



Save the Children

LA VOIE DU RÉTABLISSEMENT

**Répondre aux problèmes de santé mentale
des enfants durant les conflits**

Sommaire

1 Les ravages de la guerre sur les enfants : une crise de santé mentale	1
Des blessures invisibles, des services inadéquats	1
Les moyens de lutter contre cette crise	2
2 Les conséquences des conflits sur la santé mentale des enfants	5
Cinq causes de souffrances mentales et psychologiques	5
Les conséquences et les effets des souffrances sur les enfants	7
3 Éducation, santé mentale et bien-être	10
4 Les solutions pour agir	13
Recommandations	14
Notes	15

Save the Children se bat pour les enfants au quotidien.

Nous nous tenons à leurs côtés dans les zones les plus dures pour les enfants. Nous mettons tout en œuvre pour nous assurer qu'ils survivent, sont protégés lorsqu'ils sont en danger et ont l'opportunité d'apprendre.

Parce que chaque enfant devrait pouvoir se faire une place dans le monde et bâtir un avenir meilleur pour nous tous.

Publié par
Save the Children
1 St John's Lane
London EC1M 4AR
Royaume-Uni
+44 (0)20 7012 6400
savethechildren.org.uk

Première parution 2019

© The Save the Children Fund 2019

Le Save the Children Fund est une œuvre caritative enregistrée en Angleterre et au pays de Galles (213890) ainsi qu'en Écosse (SC039570). Société immatriculée sous le numéro 178159.

Cette publication est soumise à des droits d'auteur, mais peut être reproduite gratuitement et librement par toute méthode souhaitée à des fins d'enseignement, mais en aucun cas à des fins de revente. Toute copie effectuée dans d'autres circonstances nécessitera l'autorisation écrite préalable de l'éditeur et pourra donner lieu au versement de droits d'auteur.

Photo de couverture : Le père de Destin a été tué lorsqu'un groupe armé a attaqué leur village au Congo. Elle vit aujourd'hui dans un camp en Ouganda, où elle fréquente un espace d'accueil des enfants dirigé par Save the Children. « Plus tard, je veux être enseignante, car les enseignants aiment les enfants et ne les frappent pas », explique-t-elle. (Photo : Fredrik Lerneryd/Save the Children)

Mis en page par la société Grasshopper Design

Les noms de certaines personnes mentionnées dans ce rapport ont été modifiés afin de protéger leur identité.

« Tout a été détruit. Chaque fois que je voyais un avion, je pensais qu'il allait nous prendre pour cible. J'avais très peur... mon cœur s'affolait. »

Sammy, 12 ans, Irak

« La vie est dure, ici. Je fais beaucoup de cauchemars sur ce que j'ai vu le jour où nous avons fui notre village. »

Alia, 16 ans, Myanmar

« Lorsque l'État islamique s'est emparé de notre ville, les combats se sont intensifiés. Je me sentais fatiguée et stressée en permanence. La guerre me donne l'impression d'être bien plus âgée que je ne le suis. Je me sens vieille alors que je n'ai que 16 ans. »


Safaa, 16 ans, Syrie

« Nous vivons dans une maison en location vide, où il n'y a que des murs et un toit. Rien d'autre. Les journées sont tristes et sombres. Les souvenirs de la guerre continuent de nous hanter jour et nuit. L'enseignement que je reçois dans l'espace d'accueil des enfants de Save the Children me laisse entrevoir un peu d'espoir. »

Brishna, 11 ans, Afghanistan

« J'aime tellement venir à l'espace d'accueil des enfants. Je m'y sens plus rassurée et moins seule... J'ai l'impression d'avoir un avenir et je m'y suis fait des amis. »

Sara, 14 ans, Syrie



« Les enfants ont peur. Ils ont besoin de sécurité. Ils ont besoin de se sentir psychologiquement bien. Et le plus important pour les enfants, c'est l'éducation. »

Mariam, 16 ans, Irak



PHOTO : DAPHNIE COOK/SAVE THE CHILDREN

« Il n'arrêtait pas de trembler pendant son sommeil. »

Mohammed Arab, âgé de dix ans, est un réfugié rohingya originaire du Myanmar, qui vit aujourd'hui dans un camp au Bangladesh. Sa mère, Sara, nous raconte ce qui lui est arrivé.

« Lorsque les groupes armés ont pénétré dans notre village, ils ont brûlé de nombreuses maisons et violé beaucoup de filles. Nous nous sommes enfuis avec notre famille et nos voisins. Il nous a fallu cinq jours pour atteindre les berges du fleuve qui sépare le Myanmar du Bangladesh. Nous sommes restés là pendant cinq jours de plus.

« Cette situation a profondément traumatisé Mohammed, à tel point qu'il n'arrêtait pas de trembler pendant son sommeil. Il continue à faire des cauchemars. Son cœur bat très vite, les médecins pensent que c'est parce qu'il a eu vraiment peur. Il transpirait beaucoup et perdait connaissance. Il lui a fallu longtemps pour se calmer.

« Lorsque nous sommes arrivés au Bangladesh, nous avons consulté un médecin qui lui a donné des médicaments pour le calmer. Il ne s'évanouit plus comme avant et le médecin pense que ça va mieux.

« Mohammed a appris à dessiner au Myanmar, mais il ne dessinait pas souvent là-bas. Ici, oui. Il dessine toute la journée lorsqu'il est à la maison. Je pense qu'il adore ça et que ça lui fait du bien. »

1 Les ravages de la guerre sur les enfants : une crise de santé mentale

Les garçons et les filles sont touchés de manière disproportionnée par les conflits modernes. Les derniers chiffres en date révèlent que 142 millions d'enfants vivent dans des zones où sévissent des conflits très intenses¹ et que des millions d'autres ont été contraints de fuir et d'aller se réfugier souvent dans des environnements instables, dans d'autres pays. Depuis 2010, le nombre d'enfants vivant dans des zones de conflit a augmenté de 37 %, or le nombre de violations graves avérées commises à leur encontre (notamment les meurtres et les mutilations, le recrutement dans des forces armées et la violence sexuelle) a augmenté de 174 %².

En 2019, l'Organisation mondiale de la Santé a estimé que 17 % des adultes vivant dans des zones de conflit souffraient de troubles mentaux légers à modérés nécessitant une aide non spécialisée, et que 5 % supplémentaires étaient susceptibles de souffrir de graves troubles mentaux³. En supposant que des taux similaires s'appliquent aux enfants et aux adolescents, on estime qu'environ 24 millions d'enfants vivant aujourd'hui au milieu des conflits pourraient souffrir d'un stress intense et présenter des troubles mentaux légers à modérés nécessitant un soutien approprié. Sept millions d'enfants supplémentaires risquent de développer de graves troubles mentaux.

