

# Diagnostic des besoins en soins psychosociaux des défenseuses des Droits Humains au Nord-Kivu, République Démocratique du Congo

Justine Masika Bihamba et iker zirion landaluze





# Diagnostic des besoins en soins psychosociaux des défenseuses des Droits Humains au Nord-Kivu, République Démocratique du Congo

Justine Masika Bihamba et iker zirion landaluze



Cette publication a été faite dans le cadre du projet *Recursos especializados para un apoyo estratégico a defensoras de derechos humanos en países en conflicto, posconflicto y tensión*. PRO-2020K30025. Financé par e-Lankidetzta. Agence Basque de Coopération au Développement.



Titre : Diagnostic des besoins en soins psychosociaux des défenseuses des Droits Humains au Nord-Kivu, République Démocratique du Congo

Auteurs : Justine Masika Bihamba et iker zirion landaluze

2022

Édition:



[www.hegoa.ehu.es](http://www.hegoa.ehu.es)

[hegoa@ehu.es](mailto:hegoa@ehu.es)

UPV/EHU • Bâtiment Zubiria Etxea  
Avenida Lehendakari Agirre, 81 • 48015 Bilbao  
Tel.: 94 601 70 91 • Fax: 94 601 70 40

UPV/EHU • Centre Carlos Santamaría  
Elhuyar Plaza 2 • 20018 Donostia-San Sebastián  
Tel.: 943 01 74 64 • Fax: 94 601 70 40

UPV/EHU • Bibliothèque du Campus  
Nieves Cano, 33 • 01006 Vitoria-Gasteiz  
Tel.: 945 01 42 87 • Fax: 945 01 42 87

Conception et mise en page : Marra, S.L.

Dépôt légal : BI- 00327-2023

ISBN: 978-84-19425-03-4



Attribution - Pas d'Utilisation Commerciale - Pas de Modification 4.0 Espagne  
Ce document est sous licence Creative Commons. Il est librement autorisé de copier, distribuer et communiquer publiquement ce travail tant que la paternité est reconnue et n'est pas utilisé à des fins commerciales. Vous ne pouvez pas modifier, transformer ou générer une œuvre dérivée de cette œuvre.  
Licence complète: <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>



## **Table des Matières**

1. Introduction .....	7
2. Méthodologie et participantes .....	9
3. Violations des droits humains confrontées .....	12
4. Principaux impacts des violations des droits humains .....	13
5. Besoins identifiés dans le domaine du soutien psychosocial .....	15
Bibliographie .....	22



## 1. Introduction

La République démocratique du Congo (RDC) vit une situation de conflictualité armée pratiquement ininterrompue depuis les années 1990. Avec l'Accord Global et Inclusif sur la Transition en RDC de 2003 qui a mis fin à la guerre régionale (au cours de laquelle la RDC se défendit contre l'agression de ses voisins l'Ouganda, le Rwanda et le Burundi), la communauté internationale a commencé à définir la réalité congolaise comme un contexte « post-conflit ». Cependant, de nombreux facteurs indiquent que les conflits armés dans le pays ne sont pas terminés, citons entre autres : la présence depuis 1999 d'une Mission de l'Organisation des Nations Unies en RDC (actuellement appelé MONUSCO), laquelle représente la mission de maintien de la paix la plus importante de l'histoire de cette organisation; la signature de nouveaux accords de paix; l'activité persistante de dizaines de groupes armés; l'insécurité et la violence généralisées; et le nombre croissant de victimes causées par la violence.



Source : MONUSCO (2015).

- 1 Le Nord-Kivu est divisé administrativement en six Territoires: Beni, Lubero, Rutshuru, Nyiragongo, Masisi et Walikale.

Ces dernières années, la situation a été particulièrement grave dans l'est du pays près des frontières avec l'Ouganda, le Rwanda et le Burundi, dans les provinces de l'Ituri, du Maniema, du Tanganyika, du Nord-Kivu et du Sud-Kivu. Les provinces de l'Ituri et du Nord-Kivu sont d'ailleurs en état de siège depuis mai 2021, mesure prise par le gouvernement national pour mettre fin aux conflits armés et à la violence dans ces deux provinces<sup>2</sup>. Dans le cas du Nord-Kivu, deux fronts sont à l'origine des principales violations des droits humains contre la population civile actuellement. D'une part, la mise en œuvre d'une opération militaire conjointe entre les Forces Armées de la République démocratique du Congo (FARDC) et les Forces de Défense du Peuple Ougandais (*Uganda's People Defense Force*, UPDF) contre les *Allied Democratic Forces* (ADF), un groupe armé ougandais qui opère dans la zone frontalière entre les deux pays et, dans le cas du Nord-Kivu, au nord-ouest, dans le Territoire de Beni. D'autre part, l'affrontement entre les FARDC et le M-23, un groupe armé soutenu par le Rwanda qui opère actuellement dans le sud-est de la Province, dans les Territoires de Masisi, Rutshuru et Nyiragongo.

