

## POURQUOI EST-IL IMPORTANT DE RÉPONDRE AUX BESOINS EN MATIÈRE DE SANTÉ MENTALE ET DE SOUTIEN PSYCHOSOCIAL (SMSPS) ?



Les situations d'urgence humanitaire causent une souffrance généralisée et affectent la santé mentale et le bien-être psychosocial des personnes. Les populations affectées font face à toute une variété de facteurs de stress qui peuvent entraîner des répercussions immédiates et à long terme. Cela inclut l'exposition à la violence, la séparation ou la perte d'êtres chers, les mauvaises conditions de vie, la pauvreté, l'insécurité alimentaire, les blessures physiques et les maladies, et le manque d'accès à des services tels que les soins de santé, l'éducation et l'aide sociale.

Les situations d'urgence peuvent également fragiliser les soutiens comme la famille et les réseaux communautaires et entraîner des changements soudains dans les rôles sociaux et les relations.

De nombreuses personnes affectées par des situations d'urgence manifestent des réactions courantes, comme des troubles du sommeil, de la fatigue, de l'inquiétude, de la colère et des douleurs physiques. Pour la plupart des individus, ces problèmes sont gérables et diminuent avec le temps, mais pour d'autres, ils constituent une entrave à la vie quotidienne.

À l'échelle mondiale, on estime qu'une personne sur cinq (22,1 %) vivant dans une région touchée par un conflit au cours des dix dernières années a des problèmes de santé mentale. Les services de santé mentale sont souvent rares même avant qu'une crise ne se produise, et les situations d'urgence peuvent perturber la disponibilité des services et leur accès par la population.

Les personnes qui ont des problèmes de santé mentale préexistants risquent de faire une rechute ou de voir leur état se détériorer. Elles font souvent face à la stigmatisation et à la discrimination et ont besoin d'un accès continu à des services de soins et de protection.

Chez les enfants, les conditions défavorables durant les situations d'urgence peuvent perturber leur développement cognitif, émotionnel, social et physique, et peuvent entraîner des conséquences durables.



Les programmes de santé mentale et support psychosocial (SMSPS) efficaces offrent des services et des soutiens essentiels tout au long de la vie afin de réduire la souffrance et d'améliorer la santé mentale et le bien-être psychosocial des personnes.

Cela peut mener à une amélioration de la capacité de ces personnes à satisfaire leurs besoins fondamentaux pour survivre, se rétablir et rebâtir leur vie

L'intégration de la SMSPS dans les interventions d'urgence peut approfondir l'impact des programmes dans tous les secteurs et contribuer à sauver des vies. Les programmes de SMSPS peuvent également renforcer les systèmes de santé, sociaux ou éducatifs à plus long terme.

### **Familiariser/Former les agents de première ligne et les dirigeants communautaires avec les compétences de base en soutien psychosocial.**

- ✓ Identifier les situations pertinentes et les groupes cibles, y compris les agents de première ligne dans le cadre des interventions humanitaires et les dirigeants communautaires clés vers qui les gens sont susceptibles de se tourner pour trouver de l'aide (p. ex. agents de première ligne, y compris ceux travaillant dans des points d'entrée et des installations d'accueil, gardes, personnel soignant, ambulanciers, personnes distribuant des denrées alimentaires, travailleurs du secteur de l'eau, l'assainissement et l'hygiène, employés de la gestion des camps, personnes travaillant dans les abris, enseignants, dirigeants de la cause des jeunes et des femmes, chefs religieux, dirigeants communautaires et autorités locales).
- ✓ Choisir ou élaborer et adapter du matériel d'orientation sur les compétences de base en soutien psychosocial pour les groupes cibles sélectionnés (p. ex. premiers secours psychologiques pour adultes et enfants, Guide



de poche sur la VBG pour soutenir les survivants de violences basées sur le genre lorsqu'aucun acteur spécialiste en la matière n'est disponible, approche LIVES pour les intervenants en matière de VBG

- ✓ Mettre en œuvre des séances d'orientation sur les compétences de base en soutien psychosocial, avec l'appui de membres du personnel possédant une expertise technique en SMSPS.



### **Diffuser des messages clés pour promouvoir la santé mentale et le bien-être psychosocial**

- ✓ Familiariser les travailleurs avec la façon d'animer des discussions participatives avec les membres de la communauté pour guider l'élaboration de messages clés.
- ✓ Animer des discussions participatives avec des membres de la communauté de tous âges et sexes et avec d'autres parties prenantes pertinentes (p. ex. personnes travaillant dans des structures sanitaires, de protection ou d'éducation, acteurs gouvernementaux, personnes ayant eu des problèmes de santé mentale, etc.) afin d'adapter ou d'élaborer des messages clés appropriés du point de vue de la culture et de l'âge.
- ✓ Adapter ou élaborer des messages clés en fonction des conclusions tirées des discussions communautaires et en coordination avec d'autres organisations humanitaires et acteurs locaux ou nationaux pertinents. Recueillir les commentaires de la communauté sur les perceptions et l'utilisation des supports de communication et des messages avant et après la diffusion, et veiller à l'exactitude des traductions.
- ✓ Diffuser des messages clés auprès des membres de la communauté et des acteurs humanitaires au moyen de supports appropriés au contexte, en prenant en considération la culture, le niveau d'alphabétisation et l'accès aux technologies (p. ex. séances de discussion, affiches, brochures

d'information, messages radio, campagnes sur les réseaux sociaux, théâtre communautaire, bandes dessinées).



