

DRAME DE L'A9 Le psychiatre Philip Jaffé reçoit des dizaines de messages de Valaisans traumatisés par l'accident.

«Le chagrin va s'estomper...»

CHRISTINE SAVIOZ

Depuis l'annonce de l'accident dramatique de Sierre la semaine dernière, les messages affluent auprès du Dr Philip Jaffé, psychologue et psychothérapeute. Des personnes, dont de nombreuses mamans, se disent inconsolables après avoir appris la mort de vingt-deux enfants. Elles affirment pleurer sans cesse et ressentir une infinie tristesse, alors qu'elles n'ont pas vu les scènes du drame, ni ne connaissent les familles des victimes.

Pour le spécialiste, plusieurs raisons peuvent expliquer ces intenses ressentis. «D'abord, il y a eu un vrai élan de solidarité de la population, car tout le monde connaît de près ou de loin l'un des sauveteurs ou médecins qui étaient présents la nuit de l'accident; beaucoup de gens ont été touchés plus ou moins directement. Il y a un sentiment de participation par personne interposée», explique le Dr Jaffé.

La faute aux médias?

La façon dont les médias ont traité l'événement est une autre explication à ce désarroi infini de la population valaisanne, se-



L'élan d'empathie des Valaisans envers les familles belges touchées par le drame est normal, selon le Dr Jaffé, notamment en raison de la couverture médiatique très émotionnelle de l'événement. HOFMANN/A

lon le spécialiste de l'âme. «Les médias sont passés des faits à l'émotionnel pur. Les gens ont été placés sous une cloche médiatique de façon intensive pendant trois jours. Il était impossible d'en sortir. Pour certaines personnes, cela a été ressenti avec force.»

Un phénomène de contamination émotionnelle a alors traversé la population. «C'est souvent ce qui arrive lorsqu'il y a une catastrophe, un traumatisme – quand on est touché par un événement, on devient empathique; mais là, le phénomène a encore été accentué parce que les médias ont raconté.»

D'autant plus que personne ne s'attendait à une telle spirale médiatique, note encore le psychologue. «Ça joue des tours. On se fragilise et on laisse entrer encore plus facilement l'émotionnel.»

Sentiment de culpabilité

Il est possible aussi que certains aient éprouvé un peu mauvaise conscience. «La plupart des gens ont d'abord pensé: «Est-ce que les passagers étaient des Valaisans?» Quand ils ont appris que c'étaient des Belges, ils ont éprouvé de la culpabilité et ont eu envie de faire quelque chose. D'autant plus

que la Belgique est un tout petit pays, comme la Suisse. Il y a une certaine proximité, des similitudes», ajoute Philip Jaffé.

Éprouver une grande tristesse et pleurer sans véritable raison n'est donc pas inquiétant, mais «il faut refermer le robinet maintenant», précise Philip Jaffé. Le médecin donne notamment ce conseil à certaines mamans obnubilées par le drame. «Il faut qu'elles pensent à leurs propres enfants, à leur rôle de mère.»

Pas d'inquiétude cependant. Une fois l'émotionnel retombé, les personnes touchées retrouveront leur sérénité, en est persuadé le Dr Jaffé. «Ça va passer, c'est certain, particulièrement dans quelques jours, lorsqu'il n'y aura plus la même couverture médiatique. La tristesse et le chagrin vont s'en aller naturellement», rassure-t-il.

Si les personnes continuent cependant à avoir des flash-backs ou des images intrusives, les empêchant de trouver le sommeil et la sérénité dans quelques jours encore, elles devraient aller consulter un spécialiste, conseille le Dr Jaffé. «Il suffit parfois d'une séance pour se remettre sur pied.»