

# Personnes réfugiées ou en demande d'asile



TROUSSE  
horizons

## Définitions

### Les personnes réfugiées

- Personnes ayant fui son pays, car leurs vies y étaient en danger et menacées.
- Elles ont obtenu le statut de réfugiées selon la Convention de Genève (1951), car elles craignent avec raison d'être persécutées en raison de leur race, religion, nationalité, appartenance à un groupe social ou de leurs opinions politiques.
- Elles ont obtenu le statut de réfugiées avant leur arrivée au Canada — arrivant ainsi avec la résidence permanente — ou après avoir présenté une demande d'asile une fois au Canada et reçu une décision favorable.

### Les personnes en demande d'asile

- Personnes revendiquant le statut de réfugiées et déposant une demande de protection après leur arrivée au Canada, soit à la frontière, soit une fois sur le territoire canadien à l'issue d'un séjour temporaire (p. ex. après une visite, un séjour d'études).
- Elles sont en attente d'une décision leur accordant ou non le statut de réfugiées. Pendant l'examen de leur demande, elles bénéficient d'un statut de demandeur d'asile, qui constitue une autorisation de séjour temporaire. Au Québec, ce processus dure environ trois ans.
- En cas de refus, certains recours sont possibles, mais à terme, un refus final entraîne une obligation de quitter le pays.

## Pourquoi adapter son approche ?

En plus des expériences adverses pré- et péri-migratoires, l'expérience post-migratoire peut avoir une importance égale ou supérieure pour la santé mentale et sociale.

Pré

**Avant la migration**



Péri

**Pendant la migration**



Post

**Dans la société  
d'accueil**

# Enjeux potentiels

## Pré-migratoires

- Violence organisée, guerre, génocide
- Violence sexuelle
- Oppression politique
- Persécution (p. ex. à cause de l'orientation sexuelle)
- Torture
- Catastrophes naturelles (séisme, sécheresse, famine)
- Perte de proches
- Perte de biens matériels



## Péri-migratoires

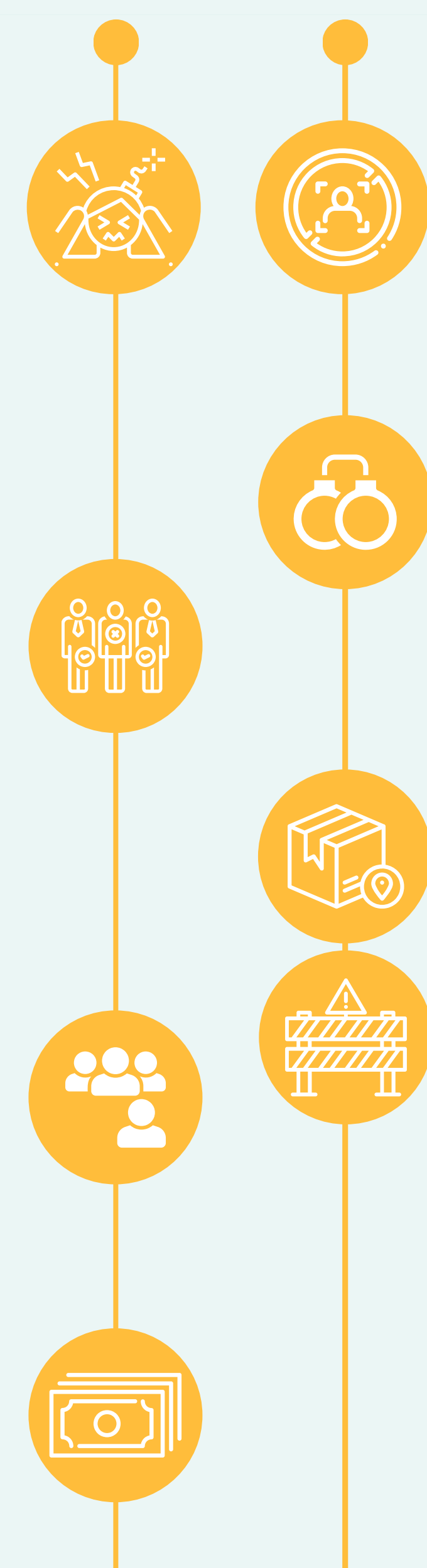
- Rupture subite du réseau social
- Passage court ou prolongé dans les camps de personnes réfugiées
- Traversée de plusieurs pays, souvent dans des conditions dangereuses
- Conditions de vie précaires : malnutrition, insalubrité, froid, etc
- Situation prolongée de violence, de stress et de vulnérabilité

## Post-migratoires

Les besoins liés à l'installation dans le pays d'accueil peuvent plonger la personne dans un « mode survie », ne lui laissant pas le temps de reconnaître ou d'exprimer son mal-être. En plus, les personnes en demande d'asile rencontrent des défis supplémentaires en contexte migratoire.