Chaque frappe aérienne, chaque siège et chaque violation grave peuvent avoir de sérieuses conséquences négatives sur la santé mentale et le bien-être des enfants. La peur, l'anxiété, des événements traumatisants et la séparation

d'avec les personnes qui s'occupent d'eux peuvent prolonger l'exposition des enfants à un stress sévère ou toxique, ce qui influe sur le développement de leur cerveau, sur leur comportement et sur leur sentiment de bien-être en général.

DES BLESSURES INVISIBLES, DES SERVICES INADÉQUATS

Pour se sentir bien, les enfants doivent avoir le sentiment d'être aimés et en sécurité et leurs besoins fondamentaux doivent être satisfaits. Ils doivent avoir une famille qui veille sur eux et être soutenus par leur communauté – par exemple, à travers l'école. Ces besoins essentiels restent pourtant insatisfaits pour des millions d'enfants qui vivent dans des zones de conflit. Les conflits ont des effets dévastateurs sur la santé physique et mentale des enfants.

SANTÉ MENTALE ET SOUTIEN PSYCHOSOCIAL

L'expression « santé mentale et soutien psychosocial » (SMSPS) est employée pour décrire tout type de soutien qui vise à protéger ou à favoriser le bien-être psychosocial, ou à prévenir ou traiter les

troubles mentaux⁴. Cela inclut de multiples méthodes d'intervention, qui vont d'un soutien communautaire non spécialisé à des soins de santé mentale hautement spécialisés.

LE STRESS TOXIQUE

Le stress toxique est un type de stress qui survient lorsque les enfants traversent une épreuve marquante, fréquente ou prolongée, sans le soutien adéquat d'une personne pour les aider à gérer cette épreuve de façon saine⁵. Étant donné que les expériences que vit un enfant durant ses premières années d'existence ont des effets durables sur l'architecture de son cerveau en développement, le stress toxique peut avoir des conséquences négatives graves et prolongées sur le développement cognitif et le contrôle des émotions, ce qui peut laisser des séquelles à vie sur la santé mentale et physique d'un enfant. Les

conflits imposent ainsi un énorme coût social supplémentaire aux futures générations.

Les enfants sont incroyablement résilients et sont capables de se remettre des souffrances psychologiques. Toutefois, cela dépend souvent de la stabilité de leur quotidien et du soutien que leur apportent les personnes qui s'occupent d'eux, les autres adultes, les éducateurs, leurs pairs et la communauté en général. Bien entendu, les conflits peuvent avoir des conséquences dévastatrices sur ces sources de soutien et sur la stabilité apportée aux enfants.

Le fait de vivre dans des zones bombardées, occupées et assiégées détruit le sentiment de sécurité des enfants et leur donne l'impression de ne plus contrôler leur environnement. La perte ou la séparation d'avec un parent ou une personne qui s'occupe d'eux peut engendrer une tristesse et une anxiété intenses. Les enfants directement touchés par la violence et l'exploitation, y compris ceux victimes des six violations graves identifiées par les Nations Unies⁶, sont susceptibles de souffrir de blessures physiques, mais aussi de ressentir une peur intense. Ces événements peuvent engendrer chez un enfant une profonde négation de l'estime de soi entraînant de grandes souffrances et influant sur son développement social et émotionnel.

Toutefois, les enfants peuvent également faire preuve de résilience, même dans les circonstances les plus extrêmes, en particulier s'ils reçoivent une aide pour se rétablir. Les bases de cette prise en charge consistent à s'assurer que les enfants sont en sécurité, que leurs besoins fondamentaux sont satisfaits, que les familles sont préservées ou réunies, ou qu'une protection de remplacement est mise en place, et que les enfants bénéficient d'un soutien communautaire, comme celui fourni par les écoles. Parallèlement à cela, de nombreux enfants, notamment ceux qui ont connu des souffrances profondes ou prolongées, auront besoin d'un soutien supplémentaire.

Le soutien apporté pour répondre aux troubles mentaux des enfants dans les situations de conflit est toutefois dramatiquement inadéquat. L'analyse

que nous avons effectuée en 2019 a démontré qu'à peine 0,14 % de l'aide au développement officielle apportée entre 2015 et 2017 avait été consacrée à des programmes de SMSPS⁷. En ce qui concerne la protection de l'enfance, ce chiffre était de 0,5 % en 2017⁸ et de tout juste 2 % en moyenne pour l'éducation dans les situations d'urgence⁹. Des financements et des actions supplémentaires sont globalement requis de toute urgence. Le problème systémique des préjudices psychologiques infligés aux enfants requiert des solutions systémiques. Une réponse plurisectorielle à l'échelle du système offrirait de multiples possibilités d'agir concrètement. Le financement global des interventions de SMSPS est un sujet critique qui requiert une attention concertée. L'une des meilleures solutions serait de mener davantage d'interventions de SMSPS par le biais de l'éducation (voir chapitre 3, page 10).

LES MOYENS DE LUTTER CONTRE CETTE CRISE

Save the Children a identifié trois causes d'exposition des enfants à des préjudices durant les conflits. Premièrement, les États et les parties belligérantes n'appliquent pas et ne font pas respecter les règles et les normes internationales destinées à protéger les enfants.

Deuxièmement, les auteurs de graves violations commises contre des enfants ne sont pas tenus pour responsables de leurs actes. L'absence d'application des règles, des normes et des lois internationales

destinées à protéger les enfants touchés par les guerres est au cœur de la crise de santé mentale qui frappe les enfants durant les conflits.

Troisièmement, l'ampleur même de l'épidémie des problèmes de santé mentale exige une réponse plus efficace pour diagnostiquer et prendre en charge les problèmes psychosociaux et pour aider les enfants à se rétablir. Ce dernier pilier est fondamental. Lorsque la communauté internationale n'est pas capable d'empêcher que les enfants subissent des préjudices, ces derniers doivent recevoir une aide pour se rétablir. Cela inclut d'accroître les fonds alloués aux interventions essentielles destinées à répondre aux différents niveaux de besoins que les enfants peuvent avoir.

L'Assemblée générale des Nations Unies de 2019 offre aux États l'occasion de prendre des mesures et des engagements au regard de ces trois axes de changement. Notre rapport intitulé *Stop à la guerre contre les enfants*¹⁰ dresse la liste exhaustive des points sur lesquels nous exhortons les États à agir.

Parmi ces derniers et dans l'immédiat, nous appelons les États à prendre des engagements financiers envers le fonds Education Cannot Wait (ECW, L'éducation ne peut pas attendre), ceci afin d'allouer toutes les ressources nécessaires à la reconstitution du fonds commun pour l'éducation et de fournir des ressources supplémentaires pour mettre en œuvre des services de santé mentale et de soutien psychosocial dans le cadre des projets d'ECW. En reconstituant intégralement le fonds, les donateurs permettront à ECW de dispenser des enseignements dans les situations d'urgence à grande échelle, augmentant ainsi le soutien communautaire que l'éducation offre aux enfants. En allouant des fonds spécifiques aux interventions de SMSPS, les donateurs étendront le soutien apporté à des millions d'enfants dans la souffrance.

(Voir nos recommandations page 14.)

