

## Prendre soin de la QVT après un événement traumatique comme celui de Nice

Par Novéquilibrés le 20 juillet 2016



***Au cours de la construction collaborative de notre article initialement prévu pour cette semaine, arrive le 14 juillet 2016 et le massacre perpétré à Nice. La suite de l'article sur la fluidité était aussi au programme pour cette semaine, la dernière semaine de publication d'articles inédits avant la pause d'été (reprise début septembre). Bouleversés, nous le sommes comme tant d'autres. Bouleversée est aussi notre programmation de cette semaine : nous publierons les articles prévus initialement à une date ultérieure et nous publions en remplacement le présent article évoquant notre réflexion sur l'après attentat et la prise en considération des personnes touchées dans le cadre de leur sphère professionnelle. Ou comment contribuer à la Qualité de Vie au Travail (QVT) pour des personnes atteintes, à des niveaux divers, par un tel événement traumatique.***

Le monde du travail peut être violent, le quotidien avec ses faits divers aussi, mais l'actualité dramatique nous projette hors de tous nos repères.

Pour beaucoup d'entre nous, la vie quotidienne est organisée avec un contexte, un entourage, des moments partagés, des activités partagées, des interactions. Avec potentiellement des biens partagés, une fluidité construite, ... Tout cela pouvant contribuer à un cadre rassurant, confortable et épanouissant. Un cadre qui, par ailleurs, a évidemment des côtés qui grattent. Mais quand ce cadre explose indépendamment de notre volonté, les côtés urticants sont balayés par l'explosion du cadre plongeant dans un sentiment de déséquilibre, voire crée le chaos.

### ... les responsabilités collectives très plurielles ...

Et c'est bien là que **les responsabilités collectives très plurielles se doivent de jouer la solidarité et le soutien, sous des formes diverses**. Il est normal et à la fois nécessaire que quantité d'actrices et acteurs puissent considérer avec **compassion, générosité, bienveillance, et altruisme** les personnes touchées par cette explosion du cadre.

**Touchées au sens large** : l'entourage proche et moins proche des personnes décédées, les personnes blessées physiquement, celles qui ont été touchées psychologiquement et dont les images traumatiques tournent en boucle dans leur tête constituant un nouveau cadre dont elles n'arrivent pas à se défaire et qui les déstabilisent dans leurs sphères de vie.

Puisque laqvt.fr est dédiée à la vie au travail, parlons vie au travail : **les personnes touchées doivent être aidées dans et pour leur sphère professionnelle.**

Déjà **en acceptant individuellement et collectivement qu'elles ne sont pas en mesure de consacrer toute leur énergie et leur attention** (voire pas du tout) **à leur activité au travail.**

**Prendre conscience aussi que toutes ne réagissent ni de la même manière, ni forcément proportionnellement à leur proximité avec le massacre.** Avec donc **un comportement à adapter**, en fonction des attentes exprimées (éventuellement évolutives dans le temps, voire contradictoires), mais aussi de ce qui peut sembler implicite.

Là aussi se joue **un cadre pas facile à mettre en place pour protéger, sans imposer contre la volonté.** Un cadre mouvant où à la fois les personnes touchées se cherchent et cherchent des réponses, et où les aidants tâtonnent pour trouver le comportement juste.

**... essayons d'exercer au mieux et modestement nos capacités à l'humanité ...**

Il y a bien sûr des professionnels de la santé psychologique qui peuvent contribuer, mais bien souvent en tant que collègues, chef, subordonné, fonction RH, fournisseur, client, partenaire au courant de la situation d'un individu en situation difficile, **nous essayons d'exercer au mieux et modestement nos capacités à l'humanité, à aiguïser notre intérêt et notre attention auprès de celle. celui qui nous côtoie, à entrer en action pour la. le soulager.** Nous essayons aussi de ne pas tomber dans le piège de la curiosité malsaine, surtout si l'interaction devait se limiter à un recueil d'informations destinées à être répétées.

**Le collectif joue un rôle majeur dans la restauration du cadre, et c'est la responsabilité de chacune et chacun d'y contribuer à sa mesure.**

L'amélioration de la QVT passe aussi par la prise en charge et le soutien des individus au travail par rapport aux difficultés, voire aux traumatismes qu'ils vivent dans leurs autres sphères de vie. **Une solidarité à jouer très au pluriel.**