Dans ce contexte de conflit, d'insécurité et de violence généralisée, où l'incidence des violences sexuelles et basées sur le genre reste élevée, de nombreuses femmes du Nord-Kivu mènent un travail de défense des droits humains avec des actions telles que l'accompagnement des victimes de violences graves, et en particulier les survivantes de violences sexuelles; la dénonciation au niveau national et international de cette violence et de ses conséquences ; et l'exigence permanente d'une plus grande participation des femmes dans les espaces de décision concernant les conflits et la construction de la paix. En raison de ce travail qu'elles accomplissent, elles sont elles-mêmes la cible de violences et subissent de multiples impacts : physiques, psychologiques, familiaux, sociaux, politiques et économiques.

- 
- 2 L'état de siège correspond à un régime juridique spécial où les autorités civiles ont été remplacées par des autorités militaires. Il a été décrété par le Président de la République, Félix Tshisekedi, le 6 mai 2021, et depuis, le Parlement le renouvelle tous les 15 jours. Dans cette situation, c'est l'armée et non la police qui assure les missions de sécurité ; les libertés publiques sont restreintes (droit de réunion, de circulation des personnes, inviolabilité du domicile, etc.) ; et la compétence des juridictions militaires est étendue, lesquelles peuvent prendre connaissance des délits commis par des civils.



L'objectif de ce travail est de présenter un état des lieux desdites violences et de leurs impacts, mais surtout des besoins de prise en charge psychosociale que les femmes défenseuses des droits humains du Nord-Kivu identifient à partir de leur expérience. Ceci est indispensable afin de protéger leur vie et leur santé, soutenir leur travail et reconnaître leur contribution à la transformation des conflits et à la consolidation de la paix. Le texte propose à cet égard quelques idées concernant une question fondamentale dans le domaine de la protection des droits humains dans des contextes de violence politique et/ou armée : Comment défendre celles et ceux qui défendent ? Comment prendre soin de celles et de ceux qui prennent soin ? Pour être précis, nous apporterons des informations que nous voulons utiles à deux niveaux fondamentaux : d'une part, pour les femmes défenseuses elles-mêmes qui effectuent leur travail dans ce scénario complexe – en particulier pour celles ayant participé à l'élaboration de ce diagnostic –, afin qu'elles puissent renforcer leurs revendications et leurs positions ; et d'autre part, pour les organisations de coopération internationale qui agissent dans l'est de la RDC, afin qu'elles puissent orienter leur action dans ce domaine clé du renforcement individuel et collectif des capacités des femmes défenseuses.

A cet effet, nous présenterons dans ce qui suit la méthodologie de diagnostic ainsi que plusieurs caractéristiques des femmes défenseuses des droits humains du Nord-Kivu qui y ont participé. Par la suite nous passerons en revue certaines des violations des droits humains auxquelles sont confrontées les défenseuses et nous signalerons les principaux impacts que ces violations ont sur leur vie. Et pour terminer, prenant appui sur ces informations, nous examinerons quels besoins de prise en charge psychosociale elles ont identifiés, tant pour les victimes survivantes de violences qu'elles accompagnent que pour leurs propres besoins de soins et de protection.

## **2. Méthodologie et participantes**

Pour mener à bien ce diagnostic, basé sur la technique du focus group ou du groupe de discussion, le travail de la coalition d'ONG congolaises Synergie de Femmes pour les Victimes des Violences Sexuelles (SFVS), basée à Goma (capitale du Nord-Kivu), s'est avéré indispensable. L'identification des femmes participantes ainsi que la planification et le déroulement de l'activité du groupe

de discussion, effectués en janvier 2022, étaient sous la responsabilité de la présidente de la SFVS, Justine Masika Bihamba, et d'une assistante sociale collaboratrice de cet organisme, Germaine Cirhigiri Zirirana. Cette dernière a également assumé la fonction d'animer la séance. Le plan des thèmes à aborder et les questions servant à l'orientation ont été préalablement discutés et validés par les organismes chargés de ce diagnostic : SFVS et l'Institut Hegoa.