Les ravages de la guerre sur les enfants



PHOTO : FREDRIK LERNER/SAVE THE CHILDREN

Mangeni et sa famille vivent en Ouganda depuis deux ans. Mangeni habitait auparavant au Congo, où ses parents tenaient un magasin. Ils menaient une vie paisible.

Puis les conflits ont éclaté. Un jour, des hommes armés ont pénétré chez eux. Ils ont frappé sa mère et ont emmené Mangeni et son père dans la forêt, où ils ont abattu ce dernier sous les yeux de sa fille. Ils ont ensuite bandé les yeux de Mangeni et l'ont emmenée dans leur camp. Elle avait onze ans.

Chaque jour, Mangeni devait cuisiner et faire le ménage pour les soldats. Ils lui donnaient des coups de bâton et lui marchaient sur le ventre, ce qui l'a rendue incontinente. De nombreuses personnes ont été tuées pendant qu'elle se trouvait dans le camp ; elle fait partie des rares survivants. Une nuit, elle s'est échappée. Lorsque tous les hommes se sont endormis, elle s'est enfuie dans les bois. Elle raconte qu'elle a vu des corps d'enfants morts pendant qu'elle courait dans la forêt. Après avoir couru pendant longtemps, elle est arrivée à une bananeraie, où elle a dormi. Au petit matin, un homme l'a trouvée et l'a prise avec lui. Il s'est rendu dans les villages voisins pour demander si quelqu'un la connaissait. Sa mère l'a immédiatement reconnue et toutes les deux ont été réunies.

La mère de Mangeni a éclaté en sanglots lorsqu'elles se sont retrouvées. Elle pensait que sa fille était morte. Près d'un an après sa capture, Mangeni était de retour auprès de sa famille. Sa mère et elle se sont enfuies en Ouganda pour échapper à la violence. Elles vivent aujourd'hui dans un camp de réfugiés, où Mangeni fréquente un espace d'accueil des enfants dirigé par Save the Children. Elle aide sa mère à s'occuper de ses jeunes frères et sœurs. Mais Mangeni souffre de séquelles physiques et psychologiques : elle se bat contre les traumatismes et les préjugés qu'elle a subis lorsqu'elle était entre les mains des soldats.

2 Les conséquences des conflits sur la santé mentale des enfants

Les conflits impactent la santé mentale et le bien-être des enfants de différentes manières qui se chevauchent. Nous évoquons dans ce rapport cinq causes de souffrances psychologiques ainsi que la pyramide des interventions visant à répondre aux besoins de santé mentale dans les situations de conflit.

CINQ CAUSES DE SOUFFRANCES MENTALES ET PSYCHOLOGIQUES

Les conséquences des conflits sur la vie des enfants sont complexes, avec des effets tout aussi variés et imbriqués sur leur santé mentale. Il est cependant possible de dégager des thématiques communes.

Premièrement, du fait que le nombre d'enfants vivant dans des zones de conflit a augmenté et qu'ils encourent un nombre accru de risques, des millions d'enfants sont exposés aux horreurs des conflits violents, y compris aux menaces de mort et de blessures qui pèsent sur eux, sur leurs familles et sur leurs amis. Ces expériences d'attaques violentes peuvent hanter les enfants jusqu'à la fin de leur vie. Des enfants syriens ont exprimé à plusieurs reprises, lors d'entretiens, des peurs et des souffrances liées aux frappes aériennes et, par association, aux avions en général¹¹. Des personnes s'occupant d'enfants à Gaza ont indiqué que 78 % des enfants avaient surtout peur des sons des bombardements et des avions¹².

Deuxièmement, l'absence d'accès aux services de base durant une période prolongée peut avoir des conséquences sur la santé mentale et le bien-être des enfants. D'après les données des Nations Unies, le déni d'accès humanitaire dans les situations de conflit a été multiplié par 15 entre 2010 et 2017, privant les enfants et leurs réseaux de soutien d'un accès adéquat à la santé, à l'éducation, à la nutrition et à des moyens de subsistance¹³. Les guerres modernes, qui sévissent dans des zones urbaines avec des civils en première ligne, rompent souvent le tissu communautaire qui soutient le bon développement des enfants, comme les écoles et les centres médicaux¹⁴. Dans le territoire palestinien

occupé, les enfants font état de leur peur de passer les postes de contrôle militaires simplement pour se rendre à l'école¹⁵. Lors d'une récente étude commandée par Save the Children, 64 % des personnes s'occupant d'enfants en Afghanistan ont indiqué que les craintes des enfants portaient avant tout sur leur trajet jusqu'à l'école¹⁶.

Troisièmement, pendant et après les conflits, il peut y avoir un risque accru de violence à la maison, à l'école, par des pairs et résultant d'intimidations. Les enfants sont souvent davantage exposés à la violence sexiste, y compris à la violence domestique et sexuelle, à l'exploitation et à la maltraitance, ainsi qu'à d'autres formes de violence physique et psychologique. À travers nos consultations auprès d'enfants dans douze pays frappés par des conflits, nous avons constaté que les garçons et les filles étaient exposés au travail des enfants, à la violence sexiste (y compris à la violence sexuelle) et au recrutement dans des groupes armés. Tous ces facteurs peuvent exacerber les inégalités et les vulnérabilités existantes et nuire encore davantage à la santé mentale et au bien-être des enfants.

Quatrièmement, l'insécurité, l'incertitude et la peur de l'avenir (qu'elles soient réelles ou ressenties) sont souvent une source d'anxiété et de souffrance pour les enfants frappés par des conflits. Cela peut inclure la peur que les hostilités connaissent une escalade pendant qu'ils sont séparés de leurs parents et des membres de leur famille, la peur que les conflits ne s'arrêtent jamais, la peur de ne pas être en sécurité à l'école et en dehors de chez eux, ainsi que des inquiétudes quant à la disponibilité de la nourriture¹⁷. Une incertitude et des facteurs de stress qui perdurent peuvent avoir des répercussions extrêmement négatives, déclenchant l'activation

prolongée des systèmes naturels de réponse au stress de l'organisme. Ces réponses naturelles face au stress sont censées être temporaires. Déclenchées à maintes reprises ou prolongées sur de longues périodes, elles peuvent avoir diverses conséquences négatives sur la santé mentale, dont les enfants ont du mal à se remettre¹⁸.

