009). Les familles migrantes rwandaises en Europe à l'épreuve du génocide et de l'exil : Acculturation, difficultés psychosociales et ressources. *Association pour la recherche interculturelle : Bulletin N°47*.
- Garnezy, N, Masten A, Tellegen A. (1984). The Study of Strenth and Competence in Children: *A Building Block for Developmental Psychopathology*. *Child Dev*, 55(1):97-111.
- Garnezy, N. (1985). Stress resistant children: The search for protective factors. Dans J. E. Stevenson (Éd.), *Recent Research in Developmental Psychopathology*. Oxford, England: Pergamon Press.
- Garnezy, N. (1991). Resilience in children's adaptation to negative life events and stressed environments. *Pediatric Anals*, 20(9) :459-60.
- Gerber, A-C. (2008). *Intégration professionnelle des réfugiés en Suisse*. Mémoire de Master en démographie : Université de Genève.
- Ghiglione, R. & Blanchet, A. (1991). *Analyse de contenus et contenus d'analyses*. Paris : Dunod.
- Grappe, M. (1994). Les traumatismes chez les enfants dans les camps de réfugiés croates et bosniaques. *Revue française de psychiatrie et de psychologie médicale*. n°10 1997 PP 99-101
- Habimana, E. & Cazabon, c. (2000). *Immigrant est seul aussi dans la communauté des siens*. Psychologie Québec.
- Hanus, M. (2001). *La résilience à quel prix ? Survivre et rebondir*. Paris : Maloine.
- Hasrouny, R. (2013). *Le stress post traumatique en lien avec l'inattention et l'impulsivité chez les enfants réfugiés irakiens et palestiniens au Liban* : Mémoire de Master. Université Saint Joseph.
- Herman, J. L. (1992). Complex PTSD - A syndrome in survivors of prolonged and reappeared trauma. *Journal of Traumatic Stress*, 5, 377-391.
- Issa Ben, Y.D. (1974). Les réfugiés en Afrique : de la conception à l'application d'un instrument juridique de protection : *Stuttgard, Wilhem Braumüller Universitäts-Verlagsbuchhandlung*.
- Jounot, L. (2015). *Parcours migratoire, des ruptures aux ressources : quelle place pour l'imagination durant l'expérience migratoire ? un regard socio-culturel*. Mémoire de Master d'orientation psychologie et éducation. Avenue de france3 : Université de Neuchâtel.

- Kayitesi, B. (2006). *Facteurs de la résilience scolaire chez les orphelins rescapés du génocide qui vivent seuls dans les ménages au Rwanda (Association Tubeho)*. Mémoire de Maitrise en Education : Université du Québec.
- Kimayer, L. J., Narasian, C. M. Rashid, M.G., Gugder, G., Rousseau, C. & Pottie, K. (2010). Common mental health problems in immigration and refugees: General approach in primary care. *Canadian Medical Association Journal*, 183 (12), E959-E967.
- Lacroix, M. (2004). Canadian Refugee Policy and the Social Construction of the Refugee Claimant Subjectivity: Understanding Refugeeeness. *Journal of Refugee Studies*, 17 (2), 147-166.
- Lacroix-Sarradet, S. (2014). *Adaptation psychologique post migratoire des demandeurs d'asile dans un contexte politique défavorable : perspectives d'intervention*. In Partial Fulfilment of the Requirements for the Master's Degree in Social Work McGill University. Montréal.
- Laplanche, J., & Pontalis, J-B. (1978). *Vocabulaire de la psychanalyse*. Paris: PUF.
- Lazarus, R., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal and coping*. New York : Springer Publishing Company.
- L'Écuyer, R. (1987). L'analyse de contenu : notion et étapes », In Deslauriers J.-P. (Eds.), *Les méthodes de la recherche qualitative* (pp. 207-225). Québec : Presses Universitaires du Québec.
- Lighezzolo, J. & De Tychey, C. (2004). *Se reconstruire après le traumatisme*. Paris : In press.
- Manciaux, M. (2001). La résilience résister et se construire. *Médecine et Hygiène éd. Cahiers médico-sociaux*, Genève. P9
- Manciaux, M. (1998). La résilience : mythe ou réalité ? In«*Ces enfants qui tiennent le coup*», Revigny S/Ornain, Hommes et Perspectives, pp. 109-120.
- Manciaux, M., Vanistendael, S., Lecomte, J. & Cyrulnik, B. (2001). La résilience : États des lieux. Dans M. Manciaux (Dir.), *La résilience : résister et se construire*. (Pp. 13-20). Genève : Médecine & Hygiène.
- Mayer, R., Ouellet, F., Saint-Jacques, M.C., & Turcotte, D. (2000). *Méthodes de recherche en intervention sociale*. Boucherville : Gaétan Morin.
- Mayi, M.B. (2009). Détermination du sentiment social et Engagement dans la lutte contre le VIH / Sida. *Mutibe* n° 3 PP 99-122.
- Mouelle Kombi II, J.N. (1986). *Le Cameroun et les réfugiés*, mémoire de Maitrise en Droit Public. Université Yaoundé I.

- Muhwezi, W. W.S., & Lackland, D. (2004). Adaptation of urban réfugiés in Uganda: à study of their socio cultural and psychological well-being in Kampala City. *Journal of psychology in Africa*, Volume14, Number1, pp.33-46(10).
- Newbold, K.B. (2005). « Self-rated heath within the Canadian immigrant population: Risk and Healthy Immigrant Effect », *social science and medicine* 60: 1359- 1370.
- Nkoum, B. A. (2015). *Initiation à la recherche : une nécessité professionnelle*. Yaoundé : PUCAC.
- Omolomo,K.E. (2016). *Variabilité et modélisation phénoménologique de la résilience des femmes camerounaises confrontées à une forte adversité*. Thèse. Université du Québec à trois rivières.
- Paillé, P. (1996). *De l'analyse qualitative en général et de l'analyse thématique en particulier*. Recherches qualitatives. 15 (1), 179-194.
- Perreault, A. (2000). *Etat de stress post traumatique chez les réfugiés : détresse psychologique et raison de vivre*. Mémoire de Maitrise en psychologie. Université du Québec à trois rivières.
- Ridjanovic, A.C. (2007). Le rôle des médias dans l'adaptation des réfugiés dans leur pays d'accueil. Le cas des réfugiés bosniaques dans la Ville de Québec. *Recherches qualitatives – Hors-Série – numéro 4* pp. 69-9.
- Robert, A-M.& Gilkinson, T. (2012). *Santé mentale et bien-être des immigrants récents au Canada : Données de l'Enquête longitudinale auprès des immigrants du Canada*.No de réf. : RR20130301.
- Rousseau, C., Corin,G., Renaud, C. (1989). Conflit armé et trauma : une étude clinique chez les enfants réfugiés latino- américains. *Revue Canadienne de psychiatrie*. 30, 376-385.
- Rutter, M. (1990). Psychosocial resilience and protective mechanisms, in Rolf J. et al., *Risk and Protective Factors in the Development of Psychopathology*, N-Y: Cambridge University Press. 181-214.
- Rutter, M. (1993). Resilience: Some conceptual considerations. *Journal of Adolescent Health*, 14(8), 626-631. doi: 10.1016/1054-139X(93)90196-V.
- Rutter, M. (2007). Resilience, competence, and coping. *Child Abuse & Neglect*, 31(3), 205-209. doi: 10.1016/j.chiabu.2007.02.001
- Salomon, R. (1963). *Les réfugiés*. Vendôme, QSJ n°1092, Paris : PUF.

