

Atteindre l'humanité dans les périodes sombres

Article de Tatyana Bilyk, Pionnière de la médiation familiale en Ukraine

Introduction de Lisa Parkinson, pionnière de la médiation familiale en Angleterre et membre associée honoraire de l'Association ukrainienne des médiateurs familiaux.

Bien avant l'invasion russe de l'Ukraine, Tatyana Bilyk était bien connue comme la pionnière de la médiation familiale en Ukraine, accréditée il y a plus de 13 ans par le CEDR au Royaume-Uni et engagée à résoudre les conflits familiaux et à aider les familles en temps de crise. Avant l'invasion, Tanya formait et supervisait des médiateurs au Centre de médiation ukrainien, spécialisé dans la médiation inclusive pour les enfants et dans la médiation transfrontalière accréditée par Mikk, l'association allemande des médiateurs familiaux. Il y a quatre ans, elle a fondé l'Association ukrainienne des médiateurs familiaux, en s'appuyant sur les normes nationales et le code de pratique des médiateurs familiaux en Angleterre et au Pays de Galles. Aujourd'hui, elle fait preuve d'un courage et d'une humanité exceptionnels en livrant de la nourriture et des fournitures médicales aux personnes malades et dans le besoin à Kiev et en proposant des consultations de crise. Les médiateurs familiaux qui travaillent avec des couples en crise personnelle et familiale savent que l'idéogramme chinois pour « crise » combine deux caractères, l'un signifiant « danger » et l'autre « opportunité ». Les enfants et les adultes piégés dans des abris souterrains en Ukraine font face à un danger aigu sans issue ni opportunité. Nous ne pouvons pas rester les spectateurs impuissants. Nous devons saisir cette occasion sans précédent de nous unir pour soutenir l'Ukraine, envoyer de l'aide humanitaire au peuple ukrainien et l'accueillir chez nous.

Les lecteurs du récit déchirant de Tanya sur sa vie dans cette terrible guerre et sur l'aide apportée à d'autres pour y survivre ne peuvent manquer d'être émus par son esprit. Vous pouvez envoyer vos dons au Disasters Emergency Committee Ukraine Humanitarian Appeal <https://donation.dec.org.uk/ukraine-humanitarian-appeal/>

Kiev, Ukraine 14 mars 2022

Aujourd'hui, alors que je suis en train d'écrire ces lignes, la bataille pour Kiev se poursuit. Un immeuble a été bombardé la nuit dernière, des personnes ont été évacuées durant toute la matinée. Cet immeuble est situé tout près de chez moi. Mes parents ainsi que mon frère et sa famille ont quitté leur maison cette nuit car leur village avait déjà été capturé par les troupes russes et des opérations militaires étaient en cours. Ma famille, mes enfants et moi-même avons pris la décision de rester à Kiev pour nous soutenir les uns les autres et traverser cette crise ensemble. Depuis ce moment, j'ai reçu et continue de recevoir de nombreux messages de la part de membres de ma famille et d'amis très inquiets. Ils disent que je dois quitter Kiev instamment. C'est dans cette situation difficile que je suis entrain d'écrire ce message pour la page Facebook ouverte par ma collègue belge. Son initiative de créer une page sur les événements qui se déroulent dans notre pays est un geste d'humanité qui n'est pas à la portée de tous. Il n'est pas suffisant d'être né avec deux bras et deux jambes pour être un humain ; on a besoin de faire beaucoup d'efforts pour en devenir un.

Je suis reconnaissante d'avoir l'opportunité de partager mon point de vue de médiateur professionnel sur ce qui se passe en Ukraine, ainsi que d'évoquer comment la guerre

affecte ma vie et celles d'autres médiateurs, et aussi comment ça a modifié l'image que j'ai de moi en tant que médiateur.

Aujourd'hui, 19ème jour de la guerre, tout le monde a changé ; ceux qui ont quitté le pays et ceux qui sont restés ne seront plus jamais les mêmes qu'avant la guerre, et il est important de l'accepter. Nous faisons face à un abîme, au brouillard, à l'incertitude ; personne ne sait comment ça va se terminer, pour chacun de nous individuellement et pour tout notre pays. Mais rien que d'accepter la réalité telle quelle peut nous donner un sens de certitude qui est très important.