Enfin, la perturbation des réseaux de soutien et la séparation d'avec les personnes qui s'occupent d'eux peuvent nuire considérablement à la santé mentale et au bien-être des enfants. Leur développement social et émotionnel, ainsi que leur sentiment d'identité et de stabilité, reposent sur la présence d'un adulte qui s'occupe d'eux de manière régulière. Si cette personne souffre de préjudices psychologiques dus à un conflit, cela peut réduire sa capacité à apporter des soins adéquats au moment où l'enfant en a le plus besoin. Il s'agit d'un problème très répandu ; dans la bande de Gaza, par exemple, 71 % des personnes s'occupant d'enfants ont indiqué être malheureuses et 80 % ont déclaré

qu'elles ne se sentaient pas capables de surmonter leurs difficultés¹⁹. De ce fait, les conflits ont des répercussions sur la santé mentale de l'ensemble de la communauté, réduisant ainsi les chances que les enfants soient soutenus par d'autres adultes au sein de leur communauté si la personne qui s'occupe d'eux n'est pas en mesure de le faire. En Ukraine, des problèmes psychosociaux ont été signalés parmi toutes les tranches d'âge, y compris chez les enfants, les personnes âgées ainsi que chez les hommes et les femmes en âge de travailler²⁰. En outre, lorsque des enfants victimes de conflits ont perdu des proches ou des personnes qui s'occupaient d'eux, ont été séparés ou recrutés dans des groupes armés, ont été enlevés ou déplacés, ces réseaux de soutien sont interrompus. En 2017, on a recensé environ 173 800 enfants non accompagnés ou séparés de leur famille suite à un conflit, et plus de 8 000 filles et garçons ont été enlevés, recrutés et utilisés par des forces armées²¹.



PHOTO : GABRIELE FRANCOIS CASINI/
SAVE THE CHILDREN

Des enfants dans un centre d'apprentissage temporaire, dans un camp pour personnes déplacées en Irak

LES CONSÉQUENCES SEXOSPÉCIFIQUES DES CONFLITS SUR LA SANTÉ MENTALE DES ENFANTS

Les garçons et les filles des diverses tranches d'âge vivent les conflits différemment et selon des manières qui peuvent avoir des conséquences différentes sur leur santé mentale et leur bien-être. Les filles sont souvent frappées de manière disproportionnée par les conflits, du fait de normes de genre discriminatoires ainsi que de vulnérabilités et d'inégalités préexistantes, qui sont aggravées en temps de crise.

Au Yémen, par exemple, les filles en âge de fréquenter une école primaire ont 1,5 fois plus de risques d'être déscolarisées que les garçons²². Les filles peuvent également se sentir en danger à l'école ou sur le trajet, en raison des risques de violence sexiste – y compris de violences sexuelles, de harcèlement sexuel, d'exploitation et d'abus sexuels. Au Nigeria, l'insurrection de Boko Haram vise spécifiquement les filles, pour les empêcher d'accéder à l'éducation. Au Soudan du Sud, 65 % des femmes et des filles ont subi des violences sexistes²³. 45 % des adolescentes réfugiées (dont certaines ont à peine dix ans) vivant dans des camps à la frontière entre le Soudan et l'Éthiopie et 37 % de celles qui vivent dans des communautés frappées par des conflits dans l'est de la République démocratique du Congo déclarent avoir subi des violences sexuelles ; 52 % et 61 % indiquent respectivement avoir subi au moins une forme de violence sexuelle, physique ou émotionnelle au cours des douze derniers mois²⁴.

Si les filles sont les plus exposées à la violence sexiste, les garçons peuvent aussi subir des violences sexuelles, des facteurs de stress et des événements traumatisants du fait de leur

genre, y compris des souffrances secondaires à des violences infligées à des membres de leur famille. En Afghanistan, il a été constaté que les garçons avaient davantage de risques de tomber sur des mines antipersonnel que les filles – et donc plus de risques de souffrir de blessures par explosion, ce qui peut avoir des répercussions psychologiques et physiques à long terme²⁵. Dans le territoire palestinien occupé, les taux de souffrance sont plus élevés chez les garçons âgés de 6 à 12 ans, sans doute parce que les garçons sont davantage susceptibles d'être ciblés et arrêtés par les soldats²⁶. Dans de nombreuses situations de conflit, les garçons ont davantage de risques d'être recrutés dans des groupes armés et d'être utilisés dans les combats.

Parfois, garçons et filles ne bénéficient pas des mêmes soutiens. Certaines données indiquent que les garçons sont moins susceptibles de recevoir des soins après des violences sexuelles, en raison de la perception de la masculinité par la société, qui les pousse à nier leur vulnérabilité et qui stigmatise les hommes victimes de violences sexuelles. De ce fait, les garçons victimes de viol peuvent percevoir les violences sexuelles qu'ils ont subies comme une émasculatation et une féminisation et peuvent avoir honte de demander de l'aide. Victimes de stigmatisation, les hommes et les femmes ayant survécu à des violences sexistes se retrouvent isolés et rejetés, y compris par leur époux(se) et leur famille. Cet abandon forcé des activités quotidiennes et l'absence de soutien social rendent le rétablissement encore plus difficile sur le plan émotionnel.

LES CONSÉQUENCES ET LES EFFETS DES SOUFFRANCES SUR LES ENFANTS

Les enfants victimes d'un stress extrême peuvent manifester divers problèmes mentaux et psychosociaux, comme des symptômes de dépression et d'anxiété conduisant à l'automutilation et parfois à des idées suicidaires. Les garçons et les filles peuvent également rester en retrait et se

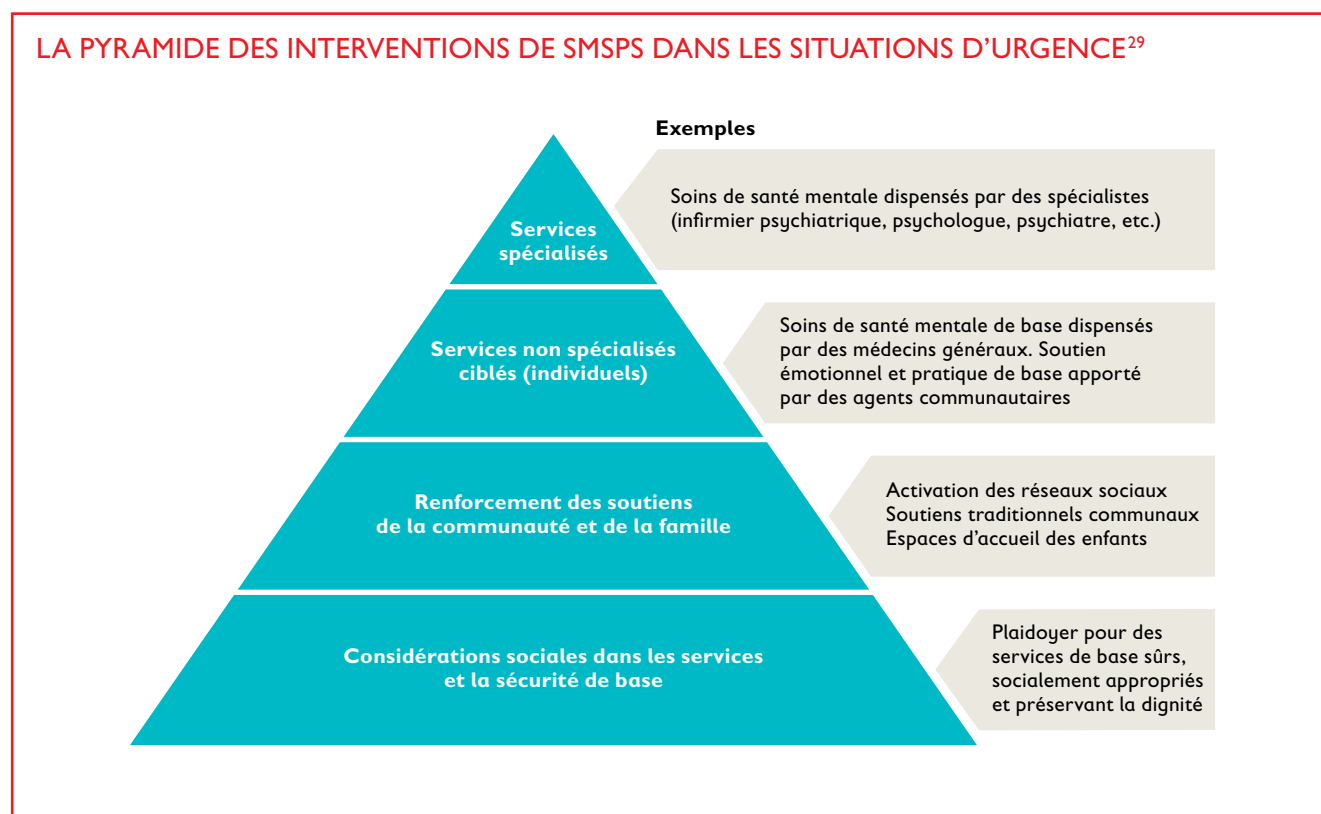
montrer agressifs avec leurs pairs et les membres de leur famille. Au-delà des expériences immédiates vécues par les enfants, les problèmes mentaux et la souffrance peuvent avoir des conséquences durables sur leur développement émotionnel, comportemental, cognitif et physique à long terme. Il ne faut surtout pas oublier que ces réactions, même lorsqu'elles sont graves, sont normales dans des situations anormales telles que les conflits. Les

