

Soigner par bibliothérapie les traumatismes psychiques de temps de guerre

Prix Européen 2001 de l'Innovation en matière de Promotion de la Lecture

Ce prix, décerné tous les deux ans lors de chaque Conférence européenne, a été attribué cette année au projet de Árpád Baráth (Université de Pécs, Hongrie) et Ljiljana Sabljak (Bibliothèques de Zagreb, Croatie) : « Traitement par bibliothérapie des traumatismes de temps de guerre chez les enfants et les adolescents : l'expérience croate (1991-1999) ». Nous vous livrons ici un résumé de ce projet.

Les traumatismes psychiques de temps de guerre peuvent provenir de différentes origines, avoir un effet cumulatif et affecter de bien des manières la santé mentale et le développement social et moral des enfants. En 1995, l'UNICEF estimait que 56% environ des enfants croates vivant dans des villes frontalières nécessitaient l'aide de professionnels de la santé : nombreux en effet étaient les enfants qui avaient souffert ou avaient été témoins de terribles actes de violence et d'agressions et qui manifestaient des symptômes patents de désordres post-traumatiques.

Naissance du projet

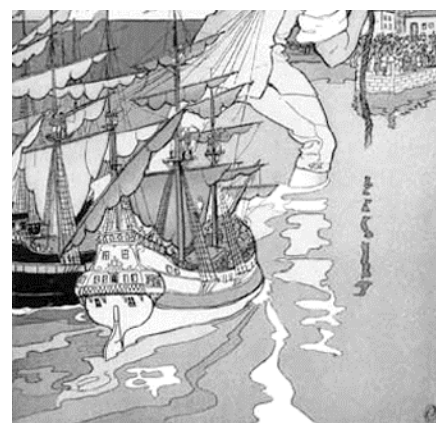
Cependant, à l'époque où la guerre s'est déclenchée (1991), ces professionnels de la santé n'étaient guère préparés à gérer de telles situations de crise et se sentaient d'autant moins prêts à s'intéresser à ces problèmes qu'ils se trouvaient dans un état d'urgence continu et devaient faire face à leurs propres problèmes. De là est venue l'idée de former en grand nombre des volontaires susceptibles d'apporter le maximum d'aide possible aux enfants perturbés.

Deux autres observations ont encouragé les auteurs du projet à le mettre sur pied. La première, c'est qu'au contraire de leurs parents, les enfants semblaient montrer une grande capacité à développer des moyens de gérer leurs peurs et leur anxiété lors des situations où leurs vies étaient en péril. L'élément-clé de ces stratégies reposait dans la pratique spontanée de jeux de groupe de toutes sortes, narrations, marionnettes, dessins et même l'une ou l'autre forme rudimentaire de « psychodrame », généralement avec le soutien d'une grande partie du voisinage. Ce phénomène s'est notamment vérifié lors de certains engagements particulièrement longs et durs tels que ceux de Osijek, Slavonski Brod, Karlovac, Zadar, Dubrovnik, etc.

Les bibliothécaires ont fait eux-mêmes la seconde découverte. Au cours du conflit, les bibliothèques ont toujours été ouvertes, alors même que d'autres établissements publics, comme les écoles et les théâtres, avaient fermé leurs portes. En conséquence, le nombre des usagers s'est accru progressivement au cours des années les plus dures de la guerre. À Zagreb, par exemple, le nombre de lecteurs a doublé rien qu'en trois ans (1991-



Voyage à Lilliput - ill. Prittie



1993). Parmi les réfugiés qui faisaient partie de ces nouveaux visiteurs, 11% seulement ont déclaré qu'ils étaient inscrits dans une bibliothèque publique auparavant ou possédaient une bibliothèque privée. C'est ce phénomène qui a conduit les auteurs du projet et l'Association Croate pour la Lecture à penser que la bibliothérapie pourrait venir en aide aux enfants perturbés.

À partir de ce moment, quatre programmes, financés en partie par l'UNICEF, se sont succédés pour venir répondre à l'évolution de la situation et mieux s'adapter aux circonstances. Après une première série d'interventions dans 28 écoles

publiques durant l'année 1992-93 (voir Barath & al., 1993, Kuterovec, 1993), un second programme de bibliothérapie plus complet a été élaboré, puis lancé dès l'année 1994-95 via un réseau de 45 bibliothèques publiques. Il s'est fait connaître sous la dénomination "Programme de l'UNICEF pour les bibliothèques de Croatie : pas à pas vers la guérison" et a touché quelque 25000 enfants de 6 à 16 ans (Barath, Matul, Sabljak 1996). Ce programme a ensuite été utilisé dans certaines autres parties de l'ancienne Yougoslavie (e.a. La Bosnie-Herzégovine et la Slovénie). Depuis 1996, il a connu deux nouvelles extensions, dont la toute dernière s'oriente vers la défense des droits de l'enfant.