- Sidjui, E. B. (2012). *Les réfugiés centrafricains et Tchadiens à Yaoundé : stratégies de survie, réseaux sociaux et interaction*. Mémoire de master université Yaoundé 1.
- Sillamy, N. (1998). *Dictionnaire encyclopédie de psychologie : De A – k*. Paris : Bordas.
- Séoud, N.J. (2013). *Facteurs associés à la résilience des aidantes familiales d'un parent âgé en perte d'autonomie à domicile au Liban*. Thèse présentée à la Faculté des études supérieures postdoctorales en vue de l'obtention du grade de Philosophiae Doctor en Sciences infirmières.
- Seligman, M. E. P. (2012). *S'épanouir : pour un nouvel art du bonheur et du bien-être*. Paris : Belfond.
- Tandem, N.G. (2012). *Les solutions durables du Haut-Commissariat des Nations Unies pour les réfugiés : les cas du Rapatriement librement consenti des réfugiés de Langui*. Mémoire de master université Yaoundé 1.
- Tobie, N. (1992). « Tuer l'autre ou tuer la vie qui est en l'autre. Ethnopsychanalyse des crimes contre l'humanité ». *Nouvelle Revue Ethnopsychiatrie*. N° 19, PP 37- 54.
- Tousignant, M., Habimana, E., Biron et al. (1999). The Quebec adolescent refugee project: psychopathology and family variables in a sample from 35 nations. *Journal of American Academy of Children Adolescent psychiatry*, 38 (11), 1426-1436.
- Tyhurst, I. (1977). *Psychosocial first aid for refugees*. Mental Health Society.
- UNHCR, (2000). Les réfugiés du monde
- UNHCR, Aider les réfugiés. Le HCR en bref septembre 2003
- UNHCR (2013), Les réfugiés méritent une reconnaissance pour leur résilience et leur courage. Vanistendael, S., & Lecomte J. (2000). *Le bonheur est toujours possible : construire la résilience*. Paris : Bayard.
- Vanistendael, S. (1996). *La résilience ou réalisme de l'espérance*. Cahiers du Bice.
- Vasquez, A. (1980). Quelques problèmes psychopédagogiques des enfants d'exilés. *Revue Internationale de l'éducation*, 26, 65-76.
- Vernant, J. (1954). *Les réfugiés dans l'après-guerre*, Monaco, Edition du Rocher.
- Wagnild, G., & Young, H. M. (1993). Development and psychometric evaluation of the resilience scale. *Journal of Nursing Measurement*, 4(3), 81-85.

- Werner, E. (1993). Risk, resilience and recovery: perspective from the Kauaï longitudinal study. *Development psychopathology*; fall, 5(4). P.503-15.
- Werner, E. E., & Smith, R. S. (1982). *Vulnerable but invincible: A longitudinal study of resilient children and youth*. (3e éd.). New York: Adams Bannister Cox Pubs.
- Yambessa, J. S. (2006). *Vécu traumatique de l'infertilité masculine et processus intrapsychique de résilience : une étude de cas*. Mémoire de Master Université de Yaoundé 1.

ANNEXES

FORMULAIRE DE CONSENTEMENT ÉCLAIRÉ

Sujet de recherche : résilience et la construction du sentiment social chez les réfugiés. Une étude de cas

A l'intention des participants :

Les renseignements recueillis pendant notre recherche sont anonymes et confidentiels. Ils ne peuvent être exploités dans un but autre que scientifique. La participation à cette recherche est volontaire. Aucun renseignement permettant de vous identifier ne figure sur ce formulaire de consentement éclairé et sur l'entretien qui vous est soumis. Comme dans toute étude scientifique, nous souhaitons avoir le maximum d'information pour confirmer la viabilité de nos résultats. Toutefois, ces informations pourront être utilisées dans des publications scientifiques, mais sans que l'on puisse vous identifier personnellement. C'est pourquoi nous osons croire que votre participation est capitale dans sa réussite.

Votre participation à cette étude est librement consentie. Vous avez le droit de vous retirer à tout moment au cours de l'étude. On vous a expliqué la teneur de l'étude, vous avez lu et compris le formulaire de consentement, nous avons répondu à vos questions et nous convenons que vous puissiez participer à cette étude. Nous allons vous remettre une copie du présent formulaire de consentement dûment signé.

Signature du participant

Signature de l'enquêteur

Nous vous remercions de votre participation.

GUIDE D'ENTRETIEN

Préambule

Bonjour. Je suis étudiant en Education spécialisée à l'Université de Yaoundé 1. Je mène une étude sur la résilience et la construction du sentiment social chez les réfugiés.

Pays d'origine : rang dans la fratrie :

Age : niveau d'étude :

Sexe : situation matrimoniale :

Profession : religion :

Thème 1 : mise en place des stratégies personnelles

Sentiment de valorisation de soi

Sentiment d'amour de soi

Capacité à interagir avec les autres

Motivation

Prise de décision

Compétence sociale

Tendance à la sociabilité

Prise d'initiative

Intérêt social

Thème 2 : qualité d'étayage familial

Ouvert aux autres

Amour

Contact avec la fratrie

Entente

Absence de conflit familial

Cohésion familial

Thème 3 : l'étayage groupal

Mobilisation de réseau de soutien

Partage des difficultés

Synergie dans le groupe

Présence des liens de créativité

D'engagement des membres du groupe

Thème 4 : sentiment social

Sentiment vis-à-vis de soi même

Sentiment vis-à-vis d'autrui proche

Sentiment vis-à-vis d'autrui lointain

CORPUS DES ENTRETIENS

Premier entretien : Ben

Cet entretien a eu lieu dans la salle d'accueil, orientation et entretien de Trauma Centre, Mardi 11 Juillet 2018. Sa durée est de 30 min 12 s.

Etudiant : Merci d'avoir accepté de participer à cette étude. Maintenant que vous connaissez qui nous sommes et quel est l'objectif de cette recherche, nous souhaitons que vous commenciez par faire une présentation civile détaillée de vous

Ben : Ok ! Je suis centrafricain de Manda, j'ai 28 ans. Je suis catholique j'ai arrêté les classes après avoir eu le BEPC. Dans mon pays j'étais coiffeur, je suis venu au Cameroun en AOÛT 2017 à cause de la guerre grâce à l'ami de mon frère que je vie présentement chez lui avec sa femme. Je n'ai pas de famille ici je suis seul avec ma fille. Je suis père de trois enfants.

Etudiante : est-ce que tu te sens fière de toi depuis que tu es au Cameroun ?

Ben : je suis fière de moi depuis que je suis au Cameroun car j'ai la santé et je ne vis pas en pensant que je peux mourir du jour au lendemain comme c'était le cas dans mon pays ma situation a changé. Là c'est avant que j'avais ce problème il m'arrivait même parfois de pensée au suicide mais, depuis que j'ai essayé d'oublier, de surmonter tout va bien pour instant. J'ai accepté ma situation et je vis normalement même s'il y a des moments où les souvenirs me hantent mais j'essaye de me détourner de ça. Ici je suis motivé à vivre ; je sais que j'ai la valeur devant les gens.

Etudiante : est-ce que tu parviens à échanger avec les autres ?

Ben : je cause avec mes voisins sans problème c'est même grâce à mon voisin que je suis venu ici à trauma centre parce que je lui avais raconté mon problème. Plutôt je me sens à l'aise quand je suis avec les autres ça me réconforte

Etudiante : est-ce que tu à vraiment confiance en toi ?

Ben : je ne suis pas moi complexé par ma vie je rends grâce à Dieu parce que je suis encore en vie certains sont mort ! Suis motivé à vivre ça fait je ne me décourage pas. Je crois en moi je sais qu'un jour les choses vont changer j'ai confiance en moi et aux choses que j'entreprends faire ; je n'échoue jamais quand je veux faire faire quelque chose vous

comprenez. Je me sens très capable de travaillé de me battre pour survivre. Aujourd'hui je me débrouille pour venir en 'aide au gens qui sont avec j'envoie souvent l'argent à ma mère qui est déjà vielle donc je ne me sens pas inutile Je suis très compétent même si je trouve n'importe quel travail je veux faire En dehors de la maladie qui peut m'empêcher de me battre il n'y a rien d'autre.

