

EU  
CARES.

#YOUTH

# MANUEL VIRTUEL

Dans le cadre de  
EU-CARES European Collective nArratives for Reconciliation trauma  
hEaling through youth engagement and Storytelling  
Identifiant du projet: 101093735

PUBLIÉ LE  
OCTOBRE 2023

Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



# RÉSUMÉ EXÉCUTIF

## INTRODUCTION

Il existe différentes façons de traduire le passé dans le présent - à l'aide de souvenirs et de récits ! La mémoire est un outil puissant qui permet aux individus de combler le fossé entre le passé et le présent. Elle est le dépositaire des expériences, des émotions et des leçons apprises. Lorsque nous nous remémorons des souvenirs, nous ne faisons pas que revivre le passé, mais nous le remodelons également à la lumière de nos perspectives et de nos émotions actuelles. Cette relation dynamique entre la mémoire et le présent peut être à la fois curative et transformatrice.

Le processus d'autoguérison à la suite d'événements traumatisants est souvent décrit comme une ascension abrupte et ardue. Les traumatismes laissent des traces durables dans le psychisme d'un individu, affectant son bien-être mental, émotionnel et physique. La guérison exige un effort délibéré et souvent prolongé pour affronter, traiter et finalement intégrer les souvenirs traumatiques dans son propre récit. Les souvenirs eux-mêmes peuvent être à la fois une source de guérison et une pierre d'achoppement potentielle. Si la confrontation avec des souvenirs douloureux peut conduire à la catharsis et à la croissance, elle peut aussi être émotionnellement écrasante.

Il est encore plus difficile de guérir des communautés entières d'un traumatisme collectif. Les traumatismes collectifs englobent les événements qui touchent des groupes entiers, tels que les catastrophes naturelles, les pandémies, les actes de terrorisme ou les injustices historiques. Ces événements laissent des cicatrices intergénérationnelles, qui ne se limitent pas aux individus qui ont directement subi le traumatisme. Le traumatisme peut se répercuter sur plusieurs générations, affectant le psychisme collectif d'une communauté ou d'une société. Il peut créer des divisions, perpétuer des cycles de violence et susciter la méfiance entre différents groupes.

Le traitement des traumatismes collectifs nécessite une approche à multiples facettes. Il faut reconnaître les injustices historiques ou les événements traumatisants, valider les expériences des personnes touchées et œuvrer à la réconciliation et à la guérison. Les récits et le partage des souvenirs deviennent des outils essentiels dans ce contexte, car ils contribuent à créer un récit commun qui reconnaît le passé tout en favorisant l'empathie et la compréhension entre les différents groupes. En outre, la guérison des traumatismes collectifs nécessite souvent des changements politiques, des interventions sociales et des efforts de construction communautaire à long terme.

**La transposition du passé dans le présent par le biais des souvenirs et des récits est un processus complexe et profondément personnel. S'il peut être une source de guérison pour les individus, le traitement des traumatismes collectifs et la guérison de communautés entières représentent des défis encore plus importants. Cela nécessite un effort concerté pour affronter le passé, favoriser l'empathie et la réconciliation, et travailler à un avenir plus inclusif et harmonieux.**

Ce manuel est le résultat de nombreuses activités, recherches, entretiens, analyses, recueils de bonnes pratiques, tables rondes et groupes de réflexion qui ont été mis en œuvre avec succès par des partenaires en Belgique, en Italie, en Pologne, en Bosnie-Herzégovine, en Serbie, au Monténégro et en Albanie.

**NOM DU PROJET:** EU-CARES COLLECTIF EUROPÉEN POUR LA RÉCONCILIATION, LA GUÉRISON DES TRAUMATISMES PAR L'ENGAGEMENT DES JEUNES ET LA NARRATION D'HISTOIRES

**NUMÉRO DU PROJET:** 101093735

**DURÉE DU PROJET:** 24 MOIS

**NOM DE LA PUBLICATION:** EU-CARES MANUEL VIRTUEL

**RESPONSABLE DU CONTENU:** RENCONTRE DES CULTURES DE SARAJEVO

**CONCEPTION ET ILLUSTRATION:** FONDATION IDEA LAB

**CREDITS:** CANVA PRO

**PUBLIÉ LE:** OCTOBRE 2023

**PARTENAIRES DU PROJET:**



### **OUT OF THE BOX INTERNATIONAL**

[HTTPS://OUTOFTHEBOX-INTERNATIONAL.ORG/](https://outofthebox-international.org/)

### **SARAJEVO MEETING OF CULTURES**

[HTTPS://SMOC.BA/](https://smoc.ba/)

### **CESIE**

[HTTPS://CESIE.ORG/](https://cesie.org/)

### **INTELEKTUALET E RINJ, SHPRESE**

[HTTPS://IRSH.AL/](https://irsh.al/)

### **IDEA LAB FOUNDATION**

[HTTPS://WWW.IDEA.LABDRG.EU/](https://www.idea.labdrg.eu/)

### **NVO PRIMA**

[HTTPS://WWW.NVOPRIMA.ORG/](https://www.nvoprime.org/)

### **CENTAR ZA SOCIJALNE INOVACIJE CENTRIFUGA**

[HTTPS://CENTARCENRIFUGA.RS/HOME/](https://centarcentrifuga.rs/home/)

### **PERPETUUM MOBILE - INSTITUTE FOR YOUTH**

[HTTPS://WWW.PM.RS.BA/BH/](https://www.pm.rs.ba/bh/)



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

EU  
CARES.

#YOUTH

### **DISCLAIMER:**

EU-CARES EUROPEAN COLLECTIVE NARRATIVES FOR RECONCILIATION TRAUMA HEALING THROUGH YOUTH ENGAGEMENT AND STORYTELLING A ÉTÉ COFINANCÉ AVEC LE SOUTIEN DE LA COMMISSION EUROPÉENNE. CETTE PUBLICATION N'ENGAGE QUE SES AUTEURS ET LA COMMISSION NE PEUT ÊTRE TENUE RESPONSABLE DE L'USAGE QUI POURRAIT ÊTRE FAIT DES INFORMATIONS QU'ELLE CONTIENT.