

COVID-19 ET NOUS

**Un Photo-Expression sur
les ressentis et les représentations
liés à la crise sanitaire**

Mars 2022

Avec le soutien de
 **Wallonie**
familles santé handicap
 **AVIQ**

CLPS
Centre Local de Promotion de la Santé Charleroi Thuin
Association Sans But Lucratif

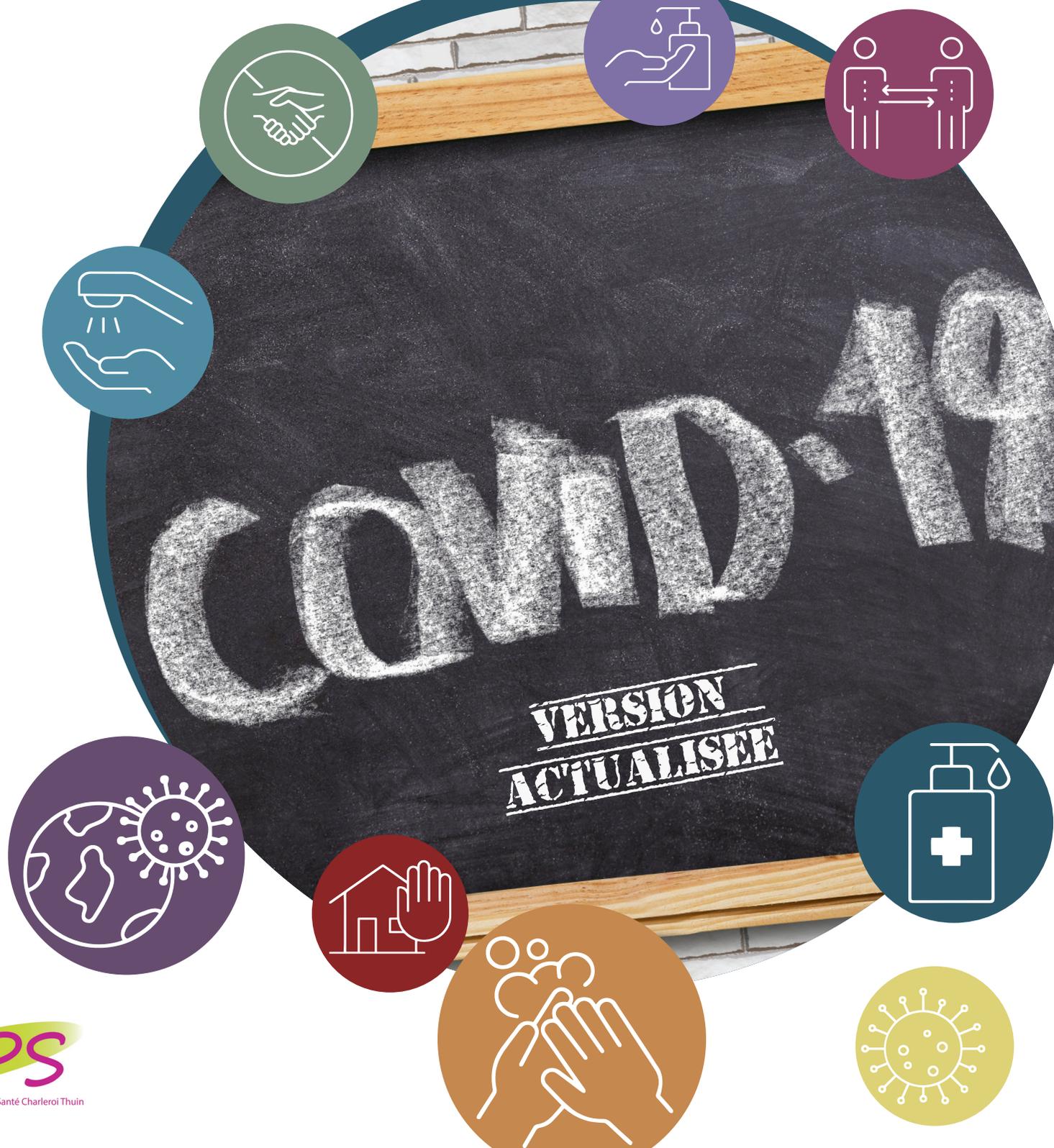


Table des matières

❶ Pourquoi interroger les représentations autour de la crise sanitaire ?	3
❷ Objectifs	3
❸ Contextes d'utilisation	4
❹ À quels professionnels s'adresse cet outil ?	4
❺ Public-cible	4
❻ Déroulement de l'animation	5
❼ Les catégories de Photos	6
❽ Les Photos	7
❾ Pour aller plus loin	8
❿ Lexique	9
Contact / Infos	11