Etudiante : parviens-tu à faire les choses sans qu'on ne t'aide ?

Ben : J'essaie quand même de me battre pour survivre même si ce n'est pas facile. Ici je suis brouettier à Mokolo je n'ai pas baissé les bras je sais que ma vie va changer. Bien ce soit difficile je parviens quand même à me décider. J'ai pris la décision de ne plus penser à mon passé parce que je veux vivre je veux tout oublier ; je ne passe pas mon temps à demander les choses comme je vois les autres faire je me débrouille tout seule je n'ai besoin de l'aide de personne car ma mère m'avait toujours dit de ne pas compter sur les autres. Je m'occupe de ma fille de deux ans pour cela je sais que je vais travailler très dur pour qu'elles ne vivent mal. Aujourd'hui j'entreprends de faire une formation pour changer mon métier car ça me casse trop c'est pourquoi je suis venu vous voir si vous pouvez me venir en aide je ne peux pas m'en sortir tout seul

Etudiante : est-ce qu'il vous arrive de vouloir rester seul dans votre coin ?

Ben : moi je ne m'isole pas je fais tout et tout toujours à aller vers les autres plutôt c'est quand tu restes avec seul que tu commences à réfléchir. Je préfère aller vers les autres pour éviter de penser et de réfléchir.

Etudiante : dis-moi est-ce que tu parviens à mener tes activités comme par le passé

Ben : oui moi mon problème avec mon métier c'est tout simplement parce que c'est que ça m'épuise en dehors de ça je n'ai pas autre problème avec mon métier c'est ça qui me nourrit donc je ne peux pas me décourager si je me décourage je vais faire comment.

Etudiante : parle-moi de ta famille

Ben : je suis seul au Cameroun avec ma fille ma mère est à Bangui avec mes deux sœurs, mon frère est mort ainsi que mon père et ma femme a disparu avec ma fille je n'ai plus leurs nouvelles.

Etudiante : oui tu as dit que ta mère et tes sœurs sont à Bangui est-ce que vous êtes en contact ?

Ben : je ne suis pas en contact avec ma famille car il ne m'appelle pas moi aussi. Il me manque beaucoup.

Etudiante : tu dis elles me manquent beaucoup est ce que tu as cherché comment faire pour entrer en contact avec eux ?

Ben : non ce manque a entraîné chez moi un retrait (...) parfois je suis présent de corps et absent d'esprit c'est pour ça que je reste en retrait, j'ai perdu ce que j'avais de plus chère dans ma vie : ma famille.

Etudiante : tu as dit au départ que tu vis ici au Cameroun avec la copine de l'ami de ton frère comment ça se passe avec elle ?

Ben : je fais tout seul à la maison seul son travail c'est seulement sortir le matin chaque matin sans travailler chez elle. Parfois son mari laisse l'argent elle ne nous donne pas et quand je lui dis il ne croit pas. Parfois elle monte son mari contre moi. On ne s'entend pas à la maison je ne peux même pas lui parler. Elle me parle mal devant ma fille elle m'insulte, et nous maltraitent, elle bat sur ma fille de 2 ans, il y a un mauvais climat qui règne entre nous depuis un certain temps elle m'humilie il n'y a pas d'harmonie entre nous je veux quitter cette maison pour aller vivre ailleurs avec ma fille pour être à l'aise loin des injures ou je serai maître de moi-même loin de tout ce monde qui me déteste.

Etudiante : es-tu dans une communauté ?

Ben : oui j'assiste aux réunions communautaires des réfugiés du HCR

Etudiante : est-ce que lors de vos réunions il vous soutien ?

Ben : je peux dire que nous sommes soutenus par le HCR car il délivre de la carte de réfugié c'est ça qui nous permet de circuler librement seulement en dehors de ça il ne rien d'autre, ce sont mes voisins qui me soutiennent je suis venu ici au centre à travers l'aide de mon voisin qui a vu comment je souffre et m'a donné l'argent du taxi pour que je viens ici. Dans mon quartier je ne me sens pas trop réfugié ils font tout pour me rendre heureux surtout le monsieur avec qui je suis venu ici il m'a soutenu vraiment.

Etudiante : est-ce que vous êtes vraiment soudé au point où vous partager vos difficultés

Ben : nous sommes qu'en même soudé car on s'entraide quand quelqu'un à un problème on me vient en aide dans ce groupe. On se soutien vraiment nous ne faisons rien là-bas en dehors des entretiens et il y a même pas d'harmonie entre nous.

Etudiante : qu'est-ce que tu ressens vis-à-vis de toi même

Ben : je sais que les choses vont changer dans ma vie tôt ou tard je suis très fière de moi car je suis en vie, mais parfois je réfléchis trop et ça me rend triste

Etudiante : qu'est-ce que tu ressens envers les autres ?

Ben : c'est vrai qu'elle me menace beaucoup me déteste mais moi non je la considère comme membre de ma famille, elle m'a accepté chez elle je lui respecte beaucoup je la bénis

Etudiante : quel est le sentiment avez-vous de vos proches ?

Ben : C'est vrai qu'au départ j'étais très fâché de ma famille parce qu'elle m'avait abandonné avec le temps j'ai pu digérer. La femme-là me menace beaucoup me déteste mais moi non je la considère comme membre de ma famille, elle m'a accepté chez elle je lui respecte beaucoup. Mais je me méfie quand même d'elle. Je prie que Dieu la bénit.

Cas de Marie

Etudiante : Merci pour votre accord de participation à cette étude. Ayant pris connaissance de nous et de l'objectif de cette recherche, pour commencer nous allons remplir l'entête de notre fiche de participation.

Pseudonyme : Marie

Age : 21ans

Niveau d'étude : primaire

Religion : Catholique

Sexe : féminin

Pays d'origine : RCA

Situation matrimoniale : célibataire

Rang dans la fratrie : 3/7

Etudiante : Parle-moi de ta situation

Marie : je suis venu au Cameroun à cause de la guerre. En cours de route j'ai été violé par les coupeurs de route je suis arrivé par Garoua boulay j'ai ou j'ai fait 2 semaines dans un camp à Bertoua. A mon arrivé j'ai été accueilli par une femme bété que je travaillais chez comme ménagère mais après elle m'a chassé et puis j'ai rencontré une centrafricaine c'est là-bas que

je vis présentement mais on nous demande de quitter le chantier et je réfléchir pour ça et ça me donne le mal de nerf. J'ai perdu mes parents.

Etudiante : penses-tu que tu as de la valeur ?

Marie : bien sur je sais que j'ai de la valeur, je suis importante même si les gens ne reconnaissent pas, je suis fière de ce que je suis malgré que je ne sois pas dans mon pays regardez-moi ça fait 4 ans que je suis ici rien n'a changé dans ma vie, je suis en colère contre moi.

Etudiante : Est-ce que malgré ta situation tu parviens à échanger avec les autres ?

Marie : j'essaye parfois de me rapprocher des autres d'entrer en relation avec eux, de dialoguer mais il y a aussi des moments que je ne veux même pas causer ni parler, mais j'essaye quand même, je ne reste pas trop dans mon coin ce qui me dérange c'est seulement l'absence de mes parents je n'ai pas leur nouvelle.

Etudiante : dis-moi est ce que tu as confiance en toi ?

Marie : je n'ai pas de formation professionnelle je n'ai pas fréquenté mais je sais que je vais réussir si je me mets au travail je vous dis que je vais réussir je crois en ce que Dieu m'a donnée. Je me suis engagée depuis que je suis au Cameroun, je me bats et j'ai confiance. Je me sens compétente je te dis ça parce que ce n'ai plus personne de ma famille ici pour me soutenir. Marie dit qu'elle s'en donne toujours lorsqu'elle mène une action car dit-elle je ne me décourage pas quand je fais quelque chose, je n'ai pas honte de moi aujourd'hui je pars de maison en maison pour demander les habits à laver et ça ne me dérange pas.

