



# Guérison des Traumatismes fondée sur la Bible



AMERICAN BIBLE SOCIETY

# Guérison des Traumatismes fondée sur la Bible

L'Institut de Guérison des Traumatismes de la Société biblique américaine (ABS) offre des programmes de guérison des traumatismes, basés sur les Écritures Saintes. Leur objectif est d'apporter la guérison aux personnes et aux sociétés dévastées par la guerre et d'autres désastres. En voici un résumé.

**A**fin que les personnes traumatisées puissent être transformées par le message de la Bible, nos programmes proposent aux leaders des Églises locales une formation et des ressources basées sur la Bible et la psychologie. Notre objectif est de restaurer le bien-être mental et émotionnel des personnes traumatisées. En collaboration avec plusieurs organismes, nous offrons des formations et des services d'évaluation qui aident à mettre en place des programmes apportant la guérison à travers la Parole de Dieu aux gens en grande difficulté.

## Faire face au traumatisme

Le traumatisme se définit comme étant les effets des événements bouleversants pour les êtres humains, tels que la guerre, le génocide, le crime, l'abus sexuel, le trafic des humains, la violence urbaine et les catastrophes naturelles. On parle de traumatisme lorsque les gens sont accablés par des sentiments d'impuissance, de crainte et d'horreur face à la mort ou à la menace de mort.

Le traumatisme peut se produire soit de manière directe, une personne étant la victime ou l'auteur d'un crime, soit de manière indirecte, en étant témoin des souffrances, ou simplement en entendant parler des souffrances des autres. Il n'est pas étonnant que la majorité des gens n'aient aucune envie d'écouter ce genre d'histoire. Nous pouvons même être bouleversés par de simples statistiques et éprouver des sentiments de désarroi et d'impuissance. Mais ces statistiques ne sont pas seulement des chiffres : chaque statistique représente une histoire réelle, vécue par un individu. Bien sûr, notre premier réflexe est de fuir et de nous détourner de ces faits. Mais il faut l'admettre : aux temps bibliques, ni Jésus ni ses disciples ne se sont jamais détournés de ceux qui étaient traumatisés.

En fait, toute personne traumatisée aimerait oublier ses propres souffrances. Cependant non seulement ces gens ne peuvent pas oublier leur douleur, mais ils sont souvent incapables d'en parler ou ont peur de le faire. Alors leurs blessures intérieures s'aggravent, ayant des effets néfastes sur leur vie. Chaque individu vit sa douleur à sa manière. Mais si le traumatisme n'est pas traité, il est facile de pré-

voir comment les traumatisés seront affectés par la suite. Les victimes ont tendance à revivre leurs expériences et à être confrontés à de nombreux maux : insomnie, problèmes de santé, troubles émotionnels et relationnels. Beaucoup de traumatisés remettent en question leur foi en Dieu et certains vont jusqu'à perdre tout espoir. Leur traumatisme devient un obstacle qui les empêche de croire en la bonté de Dieu. Si ces symptômes persistent plus d'un mois, on parle de *syndrome de stress post-traumatique (PTSD)*.

Le psychologue Diane Langberg, co-présidente de notre Conseil pour la Guérison des Traumatismes note quatre points qui affectent profondément la personne traumatisée :

- ❑ Le traumatisme est difficile à exprimer.
- ❑ Le traumatisme détruit la dignité humaine.
- ❑ Le traumatisme enlève la liberté de choisir.
- ❑ Le traumatisme réduit la capacité de l'individu à faire face à la vie quotidienne.

Le traumatisme est vécu non seulement par l'individu, mais aussi par la famille, l'Église, la communauté et la nation. Qu'une personne soit touchée directement par un traumatisme, ou qu'elle en soit témoin, elle n'échappe pas aux effets du traumatisme, malgré tous ses efforts pour repousser ou nier sa douleur.

**Le Seigneur est proche de ceux qui ont le cœur brisé, il sauve les gens découragés.**

**Psaume 34.19 (PDV)**

## Reconnaître le processus de guérison

Afin d'aider les gens ayant vécu un traumatisme, il faudra prendre en compte ces quatre points et aider les gens à ne pas nier leur douleur. Le processus de guérison ne peut commencer que lorsqu'on est capable de reconnaître le traumatisme et ses causes. Le simple fait de reconnaître qu'on a vécu un traumatisme, de « donner un nom à sa souffrance » est, en fait, la première étape de la guérison. Cela permet à une personne de ressentir pleinement sa douleur.