Buts spécifiques et principes

Le magie des textes littéraires, en eux-mêmes ou en combinaison avec de la musique, des traces ou des mouvements, représente peut-être la première technique thérapeutique dans l'histoire du genre humain. Le terme de « bibliothérapie » recouvre l'usage d'œuvres littéraires dont l'impact psychologique leur permet de contribuer à la guérison d'un traumatisme psychique. Les psychologues diront que la « bibliothérapie » aide à l'auto-identification et à la projection, permettant au sujet de se mesurer à ses problèmes de manière symbolique, et de dépasser ses expériences pénibles par *catharsis*. Les interventions ont été menées au travers d'une grande variété d'ateliers littéraires, avec l'usage combiné de techniques courantes dans les thérapies par l'art : musique, danse, dessins, jeux de marionnettes, etc. Le travail des initiateurs du projet a tout d'abord consisté à former des volontaires (enseignants, bibliothécaires, psychologues, parents) aux usages thérapeutiques de l'art et du livre.

Programme d'intervention

À titre d'exemple, reportons-nous à la structure du programme « Pas à pas vers la guérison ». Il est effectivement constitué de plusieurs étapes (12) qui permettent aux enfants de vaincre progressivement leurs traumatismes. Ainsi, les thèmes qui sont traités au cours des différents ateliers les aident,



notamment, à retrouver un certain contrôle d'eux-mêmes (atelier « Pouvoir et perte de pouvoir »), à vaincre la confusion mentale (atelier « Sens et perte de sens »), à contrôler leur colère (atelier « Bienveillance ou colère »), à vaincre leurs angoisses et leurs peurs (atelier « Sécurité ou peur »)... pour finir par des ateliers qui les aident à envisager de nouveau l'espoir et l'amour.

Stratégies d'intervention

Ateliers. Chaque atelier est prévu pour une durée maximale de 120 minutes, réparties de la manière suivante :

- | | |
|---|-----|
| 1. Jeux d'introduction (saluts, échauffement) | 15' |
| 2. Explication des buts principaux de l'atelier | 15' |
| 3. Préparation technique du matériel | 15' |
| 4. Présentation d'une œuvre d'art, d'un texte de poésie ou de fiction | 15' |
| 5. Temps d'incubation (exercices de relaxation et de visualisation) | 15' |
| 6. Temps de production (artistique et littéraire) | 30' |
| 7. Activité de clôture (partage et évaluation) | 15' |

Les ateliers sont censés accueillir un maximum de 30 enfants. Les animateurs sont spécialement formés à l'usage souple et à la combinaison du maximum de techniques possible (Warren, 1993). Il leur est demandé de combiner au moins les trois formes principales d'activités créatives (Barath, Sabljak, Matul 1999) :

(a) *Arts visuels et activités artisanales*, comprenant le dessin et la peinture, la sculpture, la fabrication de masques.

(b) *Activités de bibliothérapie*, comprenant la narration et l'écriture d'histoires, la lecture d'œuvres littéraires, les jeux de poupées, de marionnettes et les dramatisations.

(c) *Activités de thérapie musicale et psychomotrice*, dans leurs aspects passifs et actifs.

La liberté laissée aux animateurs dans ce cadre leur permet tout à la fois de faire jouer leurs préférences et de tenir compte des ressources disponibles là où ils sont.

Structure des activités de bibliothérapie. Les animateurs ont été formés à suivre autant que possible les étapes suivantes :

- Étape 1. Lecture du texte choisi.
- Étape 2. Discussion de groupe permettant de « reconstituer l'histoire ».
- Étape 3. Découverte des profils émotionnels des personnages principaux et réactions.
- Étape 4. Mise en relation de l'histoire avec sa vie personnelle, avec son vécu.
- Étape 5a. Recherche de conclusions, de proverbes ou de règles générales (pour les plus vieux) ou, alternativement
- Étape 5b. Demande de production d'une œuvre plastique, d'un court message écrit ou d'une dramatisation improvisée (à tout âge).

Matériel. Voici par exemple les supports qui sont prévus pour l'atelier « Sécurité ou peur » du programme « Pas à pas vers la guérison » (voir ci-dessus).

