

Les formations citoyennes, un outil au service de la santé mentale, une opportunité pour le dialogue interculturel

Livia Tréfois

Dans le cadre du parcours d'accueil pour les primo-arrivants en Région de Bruxelles-Capitales, il est prévu d'organiser des formations citoyennes destinées à guider les migrants dans leurs premiers pas en Belgique. Des formations de ce type existent déjà, notamment dans le cadre de la Cohésion sociale, et représentent selon nous un bel outil pour contribuer à la fois au bien-être psychique des migrants mais aussi renforcer le dialogue entre les cultures.

Dans le volet secondaire du parcours d'accueil destiné aux primo-arrivants en Région de Bruxelles-Capitale, il est prévu de proposer aux personnes qui en auraient besoin des formations à la citoyenneté dispensant des informations sur les droits et devoirs, le fonctionnement des institutions belges, les services accessibles en matière sociale, les normes en vigueur dans notre pays, etc¹.

Nous n'allons pas entrer ici dans le débat sur le contenu même de ces formations mais nous pencher davantage sur les bienfaits qu'elles procurent aux participants, à différents niveaux. Car au-delà des informations reçues sur le fonctionnement du pays, les formations citoyennes sont aussi et avant tout un lieu de rencontre, d'échange et d'expression. Elles permettent non seulement d'acquérir les outils nécessaires à l'autonomisation et l'émancipation des individus, mais aussi de développer l'esprit critique par rapport au pays d'origine et à la société d'accueil en mettant des mots sur les réalités vécues, les souffrances liées à la migration, les difficultés d'insertion dans la société d'accueil, les incompréhensions et les « chocs culturels » rencontrés au quotidien.

Pour étayer notre réflexion, nous allons nous appuyer sur des témoignages recueillis lors des ateliers citoyenneté animés par le Collectif Formation Société², sur des interviews de migrants ainsi que sur

¹ Ce besoin est diagnostiqué suite à un bilan effectué lors du volet primaire du Parcours d'accueil. Voir « Projet de décret relatif au parcours d'accueil pour primo-arrivants en Région de Bruxelles-Capitale [84 (2012-2013) n°1] », adopté le 5 juillet 2013, disponible sur <http://www.pfb.irisnet.be/documents/projet-024384-du-2013-05-07-a-09-23-49>

² Pour rappel, l'accueil et l'accompagnement des primo-arrivants représente une des trois priorités du quinquennat 2011-2015 en Cohésion sociale. Selon les informations transmises par le Centre régional d'Appui en Cohésion Sociale (CRACS), pour l'année 2012, 45 actions accueillent des Primo-arrivants et 21 actions (46%) mettent en œuvre des modules d'initiations à la citoyenneté. Le Collectif Formation Société asbl fait partie de celles-ci et est reconnu depuis 2011 pour ses modules citoyens appelés « les Ateliers citoyenneté ».

l'expertise d'un psychologue, Martin Claessens, qui reçoit des patients migrants en souffrance psychique³.

Les causes de la migration ? Pas toujours celles que l'on croit

Fréquenter des participants primo-arrivants dans le cadre des modules citoyenneté nous a permis de conforter nos opinions selon lesquelles émigrer n'est pas toujours un choix mais aussi que les causes de la migration ne sont pas forcément celles que l'on croit. Loin des idées reçues, les migrants ne cherchent pas à venir en Belgique pour profiter des allocations et de la couverture sociales. Même si la quête d'une vie meilleure reste un moteur puissant d'expatriation, celle-ci ne se fonde pas uniquement sur des aspects économiques. Il ne faut pas occulter d'autres aspects de la vie en Belgique –ou en Europe – qui nous paraissent banals mais semblent suffisant aux yeux de certains pour quitter leur terre natale.

« Il y a aussi des Européens qui ne connaissent pas d'étrangers et qui croient qu'on vient ici pour avoir une vie meilleure au niveau économique. Mais on peut trouver une vie meilleure dans plusieurs sens. Par exemple dans la liberté d'expression et dans la culture. Moi c'est ça qui m'intéresse. Pour les Européens, on ne vient que pour l'argent. Moi j'avais de l'argent au Cameroun. Ici, j'ai 815 euros par mois du CPAS et je paye mon loyer 600 euros...Je ne peux pas profiter. Ce n'est pas être riche ici. Alors qu'avec 150 euros en Afrique, c'est comme si j'étais cadre ! Mais moi, je voulais la liberté d'expression, l'égalité entre les individus, la sécurité ⁴ ».