enfants sont capables de se rétablir s'il est mis fin à la cause sous-jacente de leurs souffrances et de leur anxiété et s'ils reçoivent un soutien approprié.

Le Comité permanent interorganisations pour la santé mentale et le soutien psychosocial utilise une pyramide des interventions pour démontrer les multiples niveaux de soutien nécessaires pour offrir des services de SMSPS de qualité dans les situations d'urgence²⁷. Le niveau inférieur inclut les services de base, c'est-à-dire tout ce qui est absolument essentiel pour permettre à la personne de survivre d'une manière sûre et socialement appropriée, y compris abri, nourriture, hygiène et autres services de base. Le deuxième niveau concerne le soutien de la communauté et de la famille, y compris les réseaux traditionnels de soutien et de sécurité auxquels les personnes dans le besoin peuvent accéder à partir de la communauté. Cela peut inclure l'instauration d'environnements soutenant les enfants et les familles, comme les espaces d'accueil des enfants²⁸, les centres pour les jeunes ou les écoles.

Le troisième niveau inclut un soutien émotionnel ciblé non spécialisé. Cela comprend souvent des soins de santé dispensés par des médecins traitants, des conseils de base non médicaux ou non cliniques et un soutien apporté par des agents de soutien communautaires formés. Le quatrième niveau est constitué de services spécialisés fournis par des professionnels de la santé mentale tels que des psychiatres, des infirmiers psychiatriques ou des psychologues cliniciens.

Il est important de noter que tous les niveaux de la pyramide sont essentiels et sont liés les uns aux autres. Tous les membres de la communauté ont besoin du soutien de base du premier niveau, mais certains enfants et adultes recevront également un soutien supplémentaire prévu dans les trois niveaux supérieurs. Nous estimons que parmi les 142 millions d'enfants vivant dans des zones en proie à des conflits de forte intensité, 24 millions nécessitent des interventions au deuxième niveau de la pyramide – ce qui ne réduit en rien l'ampleur et la diversité des besoins de soutien des enfants sur les quatre niveaux.



Source : Santé mentale et soutien psychosocial dans les situations d'urgence : ce que les acteurs de santé humanitaires doivent savoir

UN DIPLÔME EN SANTÉ MENTALE DES ENFANTS ET DES ADOLESCENTS

Pour faire face à l'ampleur des besoins chez les enfants victimes de conflits, il est nécessaire de développer les capacités nationales dans les différentes régions, pour s'assurer qu'il existe des services spécialisés pour les enfants et les adolescents frappés par des conflits et que ceux-ci respectent des normes de qualité cohérentes. Cela requiert un nombre suffisant de praticiens en SMSPS solidement formés, supervisés et expérimentés.

Un diplôme modulaire en santé mentale des enfants et des adolescents s'adressant aux professionnels de niveau moyen à supérieur dans les zones de conflit constituerait, selon nous, un atout de taille pour soutenir les

systèmes de santé mentale et de soutien psychosocial dans les pays en proie à des conflits. Ce diplôme devrait être accessible aux personnes non anglophones ainsi qu'à celles basées dans des lieux reculés. Au vu du nombre d'enfants frappés par des conflits prolongés au Moyen-Orient, nous proposons de choisir en priorité cette région pour développer et tester un tel diplôme et nous nous engageons actuellement auprès de partenaires universitaires à cet effet. Au fur et à mesure du développement du diplôme, les donateurs devraient s'engager à soutenir financièrement le développement et le déploiement d'un diplôme de SMSPS, dont les inscriptions débuteraient en 2021.

3 Éducation, santé mentale et bien-être

Il a été démontré que l'accès à l'éducation améliorait les résultats en matière de santé mentale³⁰. Les écoles et les espaces d'accueil des enfants peuvent apporter à ces derniers un sentiment de normalité et une routine, les protéger contre la maltraitance, la négligence, l'exploitation et la violence, et leur offrir un environnement sain et attentif. Différents types de soutien psychosocial devraient être apportés à travers l'éducation, à chacun des niveaux de la pyramide de l'IASC (voir page 8).

En revanche, la privation d'éducation peut être en soi une source de souffrance mentale pour les enfants et peut diminuer leurs espoirs pour l'avenir – un aspect indispensable au bien-être³¹. En République démocratique du Congo, les enfants de 112 des 205 groupes de discussion ont cité l'éducation comme leur priorité numéro un, considérant que celle-ci est capitale pour leurs futures opportunités et leur future employabilité³².

