



ASBB

Arche **S**uisse **B**eyond **B**orders

70 à 89 % des travailleurs humanitaires ont fait face ou font face à
des problèmes de santé mentale en raison de leur travail

Nous prenons soin de ceux qui prennent soin des autres

QUI SOMMES-NOUS

L'ARCHE SUISSE BEYOND BORDERS – ASBB – est une association Suisse à but non lucratif fondée en 2018 par Kevin Finel, fondateur et CEO de l'A.R.C.H.E., et Vincent Hürner, CEO de l'A.R.C.H.E. Suisse. (A.R.C.H.E : Académie pour la Recherche et la Connaissance en Hypnose Ericksonienne).

L'A.R.C.H.E. est l'une des principales écoles d'hypnose en Europe, avec des bureaux à Paris, Nice, Aix-en-Provence, Casablanca, Bruxelles et Genève. Formant des centaines de praticiens chaque année, l'A.R.C.H.E. possède son propre centre de recherche sur l'hypnose, les états de conscience modifiés et ses nombreuses applications ; et entretient également de solides partenariats avec des hôpitaux, des universités et des écoles.

L'association ASBB recrute rigoureusement ses hypnothérapeutes bénévoles, en fonction de leur haut degré de professionnalisme et des compétences requises pour chacune des missions, mais inévitablement pour leur véritable passion pour les êtres humains. Tous les hypnothérapeutes chevronnés d'ASBB sont certifiés par l'A.R.C.H.E. et engagés dans le programme de formation et de supervision mis en œuvre spécifiquement pour les fins des missions d'ASBB.



De gauche à droite : Kevin Finel, Alexandre Guilmard, Delphine Blanc, Vincent Hürner, Béatrice Blonde-Tavernier et Thibault Gouttier lors du Facebook live organisé par l'Arche - Académie de Recherche et Connaissances en Hypnose Ericksonienne. Si vous l'avez raté, vous pouvez la visionner de nouveau en cliquant **ici**

WE TAKE CARE OF THOSE WHO TAKE CARE

QUE FAISONS-NOUS

Conflits armés et catastrophes naturelles apportent leur lot de souffrances et drames humains. Chaque jour, des individus fuient leur village, déplacés à l'intérieur ou à l'extérieur des frontières de leur pays. Ces personnes ont essuyé des pertes humaines, des pertes matérielles, ont vécu ou ont été témoin d'événements traumatisants. Les conséquences sur le plan psychologique sont parfois désastreuses sur le court et long terme. Au cœur de ces crises et conflits dans le monde, se trouvent les TRAVAILLEURS HUMANITAIRES.

Ce sont des hommes et des femmes, de nationalités différentes ; ce sont des infirmières, des logisticiens, des interprètes, des experts en habitat, des coordinateurs, etc. Ils ont tous fait le choix d'être aux côtés des victimes pour leur porter assistance, réconfort et protection. Loin des leurs et de leur zone de confort, ces individus, travailleurs humanitaires, sont exposés à des conditions de travail et de vie difficiles et peuvent être confrontés quotidiennement à des souffrances et un stress extrêmes, à des conditions sanitaires dégradées, à des épidémies, selon les zones de déploiement. Ils risquent parfois leur propre vie, devenant de plus en plus souvent la cible de violences et attaques dans les conflits armés, en dépit de la protection internationale et de l'immunité

dont ils bénéficient traditionnellement en vertu du Droit International Humanitaire (1).

Les conséquences de ces conditions de travail et exposition aux violences et au stress sur la santé des travailleurs humanitaires sont bien réelles. Diverses études montrent que 70 à 89% des travailleurs humanitaires dans le monde souffrent de divers problèmes de santé mentale liés à leur travail, allant de niveaux élevés de stress, syndrome de stress post-traumatique jusqu'à la dépression (2).

Nous avons constaté que trop peu était mis en œuvre pour porter assistance à ceux qui prennent soin des autres, et qu'il n'existait pas toujours cette chaîne de soutien pour accompagner les travailleurs humanitaires sur le terrain ou même dans les bureaux, à travers le monde. Nous pouvons choisir d'ignorer cette souffrance pour un temps, mais elle n'en disparaît pas pour autant.

Parce que le bien-être psychologique et la prise en charge des travailleurs humanitaires sont trop importants, ARCHE SUISSE BEYOND BORDERS a décidé de les accompagner.