L'intention du groupe de discussion était de créer un espace de dialogue et d'enquête collective sur les impacts de la violence et les besoins de rétablissement psychosocial des femmes défenseuses des droits humains au Nord-Kivu. Le groupe de discussion s'est déroulé avec 19 femmes participantes. La majorité exerce des postes de responsabilité au sein d'organisations qui interviennent et/ou ont une expérience directe d'accompagnement de femmes victimes et survivantes de violences sexuelles et basées sur le genre. Deux d'entre elles font partie de partis politiques, ce qui nous offre une autre perspective du travail de défense des droits des femmes.

Bien que les participantes aient en commun leur activisme en faveur des droits des femmes, leurs profils sont hétérogènes. Par exemple, tous sont originaires du Nord-Kivu mais viennent des différents Territoires de la Province, à savoir Beni (1), Lubero (3), Rutshuru (1), Nyiragongo (2), Masisi (1), Walikale (2) et surtout de la capitale, Goma (9). De même, leurs expériences sont très différentes en raison de leurs caractéristiques (origine urbaine ou rurale, état civil, âge, classe sociale, etc.). De plus, elles sont peu nombreuses à pouvoir se consacrer exclusivement au travail au sein des organisations dont elles font partie, étant donné que le financement de celles-ci est généralement insuffisant ne permettant pas le recrutement de personnel, et que leur viabilité dépend en grande partie du travail bénévole. De ce fait, les personnes répondantes ont diverses sources de revenus en marge de leur activisme.

Le déroulement de la session avec ce groupe de discussion comportait deux parties. La première portait sur les violations des droits humains connues ou subies par les défenseuses dans leur milieu de vie et leur environnement de travail. Par soucis de confidentialité et étant donné que le territoire d'origine des femmes était différent et que toutes ne se connaissaient pas, ces informations ont été recueillies par écrit. La deuxième partie, liée aux

impacts de la violence, aux mécanismes auxquels elles ont fait appel pour y faire face, et aux besoins de soutien psychosocial qu'elles ont identifiés, a été réalisée dans le cadre d'une discussion ouverte enregistrée sur support audio. La plupart des femmes participantes se sont exprimées en français, tandis que deux d'entre elles ont choisi de le faire en swahili<sup>3</sup>. Les noms des personnes participantes ne sont pas inclus dans ce document.

Enfin, nous soulignons que les défenseuses interrogées ont jugé de façon très positive le déroulement du groupe de discussion et dont les résultats constituent la base de ce diagnostic. Les raisons indiquées sont les suivantes : le processus a permis l'ouverture d'un espace d'échange d'expériences et d'apprentissage pratique sur la façon de faire face aux différentes formes de violence, aussi bien celles qui touchent les personnes qu'elles accompagnent que celles qui les touchent à elles-mêmes; elles ont pu par ailleurs réaliser un « débriefing émotionnel », c'est-à-dire une décharge émotionnelle nécessaire compte tenu de leur situation; elles ont rencontré des camarades venant d'autres régions de la Province, ont pu connaître leur situation personnelle et professionnelle et, grâce à cela faire naître et/ou renforcer des réseaux de solidarité, de sororité et d'entraide; et enfin, le parcours leur a permis d'identifier et de discuter des aspects de leur travail d'accompagnement, notamment la gestion des impacts psychosociaux de la violence, qu'elles considèrent essentiels à la prise en charge des victimes survivantes et à leur propre prise en charge.

En plus de ce groupe de discussion, ce diagnostic s'appuie sur quelques sources documentaires, notamment des rapports d'organisations de coopération internationale qui ont travaillé sur les besoins psychosociaux existants en RDC. La grande majorité portent soit sur les besoins de la population de manière générale, soit sur ceux des femmes victimes de violences sexuelles et basées sur le genre en particulier, mais ils n'abordent pas spécialement les besoins de soins psychosociaux des femmes défenseuses des droits humains.

---

3 La Constitution congolaise distingue entre la langue officielle (le français) et les langues nationales (le kikongo, le lingala, le swahili et le tshiluba). Le français est étudié principalement dans les établissements éducatifs (sa connaissance est donc conditionnée par le fait d'avoir eu accès à ces établissements), tandis que le swahili est une langue véhiculaire de l'est du pays connue de presque tout le monde au Nord-Kivu.

### 3. Violations des droits humains confrontées

Concernant les actes de violence vécus, les femmes défenseuses soulignent, comme point de départ, qu'elles sont confrontées aux mêmes violations des droits humains que l'ensemble de la population, en raison de la situation de conflit et d'insécurité dans le pays. De plus, elles mentionnent que certains événements passagers ont un impact important sur la population et produisent plus de tension sociale et politique comme les périodes pré-électorales et post-électorales ou les catastrophes naturelles<sup>4</sup>.

