

Santé mentale et soutien psychosocial (SMSPS)

Les voyages migratoires difficiles peuvent déclencher des émotions, sentiments, pensées et comportements négatifs. Pour certains migrants, le bien-être psychologique est affecté par la souffrance émotionnelle liée au stress, aux inquiétudes et à l'incertitude quant à leur avenir, tandis que d'autres peuvent également avoir subi de graves facteurs de stress, notamment la violence, l'exploitation, la torture, la violence sexuelle, les voyages périlleux et les mauvais traitements. Dans certains cas, les problèmes psychosociaux préexistants et les troubles mentaux sont exacerbés au cours de l'expérience migratoire.

La fourniture de **services de santé mentale et de soutien psychosocial (SMSPS)** dans le cadre des centres peut donc jouer un rôle important dans la protection et l'aide aux migrants, contribuant fortement à la pérennité des autres interventions des MRRM. Les expériences migratoires étant diverses, il n'existe pas de méthode ou de modèle unique pour fournir un soutien en santé mentale et en soutien psychosocial dans les centres pour migrants. Néanmoins, le personnel des centres doit recevoir une formation de base sur la manière d'éviter les blessures émotionnelles aux bénéficiaires et sur la manière de reconnaître les signes physiques, émotionnels, comportementaux et cognitifs de détresse. Selon la manière dont les centres sont structurés, les services de SMSPS peuvent être fournis directement dans la structure par le personnel spécialisé de l'OIM ou les partenaires d'exécution, ou à travers des orientations vers des organisations spécialisées ou vers des fournisseurs de services externes. Un système clair doit également être mis en place pour **l'orientation des bénéficiaires souffrant de troubles mentaux graves** vers des services de santé mentale spécialisés.

Les mesures visant à protéger et à promouvoir le bien-être psychosocial et la santé mentale dans le cadre de l'aide fournie par les centres comprennent :

– **La prise en compte des considérations liées à la SMSP lors de la fourniture d'assistance :**
L'impact émotionnel et culturel que les services peuvent avoir sur les individus, la dynamique familiale, les relations entre les genres et les rôles traditionnels au sein du ménage doit toujours être pris en compte dans la conception des services des centres afin de ne pas désorienter ou nuire aux bénéficiaires. Le personnel des centres doit recevoir des conseils sur la manière d'intégrer la SMSPS et sur le principe de « ne pas nuire ».

– **Les premiers secours psychologiques (PSP)** sont un ensemble de techniques simples pouvant être utilisées à la fois par les professionnels et les non-professionnels en SMSPS pour communiquer avec les personnes en détresse, hiérarchiser leurs besoins et les orienter vers les services appropriés. Les PSP désignent à la fois le soutien social et psychologique et proposent un cadre de référence pour ces personnes tout en respectant leur dignité, leur culture et leurs capacités.

– **L’animation des groupes de discussion sur les besoins psychosociaux** : Un groupe de soutien par les pairs est un espace où des personnes se rassemblent pour partager leurs expériences difficiles et se soutenir mutuellement. Les groupes de soutien par les pairs créent un espace de dialogue et de conversation qui facilite l’expression des émotions et des sentiments, notamment les craintes, les préoccupations et les espoirs, et favorise le soutien mutuel. Les groupes de soutien par les pairs peuvent être le terreau fertile pour des discussions de groupe psychosociales consacrées à différents thèmes (par exemple, les attentes avant le départ, les difficultés liées aux voyages, les émotions, les sentiments liés au retour, etc.). Ces activités doivent être organisées en étroite coordination avec les bénéficiaires et facilitées par un professionnel ayant une expérience en matière de conseil, en psychologie ou en sciences sociales et connaissant bien les difficultés, les besoins, les ressources et le contexte culturel des bénéficiaires. Ces groupes représentent également une occasion d’interagir avec les migrants de retour et permettent de détecter les cas nécessitant une prise en charge psychologique plus ciblée.

– **Les sessions de groupe psychoéducatives** sont organisées par un professionnel ayant une formation en matière de conseil, en psychologie ou en sciences sociales en vue d’aider les bénéficiaires à comprendre les réactions psychologiques qui découlent des facteurs de stress auxquels ils sont confrontés. L’objectif de ces sessions est de rassurer les bénéficiaires sur la normalité de ces réactions et de leur fournir un moyen simple de faire face à la détresse et aux sentiments négatifs. Il est recommandé dans ces sessions psychoéducatives de groupe d’utiliser un langage familier et d’éviter les termes cliniques.

– **Le soutien psychologique individuel** est une intervention psychologique de faible intensité à l’intention de bénéficiaires atteints de détresse qui doit être dispensée exclusivement par des praticiens spécialisés en santé mentale. Il vise à rétablir des mécanismes d’adaptation positifs, à renforcer la résilience et à restaurer un sentiment de bien-être. Lorsque le temps que les bénéficiaires passent dans les centres ne permet pas d’effectuer plusieurs séances et de faire un suivi, aucun traitement psychothérapeutique ne doit être entamé, car cela peut nuire par inadvertance au bénéficiaire. Pour les personnes en déplacement, les techniques thérapeutiques doivent donc être adaptées à des sessions de conseil ponctuelles.

– **Les activités récréatives de groupe** n’ont pas d’objectif thérapeutique direct, mais peuvent cependant contribuer au bien-être psychologique et à la cohésion sociale des bénéficiaires. Pour en savoir plus à ce sujet, veuillez consulter [cette section](#).

References and Tools

-

[IOM Reintegration handbook \(MHPSS pillar\)](#)

-
- [Returning with a health condition. A toolkit for counselling migrants with health Concerns](#)
 - [Reintegration counselling: a psychosocial approach](#)
 - [Brief guidance note on mental health and psychosocial support for returning migrants assisted in IOM “transit centers” ...](#)
 - [IASC Guidelines on Mental Health and Psychosocial Support in Emergency Settings; IASC inter-agency Referral Form and Guidance No](#)
 - [Guía para la atención psicosocial a personas migrantes en Mesoamérica \(IOM\)](#)
 - [Guidance on emergency of suicidal attempt \(Greece\)](#)
 - [IOM Manual on Community-Based Mental Health and Psychosocial Support in Emergencies and Displacement](#)
 - [IOM booklet ‘preparing for return’](#)
 - [Self-help booklet for men facing crisis in displacement \(EN\)](#)
 - [Self-help booklet for men facing crisis in displacement \(AR\)](#)
 - [Psychological counselling report \(Greece\)](#)
 - [Mental health and psychosocial support mapping in Niger, Nigeria, Burkina Faso, Ghana and The Gambia](#)
 -