(1) OCHA United Nations Office for the Coordination of Humanitarian Affairs, «Aid Workers deaths: the numbers tell the story», Adele Harmer, August 2018

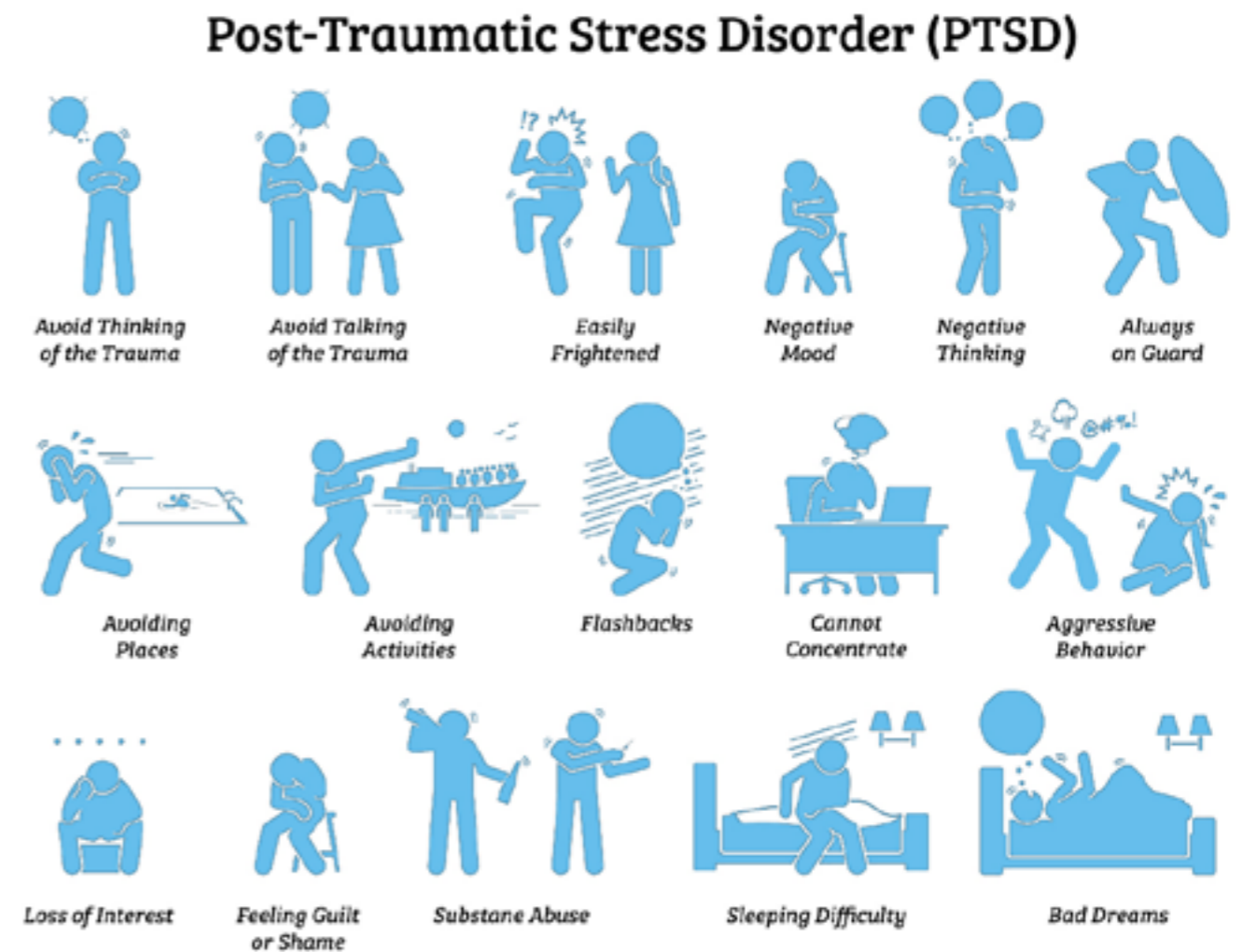
(2) «The Importance of Mental Well-Being for Health Professionals During Complex Emergencies: It is time we take it seriously», in Glob Health Sci Pract., June 2017

COMMENT LE FAISONS-NOUS

Nous aidons les travailleurs humanitaires à prévenir et surmonter les problèmes liés au stress grâce à une variété d'outils efficaces issus de la pratique de l'hypnose. Nous offrons des formations de groupe et des sessions individuelles partout et à tout moment, que ce soit au siège ou directement sur le terrain. Nous offrons également un accompagnement à distance par le biais de séances en visioconférence. Nos interventions peuvent être programmées avant le départ en mission, pendant le déploiement et/ou après le retour au pays. Nos programmes d'accompagnement sont définis en fonction des besoins de chaque organisation et des problématiques qui lui sont propres.