La présence de groupes armés (constante dans certaines zones et variable dans d'autres) constitue une source d'insécurité permanente pour la population. De plus, elle expose les femmes défenseuses des droits humains à un risque élevé de violence, car elles se déplacent fréquemment vers ces zones<sup>5</sup> et le font sans systèmes de protection. Outre les menaces des groupes armés, les femmes activistes « font l'objet de menaces continues, dans la mesure où elles sont considérées par les officiels [des forces de sécurité et de l'administration] comme des instigatrices de mouvements de revendications » de droits et de transformation sociale. Ainsi, les femmes défenseuses dénoncent que, comme conséquences de leur travail, elles subissent des violences physiques (agressions, abus, sévices, arrestations

---

4 Par exemple, le 30 décembre 2018 des élections présidentielles ont eu lieu en RDC. Au cours de la campagne électorale, il y a eu divers incidents de violence politique : affrontements entre sympathisants de différents partis politiques et entre ceux-ci et la police, usage disproportionné de la force par la police pour disperser les mobilisations, fermeture de chaînes de radio liées à l'opposition, arrestations arbitraires de journalistes et attaques armées contre des représentants de partis politiques. Après les élections, le retard et le sentiment de fraude électorale parmi la population ont également produit des tensions politiques et sociales pendant des semaines. Concernant les catastrophes naturelles, la dernière éruption du volcan Nyiragongo, situé à 20 kilomètres au nord de Goma, a eu lieu en mai 2021, et la lave a atteint la périphérie de la capitale. Les autorités ont exhorté la population à évacuer la capitale et plus de 30 personnes sont mortes dans des accidents lors de cette évacuation. Lors de la précédente éruption, en 2002, environ 250 personnes sont mortes et plus de 120 000 perdirent leur maison.

5 C'est le cas de « Grand Nord » (nom sous lequel sont connus les Territoires de Beni et de Lubero, situés au nord de la Province du Nord-Kivu), notamment sur les axes Beni-Ituri et Beni-Kasindi.

arbitraires, tortures), des violences psychologiques (menaces) et des violences économiques (difficultés d'accès aux champs, pillages dans leurs commerces et maisons, vols etc.).

De même, les femmes défenseuses sont confrontées à des violences spécifiques basées sur le genre, entraînant des risques différents selon leurs caractéristiques. Par exemple, les femmes âgées, les femmes enceintes et les personnes handicapées sont dans une situation de vulnérabilité plus importante. De plus, à leur condition de femmes s'ajoute leur statut d'activistes sociales et politiques, ce qui signifie qu'elles ont opéré une rupture avec les rôles de genre traditionnels, ceci les exposant à des violences supplémentaires. Lors de l'examen des violences de genre subies, les personnes interrogées ont indiqué les suivantes :

- Les violences au sein de la famille, dérivées des us et coutumes patriarcaux : une plus grande difficulté d'accès à l'éducation pour les filles ; la privation du droit à l'héritage pour les filles (surtout celles qui sont mariées) ou pour les différentes épouses (en cas de polygynie) puisque souvent seule la première épouse hérite. Ceci entraîne la rupture de la cohésion familiale et engendre des inimitiés ; mépris pour la femme veuve ; stigmatisation (voire accusation de sorcellerie) due à leur rejet de certaines pratiques sociales, et la violence physique domestique.
- Les violences au travail : notamment la discrimination (basée non seulement sur le genre, mais aussi sur l'âge, l'origine ethnique, les croyances religieuses et/ou le niveau d'éducation entre autres variables), ainsi qu'une stabilité d'emploi moindre, le mépris, le chantage, la déloyauté entre pairs, la privation de la liberté d'expression et le harcèlement sexuel. Nous soulignons ici le cas des deux femmes actives dans des partis politiques et celui d'une juriste. Entre autres discriminations, les femmes politiques dénoncent les « coups bas » et les trahisons orchestrées par leurs collègues masculins ; le fait qu'elles n'accèdent pas aux postes de responsabilité dans le parti ; qu'elles accèdent à moins de fonds que leurs homologues masculins – voire pas du tout – pendant les campagnes électorales et qu'en plus on les humilie à cause de ça ; et même le fait qu'on leur a refusé le poste de représentation populaire nominative obtenue démocratiquement lors des élections. Pour sa part, la juriste interrogée a reçu pendant des

années et par divers moyens des menaces de mort de la part d'inconnus, ainsi que des intimidations constantes et un manque de respect dans l'exercice de son travail par de nombreuses personnes, y compris des agents des forces de l'ordre.