Etudiante : T'arrives-t-il souvent que tu te décourage quand tu veux entreprendre quelques choses ?

Marie : je suis souvent découragée surtout quand je pense à la manière donc je vivais chez nous. Je prends les décisions difficilement mais dès que j'arrive à prendre les décisions mais quand je prends je le mène à bout.

Etudiante : est-ce que tu réussis à faire les choses par toi-même ?

Marie : oui au départ c'était difficile mais aujourd'hui je mène sans compter sur quelqu'un alors qu'au départ on faisait tout pour moi je parle déjà comme les autres filles de mon âge s'il y avait même les moyens je retournerais à l'école pour apprendre mais comme c'est impossible pour moi chaque jour je cotise mon argent pour pouvoir faire une formation qui va me

permettre de travailler et être indépendant je suis capable de travailler pour subvenir à mes besoins, je ne pars plus chez les gens pour demander leur nourriture et voler comme avant je travaille je fais le ménage et la lessive chez les gens et on me paye.

Etudiante : est-ce que tu pars vers les autres ?

Marie : oui bien sûr ! Dans mon quartier je collabore avec tous mes voisins même ou je pars laver les habits on s'entend bien et ils m'écoutent aussi je ne me repli pas sur moi je dialogue beaucoup et j'aime moi faire les commentaires je me sens très à l'aise ici.

Etudiante : Est-ce que tu es soutenue par ta famille ?

Marie : Non je ne sais même pas si les autres sont en vie, je n'ai plus leurs nouvelles. Je ne sais même pas s'il me cherche aussi. J'ai besoin de leur soutien pour réussir, je ne suis pas heureuse, je suis triste, je me sens seul, je vis dans la solitude.

Etudiante : comment ça se passe dans famille ?

Marie : c'est vrai qu'au départ elle me considérait comme sa fille mais depuis qu'on nous demande de libérer le chantier elle me fait les problèmes, elle se plaint que je ne lui apporte rien, que les filles de mon âge apportent l'argent à la maison ça me fait pleurer on se chamaille. Comme vous voyez elle m'insulte et me traite de tout. Elle ne me donne plus à manger et on ne se parle plus. C'est cause de ça que je suis venu ici je veux aller vivre ailleurs.

Etudiante : es-tu dans une communauté ? si oui est ce que les gens de ta communauté t'apportent t'ils de l'aide, est ce qu'ils te soutiennent ?

Marie : je parts à la réunion du HCR. Il nous aide bien en plus de la carte de séjour il nous donne les savons et les garnitures chaque moi pour qu'on se gère avec ». En plus elle va auprès de ces frères centrafricains pour chercher leur soutien : « je suis dans une communauté des centrafricains de Yaoundé ; elle ne nous vient pas vraiment en aide mais là-bas on lance les divers on rit et ça nous fait oublier les problèmes oui c'est vrai qu'en même qu'on se partage les difficultés qu'on rencontre et on réfléchit pour trouver les solutions mais l'aide financier je dirai non car tout le monde est dans la même situation. On a rien réalisé comme projet on ne nous apprend rien là-bas même quand il y a l'argent, les grands s'essayent sur ça.

Etudiante : qu'est-ce que tu ressens vis-à-vis de toi ?

Marie : je me sens bien c'est l'essentiel malgré que j'ai été violé je m'aime c'est pour ça que je me bats pour rester en vie. Je suis fière de moi et j'ai espoir en mon avenir suis fière de ce que je suis et je remercie Dieu.

Etudiante : qu'est-ce tu ressens vis-à-vis de tes proches ?

Marie : les gens me chiffonnent, me traite de réfugié quand je lave leurs habits ils m'insultent avant de me donner. Mes parents m'ont abandonné, je suis très en colère contre eux si bien qu'il m'arrive de penser du mal d'eux, ils pensent que je suis où que je vis comment ; comme je vous dis là j'ai très mal.

Etudiante : quel sentiment a tu des autres membres de la société ?

Marie : ils m'ont violé, battu, tuer la gens devant moi, j'ai peur des hommes ce qui fait que je n'aime même pas voir un homme je souffre comme ça à cause d'eux. Ils me dégoutent. Je souffre comme ça mais il n'y a personne qui va me venir en aide comment voulez-vous que je les prends en compte je les déteste ils ne méritent pas mon amour.

Cas 3 : Robert

Etudiante : Merci pour votre accord de participation à cette étude. Ayant pris connaissance de nous et de l'objectif de cette recherche, pour commencer nous allons remplir l'entête de notre fiche de participation.

Pseudonyme : Robert

Age : 42 ans

Niveau d'étude : Baccalauréat

Religion : église réveillée

Sexe : masculin

Pays d'origine : RCA

Situation matrimoniale : marié père de 5 enfants

Rang dans la fratrie : 1/4

Etudiante : Est-ce que tu t'accordes de la valeur ?

Robert : c'est vrai qu'au départ j'étais touché, j'étais désespérer mais avec le temps j'ai pu digérer et me rendre compte de l'importance que j'avais. Je veux vivre je veux bâtir ma vie à zéro ; je suis un homme fort et très puissant. De nos jours, je me sens très utile je sais fais beaucoup de métier, je fais dans les chantiers et je creuse aussi les fosses et les WC c'est vrai que ce n'est pas ce que j'aurais voulu faire mais ce sont les circonstances de la vie on va fait

comment ? je parviens quand même à nourrir ma famille, à envoyer mes enfants à l'école je peux dire que je que suis fière de moi car au départ je n'avais même pas imaginer que je pouvais surmonter ce que j'avais enduré mais Dieu merci je suis là et les choses ont changé dans ma vie.

Etudiante : Parviens-tu à te rapprocher des autres ?

Robert : j'essaye quand même de collaborer avec les autres mais la communication n'est pas fluide car j'ai l'impression qu'ils ne me comprennent pas, c'est pour ça que j'ai de la peine à me rapprocher d'eux.

Robert : je vis moi bien certain camerounais n'ont même pas ce que j'ai, je ne souffre pas autant je sais que les choses vont changer un jour dans ma vie. Je suis très compétent, je suis capable de faire plein de chose, de réaliser les projets que je veux entreprendre mais seulement qu'au Cameroun, les étrangers surtout les réfugiés décrochent difficilement un emploi ; c'est ça qui me de dérangé et peut m'empêcher de prendre certaine décision.

Etudiante : es-tu dans une communauté ? si oui est ce que les gens de ta communauté t'apportent t'ils de l'aide, est ce qu'ils te soutiennent ?

Robert : je suis déjà capable d'inscris mes enfants à l'école, alors que l'année passée ils ont failli ne pas partir je n'avais plus les moyens c'était grâce au HCR mais cette année je me suis vraiment préparer ; on peut déjà manger cher moi sans trop attendre des autres je suis très ouvert aux autres et j'entre facilement en contact avec mon entourage surtout j'aime les commentaires parfois les gens m'appelle bavard ça ne change rien tout simplement je le fais pour noyer mes soucis.

Etudiante : les membres de ta famille te soutiennent-ils ?

Robert : ma femme m'a quitté tout simplement parce que je n'ai plus les moyens. Vous êtes là mais elle a d'autres ambitions donc tu ne peux pas la forcer à subir ce que tu vis dont tu la laisse partir où elle veut partir. Depuis ce temps je me sens seul c'est pour cela que reste beaucoup seul dans mon coin pour réfléchir, je ne cause pas. J'ai peur que les gens me déçoivent comme elle s'est vraiment ça qui fait à ce que je me repli sur moi Elle aurait dû rester pour me soutenir durant ces moments et les enfants n'ont pas les mêmes compréhensions sur ce que subit leur père ce qui fait que par exemple que la rentée qui arrive ils vont voir leur copain du quartier ils ne tiennent pas compte du fait que tu n'as pas les

moyens ou biens que tu as fait les efforts pour les inscrire et tu n'as pas pu donc ça fera qu'il y a les tensions qui va régner et c'est ce que je vis présentement chez moi.