Un nombre énorme de personnes (à ce jour deux millions sept cent mille) ont quitté le pays. La guerre a privé de nombreuses personnes de leur maison, de leur carrière, de leur travail, et des centaines de milliers de professionnels dans le monde entier doivent faire face à recommencer leur vie depuis le début, et ont besoin d'argent ; nombre d'entre eux ne connaissent pas la langue du pays dans lequel ils se trouvent. C'est le cas de médiateurs qui ont déjà quitté le pays ou ont été évacués de lieux où se déroulent les hostilités. Et tous les jours, le nombre de médiateurs qui ont quitté leur maison augmente, alors que les bombardements résonnent dans la plupart des régions d'Ukraine.

Je fais partie de ceux qui, jusqu'au dernier moment, n'ont pas cru que l'invasion des troupes russes en Ukraine était possible. C'est tellement difficile d'entendre la propagande russe sur le fait qu'ils viennent nous sauver, alors que dans le même temps nous sommes tués dans nos propres maisons. Des enterrements de masse de civils ont déjà commencé dans les jardins de ceux qui y habitaient. Les troupes russes bombardent des hôpitaux, des écoles, des églises, des maisons de civils. C'est insupportable à voir et il n'y a pas de mots pour justifier ce qui arrive.

En ce moment, je travaille bénévolement : tous les jours je fais des consultations pour toute personne en détresse psychologique, je distribue de la nourriture et des médicaments à ceux qui ne peuvent pas quitter leur maison ou qui ont besoin d'aide. En ce moment il y a de nombreuses consultations avec des femmes qui ont dû partir pour protéger leurs enfants de l'horreur de la guerre, avec des personnes qui sont restées dans le pays et ont des crises de panique, qui vivent l'horreur et la dépression dû à la tension incessante, en se cachant dans des sous-sols et des abris atomiques.

Il y a aussi ceux qui sont tourmentés, pris entre le désir de sauver leur vie et celle de leur famille et le devoir de rester avec ceux qui ne peuvent pas partir, pour soutenir le pays et l'armée. Dans le travail auprès de ces personnes, je n'ai pas le pouvoir de les aider à prendre une décision, dans un sens ou dans l'autre, s'ils ne le souhaitent pas eux-mêmes, mais je suis convaincue que les ressources de la psyché sont énormes et que notre capacité à survivre et vivre ce qu'il y a de plus terrible est tout simplement colossale. Quelque chose de tout simplement inimaginable est en train de se produire en ce moment et c'est impossible de le regarder sans larmes. Ce ne sont même plus des pleurs, car les pleurs sont déjà loin ; c'est juste regarder et ne rien ressentir. Et puis les gens hurlent, pleurent, s'expriment tout au long des consultations, sinon les personnes sont déchirées de l'intérieur par des sentiments profonds qui s'accumulent.

Étant à l'intérieur de la situation, tout comme mes clients, je vis toutes les étapes de deuil, du déni à l'acceptation de la réalité, remplie de forts sentiments de peur, de douleur, de colère, de dégoût, de dépression, qui me permettent de rester en contact avec les clients, montrant de l'empathie et de l'intérêt pour ceux qui demandent de l'aide. Quand je réalise que je contiens trop mes émotions, je me tourne vers ceux qui me sont chers et qui comptent pour moi, pour obtenir de l'aide et du soutien, me reposer ou même couper le

contact un moment pour pouvoir vivre mes sentiments profonds. Ce qui serait anormal en d'autres temps, devient tout à fait normal dans cette réalité anormale qui est la nôtre. Dans les moments les plus difficiles, je veux vraiment disparaître et rompre tous les contacts, ne me souciant que de moi. Cependant, l'empathie et la sympathie pour les autres sont une grande valeur qui remplit et n'épuise pas du tout une personne. La vie dans une crise devrait avoir un sens, alors la psyché a une réponse sur la façon de vivre quand c'est insupportablement douloureux et dur.