- Violences économiques : perte ou destruction de biens, y compris dans certains cas de leur domicile ; tracasseries fiscales arbitraires lorsqu'il s'agit de logement ou commerce d'une activiste.
- Violences sexuelles : viol, mariage précoce, abus sexuels, abus sexuels à des enfants, etc.

Ainsi, concernant les violences basées sur le genre, les défenseuses des droits humains interrogées s'accordent à dire que le chemin vers leur élimination est lent. Certaines avouent par exemple leur frustration face à l'absence de changements qu'elles constatent dans l'espace familial, tandis que d'autres jugent positivement certaines modifications produites dans le droit de succession qui permettent aux filles et aux femmes mariées de bénéficier d'une partie du patrimoine de leurs parents.

Dans le domaine politique, bien qu'avec le nouveau gouvernement il y ait eu une amélioration de la liberté d'expression, la participation des femmes progresse très lentement et celles-ci doivent s'efforcer davantage et montrer des capacités et des compétences bien supérieures à celles des hommes pour pouvoir accéder à des postes de responsabilité et à une fonction plus rémunératrice, au sein de leurs partis politiques.

Enfin, dans le domaine de leur activisme, certaines participantes soulignent qu'aussi bien les formations que les campagnes de sensibilisation aux droits humains menées au niveau national et international ont eu pour le moment un impact réduit et proposent de redoubler d'efforts dans cette direction. D'un point de vue positif, elles signalent que certaines activités de sensibilisation communautaire sur les droits humains et les actions de formation sur les thèmes de l'égalité, la violence contre les femmes et/ou la masculinité positive<sup>6</sup> orientées aux hommes ont entraîné, dans certaines

---

6 Les formes de masculinité qui s'éloignent de la masculinité hégémonique et favorisent l'égalité entre les femmes et les hommes sont appelées « masculinité positive ».

zones, des améliorations de la vie quotidienne en matière de gestion des biens et de la considération des femmes, ce qui a eu un effet de réduction de la violence.

#### **4. Principaux impacts des violations des droits humains**

Dans le contexte de violence généralisée et continue que connaît la RDC, les effets sur la santé mentale de la population sont très graves et variés. Selon l'Organisation mondiale de la Santé (OMS, 2015 : i), dans les situations d'urgence, les personnes – adultes et mineurs – peuvent entrer dans un « état de deuil et de détresse aiguë, ce qui est considéré comme une réponse psychologique naturelle et passagère dans une situation d'extrême adversité. Toutefois, pour une minorité, cette situation déclenche des problèmes de santé mentale comme un trouble dépressif, un état de stress post-traumatique ou un deuil compliqué, qui peuvent gravement altérer les activités de la vie quotidienne ».

Certains de ces problèmes peuvent être identifiés dans le cas des femmes défenseuses des droits humains interrogées. La plupart vivent avec des symptômes liés à la dépression, d'autres à l'anxiété, et d'autres aux deux à la fois. Elles mentionnent, entre autres effets, des tremblements, un manque d'énergie, un malaise général, de l'agitation, la peur d'être tuée et dans certains cas des pensées suicidaires. Les deux femmes actives au sein de partis politiques rajoutent que le fait d'avoir été instrumentalisées pour mobiliser l'électorat lors d'une campagne électorale puis ignorées, a fait naître en elles des sentiments de perte d'estime de soi et de culpabilité.

D'autres impacts entraînent des répercussions directes sur leur vie familiale et sociale. Elles mentionnent la crainte que les membres de leur famille, y compris leurs enfants, ainsi que leurs amis et proches, subissent des représailles (persécutions, intimidations, arrestations, etc.) en réponse à leurs actes de dénonciation. Cette éventualité suscite en elles de l'inquiétude et de l'angoisse constantes. En plus de la peur, les risques auxquels sont exposées leurs familles du fait de leur travail, font naître en elles un sentiment de culpabilité et une souffrance psychologique supplémentaires. La situation est encore plus complexe lorsque, en plus de l'hostilité du contexte

sociopolitique et des risques dus à leur travail de défense, elles font face à des violences au sein de leur propre foyer.

Leur travail d'accompagnement des victimes de violations des droits humains et de manière fréquente de femmes survivantes de violences sexuelles, a aussi d'autres conséquences. Elles évoquent des situations de stigmatisation familiale et sociale ; des sentiments de méfiance envers les hommes (y compris les proches et les autorités religieuses) et des situations d'appauvrissement (en raison du soutien économique personnel qu'elles offrent aux victimes).