#### **Soutenir les activités de SMSPS menées par la communauté**

- ✓ Repérer les initiatives menées par la communauté, les structures et les mécanismes de soutien préexistants (p. ex. groupes de soutien, communautés religieuses et autres groupes d'intérêt) et évaluer le soutien nécessaire pour poursuivre ou étendre les activités.
- ✓ Promouvoir et appuyer les nouvelles interventions communautaires d'entraide pour renforcer les ressources en matière d'adaptation et les soutiens sociaux (p. ex. réseaux de soutien par les pairs, groupes de discussion sur des sujets de préoccupation spécifiques, groupes de soutien pour les personnes handicapées et leurs aidants).
- ✓ Fournir un soutien technique, financier ou en nature pour les activités communautaires qui font la promotion de la santé mentale et du bien-être psychosocial (p. ex. appuyer la réparation ou le remplacement des équipements endommagés, animer des discussions participatives sur les priorités de la communauté, dispenser de courtes formations participatives, selon les besoins).
- ✓ Faciliter l'accès à un espace sûr et approprié dans lequel les activités peuvent être menées, si nécessaire.
- ✓ Faciliter les liens et les orientations vers les services et les soutiens nécessaires (p. ex. services de santé mentale, services de santé, de protection et d'éducation, aide aux moyens de subsistance).

## Fournir des activités de développement de la petite enfance



✓ Repérer les opportunités d'activités intégrées de DPE (p. ex. dans le cadre de programmes de nutrition, de santé, d'éducation ou de protection de l'enfance). Établir un dialogue avec les personnes qui s'occupent d'enfants et avec les dirigeants communautaires afin d'évaluer les besoins et les problèmes (p. ex. en abordant les valeurs et les croyances locales, en luttant contre les pratiques préjudiciables, en identifiant et en soutenant les groupes à risque) qu'il peut être nécessaire de gérer dans le cadre des activités de DPE.

✓ Appuyer les soutiens existants ou nouveaux pour les soins de la petite enfance en facilitant l'apprentissage par le jeu, en créant des opportunités d'interaction et de jeu pour les personnes qui s'occupent d'enfants et pour les jeunes enfants, et en encourageant les rassemblements informels de parents.

✓ En consultation avec les personnes qui s'occupent d'enfants et avec les autres parties prenantes pertinentes, élaborer ou choisir et adapter des messages et du matériel d'orientation, de formation et de programme sur le DPE (p. ex. sur la stimulation précoce et les soins adaptés) et sur la santé mentale et le bien-être psychosocial des personnes qui s'occupent d'enfants

✓ Choisir, former et superviser des animateurs ou des travailleurs de proximité pour diriger et appuyer les activités de DPE (p. ex. séances d'orientation, diffusion de messages, renforcement des capacités des personnes qui s'occupent d'enfants, appui aux soutiens existants ou nouveaux pour les soins de la petite enfance.

- ✓ Familiariser le personnel des secteurs pertinents avec l'intégration et la communication de messages clés en matière de DPE dans le cadre de leur travail (p. ex. personnel de santé et d'aide sociale dans le cadre de programmes existants de nutrition, de santé et de soins prénatals).
- ✓ Fournir des formations ciblées sur les compétences aux personnes qui s'occupent depuis peu ou s'occuperont bientôt d'enfants afin d'améliorer leurs connaissances et leurs compétences en DPE (p. ex. par coaching, démonstration, entraînement, jeu de rôle).
- ✓ Effectuer des visites à domicile pour soutenir les personnes qui s'occupent d'enfants (en particulier lorsqu'il s'agit d'enfants ayant des retards de développement ou des déficiences développementales) en ce qui concerne la nutrition, la santé, l'hygiène, les interactions parent-enfant et les soins adaptés.
- ✓ Faciliter les liens et les orientations vers les services et les soutiens nécessaires (p. ex. services de santé mentale, services de santé, de protection, de nutrition, d'éducation et autres services pertinents pour les jeunes enfants et les personnes qui s'occupent d'enfants).
- ✓ Engager du personnel possédant une expertise technique en DPE afin qu'il assure une supervision technique continue et un soutien