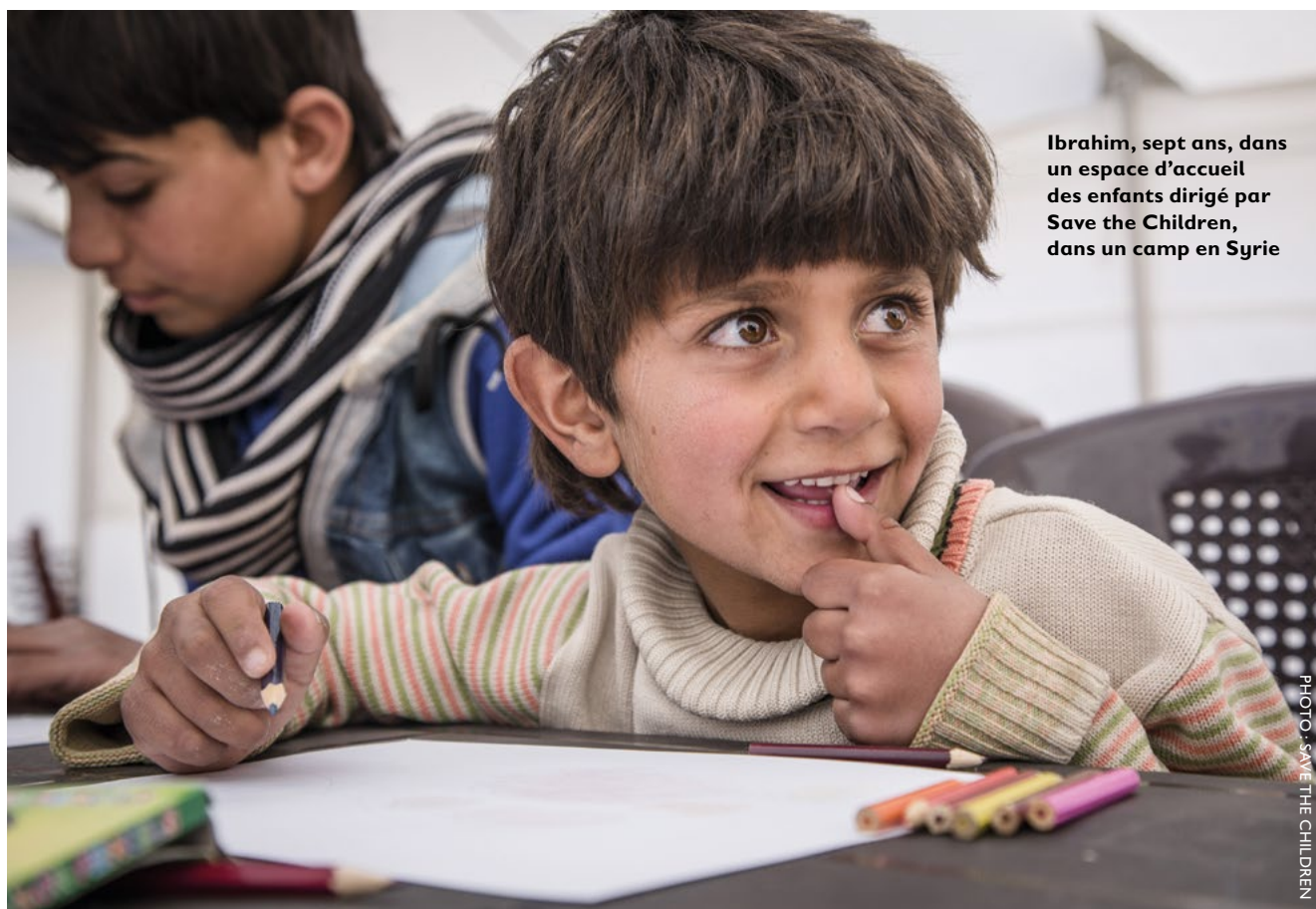
Lorsque les adultes possèdent des connaissances et une expertise adéquates, les écoles et les espaces d'accueil des enfants peuvent permettre à ces derniers de nouer des relations de soutien avec

leurs pairs, leurs enseignants et les membres de la communauté, et leur offrir un sentiment de cohésion et d'appartenance à leur société en général. Cela favorise le bien-être des enfants – et des personnes qui s'occupent d'eux. Une intégration efficace des interventions de SMSPS dans les écoles et les espaces d'accueil des enfants implique d'inculquer aux adultes appropriés les compétences nécessaires pour aider les enfants à se rétablir et, bien souvent, d'aider ces adultes à se remettre de leurs propres expériences des conflits. Les espaces d'apprentissage offrent des possibilités de former les enseignants aux compétences de soutien de base, comme les premiers secours psychologiques. Ils peuvent

LES PROGRAMMES DE SÉCURITÉ DANS LES ÉCOLES

Les programmes de sécurité dans les écoles visent à remédier aux conséquences des conflits et des attaques contre les écoles sur les enfants. Cette approche s'appuie sur les enseignements que les ONG ont tirés de leur travail sur plusieurs années pour promouvoir les écoles en tant que zones de paix lors des conflits. Elle regroupe différentes interventions destinées aux contextes fragiles ou frappés par des conflits, où les enfants voient leur éducation perturbée à cause de l'utilisation militaire ou de l'occupation des écoles, ou à cause des attaques visant directement des écoles. Elle favorise la protection psychosociale et physique des enfants en renforçant leur résilience et en consolidant les mécanismes d'orientation.

Des activités peuvent être menées pour renforcer la résilience individuelle d'un enfant, ainsi que la résilience des enseignants, des familles, des membres de la communauté, des organisations partenaires et des systèmes d'éducation et de protection. Ces activités ont pour but d'anticiper les chocs et le stress que peuvent subir les enfants à l'école ou sur le trajet en temps de conflit, de les y préparer et d'y répondre. Les ONG aident à identifier, à renforcer et à mettre en place des systèmes d'orientation pour s'assurer qu'en cas d'attaques contre l'éducation, les enfants peuvent bénéficier d'un soutien de suivi assuré par des services de santé mentale et de soutien psychosocial spécialisés.



Ibrahim, sept ans, dans un espace d'accueil des enfants dirigé par Save the Children, dans un camp en Syrie

PHOTO: SAVE THE CHILDREN

également impliquer la famille et les communautés dans l'apprentissage des enfants et être utilisés pour déployer des interventions standardisées basées sur des programmes, par exemple des apprentissages sociaux et émotionnels. Les enseignants et autres membres du personnel formés sont ensuite capables de promouvoir des environnements de soutien émotionnellement sûrs et attentifs, d'élaborer des plans individualisés pour les enfants et d'orienter ces derniers vers d'autres services lorsque nécessaire.

Étant donné le lien qui existe entre le bien-être psychologique et l'apprentissage, nous savons que l'intégration d'approches psychosociales, de la promotion de la santé mentale et d'interventions de prévention dans les services d'éducation joue un

rôle essentiel en atténuant les effets nuisibles de l'exposition aux conflits. Le fait de soutenir la santé mentale des enfants aide les garçons et les filles présentant des souffrances mentales légères ou modérées à poursuivre leurs études et à améliorer leurs résultats scolaires et leur apprentissage social et émotionnel. Une éducation qui intègre la promotion de la santé mentale et du bien-être peut également favoriser le rétablissement général des enfants. Ce type de soutien intégré peut inclure des apprentissages différenciés, un travail en petits groupes sur l'apprentissage social et émotionnel et sur la résilience, ainsi qu'une aide à l'enseignement ciblée.