### Pour les personnes réfugiées et en demande d'asile

- Trouble de stress post-traumatique
- Deuils (proches, pays, culture)
- Liens rompus avec des proches et le pays d'origine
- Représentations négatives des personnes migrantes dans les médias
- Discrimination, stigmatisation
- Fêtes, événements rappelant des pertes ou réactivant des traumatismes
- Déqualification socioprofessionnelle
- Difficultés à trouver un logement et/ou un emploi
- Précarité financière
- Bouversements identitaires



### Pour les personnes en demande d'asile

- Le refus de la demande d'asile peut représenter un moment critique. Il peut mener à l'absence de statut ou à la déportation.
- Possibilité de détention à l'arrivée au Canada ou durant le processus de demande d'asile
- Stress administratif et lié à l'audience de la demande d'asile
- Incertitude quant au futur
- Barrières d'accès aux soins de santé et aux services sociaux

# Pratiques à promouvoir

Les pratiques recommandées par la Trousse Horizons pour les personnes immigrantes en général s'appliquent aussi aux personnes réfugiées ou en demande d'asile. Toutefois, des considérations additionnelles sont à prendre en compte:

**Comprendre les enjeux liés à l'intersection entre les différentes facettes de l'identité de la personne** (statut migratoire, classe sociale, âge, origine ethnique, orientation sexuelle, identité de genre, handicap, etc.).

**Être sensible aux réalités et enjeux liés à la migration forcée ainsi qu'à l'intégration dans un nouveau milieu socioculturel et économique.**

**Normaliser le sentiment de désorientation** ressenti lorsqu'une personne quitte précipitamment un milieu socioculturel, économique ou scolaire pour un autre.

**Parler du parcours migratoire seulement si la personne en fait elle-même mention ou si une relation de confiance est établie.**

Il est possible de poser des questions avec une curiosité non-intrusive. Voir la page [Explorer et souligner les forces](#) pour des exemples de question à poser.

**Repérer les vulnérabilités spécifiques à la situation migratoire** (incertitudes liées au statut, permis d'emploi, accès aux services, moment critique de l'audience de la demande d'asile, etc.).

**Reconnaître que la migration, surtout lorsqu'elle est forcée, a des impacts importants sur le soutien social de la personne. Plusieurs dimensions peuvent être explorées.** Voir la page [Explorer et souligner les forces](#) pour des pistes.

**Souligner les forces liées au parcours migratoire.** Les personnes ayant vécu la migration forcée ont de bonnes capacités de résolution de problèmes et ont fait preuve d'une grande résilience.

**Reconnaître que des expériences comme le désespoir ne relèvent pas uniquement de facteurs subjectifs ou individuels.** Les réponses à la détresse impliquent souvent des facteurs matériels, l'ouverture de la société d'accueil, le soutien social et le respect des droits.

**Informar les personnes en demande d'asile sur les recours possible en cas de refus de la demande d'asile.** Avoir connaissance de ces recours peut atténuer le choc lié au refus.

**Élaborer un plan d'intervention adapté aux besoins de la personne**, par exemple la mettre en lien avec une clinique légale, une organisation spécialisée dans le soutien aux victimes de violence organisée ou un-e prestataire de soins prenant en charge les personnes en demande d'asile. Ces dernières ne sont pas couvertes par la RAMQ, mais par le Programme fédéral de soins intérimaire (PFSI), auquel les prestataires de soins doivent être inscrits pour obtenir un remboursement. Pour plus de pistes, voir la page [Élargir le filet](#).

**Adopter une approche sensible au traumatisme :**

- Reconnaître l'impact des parcours migratoires et des expériences potentiellement traumatiques sur la santé mentale et sociale des personnes réfugiées ou en demande d'asile.
- Garder en tête que les personnes réfugiées ou en demande d'asile ont probablement raconté leur vécu à plusieurs étapes de leur parcours.
- Réfléchir aux raisons pouvant expliquer les hésitations ou les refus de la personne à partager sa souffrance. Être conscient-e de la possibilité d'un traumatisme, sans questionner systématiquement ou forcer un dévoilement.
- Souligner la résilience et les habiletés d'adaptation de la personne.
- Encourager les techniques de relaxation et de pleine conscience.
- Établir une relation collaborative et égalitaire avec la personne.
- Agir comme un-e allié-e en accompagnant la personne dans l'élaboration de son plan d'intervention ou de sécurité, sans imposer de ressources pouvant susciter de la méfiance.

**Agir sur les déterminants sociaux de la santé pour diminuer le stress ou la détresse de la personne.** En effet, intervenir avec la personne sur ses besoins financiers, alimentaires, de logement, de transport ou autre peut aider à lui redonner de l'espoir.

Pour en apprendre plus :

[Bien-être et santé mentale des personnes réfugiées \(CERDA\)](#)

[Outils pour le soutien dans l'intervention auprès des personnes en demande d'asile \(CERDA\)](#)