Etudiante : penses-tu que ta communauté te soutien ?

Robert : à mon arrivée, j'ai été reçu par un Camerounais qui m'a donné sa maison en chantier pour que je puisse vivre avec ma famille, donc je peux dire que je suis soutenu par mon entourage ; je pars aussi souvent à la réunion qu'on fait au HCR il me soutient car l'année dernière je suis allé là-bas leur poser mon problème de scolarité de mes enfants il n'a écouté et m'a dit qu'ils vont m'aider à payer pour ceux qui sont encore petit donc je peux dire qu'il m'aide.

Etudiante : qu'est-ce que tu éprouves vis-à-vis de toi ?

Robert : je suis fière de moi car je parviens à surmonter ce qui m'arrive actuellement je me sens fort et puissant franchement je ne me plain pas du tout et je sais que je peux faire mieux dans la vie il y'a les hauts et les bas.

Etudiante : qu'est-ce que tu ressens vis-à-vis de ta famille et aussi en vers la société ?

Robert : je ne déteste personne, personne n'est à l'origine de ce qui m'arrive. Je suis en parfaite harmonie avec les autres ils me soutiennent, c'est pour cela que je vais vers eux je ne n'ai peur de quelqu'un je les considère comme moi-même. C'est grâce à eux que je suis en vie je jour ne passe sans que ne au milieu d'eux en les voyant je me sens heureux.

Cas 4 : Dany

Etudiante : Merci pour votre accord de participation à cette étude. Ayant pris connaissance de nous et de l'objectif de cette recherche, pour commencer nous allons remplir l'entête de notre fiche de participation.

Pseudonyme : Dany

Age : 36 ans

Niveau d'étude : primaire

Religion : catholique

Sexe : masculin

Pays d'origine : RCA

Situation matrimoniale : marié père de 3 enfants

Rang dans la fratrie : 1/ 2

Dany : dans mon pays, j'étais cultivateur à cause de la guerre et le décès de la mère de mes enfants et en plus de ma maman, je suis venu au Cameroun en 2017 car je n'avais plus personne. la guerre m'a traumatisée grâce à Dieu j'ai rencontré le centrafricain comme en chemin et nous sommes présentement ensemble.

Etudiante : Est-ce que tu t'accordes de la valeur ?

Dany : suis fière de moi car j'ai pu surmonter mes problèmes que j'ai eu avant de venir ici. Je me sens utile, je peux réaliser des choses très importantes dans ma vie. Le changement a été aussi bénéfique pour moi parce que j'ai échappé à la guerre ce qui m'a permis d'oublier mon passé je me projette dans l'avenir.

Etudiante : est-ce que malgré tes difficultés tu parviens à interagir avec les autres ?

Dany : je vais vers l'autre surtout avec les amis on part au bar et aussi en boîte pour se détendre je vais aussi chez mes voisins pour faire les commentaires.

Etudiante : est-ce que tu as confiance en toi ?

Dany : c'est une situation qui, au départ m'a beaucoup dérangé je me suis même posé des questions à savoir comment je vais faire pour m'en sortir mais avec plus de recul je me suis dit que je suis très jeune et que je n'ai pas de soucis à me faire car avec le temps ça finira par aller. Je me sens parfois inférieur aux autres car je n'ai pas fréquenté c'est ça qui me manque.

Etudiante : est-ce que tu parviens prendre des décisions depuis que tu es au Cameroun ?

Dany : j'ai pris la décision de travailler, et d'oublier ce qui m'arrive je veux faire tout pour changer ma situation.

Etudiante : parviens-tu à faire les choses tout seul ?

Dany : je me bats je n'ai pas de travail fixe tout ce que je vois je fais pour nourrir ma famille. Depuis que je suis ici, je me bats avec mes petits travaux je ne compte sur personne, je n'attends rien de quelqu'un je paye la scolarité de mes enfants mes enfants sans trop de difficultés. Je pars vers mes voisins on dialogue, je n'aime pas trop rester seul ça me fait trop réfléchir alors que quand je suis au milieu des autres je m'épanouis et j'oublie tout. Je réalise toujours ce que j'entreprends, j'ai des projets et je sais que ça va marcher. Je fais un petit travail pour pouvoir me gérer il y'a seulement ma maladie comme je vous ai dit qui peut m'empêcher de faire certaine chose. J'entreprends faire une formation personnelle c'est pour cela que je suis venu ici au centre vous demandez de l'aide.

Etudiante : est-ce que membres de ta famille te viennent en aide ?

Dany : j'ai perdu mes parents pendant la guerre, je me sens rejeter par les autres membres de ma famille car je n'ai plus leurs nouvelles. Ceux qui me tenaient la main sont morts. Il y a les problèmes au sein de mon couple tout simplement parce qu'elle ne comprend pas ce que je vis parfois on se querelle et puis je me fâche et je sors de la maison pour aller au bar boire là-bas au moins on se sent à l'aise. J'avais même décidé une fois de lui chasser de la maison parce qu'elle m'apporte les maux de tête. Et ma fille aussi est très difficile elle est trop têtue elle ne comprend pas que je vis les moments terribles elle respecte personne. Je dis c'est terrible chez moi.

Etudiante : fait tu partie d'une communauté si oui est ce que les membres de ta communauté te viennent en aide ?

Dany : Je suis dans la chorale de l'église là-bas ils m'ont donné l'argent pour que je fasse le commerce avec, ils ont payé mon loyer pendant un an donc elles m'assistent vraiment ils font aussi des prières pour ceux qui ont les problèmes.

Etudiante : partagez-vous vos difficultés dans votre Chorale ?

Dany : dans ma communauté, on se partage les problèmes et chacun apporte sa contribution même si ce n'est pas pour l'argent. Là-bas on s'entend bien il y a l'harmonie entre nous.

Etudiante : qu'est-ce que tu ressens vis-à-vis de toi ?

Dany : c'est à cause de ma situation que j'ai les problèmes dans mon foyer. Je n'aime pas trop rester seul. Je me rapproche toujours des autres, je me rends toujours utile parce que je n'aime pas rester comme ça sans travailler

Etudiante : qu'est-ce que tu ressens à l'égard des autres ?

Dany : je vis avec les autres sans problème je les considère comme moi même. Mes amis font ma force J'apprécie vraiment le comportement des Camerounais, ils sont vraiment unis quand tu as un problème t'aide et ça me plaît je ne hais personne même la bible dit il faut aimer son prochain.

Cas n°5 : Tony

Pseudonyme : Tony

Pays d'origine : RCA

Situation matrimoniale : célibataire

Rang dans la fratrie : 4/5

Profession : aide - maçon

Age:25ans

Religion : protestante

Sexe : Masculin

Groupe ethnique : Bangui

Niveau d'étude : Bacc +1

Etudiante : Parlez-moi de votre situation

Tony : C'est à cause de la guerre, que je me suis réfugié au Cameroun grâce à Dieu c'est un frère centrafricain qui m'a accueilli. Je suis aide- maçon mais à cause de ma maladie, j'ai abandonné et pour le moment je ne fais rien il y a de cela trois mois déjà. Je ne suis pas en sécurité chez mon frère parce qu'on ne s'entend plus bien. Je n'ai plus les nouvelles de ma famille je suis seul ici nous avons tous fui la guerre. La situation que je vis ici est pénible pour moi. Je me sens traumatisé par ma vie.

Etudiante : penses-tu que malgré ta situation vécu tu as de la valeur ?

Tony : il y a des moments que je me dis à moi-même que je suis un homme et donc j'essaye de surmonter je sais que l'homme ne peut pas vivre sans problème je dois me battre et tu dois chercher à faire quelque chose donc je me sens utile très utile même puisque je mets tout mon énergie dans ce que je fais.