Nous informons et sensibilisons les travailleurs humanitaires sur les questions liées au stress, ses symptômes et ses conséquences, afin qu'ils puissent mieux comprendre et identifier ce qu'eux-mêmes ou leurs collègues vivent et ressentent. Nous transmettons des outils simples et efficaces pour prévenir, réduire et gérer le stress auquel sont confrontés les humanitaires dans leur travail au quotidien. Chacune de nos formations est adaptée aux besoins de l'équipe. Une grande part est consacrée à la pratique ainsi qu'au partage d'expériences.

Nous avons identifié trois « phases », où un accompagnement s'avère nécessaire : avant, pendant, et après l'exposition au stress ou à un événement stressant, afin d'être mieux préparé, et de pouvoir répondre au stress de manière appropriée et mitiger ses risques. Pour chacune de ces « phases », nous utilisons une variété d'outils dérivés de la pratique de l'hypnose pour réduire le stress.



POURQUOI L'HYPNOSE

L'hypnose est une thérapie brève orientée solution. Son objectif est de rendre le client autonome, le plus rapidement possible. L'état hypnotique, un état de conscience modifié, est particulièrement efficace pour apprendre de nouveaux schémas de pensée et réagir aux flux émotionnels. C'est une manière douce de se reconnecter à soi et en quelque sorte de se reprogrammer, afin de s'affranchir de conditionnements passés, de mauvaises expériences, voire traumatismes.

En activant nos ressources internes, cette approche thérapeutique nous rend plus flexible face aux aléas de la vie et augmente notre capacité à faire face aux imprévus. L'hypnose est donc un outil très puissant utilisé dans le traitement de toutes sortes de troubles anxieux, phobie, dépression, peur, stress, deuil, et aide à accueillir et gérer les émotions en général, aussi bien les siennes que celles des autres. L'hypnose est également efficace pour accroître le niveau de motivation, de concentration et de performance.

Dans nos ateliers, nous partageons avec les travailleurs humanitaires une variété d'outils performants dérivés de la pratique de l'hypnose, afin qu'ils soient autonomes dans la gestion de leur stress et de leurs émotions, que ce soit au travail ou bien dans leur vie personnelle.



Ci-dessus, Vincent Hürner durant une séance en Grèce.

ATELIERS COLLECTIFS

Nous informons, sensibilisons et partageons des outils faciles et puissants pour apprendre à accueillir et gérer stress et émotions. L'objectif ultime est de rendre les travailleurs humanitaires plus résilients, afin qu'ils continuent à venir en aide aux personnes dans le besoin tout en préservant leur propre santé mentale et intégrité psychologique.

SÉANCES INDIVIDUELLES

Nous proposons des séances individuelles, où chaque membre de l'équipe peut bénéficier d'un moment en tête-à-tête avec l'un de nos hypnothérapeutes - une occasion unique d'aborder des questions personnelles en toute confidentialité. Nous nous adaptons aux contraintes et conditions du terrain pour mener ces séances.

ACCOMPAGNEMENT A DISTANCE

Nous proposons également de mener des sessions individuelles par vidéoconférence pour les travailleurs humanitaires sur le terrain pendant leur mission. Un échange avec un auditeur neutre, praticien professionnel, aide à réduire immédiatement le stress et maintenir la motivation.

PROGRAMME SUR-MESURE

Nous concevons un programme d'accompagnement sur mesure pour soutenir vos équipes, en fonction de vos besoins. Nos actions peuvent se dérouler au siège de votre organisation et/ou directement sur le terrain. Contactez-nous simplement pour une prise de rendez-vous et nous évaluerons ensemble vos besoins.

ARCHE SUISSE BEYOND BORDERS

Rue Ferdinand-Hodler 9
CH-1207
GENEVA - SWITZERLAND

+41 76 44 39 838
www.asbeyondborders.com
contact@asbeyondborder.com