1 Pourquoi interroger les représentations autour de la crise sanitaire ?

2 Objectifs

Que sont les représentations ? En quoi celles-ci peuvent-elles déterminer un comportement ou une attitude face à une problématique de santé ou de crise sanitaire ? En quoi les représentations sociales peuvent-elles avoir une influence sur la réussite d'un projet communautaire, d'un groupe de parole, d'une animation ou de remise au travail en présentiel après des mois de télétravail... ? En quoi le fait de questionner ces représentations constitue un levier d'action pour promouvoir la santé ?¹

La promotion de la santé vise à conférer aux individus et aux collectivités « le pouvoir d'agir » sur leur santé. Les stratégies qui y sont associées accordent autant d'importance à l'environnement qu'aux comportements. En effet, comment demander à une personne d'adopter un comportement si l'environnement physique, économique et social dans lequel elle évolue ne lui en donne pas les moyens ? Il s'agit de « replacer l'être humain au centre des préoccupations tout en comprenant les interactions entre la personne et son environnement »².

Dans le cas de la crise sanitaire, plusieurs exemples peuvent venir illustrer ce questionnement :

Quid de la distanciation vécue par les jeunes enfants à un âge où l'on a tant besoin d'expérimenter la socialisation et le contact ? Comment recréer du lien dans le contexte post- Covid ? Comment reprendre le travail quand son propre secteur professionnel a été impacté ? Etc.

La démarche du « COVID-19 et nous » s'inscrit dans ce cadre de compréhension et de prise en compte du vécu et des représentations de chacun dans le contexte du coronavirus.

- Faire émerger les représentations liées à la période de crise sanitaire en faisant ressortir les émotions, les sentiments, les « non-dits » par le biais d'images qui font directement ou symboliquement référence à la pandémie.
- Faciliter la prise de parole autour de la crise sanitaire.

1 Cultures & Santé en partenariat avec le CLPS de Bruxelles, le CLPS Luxembourg et le CLPS de Namur, Questionner les représentations sociales en promotion de la santé, Bruxelles, 2013. Disponible : www.cultures-sante.be

2 Renaud L. & Lafontaine G., Intervenir en promotion de la santé à l'aide de l'approche écologique: guide pratique, REFIPS, Montréal, 2018, p. 9-11. Disponible : <http://promosante.org/wp-content/uploads/2018/12/GuidepratiqueApprocheEcologique2018-web.pdf>

3 Contextes d'utilisation

4 À quels professionnels s'adresse cet outil ?

5 Public-cible

Ce Photo-Expression peut être utilisé dans différents contextes visant à :

- Déclencher ou amorcer des échanges, dynamiser un tour de table, par exemple dans le cadre de la reprise d'un groupe de parole, et/ou d'une activité collective.
- Prendre le pouls d'un groupe dans un contexte sanitaire particulier.
- Retracer l'histoire de la crise en lien avec son vécu et son parcours (professionnel, personnel, etc.). Un dossier « Archives » vous aidera 
- Prioriser et décider ensemble d'une thématique à traiter ou à travailler en lien avec la pandémie.
- Réfléchir collectivement à la crise en termes « d'avant », « pendant », et « d'après ».
- Etc.

Tous les acteurs.trices du secteur psycho-socio-éducatif amené.e.s à faire des animations de groupe ou des entretiens psycho-sociaux.

Groupes d'adultes ou d'adolescents (jusqu'à 15 personnes).

Moyennant adaptation (tri des photos) l'outil peut également être utilisé en individuel (par exemple pour amorcer un entretien socio/psychothérapeutique, l'accompagnement lors d'un moment de crise, etc.).

6 Dérroulement de l'animation

Le concept est simple : associer une image spécifique à une émotion, un sentiment, un vécu, sur le principe de l'association, au départ d'une question ou d'une consigne. Expliquez aux participants qu'ils devront choisir la photo (ou deux photos) qui traduit le mieux leur émotion, en guise de réponse à la question qui leur est posée. Précisez qu'il n'y a pas de bonnes ou mauvaises réponses à la question, l'important étant de dégager les différentes perceptions et/ou représentations face à la question.