Mais pour surmonter la douleur d'un traumatisme et en être guéri, les gens ont également besoin de découvrir un nouveau point de vue, de trouver une nouvelle façon de réfléchir et de comprendre le monde et leurs expériences. Ils doivent retrouver leur voix pour parler du passé avec franchise et vérité. Ils doivent surtout trouver un nouveau sens de la dignité et du mérite personnel. Ils doivent retrouver la capacité de faire des choix, quelle que soit la portée de ceux-ci. Enfin, ces personnes traumatisées ont besoin de renouveler leur relation avec Dieu, le Dieu de la Bible.

Notre objectif et notre vision, c'est de voir restaurées de nombreuses personnes et sociétés. Pour ceux qui participent à notre programme, être restauré signifie la fin du silence et la fin de la honte. Cela implique aussi la fin des cycles de violence et de vengeance, car ces personnes passent d'un statut de « victimes » à celui de « survivants ». De plus, ces personnes peuvent partager leur guérison avec d'autres et œuvrer pour la justice au sein de leur propre société.

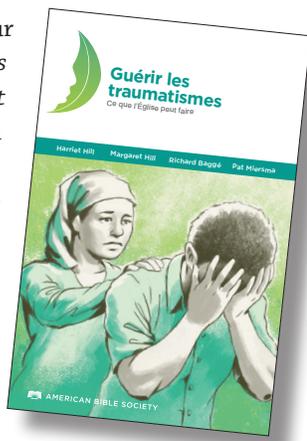
### Parcours et approche

Notre programme est basé sur un manuel intitulé *Guérir les traumatismes : ce que l'Église peut faire*, écrit par quatre auteurs qui travaillaient pour le compte de la SIL en Afrique. L'un est psychiatre, un autre conseiller professionnel, un autre est conseiller en traduction et pour l'utilisation des Écritures Saintes, et le dernier, un missiologue. Un des auteurs, Dr. Harriet Hill, travaille actuellement pour la Société biblique américaine et dirige le développement du contenu et des ressources au sein du programme Guérison des Traumatismes basée sur les Écritures Saintes.

Ce manuel a été développé à Nairobi, au Kenya, en 2001. Il connaît un grand succès, et en est déjà à sa troisième édition (2013). Ancré dans la Bible, le manuel présente des concepts psychologiques reconnus qui conduisent à une santé mentale équilibrée. Les histoires réelles permettent aux lecteurs de faire le lien entre l'enseignement et leur situation actuelle. Des milliers de pasteurs, de conseillers et de personnes traumatisées ont déjà profité de cette publication.

Dr. Hill note que subir un traumatisme, c'est avoir le cœur blessé. Et pour guérir les blessures du cœur, il vaut mieux communiquer dans le langage du cœur, c'est-à-dire la langue maternelle. C'est pour cela que ce livre a déjà été traduit en plus de 150 langues.

Le manuel contient onze chapitres, dont cinq « fondamentaux », les six autres pouvant être utilisés en fonction des besoins. Il y a d'autres parcours destinés aux enfants, aux victimes de tremblements de terre et d'autres types de catas-



## Les Leçons

1. Si Dieu nous aime, pourquoi souffrons-nous ?
2. Guérir les blessures de notre cœur
3. Que se passe-t-il quand on est en deuil ?
4. Comment aider les enfants qui ont connu des événements traumatisants ?
5. Comment aider les personnes qui ont été violées ?
6. L'Église et son ministère parmi les personnes vivant avec le VIH
7. Comment demeurer efficace en aidant les autres ?
8. Porter nos souffrances à la croix
9. Comment puis-je pardonner à mon prochain ?
10. Vivre en tant que chrétiens au milieu d'un conflit
11. Regarder en avant

trophes. Il y a aussi un nouveau parcours, basé sur des récits, pour les peuples qui n'ont pas encore de langue écrite ou qui n'ont pas les Écritures Saintes traduites dans leur langue.

Le co-président du Conseil Consultatif de Guérison des Traumatismes, Dr. Phil Monroe, figure parmi les nombreuses personnes qui soulignent l'importance de la lamentation dans le processus de guérison. La lamentation est un thème fréquent dans la Bible, car partager ses souffrances avec Dieu est, en fait, un acte de foi profonde. Dans la Bible, le livre des Lamentations finit par une question qui ne reçoit pas de réponse, où le peuple demande à Dieu : « *Est-ce que tu nous as vraiment rejetés pour toujours ?* » (Lam 5.22, PDV). De la même manière, les leçons de ce manuel aident les lecteurs à éviter les réponses et les solutions faciles. A travers des échanges en petit groupe et des activités telles que composer un chant de lamentation ou faire un dessin, ce livre aide les gens à exprimer leur douleur sans qu'ils y restent bloqués. Ils sont alors invités à apporter leur souffrance au pied de la croix du Christ afin d'être guéris. Une fois guéries de leur traumatisme, ces personnes sont souvent capables de pardonner aux autres, et finalement de se réconcilier avec ceux qui leur ont infligé des souffrances.