« En fait, avant de venir ici, je ne manquais de rien. Je ne suis pas un fils de riche, mais mon père est un agriculteur, il a de la terre, il a tout ce qu'il faut donc, si demain, je veux retourner au Maroc et bosser avec lui, je peux bosser avec lui. C'est ce que font mes deux frères aînés. Mais quand on a 20 ans, on se dit qu'on est capable de se débrouiller tout seul, qu'on n'a pas besoin de son père. C'est surtout ça qui m'a poussé à venir : je voulais relever un défi, choisir ma vie ⁵ ».

« J'ai étudié l'informatique dans mon pays mais là-bas, il faut beaucoup d'argent pour payer les professeurs et faire sa thèse de fin d'études. Alors j'ai pensé venir rejoindre mon oncle en Belgique pour travailler et économiser de l'argent pendant quelques années et puis retourner pour terminer mes études et rejoindre mon fiancé que j'ai laissé (...).Je voulais juste construire ma vie ⁶ ».

L'ambivalence des sentiments

Si certaines causes de l'exil sont parfois méconnues des autochtones, il en va de même des sentiments des migrants par rapport à leur vie en Belgique ; sentiments bien souvent ambivalents. Car l'insertion dans le pays d'accueil n'est pas des plus aisées...et le statut de migrant s'accompagne d'un lot de souffrances relevant parfois du domaine de la santé mentale. Dans les groupes que nous

³ Martin Claessens travaille depuis 2006 en tant que psychologue pour l'équipe « Santé en exil » au sein du centre de Santé mentale Tramétis situé à Charleroi. <http://pro.guidesocial.be/associations/trametis-service-rmpac-asbl.17297.html>

⁴ Interview de Monsieur F., 46 ans, originaire du Cameroun, réalisée le vendredi 13 septembre 2013.

⁵ Interview de Monsieur F., 34 ans, originaire du Maroc, réalisée le mercredi 2 octobre 2013.

⁶ Interview de Madame J., 35 ans, originaire de Bolivie, réalisée le jeudi 3 octobre 2013.

animons, nombreux sont ceux et celles qui souffrent de maux de tête, ont le mal du pays, sont mélancoliques ou déprimés, d'autres sont carrément en dépression ou développent des troubles psychologiques bien plus sérieux encore.

Comme l'indique Martin Claessens « *Dans les pathologies que je rencontre, disons que 10 % des personnes qui viennent en consultation souffraient déjà de troubles psychiques dans le pays d'origine ; d'autres ont vécu un traumatisme au pays dont ils ont besoin de parler ; d'autres encore sont des gens qui vivent ici depuis 5 ans par exemple, qui ont construit une vie ici, noué des relations, mais qui ont reçu un avis négatif par rapport à leur demande d'asile, ce qui provoque beaucoup de stress et d'angoisse car ils ne veulent pas laisser tomber tout ce qu'ils ont mis en place ici. De nombreuses personnes souffrent de troubles anxieux liés à l'attente de la réponse concernant leurs papiers. Elles ont aussi des angoisses par rapport à la vie qu'on leur propose ici et qui est très différente de celle qu'elles avaient jusqu'alors*⁷ ».

Des impressions insolites ou récurrentes par rapport au pays d'accueil

Les premières impressions par rapport à la Belgique, ou celles que les migrants se forgent au fil du temps, sont pour certaines inattendues, d'autres moins, mais toutes sont récurrentes.

*« Après le Maroc et l'Espagne, la première semaine en Belgique, je suis restée enfermée et je regardais par la fenêtre en pleurant. Il faisait si mauvais, il pleuvait, il pleuvait tout le temps. Je ne me suis jamais habituée*⁸ ».