LE PROGRAMME HEART

HEART, qui signifie Soigner et éduquer à travers l'art, est le programme de soutien psychosocial basé sur l'art de Save the Children destiné aux enfants souffrant d'un stress grave ou chronique. Il offre aux enfants la possibilité de canaliser leurs émotions à travers la peinture, le dessin, la musique, le récit d'histoires, le théâtre et d'autres formes d'art. Il leur permet de sonder leurs sentiments, leurs idées et leurs expériences aux côtés d'adultes en qui ils ont confiance, dans un environnement créatif dans lequel ils se sentent en sécurité et liés à leurs pairs. Avec le temps, les enfants apprennent à mieux gérer leur stress, à s'entraider et à créer des liens avec leur entourage.

Bon nombre des enfants vivant dans des camps de réfugiés dans le nord de l'Irak affichent un retard scolaire ou ont abandonné leurs études, après des mois ou des années de conflits en Syrie. Pour les aider à rattraper le niveau, nous soutenons des centres d'apprentissage

alternatif, où les enfants reçoivent un soutien supplémentaire. Les enfants qui fréquentent ces centres ont également besoin d'aide pour comprendre et canaliser leurs sentiments et leurs émotions provoqués par des environnements chroniquement stressants. En favorisant le bien-être émotionnel des enfants, nous soutenons également leur apprentissage : un plus grand bien-être émotionnel améliore la concentration, la communication et la participation en classe, des éléments indispensables à un environnement d'apprentissage fructueux.

C'est pourquoi nous avons lancé le programme HEART dans ce pays en février 2019. Depuis le début du programme, les enseignants ont constaté que les enfants s'exprimaient mieux, avaient davantage confiance en eux et entrevoyaient un peu d'espoir pour l'avenir. Les enfants disent apprécier les activités artistiques ainsi que le partage et les liens avec leurs pairs.

4 Les solutions pour agir

Des opportunités en ces temps de crise

Des centaines de millions d'enfants courent aujourd'hui le risque de subir des préjudices physiques, émotionnels, psychologiques et sociaux durant les conflits³³. Les gouvernements, les donateurs et les parties belligérantes peuvent – et doivent – s'attaquer à ce problème. À travers une réponse systémique dotée des ressources adéquates, il est possible de protéger les enfants et de leur apporter davantage de soutien pour les aider à se remettre des horreurs de la guerre.

L'Assemblée générale des Nations Unies et le sommet sur la santé mentale qui se tiendra prochainement aux Pays-Bas offrent des opportunités d'augmenter considérablement les financements consacrés aux interventions de SMSPS par le biais d'Education Cannot Wait. Il ne s'agit pas d'une solution exhaustive. Le sous-financement chronique des programmes de protection des enfants dans les situations d'urgence et de SMSPS dans des secteurs tels que la santé reste un problème qui doit être solutionné. Toutefois, un engagement des donateurs à fournir 50 millions

de dollars pour intégrer des services de SMSPS à travers l'éducation, outre la reconstitution du fonds Education Cannot Wait, aura des effets concrets pour les enfants. La protection de la santé mentale des enfants passe indéniablement par un meilleur accès à l'éducation dans les situations d'urgence et par l'intégration de services de SMSPS dans ce cadre-là.

Répondre uniquement aux problèmes de santé mentale des enfants est toutefois insuffisant. Les États doivent aussi protéger cette dernière, ce qui



Un espace d'accueil des enfants dans un camp de réfugiés en Ouganda

PHOTO : FREDRIK LERNER/D/SAVE THE CHILDREN

ne sera possible que si les États et la communauté internationale en général luttent contre l'impunité des auteurs de graves violations commises contre des enfants, font appliquer les normes et les principes relatifs aux conflits et prennent davantage de mesures concrètes pour protéger les enfants. Comme l'indique le rapport *Stop à la guerre contre*

*les enfants*³⁴, les États peuvent agir de différentes manières. Les gouvernements devraient profiter de l'Assemblée générale des Nations Unies en 2019 pour indiquer de quelle manière ils respectent leurs obligations envers les enfants et les progrès qu'ils entendent accomplir au regard des mesures qui suivent.

RECOMMANDATIONS

Nous appelons les gouvernements, les donateurs et les parties belligérantes à :

- financer intégralement la reconstitution du fonds Education Cannot Wait à hauteur de 1,8 milliard de dollars d'ici 2021, pour offrir aux neuf millions d'enfants touchés par des crises la possibilité d'apprendre et de se rétablir ;
- apporter un million de dollars supplémentaires pour expérimenter le Dispositif minimum de services de SMSPS à travers l'éducation dans le cadre des projets d'Education Cannot Wait, et 50 millions de dollars sur les trois prochaines années pour intégrer et fournir des services de SMSPS dans le cadre d'Education Cannot Wait plus généralement ;
- intégrer un financement durable des interventions de SMSPS en faveur des enfants dans toutes les réponses humanitaires mondiales et s'engager à augmenter les financements pluriannuels pour mieux répondre aux besoins de protection des enfants en temps de crise, afin que la part des financements consacrée aux programmes de protection de l'enfance passe de 0,5 % à 4 % minimum ;
- soutenir les progrès pour aboutir à une déclaration politique demandant à éviter l'utilisation des armes explosives causant de vastes dégâts dans des zones peuplées ;
- s'engager à adopter et à mettre pleinement en œuvre la Déclaration sur la sécurité dans les écoles et encourager les autres États à suivre leur exemple ;
- régler et améliorer la transparence sur les transferts et les livraisons internationaux d'armes et sur la fourniture d'autres services militaires, en les conditionnant explicitement au respect des normes juridiques et normatives internationales ;
- soutenir les mécanismes internationaux pour qu'ils poursuivent en justice les cas de violations de droits d'enfants durant les conflits, y compris en fournissant des ressources expertes dans les questions sexospécifiques et propres aux enfants lors des enquêtes internationales et en soutenant la Cour pénale internationale et les mécanismes judiciaires ponctuels.



Munguiko, 14 ans, fréquente un espace d'accueil des enfants dans un camp de réfugiés en Ouganda. « Lorsque je suis venu au centre pour la première fois, j'y ai trouvé des personnes qui parlent la même langue que moi, des personnes de mon âge avec qui je peux jouer », explique-t-il. « J'adore jouer au football, échanger et discuter avec les autres, dessiner et faire du modelage. »

Notes

¹ Otsby et al (2018) *Children Affected by Armed Conflict, 1990–2017* (Les enfants frappés par des conflits armés, 1990-2017), PRIO.

² Save the Children (2019) *Stop à la guerre contre les enfants : protégeons les enfants victimes de conflits au XXI^e siècle.*

³ Charlson, F, van Ommeren, M, Flaxman, A, Cornett, J, Whiteford, H et Saxena S, « New WHO prevalence estimates of mental disorders in conflict settings: a systematic review and meta-analysis », (Nouvelles estimations de l'OMS sur la prévalence des troubles mentaux dans les situations de conflit : étude systématique et méta-analyse) *The Lancet*, 11 juin 2019, <https://www.thelancet.com/action/showPdf?pii=S0140-6736%2819%2930934-1>.