| Type de Session        | Audience cible                                      | Période                             |
|------------------------|---|-------------------------------------|
| Sensibilisation        | Les hauts responsables des Églises et organisations | 1 jour                              |
| Formation              | Facilitateurs                                       | 2 sessions d'une semaine avec suivi |
| Guérison               | Victimes  | formation continue                  |
| Communauté de pratique | Les praticiens                                      | 1-3 jours                           |

### Comment notre programme fonctionne-t-il ?

Notre programme se fonde sur un cycle composé de quatre étapes, au cours desquelles sont formés des leaders. Après la première formation, certains participants sont invités à devenir des leaders qui, à leur tour, formeront d'autres

membres de la communauté. C'est là notre objectif : toujours aller de l'avant en multipliant nos effectifs.

**Sensibilisation** : La société biblique nationale, ou un autre groupe hôte, invite des leaders régionaux et nationaux à expérimenter le programme. Il s'agit de sensibiliser les participants afin qu'ils décident d'eux-mêmes s'ils veulent intégrer le programme à leur ministère.

**Formation** : Pendant qu'ils reçoivent une formation pour organiser des sessions de guérison dans leur propre communauté, les leaders locaux ont l'occasion de faire l'expérience d'une guérison de leur propre douleur. Après avoir dirigé au moins deux sessions locales, ils reviendront pour d'autres sessions de formation. Une « communauté de pratique » crée des occasions régulières pour l'évaluation et l'encouragement. Ainsi les leaders reçoivent une formation continue.

**Guérison** : Les facilitateurs bien formés dirigent des sessions de guérison des traumatismes dans leur communauté locale. Ils utilisent un format de petit groupe et présentent les leçons au rythme qui convient.

**Communauté de pratique** : Les administrateurs, les professionnels de la santé mentale et les facilitateurs pour la guérison des traumatismes se rassemblent pour partager leurs expériences, identifier les défis, élaborer une stratégie, participer au développement professionnel et prier ensemble. Ceci peut être réalisé à un niveau mondial, régional, national ou local. Les rencontres face à face sont complétées par des communications virtuelles passant par un espace privé du site internet du Trauma Healing Institute.

## Partenariats et responsabilités

Là où c'est possible, la Société biblique américaine (ABS) travaille en priorité avec les sociétés bibliques nationales. Son objectif est d'aider les Églises et les autres organismes partenaires qui s'intéressent à la guérison des traumatismes à l'incorporer dans leur ministère.

Nous travaillons aussi de diverses manières avec de nombreuses ONG et d'autres partenaires afin d'établir des programmes holistiques. Souvent dans les programmes traitant le conflit et la pauvreté, la guérison des traumatismes et d'autres apports émotionnels et spirituels sont mis à l'écart. Les personnes traumatisées ont autant besoin de guérison de leurs traumatismes que de nourriture, de logement, de vêtements, de soins médicaux, et d'aide financière et judiciaire. Ainsi l'ABS, en partenariat avec d'autres sociétés bibliques nationales, œuvre avec d'autres groupes pour coordonner les efforts pour répondre à ces besoins.

Nous travaillons aussi avec un Comité consultatif de Guérison des Traumatismes indépendant afin d'assurer que notre programme de Guérison des Traumatismes fondé sur les Écritures Saintes est conforme aux standards les plus élevés de savoir biblique et psychologique. Notre comité, co-présidé par Dr. Diane Langberg (présidente du Comité exécutif de l'Association américaine des Conseillers chrétiens) et Dr. Phil Monroe (Professeur d'Aide psychosociale et de Psychologie au Séminaire biblique) encadrent notre programme : ses structures, ses publications, ses séances de formations et ses activités de recherche dans plusieurs disciplines.

*Pour de plus amples informations sur nos programmes et nos ressources pour la Guérison des Traumatismes basée sur la Bible, contactez-nous à [traumahealing@americanbible.org](mailto:traumahealing@americanbible.org).*

Le **Trauma Healing Institute** de la Société biblique américaine forme des Églises locales partout dans le monde pour guérir les traumatismes en s'appuyant sur la Bible, afin que ces Églises puissent prendre soin des personnes souffrant de graves blessures émotionnelles ou spirituelles provoquées par la guerre, les violences familiales, les catastrophes naturelles et d'autres événements traumatisants. L'Institut est un centre de ressources pour la mission de l'Alliance biblique universelle. Notre programme s'adresse à toute l'Église, catholique, orthodoxe ou protestante.



© 2014 American Bible Society

**TraumaHealingInstitute.org**  
[traumahealing@americanbible.org](mailto:traumahealing@americanbible.org)

2014.02