Etudiante : parviens-tu à faire les choses tout seul ?

Tony : j'essaye de me rapprocher des autres de causé avec eux mais de temps en temps je préfère rester aussi seul. Il y a des moments que je réfléchis je veux rester seul.

Etudiante : est-ce que tu crois en toi et en tes potentialités ?

Tony : oui je crois en moi c'est vrai que ma situation n'a pas encore changé mais je ne peux pas dire que je souffre plus que ceux qui sont resté au pays. Je suis en vie et ça me rend heureux je sais que la souffrance va passer. Je me bats pour vivre mais parfois c'est pour ça que je pars au chantier travailler pour subvenir à mes besoins, Mais parfois c'est mon frère qui m'aide mais quand tu es chez quelqu'un il y'a les choses que tu ne peux pas faire ce que tu veux. Quand tu veux faire il te dit ne fais pas et du coup tu ne réalises pas ce que tu voulais faire.

Etudiante : parviens-tu à entreprendre des projets ?

Tony : j'ai les ambitions je veux faire une formation ou bien rentrer à l'université continuer mes études, j'ai des rêves que je veux réaliser c'est pourquoi j'ai pris la décision de venir ici. Depuis je voulais venir ici mais je n'avais pas les moyens aujourd'hui j'ai pris la décision de marcher pour venir ici. Je suis sorti de la maison à 5heures j'ai marché jusqu'ici pour vous poser mes problèmes ; je suis découragé et quand je suis au chantier, la fatigue m'envahi et je perds le contrôle et de temps en temps je me retire des gens même quand je suis au chantier je travaille toujours seul dans mon coin je ne veux pas que les gens sachent ce qui m'arrive.

Etudiante : êtes-vous en contact avec votre famille ?

Tony : je ne suis pas en contact avec les membres de ma famille. Eux-mêmes ne m'appellent pas.

Etudiante : est-ce que membres de ta famille te viennent en aide ?

Tony : il a fait si bien que je n'aime pas parler c'est pour cela que je me retire toujours pour rester seul dans mon coin. Je me méfie déjà de lui parce qu'il me gronde tout le temps et j'ai peur qu'il va me chasser de chez lui. S'il arrive que je n'ai pas l'argent pour contribuer à la maison, il ne doit pas comprendre il doit se fâcher et m'envoyer les mots choquants qui me met mal à l'aise. C'est de la que nait le conflit entre nous. Même quand je parle les choses tout simplement, il prend comme les problèmes. Je ne veux même plus rester là-bas je ne suis pas en sécurité.

Etudiante : es ce que tu pars souvent aux réunions communautaires du HCR ?

Tony : oui je pars aux réunions communautaires il s'occupe de notre carte pour qu'on marche ; le HCR me vient en aide parfois je travaille avec les petits enfants je les accompagne, je les apprends à réaliser les projets dans leur vie vous savez que les enfants ont

beaucoup de problème qui les empêché de fréquenter. Là-bas on fait les entretiens pour amener les gens à surmonter leurs difficultés. Là-bas. Moi je participe aux actions du HCR, il me donne le travail là pour m'aider. Parfois mes voisins m'aident quand je n'ai rien les centrafricains comme les camerounais et je reste chez un frère centrafricain c'est lui qui m'aide parfois, au HCR, on nous apprend les petites formations. Ils nous apprennent à fabriquer des choses parce qu'il dit que ça doit nous aider dans notre vie qu'on peut faire ça pour vivre là-bas on s'entend bien on se met toujours en groupe pour travailler ça nous permet d'être le vivre ensemble malgré qu'on soit de plusieurs groupes ethnique.

Cas n°6 : Angèle

Pseudonyme : Angèle

Pays d'origine : RCA

Situation matrimoniale : veuve

Rang dans la fratrie : /5

Profession : ménagère

Age: 30ans

Religion : catholique

Sexe : féminin

Groupe ethnique : Mandja

Niveau d'étude : primaire

Etudiante : Parlez-moi de votre situation

Angèle : je me suis venu au Cameroun à cause de la guerre qui existe dans mon pays. A cause de cette guerre j'ai tout perdu, j'ai vu ma maison brulée avec mes frères dedans, ils ont tué mon mari avec mes enfants quand on fuyait et ils m'ont violée et mon blessé avec la machette plusieurs fois comme vous voyez les cicatrices. Je suis tombé enceinte d'eux, j'ai tellement souffert que je suis allé au HCR quand je suis venu ici au Cameroun mais ils ont dit qu'il ne pouvait rien faire pour moi. Quand je me suis mise à pleurer en route un homme de mon village m'a vu et m'a amené chez lui j'ai accouché mais un jour il est venu me violer dans la nuit je suis encore tombée enceinte et puis quand j'ai voulu parler il m'a battu et chassé de sa

maison c'est comme ça que j'ai été accueilli par une femme bamiléké que je travaillais chez elle comme ménagère elle s'est occupé de moi pendant 6 mois. Depuis ce temps j'ai perdu le sommeil et je n'ai ou dormi.

Etudiante : depuis ton arrivée au Cameroun est tu fière de toi ?

Angèle : je me sens bizarre face à tout ça me donne les nerfs. Mon corps n'est plus mon corps. Je ne sais même plus comment je vais faire. Je me sens diminuée, je sens un dégoût dans mon corps, je me sens salir et souiller. Parfois je crois que je suis folle, je suis une ratée mon corps m'énervé, je n'arrive même plus à me regarder dans le miroir parfois j'ai envie que la mort vient me libérer de la souffrance mais quand je pense à mes enfants je me console.

Etudiante : est-ce que malgré tes difficultés tu parviens à interagir avec les autres ?

Angèle : je n'arrive pas à aller vers les autres parce que j'ai honte et j'ai peur qu'ils vont connaître qu'on m'a violé va me rejeter.

Etudiante : est-ce que tu as confiance en toi ?

Angèle : une femme violée comme moi mes deux enfants n'ont pas venu au monde comme les autres je n'ai même pas voulu avoir ces enfants parce que c'est les viols qui a fait je tombé enceinte je ne peux pas dit à quelqu'un. Là où je suis nor, je n'ai envie de rien faire. Suis troublé et très perturbé. Je n'ai envie de rien, je suis démoralisé à cause de tout ce qui m'arrive. Il y a moment où je fais ceci je fais cela ça ne donne pas et je me décourage et j'abandonne tout. On a brulé le chez moi depuis je n'arrive pas à travailler parce que je pense beaucoup même à ce qu'ils m'ont fait à mon pays à ma vie d'avant. Parfois je me sens vraiment inutile dans ma vie, face à mes enfants.

Etudiante : parviens-tu à faire les choses tout seul ?

Angèle : j'ai pris la décision de ne plus penser à ce que j'ai vécu car je veux tout oublier et aussi de ne pas regarder un homme je veux faire les efforts pour m'occuper de mes enfants. Il y' a les jours ou je n'ai pas envie de voir quelqu'un. Même mes enfants, les amis et surtout ceux que je ne connais pas. Je vis dans la solitude je suis isolé et je me sens impuissante« ma vie est radicalement brisée, mes projets, mes ambitions aussi. Il a détruit ma vie qu'est-ce que je peux encore fait dire moi aussi ? Je ne pense rien. Je ne sais même plus ce que je vais travailler ;

Etudiante : est-ce que les membres de ta famille te viennent en aide ?

Angèle : il y a plus de contact entre moi et lui je ne l'ai plus jamais vu et je ne veux plus le croiser sur mon chemin depuis ce temps je n'ai pas envie de le voir c'est un démon ;je le déteste tellement je veux qu'il meurt même il m'a violé et chassé de chez lui, il a étouffé mes blessures. On ne causait même pas bien seulement le jour il est venu dit que je veux te marier j'ai dit non après deux jour il est venu dans la nuit casser la porte et ma violé, il me battait chaque fois qu'il me parlait de ça je refusais. Je sortie le matin il m'a insulté les camerounais est sorti beaucoup comme ça me voir, il a dit bordel, voleuse et que je sorcière et m'a chassé de chez lui je suis parti avec mon enfant et j'ai constaté que suis enceinte je partis il m'a dit qu'il va me tuer si je viens encore là-bas.