Matériel requis

- Un paper-board ou tableau pour noter les mots-clés, élaborer une arborescence des différents éléments amenés par le groupe.
- Avant de débiter, vous devrez déposer les différentes photos sur une grande table ou au sol afin que l'ensemble des participants puisse les voir et y avoir accès.

Photos archives

Dans le cas où vous souhaitez aborder la pandémie dans une perspective historique (retour en arrière sur les différentes vagues, le confinement, etc.), munissez-vous des photos archivées.

Durée de l'animation

Selon le nombre de participants, un minimum de 30 à 45 minutes est nécessaire.

Consigne

Exemples :

Quelle(s) image(s) représente(nt) le mieux votre émotion ou votre sentiment par rapport à ces questions en lien avec la crise sanitaire ?

- Comment vous sentez-vous face à la pandémie ?
- Ce qui me touche / m'a le plus touché.e dans la crise du COVID 19 ?
- Ce qui a été le plus difficile pour moi, dans mon quotidien, depuis le début de la pandémie (confinement, lockdown, télétravail, protocoles, etc.) ?
- Ce qui restera marqué en moi suite à la crise du COVID 19 ?
- Les conséquences positives de la crise sur ma vie ? Les conséquences négatives ? Sur les personnes de mon entourage ?
- Ce que j'ai appris de la pandémie (et que j'ai envie de continuer) ?
- Ce que j'ai découvert à propos de moi ?
- Ce qui m'a le plus manqué ?
- Etc.

Attitude de l'animateur.trice

Il est important d'accueillir les propositions des participant.e.s sans jugement et éviter d'être trop directif.ve. Il est également important de bien différencier les moments où chacun.e identifie et exprime ses sentiments et ses opinions et le moment où l'on cherche collectivement à arriver à une catégorisation ou à un portrait du groupe.

Le Photo-Expression fait appel aux émotions, soyez donc prêt.e à accueillir chacune d'elle.

7 Les catégories de Photos

 **PHOTOS ARCHIVEES INCLUSES**

Les catégories proposées ci-après représentent une classification parmi d'autres. Chaque groupe, chaque personne, pourra imaginer d'autres rubriques ou d'autres arborescences. Il en va de même pour l'interprétation des photos, laissée libre à chacun selon son ressenti, ses valeurs et ses représentations.

Les mesures de prévention

Masque, lavage de mains, lavage de visage, gel hydroalcoolique, distanciation physique¹, « gestes de protection »², etc.

Le confinement

« Rester à la maison », le télétravail, les devoirs à domicile, la violence, les écrans, la proximité sous un même toit, les jeux de société, les promenades, les nouvelles habitudes (faire son pain, cuisiner, etc), la réorganisation du quotidien, la prise d'assaut des grandes surfaces ou des produits de première nécessité, etc.

Les mesures sanitaires

L'Horeca fermé, les magasins et services fermés (centres commerciaux, coiffeurs, etc.), les lieux culturels fermés, les écoles fermées, les parcs fermés, les plaines de jeux barricadées, les contrôles policiers, les conditions de travail des commerces et services de première nécessité, le Covid Safe Ticket, les restrictions pour les célébrations, funérailles, etc.

1 « Distanciation physique » plutôt que « distanciation sociale ». Notre choix de vocabulaire est motivé par la volonté de faire référence à une action collective visant à protéger les personnes tout en gardant les liens entre-elles, plutôt que de mettre l'accent sur la rupture du lien social et sur le repli sur soi.

2 « Gestes de protection » plutôt que « gestes barrières ». Idem.

La maladie / les soins de santé

La place du personnel soignant, les maisons de repos et de soins, les décès, le dépistage, les traitements, les personnes à risques, la peur de se rendre chez le médecin ou à l'hôpital, le report des consultations, les soins intensifs, les vaccins, les séquelles liées à la contamination par le virus, etc.

La santé mentale

Les dépendances/assuétudes (alcool, tabac, médicaments), la dépression, le suicide, le « syndrome de la cabane », l'angoisse, etc.

Le secteur socio-économique

La place des travailleurs sociaux, les publics précarisés, les personnes en situation de handicap, les détenus, les mal-logés, les « travailleurs de l'ombre », la baisse des revenus et les conséquences socio-économiques du lockdown de la crise, les pertes d'emploi, les achats en ligne, etc.

La solidarité / les liens sociaux

Les aides bénévoles, les pancartes, les remerciements (à la poste, aux éboueurs, etc.), la confection de masques, l'isolement des personnes âgées, la famille, la solitude, les réseaux sociaux, les appels téléphoniques et vidéos, la scission *vax/antivax*, etc.