Dans le cadre de leur activisme, les femmes défenseuses expriment des sentiments de frustration et/ou d'impuissance en raison de la réponse limitée et parfois inefficace qu'elles peuvent apporter aux nombreux besoins existants, ou en raison du manque de formation pour offrir une prise en charge psychosociale adéquate aux personnes accompagnées. Elles affirment que lorsque ces sentiments ne peuvent pas être gérés de manière appropriée, la dépression apparaît comme l'une des conséquences.

Enfin, l'impact des violations des droits humains est aggravé par le degré élevé d'impunité qui existe et la fragilité et l'inefficacité du système judiciaire (Barone, 2020 : 155 et 169). L'impunité a plusieurs conséquences : d'une part, « elle constitue un frein à la dénonciation des abus » ; d'autre part, elle devient « un déclencheur de traumatismes » pour les victimes, qui savent que les responsables sont libres, qu'ils peuvent les retrouver et/ou que les événements peuvent se répéter ; et, enfin, c'est une source d'insécurité dans le cadre du travail pour les droits humains, puisque souvent l'accompagnement des victimes survivantes, et surtout dans le domaine juridico-légal, « fait l'objet de représailles directes contre les femmes défenseuses par les agresseurs ».

## **5. Besoins identifiés dans le domaine du soutien psychosocial**

Les femmes interrogées pour ce diagnostic considèrent qu'en général, les victimes de violences manquent de systèmes de soutien psychosocial. En



effet, si les services de soins de santé au Nord-Kivu sont limités et, en général, privés et coûteux (*Ibidem* : 146), les services de santé mentale et de soutien psychosocial sont encore plus rares. Face à cette réalité, la majorité de la population gère ses difficultés dans ce domaine par « l’auto-prise en charge » ou, selon une expression fréquemment utilisée en RDC, la « *débrouillardise* » (Bedford et al., 2018 : 2).

Dans la pratique, certains services de soins psychosociaux existants au niveau local pour les victimes survivantes de violations des droits humains et en particulier de violences sexuelles, sont soutenus par la coopération internationale. Cela comprend l’attention offerte par Synergie des Femmes pour les Victimes des Violences Sexuelles (SFVS) à Goma ; et celle offerte par les organisations Femmes Engagées pour la Promotion de la Santé Intégrale (FEPSI) et Solidarité des Associations Féminines pour les Droits de la Femme et de l’Enfant (SAFDF), toutes deux situées à Butembo (Barone, 2020 : 152).

De plus, dans certaines zones où travaille SFVS, il existe des Maisons d’Écoute. Ce sont des refuges utilisés par cette organisation et d’autres organisations locales pour soutenir les victimes survivantes de violences sexuelles et de genre, qui présentent des impacts tels que : troubles du sommeil, agitation, cauchemars, nervosité, agressivité, colère, évitement, anxiété, maux de tête chroniques, etc. Face à ces impacts, les organisations offrent un soutien comprenant : une écoute active, une orientation vers des centres de santé en cas de blessures physiques, une prise en charge psychosociale, une réinsertion socio-économique et un soutien juridique et judiciaire.

Selon le Protocole National de Prise en Charge Psychosociale et Santé Mentale des Survivants des Violences Sexuelles (dit Protocole National PEC), l’approche psychosociale se définit comme « une approche globale de la personne en difficulté psychique et identitaire face à des problèmes qui dépassent ses capacités de réaction, de protection, d’autodéfense et d’adaptation », et qui peut l’aider « à retrouver la force psychique pour survivre, se reconstruire et donc se protéger ». Pour cela, la participation d’experts de différentes disciplines (psychologie clinique, éducation sociale, travail social, sociologie, assistance psychosocial, etc.) est considérée comme positive, à travers des actions qui doivent toujours tenir compte des liens avec l’environnement anthropologique et culturel et des contextes politiques

et sociaux, pour comprendre, appréhender et soutenir chaque personne dans la réalité de son environnement, de sa culture et de son psychisme (Ministère de la Santé Publique de la RDC, 2012 : 16).

