

### SOUTENIR UNE PERSONNE LORSQU'UN MEMBRE DE SA FAMILLE EST PORTÉ DISPARU

Chaque jour, des personnes disparaissent lors de conflits armés, de violences, de migrations ou de catastrophes. Le sort de ces personnes est inconnu et leurs familles ne savent pas si elles sont mortes ou vivantes. Les familles vivent dans l'incertitude et beaucoup sont à la recherche de leurs proches. Les personnes dont les proches sont portés disparus sont affectées, et elles doivent savoir que c'est la situation qui est anormale, et non l'expérience qu'elles font de la disparition d'un membre de leur famille. La manière dont les gens réagissent à cette perte ambiguë est variable, mais plusieurs thèmes reviennent communément :

- L'incertitude permanente à l'égard des personnes disparues entraîne des effets durables et préjudiciables sur de nombreux aspects de la vie d'un individu : conséquences émotionnelles (perte, tristesse, espoir), psychologiques (incapacité à prendre des décisions), physiques (inconfort, douleurs, troubles du sommeil), culturelles (sentiment d'éloignement de sa propre culture, qui ne reconnaît parfois pas la perte), économiques (perte d'un soutien de famille), ou sociales (identité incertaine car la personne n'est ni mariée ni célibataire, absence de cérémonie funéraire).
- Les différences de réactions face à la perte de l'être cher peuvent multiplier les risques de conflits familiaux et de difficultés relationnelles.
- Difficultés à se montrer présent dans la vie de tous les jours et à s'engager dans l'existence alors que des membres de la famille sont disparus.

### COMMENT APPORTER SON SOUTIEN

Lorsque les gens sont soutenus, la plupart d'entre eux sont capables d'apprendre à s'adapter et à vivre avec l'expérience d'une perte ambiguë, en se concentrant sur leur vie actuelle et en s'investissant dans leur développement personnel. Pour aider les familles à maintenir leurs habitudes quotidiennes et à gérer l'incertitude permanente, en s'efforçant de « bien vivre avec » ou « malgré » leur situation, plutôt que de « cesser de vivre » jusqu'à ce que l'ambiguïté soit résolue, les conseils suivants peuvent être utiles :

- Reconnaissez et admettez la perte et la détresse éventuelle en vous montrant à l'écoute du vécu décrit par les victimes de cette perte.
- Normalisez les sentiments de ces personnes en employant un langage qui va dans le sens de leur expérience : « Il est normal que vous ressentiez ceci... »
- Accompagnez le « besoin de savoir » en apportant votre soutien et en encourageant l'autonomie des gens dans leurs activités de recherche.
- Montrez-vous sensible aux normes culturelles et à l'influence du contexte culturel sur les conséquences de cette perte. Les questions à poser peuvent être formulées comme suit : « Comment le fait d'avoir un proche disparu est-il perçu dans votre culture ? Où pourriez-vous trouver du soutien dans votre communauté ? ».
- Adoptez une approche de soutien globale, qui peut englober plusieurs aspects : porter assistance pour les questions juridiques et administratives, permettre la mise en relation avec d'autres individus, y compris des associations de gens ayant vécu une perte similaire, ou mettre en place des rituels et des cérémonies commémoratives.
- Fournissez des informations réalistes et gérez les attentes à l'égard des services RLF tels que l'avancement d'un dossier de recherche.
- Efforcez-vous de communiquer les nouvelles de manière empathique sur le plan psychosocial : nouvelles de décès, nouvelles de découverte de personnes vivantes, ou absence de nouvelles.
- Pratiquez la bienveillance vis-à-vis de vous-même afin d'être capable de continuer à apporter votre soutien. Il est important de se souvenir que les personnes qui vous sollicitent n'ont pas le même récit que le vôtre. N'amenez pas ces récits ni cette tristesse dans votre propre foyer.
- Apprenez à tolérer l'incertitude. Il n'est pas toujours possible de localiser une personne disparue.

Pour plus de conseils et d'informations sur le travail avec les familles de disparus : <https://ifrc.csod.com/>

Toute personne a besoin de savoir ce qu'il est advenu de ses proches disparus. Le Mouvement de la Croix-Rouge et du Croissant-Rouge aide à retrouver les personnes disparues, et le réseau de rétablissement des liens familiaux permet de réunir les familles, partout et chaque fois que cela est possible.

**IFRC Psychosocial Centre**  
Hejrevej 30, st.  
2400 Copenhagen NV.  
Denmark



[www.pscentre.org](http://www.pscentre.org)  
[psychosocial.centre@ifrc.org](mailto:psychosocial.centre@ifrc.org)  
[facebook.com/Psychosocial.Center](https://facebook.com/Psychosocial.Center)  
[linkedin.com/company/ifrc-ps-centre](https://linkedin.com/company/ifrc-ps-centre)  
[twitter.com/IFRC\\_PS\\_Centre](https://twitter.com/IFRC_PS_Centre)  
[instagram.com/ifrc\\_psychosocialcentre](https://instagram.com/ifrc_psychosocialcentre)