## Fournir des activités de groupe pour la santé mentale et le bien-être psychosocial des enfants



- ✓ Choisir des activités structurées et des contenus de programme adaptés à l'âge et au sexe en fonction des besoins et des ressources identifiés dans les évaluations et des priorités communautaires cernées lors des discussions participatives.
- ✓ Élaborer ou adapter des programmes de formation et du matériel d'information, de communication et d'éducation pour les activités sélectionnées. Intégrer des séances pour les personnes qui s'occupent d'enfants aux activités de groupe structurées.
- ✓ Partager des informations sur la façon dont les situations d'urgence affectent les enfants et sur les pratiques de soutien en matière de soins.
- ✓ Former les animateurs chargés de fournir les activités de groupe structurées sélectionnées, y compris l'animation de groupes axés sur les compétences pour des enfants de différents âges
- ✓ Faciliter l'accès à des espaces sûrs pour les activités de groupe structurées.
- ✓ Fournir des informations aux communautés et aux familles affectées sur les raisons pour lesquelles les activités de groupe structurées sont offertes et sur la façon d'y accéder (p. ex. l'impact des crises sur le bien-être et le développement, ainsi que les objectifs et les résultats attendus des activités offertes).
- ✓ Faciliter les liens et les orientations vers les services et les soutiens nécessaires pour les enfants et les personnes qui s'occupent d'eux (p. ex. services de santé mentale, services de santé, de protection et d'éducation).

Mettre en œuvre des activités culturelles, sportives, créatives, de jeu libre ou d'autres activités récréatives supervisées et adaptées à l'âge et au sexe, dont le but est d'améliorer le bien-être psychosocial (p. ex. par l'entremise d'événements, d'ateliers, de festivals ou de campagnes).



**Soutenir le personnel de l'éducation pour promouvoir la santé mentale et le bien-être psychosocial des enfants.**

- ✓ Fournir des séances d'orientation aux enseignants et autres personnels de l'éducation, y compris le personnel qui soutient les enseignants (p. ex. les directeurs d'école, principaux, proviseurs et chefs d'établissement et autres fonctionnaires de l'éducation), sur les motifs justifiant l'intégration de la SMSPS dans l'éducation en situation d'urgence et sur le rôle des enseignants dans les contextes de crise.
- ✓ Assurer le renforcement des capacités des enseignants et autres personnels de l'éducation au moyen de méthodes de formation continue, d'encadrement et d'apprentissage par les pairs.
- ✓ Faciliter les liens et les mécanismes d'orientation des milieux éducatifs vers les services et les soutiens nécessaires (p. ex. services de santé mentale et de soutien psychosocial, services de santé, services de protection).
- ✓ Soutenir ou relancer les activités collectives autour des espaces d'apprentissage (p. ex. par l'intermédiaire d'associations parents-enseignants, de groupes de mères, de comités d'éducation communautaires ; en donnant l'opportunité aux anciens membres de la communauté de

transmettre aux jeunes générations des connaissances en matière de culture et de tradition ; en organisant des activités d'apprentissage et de loisirs animées conjointement par le personnel de l'éducation, les élèves, les personnes qui s'occupent d'enfants et les groupes communautaires) afin de multiplier au maximum les échanges et la coopération entre le personnel de l'éducation, les personnes qui s'occupent d'enfants et la communauté.

- ✓ Renforcer la capacité des responsables d'établissements scolaires à mieux gérer leur propre santé mentale et bien-être psychosocial et ceux du personnel de l'éducation.

### Fournir des soins de santé mentale dans le cadre des services de santé générale

- ✓ Embaucher un professionnel de la santé mentale (p. ex. psychiatre, infirmier psychiatrique, psychiatre clinicien, psychologue) dans les établissements de soins de santé de référence (p. ex. un par zone géographique ou région), qui peut fournir des soins de santé mentale spécialisés et chargé de former, de soutenir et de superviser les prestataires de soins de santé généralistes.



- ✓ Intégrer les soins de santé mentale dans les programmes et services spécifiquement axés sur certaines maladies, tels que ceux luttant contre le VIH/SIDA, la tuberculose et les maladies non transmissibles (MNT), et dans les programmes et services destinés à des populations spécifiques (p. ex. santé maternelle, sexuelle et reproductive, santé de l'enfant, santé de l'adolescent et santé et bien-être de la famille).
- ✓ Former les prestataires des soins de santé (p. ex. médecins, personnel infirmier, sage-femmes, assistants médicaux et autres personnes fournissant des services de SSR) sur les aspects de SMSPS propres aux violences sexuelles et aux violences au sein du couple : c.-à-d. fournir un appui de première ligne (basé sur l'approche LIVES) aux survivants ; disposer de compétences de base en soutien psychosocial ; savoir comment poser des questions sur des violences présumées ; évaluer et gérer les problèmes de santé mentale ; assurer un suivi régulier ; surveiller les besoins en santé mentale ; et faciliter les liens et les orientations vers des services de santé mentale supplémentaires ou plus spécialisés et des services de gestion des cas de VBG.
- ✓ Fournir des services de SMSPS à des survivants de violence basée sur le genre (VBG) et à des hommes survivants de violences sexuelles par l'entremise de services de santé.