Lors de leur évaluation des ressources existantes et du type de prise en charge psychosociale pour les victimes survivantes de la violence, les défenseuses des droits humains participantes ont déclaré que très souvent, il n'est pas possible de s'occuper de toutes les personnes qui en ont besoin, ni au moment ni de la façon dont elles en ont besoin. Elles fournissent de multiples explications :

- L'insécurité généralisée et la distance qui sépare de nombreuses victimes des quelques services de prise en charge psychosociale existants.
- Le manque de ressources humaines et de financement empêche toutes les personnes qui en ont besoin d'être accompagnées adéquatement. C'est particulièrement le cas des soins spécialisés en psychologie clinique, lorsqu'ils sont considérés comme nécessaires qui s'avèrent financièrement impossibles à couvrir.
- Concernant le type de prise en charge, celle-ci repose principalement sur l'écoute et l'orientation et surtout sur la prise en charge des symptômes liés au traumatisme. Les personnes participantes considèrent qu'il s'agit d'une approche limitée qui ne facilite pas le rétablissement psychosocial des victimes/survivants et le fait de développer des stratégies de résilience. Elles estiment qu'il faudrait une prise en charge psychosociale holistique<sup>7</sup> et profonde, qui réponde aux facteurs déclenchants du traumatisme, qui ait une continuité dans le temps et qui implique un suivi des soins.
- Compte tenu du contexte culturel, les femmes défenseuses s'accordent à dire que consulter des experts en psychologie ne fait pas partie des

---

7 Bedford (2018 : 2) souligne qu'au Nord-Kivu la santé mentale est appréhendée en termes de bien-être et d'harmonie de la cellule familiale ou d'une autre unité sociale, plutôt qu'en termes d'émotions individuelles. Cela rend nécessaire d'élargir les perspectives des interventions afin d'aborder les réseaux sociaux (relations au sein du foyer, de la famille et de la communauté) plutôt que de répondre uniquement aux besoins individuels.

coutumes de la population<sup>8</sup>. Cependant, face à cette réalité, elles ont des positions différentes : certaines accordent moins d'importance à l'accompagnement spécifique en santé mentale, tandis que d'autres soulignent son aspect central dans l'accompagnement des victimes survivantes.

- Les femmes défenseuses soulignent à plusieurs reprises que la plupart d'entre elles n'ont pas de formation suffisante en matière de prise en charge psychosociale (contenu et processus) et des aspects déontologiques inhérents<sup>9</sup>. En ce qui concerne le contenu de la formation, les participantes suggèrent qu'elle devrait : a) être basée sur la perspective du genre, car de nombreuses formes de violence auxquelles elles répondent sont des violences basées sur le genre ; b) compléter l'approche psychologique par d'autres approches, afin que les facteurs déclencheurs bio-psycho-sociaux soient pris en charge ; et c) inclure des aspects de prise en charge des mineurs, qui sont souvent des victimes directes ou indirectes de la violence de genre. Concernant le processus, les participantes proposent trois phases : 1) une mise en confiance, et une explication de la définition, des concepts clés et des premiers secours psychologiques ; 2) une formation sur l'évaluation des problèmes avec les victimes elles-mêmes ; et 3) une formation en santé mentale qui soit adaptée au contexte et aux possibilités des personnes offrent le soutien psychosocial. En ce qui concerne le type de formation, les besoins exprimés varient : pour certaines, un cours de «recyclage» ou sur un thème précis peut suffire<sup>10</sup>, mais pour

---

8 À cet égard, Bedford (2018 : 2) fait remarquer qu'en général, en RDC, l'âme, le corps et l'esprit ne sont pas considérés comme indépendants ou distincts, il n'est donc pas courant que la santé mentale soit identifiée comme un problème à part.

9 Encore Bedford (2018 : 1) formule les principes fondamentaux de prise en charge psychosociale suivants : éviter de nuire ; promouvoir les droits de l'homme et l'égalité ; utiliser des approches participatives ; s'appuyer sur les ressources et les capacités existantes ; adopter des interventions à plusieurs niveaux ; et travailler avec des systèmes de soutien intégrés.

10 Elles proposent la réalisation de formations ciblées à court terme ou l'utilisation d'applications mobiles orientées à aborder différents problèmes psychosociaux.

d'autres la formation doit s'appuyer sur des questions de base et être la plus complète possible.

Comme nous venons de le voir, à la *Maison d'Écoute*, les victimes survivantes de violences sexuelles et basées sur le genre bénéficient d'un certain type de soutien psychosocial, malgré les limitations indiquées par les défenseuses des droits humains qui les accompagnent. Cependant, ces dernières ne bénéficient pas d'un soutien similaire, et de ce fait, les impacts de la violence dont elles font l'objet ne sont généralement pas pris en compte. Dans certains cas, les femmes défenseuses ont essayé de combler cette lacune en utilisant leurs propres mécanismes pour y faire face, l'on cite par exemple :

- Avoir recours à des personnes expertes en psychologie clinique, ce qui a eu des effets positifs sur certaines mais pas sur d'autres, ceci s'étant avéré insuffisant pour leur rétablissement et pour se sentir plus fortes (l'une d'elles par exemple a toujours « des pensées suicidaires et une grande souffrance émotionnelle »).
- S'appuyer sur les croyances religieuses, les chants de louange et prière. Bedford (2018 : 2) souligne que la population a fréquemment recours aux chefs religieux et aux institutions religieuses, aux guérisseurs traditionnels, ainsi qu'aux moyens collectifs de promotion du bien-être incluant la musique et la danse, pour faire face à différents traumatismes.