Les médias

L'aspect mondial de la pandémie, les annonces quotidiennes du nombre de contaminations, d'hospitalisations et de décès, l'information omniprésente, les conférences de presse, etc.

(...)

8 Les Photos

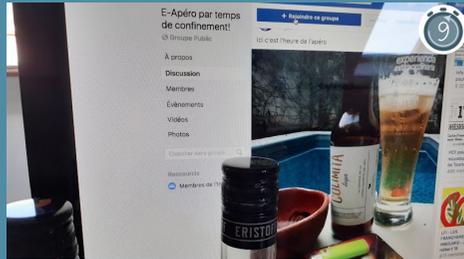
Ce Photo-Expression propose un vaste choix de 94 photos dont 26 photos archivées reprises sous le logo 1 et réunies dans une pochette individuelle.

Libre à vous de trier les photos qui vous paraissent les plus pertinentes et de n'utiliser qu'un certain nombre d'entre elles.

Les photos archivées vous permettent d'aborder la crise sanitaire sous un angle rétrospectif (les ressentis aux points forts de la crise depuis ses débuts).

Libre à vous également de rajouter les images qui vous semblent manquer à l'outil.

L'ensemble des 94 photos sont téléchargeables en envoyant une demande par mail à coordination@clpct.org



9 Pour aller plus loin

L'usage de ce Photo-Expression nous renseigne sur nos émotions et nos ressentis face à la crise sanitaire. Inévitablement, d'autres questions peuvent venir interroger les besoins sous-jacents à ces émotions.

En effet, nos émotions sont des indicateurs qui nous renseignent, notamment, sur nos besoins. Entendre le besoin derrière une émotion peut ainsi constituer un levier d'action dans un processus de changement, au sein d'un groupe, d'un projet communautaire, à titre personnel, etc. Le besoin peut « servir l'action » et faire émerger les moyens d'agir sur un problème ou un constat (fait à partir des photos dans ce cas-ci).

Ce travail aura lieu dans un second temps et ne nécessitera plus l'usage des photos :

- Quel est le problème sous-jacent aux émotions exprimées à travers les photos ?
- Quel(s) besoin(s) insatisfait(s) cette émotion révèle-t-elle ?
- Quel est mon niveau de pouvoir sur ce problème ?
- Qu'est-ce qui peut être mis en place au départ du groupe au sein duquel les besoins ont émergés ?
- Etc.

Prenons deux exemples en lien avec la crise sanitaire :

- Si je me sens angoissé par rapport au port du masque et à l'ensemble des mesures de prévention, j'ai peut-être besoin de comprendre davantage les modes de contamination du virus et les raisons qui poussent les experts à nous imposer ces mesures ? J'ai peut-être aussi besoin d'être rassuré.e ou d'être soutenu.e dans la mise en pratique de ces mesures de protection ? Ou encore, besoin de me protéger différemment en envisageant d'autres stratégies de protection (ex. : me faire aider pour mes courses, éviter les contacts, etc.) ?
- Si j'ai souffert d'un sentiment de solitude durant le confinement, de quoi aurais-je eu besoin à ce moment-là ? Comment puis-je agir aujourd'hui pour anticiper ou pallier ce manque de contacts sociaux et/ou ce sentiment d'être seul.e ? Comment puis-je élargir mes relations sociales et me faire des amis ou renouer avec ma famille ? Etc.

D'autres ressources et outils pédagogiques sont disponibles en prêt au Centre de Ressources du CLPS de votre territoire. Il vous est également possible de bénéficier d'un accompagnement méthodologique pour tous vos projets en Promotion de la Santé.

10 Lexique

Coronavirus

« Les coronavirus forment une vaste famille de virus qui peuvent être pathogènes chez l'animal ou chez l'homme. On sait que, chez l'être humain, plusieurs coronavirus peuvent entraîner des infections respiratoires dont les manifestations vont du simple rhume à des maladies plus graves comme le syndrome respiratoire du Moyen-Orient (MERS) et le syndrome respiratoire aigu sévère (SRAS). Le dernier coronavirus qui a été découvert est responsable de la maladie à coronavirus 2019 (COVID-19) »¹

Covid 19

« La COVID-19 est la maladie infectieuse causée par le dernier coronavirus qui a été découvert. Ce nouveau virus et cette maladie étaient inconnus avant l'apparition de la flambée à Wuhan (Chine) en décembre 2019. La COVID-19 est maintenant pandémique et touche de nombreux pays dans le monde. »²

Covid Safe Ticket (CST)

Le CST est un certificat de vaccination (outil de gestion sanitaire). Le CST reprend le principe du certificat Covid numérique de l'Union européenne.

