

# Renforcement des capacités pour l'inclusion du handicap dans les programmes contre les violences basées sur le genre dans le contexte humanitaire

## Outil 10: Travailler aux côtés des aidants de victimes handicapés

### Objet de cet outil

Travailler avec les aidants des victimes handicapées est essentiel pour garantir aussi bien la sécurité et les opportunités de la victime que celles de l'aidant. Cet outil offre des informations et conseils pour aider les fournisseurs de services à développer des relations positives, utiles et équilibrées avec les soignants de victimes handicapées.

### Les principales questions à prendre en compte dans notre travail avec les aidants incluent:

**Les aidants sont des personnes ayant avant tout (en particulier les femmes et les filles) leurs propres perspectives, besoins et sentiments.** La prestation de soins est un rôle complexe, et les aidants peuvent avoir des sentiments contradictoires – ils peuvent ressentir de la culpabilité, de la rancune, de la colère, de la peur, de l'inquiétude et avoir un sentiment d'échec. Ils peuvent faire passer la personne dont ils s'occupent en priorité, avant toute chose, y compris eux-mêmes, et ils peuvent concentrer toute leur attention et leur amour sur une seule personne, ce qui peut être difficile à vivre pour les autres au sein du foyer. Ils peuvent également manquer de répondre à leurs propres besoins, en particulier s'ils prennent en charge la totalité des soins sans aucun soutien de tiers. Pour les aidants de sexe féminin, l'attention à une personne handicapée vient s'ajouter à beaucoup d'autres responsabilités et fonctions attendues d'elles à la maison.

**La relation entre la victime et l'aidant est centrale et stable, et il est important de se focaliser sur le soutien et le renforcement de cette relation pour la guérison de la victime.** Il est important de faire attention à la dynamique entre la victime et l'aidant. Quelles sont les forces de cette relation? En quoi l'un et l'autre ont-ils confiance et sur quels fondements est basée leur relation? Quelles sont les attentes mutuelles? Comment interagissent-ils? Quelles tensions sont palpables? Selon vous, qu'est-ce qui favorise ces tensions?

**Les aidants sont également exposés à la menace et la réalité des VBG, et nous devons prêter attention à leurs inquiétudes en termes de sécurité et leurs opportunités à gagner davantage de contrôle sur leur vie.** Les aidants sont, la plupart du temps, des femmes et des filles, ce qui signifie qu'elles sont déjà victimes de désavantages au sein de leur foyer et de la communauté, et qu'elles sont très probablement surchargées de responsabilités domestiques, notamment le fait de s'occuper des enfants et des personnes âgées, et d'effectuer les tâches ménagères. Le rôle d'aidant peut être une expérience favorisant considérablement l'isolement, en particulier pour les femmes qui sont déjà moins susceptibles d'accéder à des opportunités en dehors du domicile. C'est également une opportunité de discuter de l'exposition des aidantes au risque de violence, y compris les violences perpétrées par les personnes dont elles s'occupent, ou les violences domestiques, et de travailler avec elles pour planifier la sécurité et l'accès aux services.

**Le rôle d'aidant est très prenant, il peut avoir un impact sur son bien-être, sur ses autres responsabilités et sur la dynamique au sein du foyer et de la famille.** Nous pouvons avoir des attentes et des suppositions sur la façon dont les personnes doivent agir en fonction de leur rôle, mais il est important que ces suppositions n'influencent pas notre jugement lorsque nous travaillons avec des aidants. Nous devons veiller à ne pas renforcer les normes et les valeurs qui tiennent les femmes responsables des soins aux autres et qui ont un jugement sévère quant à leur façon de les prodiguer. Par exemple, lorsqu'une femme qui s'occupe d'une adolescente handicapée enferme cette dernière dans une pièce alors qu'elle s'en va faire une course au marché, c'est peut-être parce qu'elle a le sentiment qu'il s'agit de l'unique option dont elle dispose pour maintenir la fille en sécurité en son absence.