Etudiante : es-tu dans une communauté ? Si oui est ce que les gens de ta communauté t'apportent t'ils de l'aide, est ce qu'ils te soutiennent ?

Angèle : je fais la chorale et le groupe de scout seulement on vient prier chez les gens quand il y a deuil, et quand tu es malade je me rappelle qu'au début je souffrais tellement je suis parti causé avec la femme qui m'aidait elle m'a proposé de venir dans sa chorale que là-bas on me soutenir je peux dire que les membres cette chorale m'ont vraiment soutenu. Ils ont prié pour moi et je me suis sentir un peu à l'aise et quand j'ai accouché ils sont venus voir l'enfant mon deuxième ci donc je ne peux pas dire qu'ils ne me soutiennent. Je suis très contente deux je n'ai plus peur de leur parler de mes problèmes là-bas à chaque séance on demander des situations de vie des membres. Dans ce groupe même on nous apprend tellement de choses on part souvent aux retraites et là-bas ont nous apprend à faire les choses comme savoir prier, fabriquer les choses aujourd'hui je sais fabriquer le savon et le lait de toilette. On se comporte bien dans ce groupe quand quelqu'un fait ce qui n'est pas bien on le sanctionne. Je me sens bien au groupe.

Etudiante : Quel sentiment as-tu vis-à-vis de toi ?

Angèle : je suis très fière de moi malgré ma situation difficile, je remercie Dieu d'avoir permis que je sois encore en vie.

Etudiante : quel est le sentiment que tu as des autres ?

Angèle : j'aime tout le monde, je ne me méfie de personne, je n'ai peur de personne plutôt j'aime mes proches car ce sont d'eux qui me réconforte. Je remercie Dieu de leur avoir mis sur mon chemin. Ils me font du bien, il me comble d'amour, je me sens fière quand je suis

avec les autres. J'ai même pardonné tous ceux qui m'ont blessée maintenant je vis dans la paix. C'est vrai qu'au départ c'était difficile mais aujourd'hui, je me rapproche des gens on travaille ensemble je les apprécie vraiment je ne crains personne, je considère les autres comme moi-même. Pourquoi je dois les détester.

Cas n°7 : Berthe

Etudiante : Merci pour votre accord de participation à cette étude. Ayant pris connaissance de nous et de l'objectif de cette recherche, pour commencer nous allons remplir l'entête de notre fiche de participation.

Pseudonyme : berthe

Pays d'origine : RCA

Situation matrimoniale : veuve

Rang dans la fratrie : 2/6

Profession : ménagère

Age : 34ans

Niveau d'étude : 3ème

Religion : protestante

Sexe : féminin

Groupe ethnique : Bangui

Etudiante : Parlez-moi de votre situation

Bethe : c'est à cause de la guerre que je suis venu au Cameroun j'ai tout abandonné dans mon pays pour venir ici mon mari avait l'argent on était bien on ne souffrait pas mais depuis ce temps tout est devenu difficile pour nous. Nous avons été torturé en route, ils ont violé ma fille et tué mon mari. J'ai traversé trop de chose dans ma vie que je ne veux même pas penser à ça. Grace à Dieu je suis en vie et je continue à vivre malgré tout ce que j'ai vécu pendant la guerre et aussi ce que je vis ici au Cameroun.

Etudiante : dis-moi est ce que tu es fière de toi depuis que tu es au Cameroun ?

Berthe : je suis fière de moi il y a que la maladie qui peut me rendre triste maintenant je vis bien ici et pourtant chaque jour j'étais face à la mort mais depuis que je suis ici Je me sens très importante. Je fais tout ce que je veux sans crainte. Je sais que je peux faire les choses meilleures, je me sens très utile je ne me déteste pas, je suis fière de ce que je suis aujourd'hui

je peux me venter parce que je parviens à faire les choses que je ne faisais pas depuis quelques temps.

Etudiante : est-ce que malgré tes difficultés tu parviens à interagir avec les autres ?

Berthe : hum !! ici j'ai tellement les amis je cause bien avec les gens. Les gens m'aiment, ils m'écoutent ça fait je me sens en sécurité ».

Etudiante : est-ce que tu as confiance en toi ?

Berthe : j'ai confiance en moi je sais que les choses vont aller mieux, je fais mes choses avec mon cœur car je sais que je ne serai plus la même et pour cela je dois me mettre au travail ;mais après je pense à mon avenir, à mes enfants et puis je me prends la décision de me relever. Je cherche toujours à me rendre utile et je travaille dure pour mes enfants.

Etudiante : parviens-tu à faire les choses tout seul ?

Berthe : Oui je n'ai pas moi de problème, je fais mes choses sans demander l'avis de quelqu'un je ne réfléchis plus trop moi, je préfère me débrouiller pour m'occuper de mes enfants. Je pars chez les gens laver les habits parfois ils me donnent 1500 francs parfois deux mille et ça me permet ne pas regarder la chose des gens. Si je me décourage je vais faire comment j'ai pris les engagements depuis que je suis ici. J'ai des projets dans ma vie que je dois réaliser et je sais que je dois réaliser. Je me retirer des autres je ne veux pas gêner le gens même mes sœurs qui sont à zéro pas de moi je ne pars pas dans leurs chambres ce que j'aime c'est rester seul dans ma chambre pour éviter les problèmes.

Etudiante : est-ce que membres de ta famille te viennent en aide ?

Berthe : Non ils ne viennent pas en aide. Je suis là avec mes sœurs au chantier on ne se parle pas et on ne se visite pas. Elle ne me gère même pas je m'en fou d'elle. Même mes tantes sont ici mais on ne s'est jamais vu. C'est à cause de mes sœurs que je fais le métier la que je vous ai dit là elle m'avait obligé en disant qu'elle va plus prendre soin de mes enfants. Je suis fâché de ma sœur elle savait que ce n'ai pas bon métier elle m'a amené. Je ne pars pas là-bas je suis toujours dans ma chambre j'aime être seul je ne veux pas moi déranger les gens j'évite les problèmes avec les gens du quartier.

Etudiante : Parvient tu à communiquer avec tes sœurs ?

Berthe :Chez nous on a de la peine à communiquer car je ne m'entends pas avec mes sœurs on bagarre régulièrement et on s'insulte presque tous les matins même pour rien. Parfois, elles

font le kongossa sur moi aux voisins que je vole leurs choses, elles font les voisins tapent sur mes enfants qu'ils volent pour venir me donner. A cause de tout ce que je viens de vous dire nous nous sommes séparé je ne m'intéresse pas à ce que font les autres.

Etudiante : fait tu partie d'une communauté ?

Berthe : Oui je suis dans une association

Etudiante : Penses-tu que ta réunion de vient en aide ?

Berthe : dans la réunion là on cotise seulement 1000 francs comme ça chaque après deux semaines on aide quelqu'un là-bas seulement en cas de deuil et de maladie on part chez la personne ayant cotisé une petite somme d'argent pour lui donner et on chante puis on prie pour la personne.

Etudiante : partagez-vous vos difficultés dans votre réunion ?

Berthe : oui bien sûr ! Je pense que quand on se met ensemble c'est pour partager les problèmes et les souffrances comme j'ai dit en haut les problèmes des uns concernent les autres on partage vraiment nos problèmes on s'écoute aussi et on cherche la solution ensemble ils m'ont conseillé quand j'étais venu leur raconté ma situation avec mes sœurs comme on ne s'entend pas là. Nous sommes vraiment soudés. Il y a quand même l'harmonie entre nous on s'entend bien.