Pas à pas vers la guérison Atelier 6 : Sécurité ou peur
Texte pour la visualisation Barath, A. <i>Où suis-je ? Comment est-ce que je me sens... ?</i>
Œuvres d'art suggérées (diapo ou photocopie) E. Munch: <i>Le Cri</i> F. Keller: <i>Peur</i>
Œuvres littéraires suggérées A) <i>Pour les plus jeunes</i> L.F. Baum. <i>Le magicien d'Oz.</i> G. Vitez: <i>Strah.</i> B) <i>Pour les plus vieux</i> L. Carroll: <i>Alice au pays des merveilles.</i> D. Defoe. <i>Robinson Crusoé.</i>

Évaluations

Une évaluation quantitative de grande ampleur a été menée en parallèle sur les améliorations apportées au bien-être des enfants. Contentons-nous ici de dire qu'en moyenne, tous les participants ont tiré un bénéfice des programmes entrepris. En prenant comme référence une échelle psychométrique standardisée, on peut considérer que ces programmes ont produit une amélioration générale se situant entre 20 et 40%. Les données qualitatives suivantes méritent par ailleurs qu'on s'y attarde.

Œuvres d'art et poèmes des enfants.

Il y a un nombre considérable de productions artistiques et poétiques de qualité qui viennent prouver l'impact que le projet a pu avoir sur les enfants et sur leurs proches (Matul 1994). Nous disposons d'une collection d'œuvres d'arts (dessins, peintures, sculptures) qui compte plusieurs centaines de milliers d'objets. La majorité d'entre eux sont conservés à la Bibliothèque Municipale de Zagreb et à l'Association pour le Développement du Travail Volontaire, à Novo Mesto (Slovénie).

Œuvres dramatiques.

Deux spectacles ont été tirés des improvisations dramatiques des enfants, l'un intitulé « *Étapes - de la perte de pouvoir à l'amour : une pièce en 12 tableaux* » (Barath 1995), l'autre appelé « *La peur en nous et comment vivre avec elle...* » (Barath 1996). La première pièce est basée sur une histoire vraie d'enfants réfugiés venus seuls de Bosnie qui parviennent non seulement à faire face aux horreurs de la guerre, mais qui apprennent également à grandir dans un nouveau pays imaginaire et une culture totalement étrangère.

La seconde pièce est basée sur une histoire assez simple d'enfants tziganes qui se perdent dans une forêt alors qu'ils sont à la recherche du plus grand trésor de leur communauté, un magnifique cheval blanc. Ils le retrouveront avec l'aide d'un vieil ermite qui leur apprend d'anciennes chansons populaires en guise d'indices.

Impact sur le secteur non marchand.

Dès le début, le projet a été accepté et bien considéré par le secteur non marchand et par les autorités locales dans pratiquement toutes les régions où il s'est développé. Il y a eu une forte mobilisation de toutes les associations de volontaires, tant au niveau local que national, qui a permis au projet de prendre toutes ses dimensions. En Slovénie, par exemple, le projet a donné naissance à la création d'une organisation de jeunesse assez unique en son genre, du nom de *Lastovke (Hirondelles)*, qui rassemble des membres d'âges, sexes, ethnies et statuts résidentiels différents (cf. Barath 2000).

Impact sur le travail des bibliothèques.

Les bibliothèques de Croatie ont vu leurs rôles profondément modifiés : de simples prestataires de « services aux usagers », elles sont devenues des lieux de créations, de rencontres entre enfants, jeunes et enseignants, des lieux d'expositions ouverts tout au long de l'année, des lieux pour l'improvisation dramatique, les récitals, les concerts de musique, et, le plus important de tout, des lieux pour jouer en sécurité.

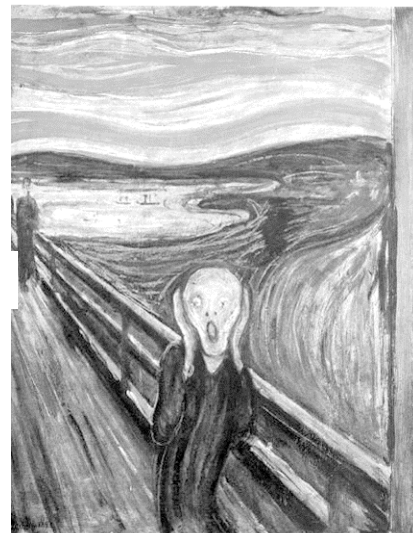
Conclusions

À l'époque où nous vivons, les programmes de prévention des traumatismes psychiques ne cessent hélas de montrer leur utilité partout dans le monde, alors que tant d'enfants sont victimes des conflits armés et des ressentiments ethniques. (McIntyre, Krippner 2000).

