

## Les impacts de la traversée de la Méditerranée sur la santé mentale

Régulièrement les médias alertent sur le nombre de naufrages en Méditerranée. Le centre de santé Essor, géré par Forum réfugiés-Cosi à Villeurbanne (69) accueille des rescapés, des survivants de cette traversée. Majoritairement provenant de l'Afrique subsaharienne ces patients racontent un parcours d'exil long, allant parfois jusqu'à plusieurs années, difficile et douloureux. Souvent maltraités, exploités voire torturés pour certains pendant ce périple, la traversée de la Méditerranée, que ce soit à partir du Maroc ou de la Libye, qu'elle ait été voulue ou subie, représente pour la plupart de ces patients l'évènement traumatique majeur de leur parcours.

Lors de la première rencontre au centre de santé, ces patients présentent une symptomatologie typique d'un syndrome de stress post traumatique d'envergure. Ils évoquent des troubles du sommeil majeurs avec la présence de cauchemars itératifs, une hyper vigilance au quotidien, des troubles de l'humeur, une perte conséquente d'appétit, un repli sur soi et un ressenti de peur permanent. Ces symptômes peuvent être accompagnés d'une impression d'irréalité de ce qui a été vécu, voire de ce qui l'est au présent. L'évènement traumatique ne fait pas sens, et contamine celui donné à la vie.

En début d'accompagnement psychologique, ce sont les cauchemars itératifs, où se répètent les scènes traumatiques relatives à la traversée en mer, qui constituent la plainte principale des patients. Tous racontent les mêmes évènements qui ont fait trauma.

Ils arrivent sur la plage de nuit, entourés de passeurs armés. Ils découvrent un très grand nombre de personnes sur place ainsi que des zodiacs de fortune, visiblement trop petits pour amener tout le monde. Ils ont peur de monter dans ces embarcations. Ils ont peur de mourir. Ils subissent la force et la menace des passeurs et sont obligés de monter à bord. Il leur est impossible de refuser, au risque d'être tué sur le champ. Puis vient la traversée, sans capitaine à bord, le bateau livré à ses passagers entassés. La nuit noire, sans aucune visibilité. La mer qui devient houleuse, les vagues qui grandissent, et qui s'écrasent sur le zodiac. L'embarcation qui prend l'eau en plein milieu de la mer. Le bateau qui chavire. Les gens qui crient, appellent à l'aide, la panique, la peur de mourir, les gens qui disparaissent sous l'eau et puis remontent à la surface, et qui finissent par se noyer. **Ils ne savent plus s'ils sont morts eux-mêmes aussi ou toujours vivants.**

Plusieurs mois après, les images de cette traversée obsèdent toujours les patients et les empêchent de dormir. Chaque nuit ils revivent cette scène et se réveillent terrorisés. Au point où le sommeil nocturne devient totalement impossible. Dans ces cauchemars, c'est le moment particulier où le bateau a chaviré, que tout le monde est dans l'eau dans la nuit et appelle à l'aide, qui est revécu. Les amis de longue date ou des personnes rencontrées sur la route demandent inlassablement, nuit après nuit, à être sauvées.

Les cris, la peur, retentissent infiniment. Parfois, dans les cas les plus sévères, ces personnes adressent des reproches, voire des menaces au patient.

Pour les patients rencontrés, ces cauchemars sont très souvent interprétés comme des manifestations de harcèlement de la part des morts sur les vivants. Ce sont les âmes errantes de ces personnes disparues en mer, décédées et pour lesquelles aucune cérémonie ni sépulture n'existe, qui viennent littéralement les hanter chaque nuit car eux, ont survécu. Les patients sont terrorisés face à ces manifestations et expliquent avoir fait appel à des méthodes traditionnelles, que ce soit au pays d'origine via la famille, ou en France, pour faire taire la détresse ou la colère de ces morts.

C'est dans un deuxième temps de l'accompagnement psychologique que le sentiment de culpabilité est la plupart du temps abordé par le patient. La culpabilité ressentie de ne pas avoir pu sauver quelqu'un. Cette culpabilité qui renvoie à ceux qui ont perdu un ou des proches, à la responsabilité d'avoir pris la décision de partir et de les avoir entraînés avec soi sur une route qui les a conduits à la mort. Le patient se vit alors souvent comme seul et unique responsable de ces morts. Ce qui le conduit à ressentir une culpabilité insupportable de s'en être sorti, et une honte d'être en vie. Ces deux affects (culpabilité et honte) peuvent amener le patient à une dissociation psychique qui l'emmène dans un univers intermédiaire entre celui des morts et celui des vivants. Les symptômes traumatiques liés à la traversée de la Méditerranée sont très invalidants au quotidien. Ils envahissent tout l'espace psychique et ne laissent aucune place à la possibilité d'investir le présent. **Les événements passés qui avaient motivés le départ du pays d'origine sont comme écrasés par ce trauma. Le sens même de l'exil peut en être affecté, voire remis en question par le patient dans sa recherche désespérée de remonter le temps et d'effacer les conséquences de la traversée. Dans ces conditions, suivre une procédure de demande d'asile n'a souvent plus de sens pour eux car elle viendrait signifier une possibilité d'espoir qu'ils ne peuvent psychiquement se permettre. Pour cette raison d'ailleurs, certains d'entre eux peuvent mettre de façon plus ou moins consciente, la procédure en échec. Pour d'autres elle est difficile à investir.**