Etudiante : Quel sentiment as-tu vis-à-vis de toi ?

Berthe : je me sens bien, je suis capable de vivre sans des choses qu'au paravent je ne pouvais pas fait mais il m'arrive parfois de me sentir coupable de certaines choses, parfois je regrette la vie que je mène et après je comprends que c'est parce que je veux le bonheur de mes enfants et directement je souris et je me sens heureuse.

TABLES DE MATIERES

SOMMAIRE	i
DÉDICACE	ii
REMERCIEMENTS	iii
LISTE DES SIGLES ET ABREVIATIONS	iv
LISTE DES TABLEAUX ET FIGURES.....	v
RESUME	vi
ABSTRACT	vii
INTRODUCTION GENERALE	1
CHAPITRE 1 : PROBLEMATIQUE DE L'ETUDE	6
1-1 contexte et justification de l'étude	6
1.2- Formulation du problème de l'étude	9
1. 3 Enoncé de la question de recherche.....	14
1.3.1 question principale de recherche (QPR)	14
1.3.2 Questions de recherche secondaire (QSR) impact	14
1.4 Formulation des hypothèses	14
1.4.1 Hypothèse générale	14
1.4.2 Hypothèses spécifiques	15
1.5. Objectif de l'étude	15
1.5.1 Objectif général.....	15
1.5.2 Objectifs spécifiques	15
1.6 Pertinence de l'étude	15
1.6. Intérêt de l'étude	16
1.6.1 Intérêt scientifique	16
1.6.2 Intérêt pratique.	17
1.6.3 Intérêt social.....	17
1.7. Délimitation de l'étude	18
1.7.1 Délimitation thématique.....	18
1.7.3. Délimitation temporelle	18
1.7. 4 Délimitation théorique	18
CHAPITRE 2 : REVUE CRITIQUE DE LA LITTERATURE.....	19
2.1 Approches notionnelles	19
2.1.1 résilience	19
2.1.2 Traumatisme	20

2.1.2 Adaptation.....	21
2.1.3 Sentiment	21
2.1.5 Sentiment social	22
2.1.6 Réfugié.....	23
2.2. Revue critique de la littérature	24
2.2.1 Revue de la littérature sur la question de réfugié.....	24
2.2.1.1 Origine et émergence de la problématique de réfugié	24
2.2.1.2 Les concepts connexes.....	25
2.2.1.3. Typologies de réfugiés	27
2.2.1.4 Actions en faveur des réfugiés au Cameroun.....	29
2.2.2 Revue critique de la littérature sur la résilience et le sentiment social chez les réfugiés.....	30
2.2.2.1 Origine et émergence de la résilience	31
2.2.2.2 Différents sens et utilisations de la résilience	33
2.2.2.3. Facteurs de résilience	36
2.2.2.3.1 Facteurs individuelles	36
2.2.2.3.2 Facteurs familiaux	38
2.2.2.3.3 Facteurs extra familiaux	40
2.2.2.4. Difficultés d'adaptation chez les réfugiés	41
2.2.2.5 Sentiment social.....	45
2.2.2.6 Les réfugiés face au traumatisme	46
2.2.2.7 La problématique d'intégration et d'insertion sociale des réfugiés au Cameroun.....	47
CHAPITRE III : ANCRAGE THEORIQUE DE L'ETUDE	50
3.1. Modèles théoriques de la résilience.....	50
3.1.1 La résilience selon Anaut.....	51
3.1.2 La résilience selon Gamezy	53
3.1.3 Résilience selon Werner	54
3.1.4 Résilience selon Michel Rutter	55
3. 2. Approche théorique des stratégies d'adaptation	58
3.2.1. L'approche de Lazarus.....	58
3.3.2. Postulat de la théorie du sentiment social	62
3.3.3 Interactions entre sentiment d'infériorité et sentiment social	63
3.3.5. Développement du sentiment social chez un individu.....	65
PARTIE II : CADRE METHODOLOGIQUE ET OPERATOIRE	69
CHAPITRE IV : METHODOLOGIE.....	70

4.1. Rappel des éléments de la problématique.....	70
4.1.1. Bref rappel du problème	70
4.1.2. Rappel de la question de recherche.....	70
4.1.3. Rappel de l'hypothèse générale	71
4.1.4. Description de l'hypothèse générale de notre étude	71
4.2. Site de l'étude : TRAUMA CENTER	73
4.2.1. Justification du choix du site.....	73
4.2.2. Présentation du site	73
4.2.3. Les activités des services de Trauma Center	74
4.2.4 Partenaires et réseaux du Trauma Center.....	75
4.2.5 Organigramme	75
4.3. Population de l'étude	75
4.3.1 Echantillonnage.....	75
4.3.2 Echantillon	76
4.4. Critères de sélection des sujets	76
4.4.1 Critères d'exclusion	76
4.4.2 Critères d'inclusion.....	76
4.4.3 Procédure de sélection des participants	77
4.5. Type de recherche.....	78
4.6. Méthode de Recherche	79
4.7. Technique de collecte des données.....	79
4. 8. Instrument de collecte de données : le guide d'entretien.....	81
4.9. Déroulement des entretiens	81
4.10. Techniques d'analyses des données : l'analyse de contenu	82
4.11. Considérations éthiques.....	84
CHAPITRE V : PRESENTATION ET ANALYSES DES RESULTATS	85
5.1. Présentation des participants	85
5.2. M.Ben	85
5.2.1. Histoire de vie de Ben.....	85
5.2.2. Présentation des résultats des entretiens de M. Ben	86
5.2.3. Mise en place des stratégies personnelles de la résilience.....	86
5.2.2 Qualité d'étayage familial.....	88
5.2.3 Étayage groupal	89
5.2.4. Sentiment social.....	90
5.3. Le cas de Marie.....	91

5.3.1. Vécue de la situation de Marie.....	91
5.3.2 Présentation et analyse du cas de Marie	91
5.3.3 Mise en place des stratégies personnelles.....	91
5.3.4 Qualité d'étayage familial.....	93
5.3.5 L'étayage groupal	94
5.3.6 Sentiment social.....	95
5.4. M. Robert.....	96
5.4.1. Histoire de vie de robert.....	96
5.4.2 Présentation et analyse des donnés thématiques de Robert	97
5.5. Dany.....	100
5.5.1 vécu de la situation de Dany	101
5.5.2 Présentation et analyse du cas de Dany	101
5.6. Tony.....	104
5.6.1 Vécu de la situation de Tony	104
5.6.2 Présentation et analyse des donnés de Tony	105
5.7 Angèle.....	108
5.7.1 Vécu de la situation d'Angèle.....	108
5.7.2. Présentation et analyse du cas de Angèle	108
5.8. Berthe.....	113
5.8.1 Récit de vie de Berthe	113
5.8.2. Présentations et analyse du cas de Berthe.....	113
5.9 Analyse du discours non verbal.....	118
6.1 Bref rappel des résultats	122
6.2 bref rappel des données théoriques.....	123
6.3.1. Interprétation des résultats par rapport à l'HR1 : mise en place des stratégies personnelles favorise la construction du sentiment social.	124
6.3.2. Interprétation des résultats par rapport à l'HR2 : la qualité de l'étayage familial favorise la construction du sentiment social chez les réfugiés	127
6.3.3. Interprétation des résultats par rapport à l'HR3 : l'étayage groupal favorise la construction du sentiment social chez les réfugiés	130
6.4 Discussion.....	133
6.4.1 Evaluation de la résilience chez les réfugiés.....	134
6.5.1 Suggestions	137
6.5.1.1 Au niveau de l'Etat	137
6.5.1.2 Au niveau de la société : une orientation.....	137
6.5.1.3 Au niveau des réfugiés : les projections	137

CONCLUSION GENERALE.....	139
REFERENCES BIBLIOGRAPHIQUES	141
ANNEXES.....	148
TABLES DE MATIERES.....	171