*« Derrière le climat mauvais de la Belgique,- explique Martin Claessens - les migrants voient non seulement le fait qu'il fait froid mais aussi que du coup, les gens sont beaucoup moins dans la rue. Il y a donc moins de relation entre les gens et c'est plus difficile pour eux d'entrer en contact. Sans doute que derrière cette remarque, il y a l'idée que s'il faisait meilleur, il y aurait peut-être plus de rencontres*⁹ »

*« Par rapport à la Belgique, j'ai des impressions positives et négatives. Ce qui est très positif, c'est que du point de vue santé, ils essaient vraiment de te soigner via l'aide médicale urgente, même si tu es sans-papiers. Ce qui est très négatif, c'est le côté administratif. La procédure a été très lente. J'ai été très angoissé pendant toute cette attente qui a duré 10 ans. Si la procédure avait été plus rapide, ou plus claire (si on nous avait dit « partez ! »), ça aurait été plus facile. Ils ne décident pas vite. Rester 10 ans sans savoir quoi faire, où aller, c'est trop. Il faudrait qu'on sache plus vite ce qu'on peut faire. Il faudrait par exemple autoriser les gens à faire des formations ou travailler pendant ce temps*¹⁰ ».

Si nous avons été surpris par les remarques d'ordre climatique, nous l'avons été nettement moins par celles relatives à l'emploi.

⁷ Interview réalisée le 30 août 2013.

⁸ Madame K., 38 ans, d'origine marocaine mais de nationalité espagnole. Propos recueillis en 2012 lors des ateliers citoyenneté de CFS.

⁹ Interview réalisée le 30 août 2013.

¹⁰ Interview de Monsieur F., 46 ans, originaire du Cameroun, réalisée le vendredi 13 septembre 2013.

« Moi je veux travailler, je prends tout, n'importe quoi. Mais y a pas. A l'agence d'intérim, ils ont dit que ça n'allait pas, parce que je n'ai pas le certificat de cariste. Ça coûte très cher. Je peux faire tout. Je veux faire des études d'informatique, mais il faut aussi que je travaille¹¹ ».

« Depuis qu'on est arrivés d'Espagne - ça fait un an et demi maintenant - mon mari n'a pas retrouvé du travail. Pourtant il cherche et il fait des formations en plus. Moi aussi, je veux travailler. Faire des ménages par exemple. Avec 3 enfants, on a besoin de travailler tous les deux. Et s'il le faut, je suis prête à retirer mon voile, même si c'est très important pour moi¹² ».

Tendre vers la normalité pour se sentir intégré

« Tout ce dont on a envie, c'est réussir et la réussite c'est quoi ? C'est d'être comme tout le monde, tout simplement : avoir un job, une vie de famille, peut-être un petit luxe comme une voiture,...¹³ »

Parmi nos participants, d'aucuns avouent ne pas être heureux en Belgique, notamment parce qu'ils ne se sentent pas intégrés, pas respectés, incompris...Ils vivent mal cette impression renvoyée par la société qu'ils sont là uniquement pour profiter des avantages sociaux. Car même si on bénéficie d'un revenu octroyé par la société (Revenu d'Intégration Sociale, chômage, Grapa), la vie n'est pas forcément facile économiquement parlant et est fort éloignée de l'image que l'on peut se faire du paradis, les doigts de pieds en éventail au bord d'une la piscine. Au contraire, les difficultés se multiplient pour ces personnes qui ne maîtrisent pas toujours la langue, les codes sociaux, les habitudes, les différences culturelles ; qui ne disposent pas d'informations adéquates, de repères solides ; qui traînent parfois derrière eux un passé assez lourd et qui n'ont pas toujours d'ancrage sociaux et familiaux en Belgique.

La question de l'accès à la formation et au marché de l'emploi est centrale et revient très régulièrement. Selon Martin Claessens, cela s'explique par des raisons économiques, mais pas uniquement. Voilà pourquoi nous n'allons pas aborder l'aspect précaire des emplois accessibles aux migrants. En effet, « Un meilleur accès au marché de l'emploi favoriserait certainement le sentiment d'intégration et contribuerait au bien-être psychique. Car plus les personnes tendent vers une situation « normale », mieux elles se sentent. Quand elles suivent une formation ou travaillent, bref, quand leur journée est occupée, cela apporte davantage de repos psychologique et leur santé mentale s'améliore. C'est ce que j'observe en tout cas chez mes patients. Plusieurs rapportent que le fait de ne rien faire, comme quand ils étaient en centre d'accueil et n'avaient rien pour occuper leur journée, est vraiment destructeur du point de vue psychologique¹⁴ ».