Une autre lacune identifiée par les femmes défenseuses concerne les mesures de protection lors de la réalisation de leur travail. Face au harcèlement et aux menaces dont elles font l'objet, leurs doutes sur la manière de réagir sont fréquents : le signaler à des autorités supérieures, alors que celles qui se trouvent dans leur entourage sont impliquées dans les violences ou se sont avérées inefficaces ? Se déplacer et déménager ailleurs comme mesure de protection ? Le manque de moyens financiers empêche souvent, cependant, de réinstaller les défenseuses se trouvant en danger en raison du niveau de menaces, de harcèlement et/ou de persécution subis. Pour cette raison, les participantes dénoncent vivre continuellement dans la peur et regrettent que les ONG internationales, à ce jour, n'aient pas financé des activités de protection des activistes. Elles indiquent diverses mesures d'autoprotection utilisées pour tenter de réduire les niveaux de risque :

- Communiquer et produire des alertes auprès des défenseuses et des communautés de base en cas de menaces et d'abus. Cela leur permet de réfléchir collectivement à des stratégies d'(auto)défense et à des mesures de prévention.
- S'associer à des membres de la communauté, du voisinage et/ou à des personnes de leur connaissance pour obtenir des informations sur les menaces et les gérer.
- Organiser des rencontres et des conversations franches qui aident à neutraliser les comportements violents dans des espaces proches et de confiance (à la maison et au sein des organisations auxquelles elles appartiennent).
- Encourager la solidarité entre pairs, c'est-à-dire entre les défenseuses elles-mêmes. Cela se produit surtout parmi celles dont les liens sont plus étroits, par exemple lorsqu'elles partagent le même contexte de travail (cas des femmes qui ont des commerces ou de celles qui sont actives en politique).
- En cas d'alerte, mettre en œuvre un plan de contingence et disposer d'une boîte de secours prête.

En plus de ce qui est décrit plus haut, et à titre de réflexion finale, les femmes défenseuses des droits humains du Nord-Kivu participantes s'accordent sur l'importance d'octroyer plus d'attention à la dimension psychosociale de leur travail. De plus, elles proposent l'organisation de formations spécialement orientées vers l'auto-prise en charge et l'auto-protection. Elles considèrent que cela leur permettrait d'avoir une plus grande autonomie dans leur travail et dans la gestion des impacts de la violence, avec moins de dépendance de l'aide extérieure, laquelle dans le contexte du Nord-Kivu est difficile à maintenir en raison des difficultés d'accès et du coût élevé.

## Bibliographie

- Barone, Sabine (2020): “Kivu, República Democrática del Congo. Sueños desplazados de paz y justicia”, ALBOAN: *Mujeres en marcha. Diagnóstico de necesidades de mujeres y niñas supervivientes de violencia basada en género en ocho países africanos*, ALBOAN, Bilbao, 143-177.  
[https://www.alboan.org/sites/default/files/mujeres\\_en\\_marcha.pdf](https://www.alboan.org/sites/default/files/mujeres_en_marcha.pdf)
- Bedford, Juliet (2018): *Considérations clés: santé mentale et soutien psychosocial dans la province du Nord-Kivu, en RDC*, UNICEF, IDS et Anthrologica.  
<https://opendocs.ids.ac.uk/opendocs/handle/20.500.12413/14088>
- OMS (2015): *Guide d'intervention humanitaire mhGAP: prise en charge clinique des troubles mentaux, neurologiques et liés à l'utilisation de substances psychoactives dans les situations d'urgence humanitaire*, Organisation mondiale de la Santé, Genève.  
[https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/180972/9789242548921\\_fre.pdf](https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/180972/9789242548921_fre.pdf)
- Ministère de la Santé Publique de la RDC (2012): *Protocole national de prise en charge psychosociale et sante mentale des survivants des violences sexuelles*.  
<https://medbox.org/index.php/dl/5e148832db60a2044c2d56e1>
- MONUSCO (2015): *Nord Kivu Fact sheet*. Mission de l'Organisation des Nations Unies pour la Stabilisation en République démocratique du Congo.  
<https://monusco.unmissions.org/en/file/6416/download?token=k4qBfmsw>