⁴ Inter-Agency Standing Committee (2007) *Directives du CPI concernant la santé mentale et le soutien psychosocial dans les situations d'urgence*, <https://www.refworld.org/cgi-bin/texis/vtx/rwmain/opendocpdf.pdf?reldoc=y&docid=4e9ff49f2>

⁵ Shonkoff et al, « An integrated scientific framework for child survival and early childhood development », (Un cadre scientifique intégré pour la survie des enfants et le développement de la petite enfance) *Pediatrics*, février 2012 ; 129(2):e460-72 <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/22218840>

⁶ Les six violations graves commises contre les enfants définies par les Nations Unies sont les suivantes : meurtre et mutilation d'enfants ;

recrutement ou utilisation d'enfants en tant que soldats ; violences sexuelles commises contre des enfants ; enlèvements d'enfants ; attaques contre des écoles ou des hôpitaux ; déni d'accès humanitaire pour les enfants.

⁷ Analyse par Save the Children des données du Système de notification des pays de l'OCDE sur les fonds alloués aux services de SMSPS axés sur les enfants et les familles 2015–17.

⁸ Save the Children (2019) *Unprotected: Crisis in humanitarian funding for child protection* (Sans protection : crise du financement de la protection des enfants dans les situations humanitaires).

⁹ Education Cannot Wait (2019) « A neglected priority » (Une priorité négligée) [page Web] Disponible sur : https://www.educationcannotwait.org/the-situation/#_ftnref1

¹⁰ Voir la note 2.

¹¹ Save the Children (2017) *Invisible Wounds: The impact of six years of war on the mental health of Syria's children* (Des blessures invisibles : les conséquences de six ans de guerre sur la santé mentale des enfants syriens).

¹² Save the Children (2019) *A Decade of Distress: The harsh and unchanging reality for children living in the Gaza Strip* (Dix ans de souffrances : la dure réalité immuable des enfants qui vivent dans la bande de Gaza).

¹³ Voir la note 2.

¹⁴ Betancourt et al, « The mental health of children affected by armed conflict: protective processes and pathways to resilience » (La santé mentale des enfants frappés par des conflits armés : les procédures de protection et les voies favorisant la résilience), *Int Rev Psychiatry*, juin 2008 ; 20(3): 317–328.

¹⁵ Makan (2018) *Right to Education* (Le droit à l'éducation), https://www.makan.org.uk/wp-content/uploads/2018/10/RightToEducation_Report.pdf

¹⁶ Afghan Australian Research and Management, Save the Children (2019) *Assessing the Impact of Conflict in Exacerbating Child Protection Issues Affecting Children in Afghanistan* (Évaluation des conséquences des conflits sur l'exacerbation des problèmes de protection de l'enfance en Afghanistan).

¹⁷ Voir les notes 11, 12 et 13.

¹⁸ National Scientific Council on the Developing Child (2010) *Persistent Fear and Anxiety Can Affect Young Children's Learning and Development: Working Paper No. 9* (Une peur et une anxiété persistantes peuvent influencer sur l'apprentissage et le développement des jeunes enfants : document de travail n° 9), <https://developingchild.harvard.edu/wp-content/uploads/2010/05/Persistent-Fear-and-Anxiety-Can-Affect-Young-Childrens-Learning-and-Development.pdf>

¹⁹ Voir la note 12.

²⁰ Équipe humanitaire nationale (2018) *2019 Humanitarian Needs Overview: Ukraine* (État des lieux des besoins humanitaires

2019 : Ukraine), https://www.humanitarianresponse.info/sites/www.humanitarianresponse.info/files/documents/files/ukraine_2019_humanitarian_needs_overview_en.pdf

²¹ Organisation des Nations Unies, Assemblée générale, Rapport annuel du Secrétaire général sur le sort des enfants en temps de conflit armé. S/2018/465 (16 mai 2018). <https://undocs.org/fr/s/2018/465>

²² Base de données de l'Institut de statistique de l'UNESCO, <http://data.uis.unesco.org/fr>

²³ Global Women's Institute (2017) *No Safe Place: A lifetime of violence for conflict-affected women and girls in South Sudan* (Aucun lieu sûr : une vie de violences pour les femmes et les filles frappées par les conflits au Soudan du Sud), <https://www.rescue.org/sites/default/files/document/2293/southsudanonline.pdf>

²⁴ International Rescue Committee (2017) *A Safe Place to Shine: Creating opportunities and raising voices of adolescent girls in humanitarian settings* (Un lieu sûr pour s'épanouir : créer des opportunités pour les adolescentes dans les situations humanitaires et les aider à se faire entendre), <https://www.rescue.org/sites/default/files/document/2248/irccompassglobalreport.pdf>

²⁵ Save the Children (2019) *Les blessures par explosion : conséquences des armes explosives sur les enfants durant les conflits*.

²⁶ Voir la note 12.

²⁷ Inter-Agency Standing Committee (2010) *Santé mentale et soutien psychosocial dans les situations d'urgence : ce que les acteurs de santé humanitaires doivent savoir* https://www.who.int/mental_health/emergencies/what_humanitarian_health_actors_should_know_french.pdf?ua=1

²⁸ Les espaces d'accueil des enfants constituent l'une des interventions d'urgence de Save the Children. Ils offrent aux enfants des environnements protégés organisant des activités auxquelles ils peuvent participer afin de jouer, de se socialiser et de s'exprimer, tout en reconstruisant leur vie. Les espaces d'accueil des enfants servent également d'installations d'éducation informelles pour les enfants, en leur permettant d'apprendre.

²⁹ Voir la note 27.

³⁰ Ritchie et al (2018) *Mental Health, Our World In Data* (Santé mentale, notre monde sous forme de données), <https://ourworldindata.org/mental-health#depression-by-education-level-employment-status>

³¹ Save the Children (2019) *Voicing the Needs and Priorities of Children Living in Conflict in Democratic Republic of Congo* (Faire entendre les besoins et les priorités des enfants qui vivent au milieu des conflits en République démocratique du Congo) https://resourcecentre.savethechildren.net/node/15373/pdf/pcic_report_english.docx.pdf

³² Voir la note 31.

³³ Voir la note 2.

³⁴ Voir la note 2.

Remerciements

Ce rapport a été rédigé par Anya Cowley, Jess Edwards et Keyan Salarkia, avec l'aide de nombreux collègues du mouvement Save the Children et de MHPSS Collaborative for Children and Families in Adversity, hébergé par Save the Children. Nous tenons avant tout à remercier les enfants qui nous ont apporté les témoignages utilisés dans ce rapport, ainsi que ceux qui ont participé ces dernières années aux consultations et aux recherches sur lesquelles il s'appuie.