## Outil 10: Travailler aux côtés des aidants de victimes handicapés

Dans le cadre de leurs responsabilités en tant qu'aidantes, les femmes peuvent disposer d'un nombre très limité d'options et de peu de personnes pour les aider. Il est essentiel de discuter avec les aidants au sujet du contexte, de l'environnement et des contraintes avant de les aider à explorer les alternatives, et pour comprendre les raisons de leurs actes et décisions, plutôt que de travailler à partir de nos propres suppositions et jugements.

**Apporter un bon soutien aux aidants est l'un des moyens les plus efficaces à l'amélioration de la sécurité et du bien-être des personnes dont ils s'occupent.** Il peut être utile de travailler séparément avec les aidants (en plus du travail avec les victimes et les aidants ensemble). Cela peut servir une intervention psychosociale en soi en créant un espace où les aidants peuvent se parler librement de leurs propres inquiétudes et émotions – positives et négatives – sans avoir le sentiment d'être exigeants ou égoïstes, ou de ne pas être écoutés. Il est également important de reconnaître que les sentiments liés au statut d'aidant sont complexes, et qu'il est normal de ressentir de la frustration, de la rancœur et de la colère, outre l'amour et l'implication. L'aide aux femmes à développer des moyens de compréhension et de gestion de ces sentiments peut être très utile au renforcement de la relation entre l'aidant et la personne dont il s'occupe, et au développement de stratégies pour s'assurer que les besoins de l'aidant sont satisfaits.

En fournissant un tel soutien à l'aidant, il est important que l'assistant social pense aux questions suivantes: *Qu'est-ce que l'aidant attend de vous? Quel genre d'entente souhaitez-vous construire avec eux, et à quel type de limites devrez-vous faire attention? Dans quelle mesure leurs attentes sont réalistes/possibles? Quels éléments de cette relation peuvent s'avérer difficiles, et sur quoi pouvez-vous construire?*

### Conseils pratiques pour soutenir les aidants

- Discutez des réseaux sociaux et assistances disponibles aux aidants. L'élaboration de stratégies pour avoir du répit et l'identification des opportunités de rencontrer d'autres femmes et de renforcer les relations de soutien peuvent s'avérer très utiles, y compris en tant que moyen pour briser l'isolement dont les aidants font souvent l'expérience. Les groupes de soutien des pairs peuvent offrir une opportunité aux aidants d'en rencontrer d'autres et de partager leurs expériences, leurs défis et leurs succès les uns avec les autres.
- Discutez avec les aidants de l'impact de leur rôle sur leur bien-être et leur capacité à penser à leurs propres besoins et leurs sentiments. Assurez-vous de leur préciser que ce ressenti est normal, leur rôle est compliqué et très prenant. Aidez-les à exprimer leurs sentiments sans culpabilité, en particulier lorsque ceux-ci sont difficiles et contraires à l'image que les femmes sont censées avoir dans cette situation aux yeux de la société.
- Discutez des stratégies à envisager pour prêter attention à leurs propres sentiments et besoins, comme:
  - » créer des relations avec les autres femmes et/ou aidants dans une situation similaire;
  - » trouver des moyens de maintenir les activités qui sont importantes pour leur propre soin et bien-être (ex: prendre le temps de bien s'alimenter, se doucher, dormir ou participer à des activités de la communauté qui lui plaisent);
  - » identifier des personnes de confiance pour solliciter leur aide ou un soutien additionnel.
- Des exercices de respiration et de visualisation peuvent parfois être utiles lorsqu'on se sent submergé et/ou anxieux.
- Aidez les aidants à accéder aux différents services et programmes auxquels ils peuvent assister, tels que la formation ou l'autonomie économique et les groupes de femmes, qui soutiendront leur autonomisation.

Pour télécharger le guide complet d'outils pour les professionnels des VBG, le rapport *"I See That It Is Possible"* (*"Je vois que c'est possible"*): *Renforcement des capacités pour l'inclusion du handicap dans les programmes contre les violences basées sur le genre dans le contexte humanitaire* et les histoires relatives à l'évolution, rendez-vous sur [http://wrc.ms/disability\\_VBG](http://wrc.ms/disability_VBG)