En menant des consultations psychologiques, j'observe certains changements dans les relations familiales, et là où il y a une compréhension mutuelle et des valeurs communes, cela renforce les relations et la famille, et là où les partenaires essaient de faire face seuls aux conflits intra-personnels, ils s'éloignent l'un de l'autre, exacerbant les sentiments de guerre. Quand je pense à ceux qui ont quitté le pays, je suppose que tout le monde ne voudra pas retourner là où leurs maisons sont brisées et où les relations familiales sont détruites. En tant que médiatrice familiale travaillant sur des situations transfrontalières, cette situation peut ajouter du travail, sachant que ce seront encore les enfants qui souffriront à nouveau le plus.

En traversant cette crise de l'intérieur, moi-même et d'autres médiateurs familiaux avons l'occasion de comprendre de nouvelles significations de ce qui se passe dans les relations familiales et de créer de nouveaux outils pour travailler avec ces types de conflits. Ce que nous vivons maintenant peut nous donner la force et la capacité de rester en contact et d'être présentes même là où auparavant il aurait été insupportable non seulement de travailler, mais même d'être présents.

Personnellement, une de mes limites dans le travail de médiateur familial était la présence d'une quantité énorme de haine d'une partie au conflit pour l'autre, il m'était extrêmement difficile de maintenir une position neutre dans de tels cas et d'être efficace dans le processus de médiation. La quantité d'agression et de haine que l'on entend maintenant de la part de presque tous les habitants de notre pays est due à la quantité incroyable de peur, d'anxiété et d'impuissance à laquelle nous sommes tous confrontés dans cette guerre. Et cette colère nous aide à nous défendre contre l'invasion des occupants et à sauver notre territoire. En même temps, lorsque nous nous défendons contre des monstres, il est important de ne pas nous transformer en ces monstres, qui détruiront alors tout ce qui nous entoure, y compris nos valeurs et notre liberté, pour lesquelles nous nous battons maintenant tous ensemble. Et c'est l'une des tâches les plus importantes auxquelles sont confrontés les médiateurs de notre pays : comment après avoir traversé toutes ces souffrances, ne pas sombrer dans le désespoir et comment transformer la guerre qui entre en nous en paix qui sort de nous ? Nous avons maintenant une occasion unique d'apprendre à vivre dans l'anxiété afin de pouvoir ensuite agir en tant qu'artisans de la paix.

Maintenant, nous sommes tous au bord de l'abîme, et nous sommes tous confrontés à nos propres limites lorsque nous traversons cette crise, mais ce n'est qu'en la traversant par nous-mêmes et en préservant notre humanité que nous avons la possibilité de devenir utiles à ceux qui auront besoin de l'aide de médiateurs après la guerre. C'est un processus dans lequel quelque chose d'incommensurable nous pénètre, passe par des sentiments insupportables et en ressort déjà immense. Mais l'humanité demeure. Il s'agit en quelque sorte d'une autre personne, qui est cependant suffisamment entière pour être utile à d'autres.

La guerre est une invasion dans nos vies, dont nous voulons par réflexe nous défendre, mais seule l'humanité des gens qui nous entourent donne l'espoir d'un miracle.

"Dans les temps sombres, vous pouvez clairement voir les étoiles !" Dans nos moments sombres de la guerre, nous pouvons clairement voir qui est à côté de nous et pourquoi, ce qui est précieux pour nous et avec qui nous pouvons partager notre vie. Beaucoup de mes collègues médiateurs de différents pays, ceux qui sont en contact avec moi au quotidien, soutiennent émotionnellement et financièrement mes activités bénévoles, se sont éclairés pour moi dans le rôle de telles étoiles. Tant d'humanité autour de moi me permet de traverser cette crise, parfois complètement horrible et meurtrière, de garder le courage de suivre mon cœur, en faisant preuve de paix et de bonté.

Cet article est dédié à ma famille, mes amis et mes collègues.

Tatyana Bilyk, médiatrice

tél. : +38 (050) 446 30 20 (Viber, WhatsApp, Télégramme)

email: tatyana.bilyk@gmail.com

<https://www.facebook.com/HelpingthepeopleofKIEV>

Traduit par Linda Bérubé et Marianne Souquet, médiatrices