De plus, la question de l'emploi est étroitement liée à celle du sentiment d'intégration. « C'est difficile de se sentir intégré, de s'intégrer quand on vous demande d'attendre [procédure d'asile] et qu'on ne vous permet pas de travailler ou de reprendre des études pendant ce temps-là. Beaucoup de

¹¹ Monsieur. F., 23 ans, originaire du Ghana. Propos recueillis en 2012 lors des ateliers citoyenneté de CFS à la Promotion sociale de Saint-Gilles.

¹² Madame H., 29 ans, d'origine marocaine ayant vécu 6 ans en Espagne. Propos recueillis en 2012 lors des ateliers citoyenneté de CFS à la Promotion sociale de Saint-Gilles.

¹³ Interview de Monsieur. F., 34 ans, originaire du Maroc, réalisée le mercredi 2 octobre 2013.

¹⁴ Interview réalisée le 30 août 2013.

mes patients sont dans une situation où ils sont complètement bloqués. Les gens que je rencontre veulent tout à fait s'intégrer et ils souhaitent vraiment travailler¹⁵ ».

« Pour améliorer l'intégration, - ajoute le psychologue- il faudrait travailler aussi avec les anciennes générations de migrants, trouver une relation, un lien positif entre notre manière de vivre et la leur. Et trouver un moyen pour relier les histoires de nos différents pays. [...]. Il faudrait pour cela prévoir dans ces parcours¹⁶ des moments et des lieux d'échanges avec les autochtones pour créer des relations, expliquer comment chacun fonctionne en étant vraiment dans le dialogue¹⁷ ».

Se comprendre mutuellement, renforcer le dialogue interculturel

Restaurer la relation entre migrants et autochtones, renforcer le dialogue interculturel, tels sont les véritables défis à relever pour améliorer à la fois le bien-être psychique des migrants et contribuer efficacement à une meilleure intégration dans le pays d'accueil !

Les formations citoyennes prévues dans le Décret cohésion sociale - et prochainement dans les parcours d'accueil wallon et bruxellois- nous semblent un bel outil pour rencontrer cet objectif. CFS a plusieurs fois eu l'occasion d'expérimenter ce type de mixité lors des ateliers citoyenneté dispensés dans le cadre de l'insertion socioprofessionnelle, à Cenforgil¹⁸ notamment. Cela nous a permis de faire le constat que réaliser des activités citoyennes dans ce cadre génère des échanges féconds, permet un dialogue entre cultures et une meilleure compréhension des us et coutumes des uns et des autres. De plus, rappeler les droits et devoirs, les institutions belges et notre « socle de valeurs communes » à des Belges de souche ou des personnes résidant de longue date dans le pays n'est pas inutile. Cela renforce leur participation citoyenne et permet également de resserrer les liens avec les populations migrantes.

A condition, bien sûr, de rester dans un cadre pédagogique bien défini et de veiller à ce que le climat soit serein, propice à la discussion et favorise réellement l'échange et la libre expression de chacun.

Nous pensons qu'il y a là une piste intéressante à creuser...Saisissons cette opportunité, soyons créatif et proposons, soit, si l'accueil et l'accompagnement fait toujours partie des priorités de Cohésion sociale pour le quinquennat 2015-2020, d'approfondir les 4 mixités en ajoutant des aspects supplémentaires liés aux relations avec les autochtones ; soit, si cet aspect relève uniquement du Décret relatif à l'accueil des primo-arrivants, de créer dans ce dispositif davantage de ponts avec des secteurs qui permettent un plus grand brassage entre migrants, belges de souche ou d'adoption, tel que celui de l'ISP.

¹⁵ Idem.

¹⁶ Monsieur Claessens fait ici référence aux Parcours d'accueil pour primo-arrivants prévus en Wallonie et à Bruxelles.

¹⁷ Interview réalisée le 30 août 2013.

¹⁸ Cenforgil est un centre de formation et de production associé à la Mission locale de saint-Gilles. Il a pour but de favoriser l'insertion sociale et professionnelle des demandeurs d'emploi peu qualifiés de la Région Bruxelloise. <http://www.cenforgil.be/>