Parmi le large éventail des « thérapies créatives », les méthodes et techniques de bibliothérapie méritent une attention toute spéciale à la fois sur le plan théorique et pratique. D'abord, les fictions sont parmi les plus vieux outils psychiques qui nous aident à

construire et reconstruire notre vie. Les « bonnes histoires », telles que nos rêves, sont pleines d'images symboliques qui nous permettent de capturer nos « vérités », de les réélaborer, de les placer sous contrôle. Ensuite, la *bibliothérapie* est le seul outil du genre à promouvoir la « lecture » dans son sens psychologique le plus strict, soit comme un processus de détection et de résolution de problèmes dans le cadre d'une expérience culturelle partagée (Halász, 1983). Enfin, la bibliothérapie semble être de très loin l'outil le plus puissant susceptible de favoriser la communication interculturelle entre personnes et groupes qui ont vécu les mêmes expériences traumatisantes, mais sont incapables de s'exprimer immédiatement avec leurs propres mots (Hász 1995).

Résumé : Serge Terwagne



RÉFÉRENCES

- Baráth, Á. (2000). Treating war trauma in children and youth from the former Yugoslavia/ Pomoć djeci i mladeži sa ratnim traumama iz bivše Jugoslavije.) In N. Dimitrijević (ed.) *Managing multiethnic communities in the countries of former Yugoslavia*. Budapest: Local Government and Public Service Reform Initiative. 2000 : 355-369.
- Barath A, Matul D, Sabljak.(1996). *Korak po korak do oporavka: Priručnik za kreativne susrete s djecom u ratnim i poslijeratnim vremenima. (Step by step to recovery: A handbook for creative encounters with children at the time of war and after.)* Zagreb: Tipex d.o.o.. Second edition.
- Barath A, Miharija Z, Leko A, Matul V. (Editors).(1993). *Psihološka i pedagoška pomoć u enicima stradalim u ratu; Priručnik. (Psychological and pedagogical help for children affected by war: Handbook.)* Zagreb: Ministarstvo prosvjete, Zavod za školstvo - UNICEF Zagreb Office.
- Baráth, Á., Sabljak, L., Matul, D. (1999). *Korak po korak do prava djeteta: Priručnik za kreativne susrete s djecom u radionicama dječjeg odjela narodne knjižnice. (Step by step to children's rights: A handbook for creative encounters with children in public libraries.)* Zagreb: Knjižnice Grada Zagreba – Gradska knjižnica.
- Halász, L. *Az olvasás: nyomozás és felfedezés. (The art of reading: Detecting and discovering.)* Budapest: Gondolat, 1983.
- Hász, E. *Irodalomterápia I. (Bibliotherapy I.)*. Budapest: Gondolat – Animula, 1995.
- Kuterovec G. (1993). Evaluation of UNICEF's psychosocial programme for Croatia: "Psychological and educational help to children affected by war, Zagreb: University of Zagreb Faculty of Philosophy, Department of Psychology. (Unpublished research report)
- McIntyre, T. M., Krippner, S. (Editors). *The impact of war trauma on civilian populations: An international perspective*. San Francisco (CA): 2000 (In preparation).
- Matul, D. (1994). *Rastem korak po korak 1993-1994. (I grow step-by-step: 1993-1994)*. Zagreb: Private edition.
- Warren, B. (Ed.).(1993). *Using the creative arts in therapy: A practical introduction*. London: Routledge. Second edition.

Comme je n'étais pas profane en l'art de la guerre, je lui donnai une description des canons, coulevrines, mousquets, carabines, pistolets, balles, poudre, épées, baïonnettes, sièges, retraites, attaques, fourneaux de mines, contre-mines, bombardements, combats navals ; des bateaux sombrant avec un millier d'hommes à bord ; des morts faits à chaque camps par vingtaines de milliers ; des râles des moribonds ; des membres volant en l'air ; et là-dessus la fumée, le bruit, la confusion, les corps déchiquetés par les sabots des chevaux, la fuite, la poursuite, la victoire, les champs jonchés de cadavres qu'on abandonne aux chiens, aux loups et aux oiseaux de proie ; les pillages, les rapines, les viols, les incendies, les destructions. Et pour mettre en relief la vaillance de mes chers compatriotes, j'affirmai les avoir vus faire sauter en l'air, d'un seul coup, une centaine d'ennemis lors d'un siège, et autant sur un bateau ; j'avais pu contempler les corps déchiquetés qui pleuvaient du ciel, au grand divertissement des spectateurs. J'allais encore donner d'autres détails quand mon maître m'imposa le silence. « Quiconque, m'assura-t-il, a bien compris la nature des Yahoos n'aura aucune peine à admettre qu'un si vil animal est capable de toutes ces actions que vous avez énumérées. »

J. Swift, Voyage chez les Houyhnhnms