Lockdown

« Traduction anglaise du terme confinement qui désigne l'action de confiner, de se confiner dans un lieu ; fait d'être confiné. »

¹ Organisation Mondiale de la Santé (OMS), Maladie à coronavirus 2019 (COVID-19) : questions-réponses, Disponible: <https://www.who.int/fr/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/q-a-coronaviruse>, consultée le 3 juillet 2020

² Organisation Mondiale de la Santé (OMS), Maladie à coronavirus 2019 (COVID-19) : questions-réponses, Disponible: <https://www.who.int/fr/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/q-a-coronaviruse>, consultée le 3 juillet 2020.

Santé mentale

« La santé mentale fait l'objet d'un large éventail d'activités qui relèvent directement ou indirectement du « bien-être », tel qu'il figure dans la définition de la santé établie par l'OMS comme étant « un état de complet bien-être physique, mental et social, et [qui] ne consiste pas seulement en une absence de maladie ou d'infirmité. La santé mentale englobe la promotion du bien-être, la prévention des troubles mentaux, le traitement et la réadaptation des personnes atteintes de ces troubles. »³



Syndrôme de la cabane

Caractérise l'angoisse liée à l'idée de retourner sur le lieu de travail, d'aller faire des courses ou simplement de croiser des gens. Les personnes qui en souffrent n'arrivent pas à sortir du confinement. Ce qu'on appelle, aujourd'hui, le syndrome de la cabane fait référence aux chercheurs d'or dans l'Amérique de la fin du 19^{ème} siècle. A l'origine, la « cabin fever » désigne le stress lié à l'enfermement. Après le confinement dû au Covid-19, les Chinois et surtout les Espagnols ont remis le terme au goût du jour.⁴



Télétravail

« Activité professionnelle exercée à distance de l'employeur grâce à l'utilisation de la télématique. »⁵



« Travailleurs de l'ombre »

Cette expression a été utilisée durant la période de pandémie pour désigner les personnes qui ont continué à travailler pour maintenir les services de première nécessité (services sociaux et médicaux de première ligne, services d'hébergement et d'accueil, prisons, services à domicile, personnel de nettoyage, etc.) et qui n'ont pas été nécessairement reconnus durant la crise.



³ Organisation Mondiale de la Santé (OMS), Santé Mentale, Disponible : https://www.who.int/topics/mental_health/fr/ , consultée le 3 juillet 2020.

⁴ Klaric M., « Ça m'angoisse énormément de sortir » : le syndrome de la cabane ou la peur de se déconfiner, 20 mai 2020, Disponible : https://www.rtf.be/info/societe/detail_ca-m-angoisse-enormement-de-sortir-le-syndrome-de-la-cabane?id=10504912 , consultée le 3 juillet 2020.

⁵ Larousse, Télétravail, Disponible : <https://www.larousse.fr/dictionnaires/francais/t%C3%A9l%C3%A9travail/77159> , consultée 3 juillet 2020.



Ce guide d'accompagnement est téléchargeable dans la rubrique « Publication » du site internet du CLPS-CT : www.clpsct.org/nos-realisations/publications-2-2/

L'ensemble des photos sont téléchargeables en envoyant une demande par mail à coordination@clpsct.org

L'outil est également disponible en prêt au Centre de Ressources du CLPS-CT



Centre Local de Promotion de la Santé de Charleroi-Thuin

✉ 1b, Avenue Général Michel - 6000 Charleroi

☎ 071/33 02 29

➔ www.clpsct.org

 Centre Local de Promotion de la Santé Charleroi-Thuin



Nous remercions pour leurs avis et conseils :

- L'Inter-Planning Charleroi-Thuin (Les Centres de Planning familial des arrondissements de Charleroi et de Thuin)
- La Maison des Parents du CPAS de Charleroi - Direction Prévention Santé Mentale et Urgence Sociale.
- Le Centre Régional d'Intégration de Charleroi (CRIC)
- Merci aux participants de la matinée Photo-Expression « Covid-19 et Nous » : présentation d'une démarche de Promotion de la Santé, du 29 octobre 2021. Leurs retours nous ont permis d'actualiser la version de juillet 2020.

Cette brochure a été conçue en utilisant des images de Gerd Altmann et Annalise Batista de pixabay.com (disponible pour un usage commercial)



