

# ÊTRE RÉFUGIÉ AU QUÉBEC : UNE PHÉNOMÉNOLOGIE DE L'EXIL

## BEING A REFUGEE IN QUEBEC: A PHENOMENOLOGY OF EXILE

Gabrielle Bélanger-Dumontier

Volume 38, Number 3, 2017

L'ACCUEIL DES RÉFUGIÉS : COMPLEXITÉ, RÉSILIENCE ET CRÉATIVITÉ  
REFUGEE HOME: COMPLEXITY, RESILIENCE AND CREATIVITY

URI: <https://id.erudit.org/iderudit/1041836ar>

DOI: <https://doi.org/10.7202/1041836ar>

[See table of contents](#)

Publisher(s)

Revue québécoise de psychologie

ISSN

2560-6530 (digital)

[Explore this journal](#)

Cite this article

Bélanger-Dumontier, G. (2017). ÊTRE RÉFUGIÉ AU QUÉBEC : UNE PHÉNOMÉNOLOGIE DE L'EXIL. *Revue québécoise de psychologie*, 38(3), 5–31.  
<https://doi.org/10.7202/1041836ar>

Article abstract

This qualitative study aims to better grasp the lived experience of refugees in Quebec. Fourteen refugees from the Montreal region participated in semi-structured interviews. The narratives were obtained and analyzed following an interpretative and phenomenological analysis (IPA) approach (Smith et Osborn, 2003). Analysis revealed three central themes: a *temporality with no escape*, a relation to the self between *rupture and continuity* and a relation to the world between *dignity and exclusion*. The results are interpreted through humanist, systemic and transcultural lenses and draw on writings on the phenomenology of suffering. The article concludes on contributions and on clinical implications.

## ÊTRE RÉFUGIÉ AU QUÉBEC : UNE PHÉNOMÉNOLOGIE DE L'EXIL

BEING A REFUGEE IN QUEBEC: A PHENOMENOLOGY OF EXILE

Gabrielle Bélanger-Dumontier<sup>1</sup>  
*Université du Québec à Montréal*

Dans les dernières années, la violence organisée, les conflits armés et la persécution ont entraîné la migration d'un nombre croissant de personnes à l'échelle mondiale. En 2015, le seuil des 60 millions de personnes déracinées a été franchi pour la première fois depuis la création du Haut-Commissariat des Nations Unies pour les réfugiés (HCR). Parmi ces personnes déplacées, 21,3 millions d'individus vivent dans une situation de réfugié (HCR, 2016a). Le conflit syrien à lui seul a généré en cinq ans 4,8 millions de réfugiés, sur une population d'avant-guerre de 20 millions d'habitants (HCR, 2016b). À titre comparatif, les conflits d'Indochine parmi lesquels figure la guerre du Vietnam, dans les années 1970-1980, auraient entraîné la migration forcée de 3 millions de personnes (HCR, 2001).

Alors que la majorité des personnes déracinées sont déplacées à l'intérieur de leur pays ou se retrouvent dans des pays limitrophes, près d'un cinquième cherchent refuge dans les pays industrialisés (HCR, 2016a). Ainsi, chaque année, des milliers de personnes qui fuient la persécution demandent l'asile au Canada. Récemment, la couverture médiatique a attiré l'attention sur la crise syrienne. Le dossier du parrainage des réfugiés<sup>2</sup> a fait l'objet de débats animés et la question de la responsabilité du Canada en matière de droit international a été revisitée. Contrairement au dossier des réfugiés sélectionnés dans le contexte de la crise syrienne, la présente étude cible les individus ayant passé par le processus de demande d'asile<sup>3</sup>. En 2017, une recrudescence de l'attention médiatique traitant des demandeurs d'asile a été observée, en raison de

1. Adresse de correspondance : Département de psychologie, Université du Québec à Montréal, C.P. 8888, succ. Centre-ville, Montréal (QC), H3C 3P8. Téléphone : 514-560-3541. Courriel : belanger\_dumontier.gabrielle@courrier.uqam.ca
2. Pour alléger le texte, nous employons les termes « réfugié » et « demandeur d'asile » plutôt que « personnes réfugiées » et « personnes qui demandent l'asile ». Toutefois, le mot « personne » est sous-entendu.
3. Les réfugiés parrainés par le gouvernement et par le secteur privé sont sélectionnés à l'étranger. Ces nouveaux arrivants entrent donc au Canada à titre de résidents permanents, dont le statut de réfugié a déjà été octroyé. Contrairement aux réfugiés parrainés, les demandeurs d'asile arrivent au Canada avec un statut non régularisé et risquent le renvoi si leur demande est refusée. En effet, selon la définition du Haut-Commissariat des Nations Unies pour les réfugiés, le demandeur d'asile « est une personne qui recherche une protection internationale et dont la demande de statut de réfugié n'a pas encore fait l'objet d'une décision » (HCR, 2011).

l'affluence accrue de ces migrants à nos frontières, notamment depuis les États-Unis.

Ainsi, l'arrivée de demandeurs d'asile (DA) à nos portes soulève la question de l'accueil physique, mais aussi social et psychique de ces nouveaux arrivants (Papazian-Zohrabian, Hassan et Cleveland, 2016). Si les enjeux physiques, sociaux et politiques liés à l'arrivée des réfugiés sont souvent discutés, on en sait toujours peu sur le vécu psychologique, intime et complexe des réfugiés déjà installés au Québec.

### LE VÉCU PSYCHOLOGIQUE DES RÉFUGIÉS : UN ÉCLAIRAGE COMPLÉMENTAIRE

Un large pan de la littérature sur l'expérience des réfugiés aborde la question du vécu psychologique sous l'angle de la psychopathologie (p. ex., Kim et Lee, 2009; Mollica *et al.*, 1992; Neuner, Schauer, Klaschik, Karunakara et Elbert, 2004). De fait, la notion de trauma, plus particulièrement le diagnostic de trouble de stress post-traumatique, est devenu le descripteur le plus populaire pour aborder la santé mentale des réfugiés (Watters, 2007). Cette approche nosologique offre un langage commun aux chercheurs et aux cliniciens en santé mentale et représente un outil clinique important pour orienter les services psychologiques offerts aux réfugiés. Cette compréhension de l'expérience des réfugiés se fait toutefois par le prisme d'entités diagnostiques séparées du contexte social et culturel (Quintin, 2005).

Une approche différente, inspirée de la psychiatrie transculturelle, insiste sur l'importance de considérer la culture et l'univers social dans lesquels s'ancre le vécu. Suivant cette perspective, Reed, Fazel, Jones, Panter-Brick et Stein (2012, p. 258) ont proposé un modèle qui replace l'expérience psychologique des personnes ayant vécu la migration forcée dans son contexte (voir Figure 1). D'une part, ce modèle positionne l'expérience individuelle au sein des systèmes familial, communautaire et sociétal. D'autre part, la réalité des réfugiés y est divisée chronologiquement entre les différentes phases migratoires. Cette étude s'inscrit dans cette conceptualisation systémique et contextualisante.

En outre, une approche uniquement nosologique ne permet pas de mettre en lumière les significations personnelles d'une expérience ni ses singularités. De plus, le fait de traiter la situation des demandeurs d'asile sous l'angle de la psychopathologie tend à renvoyer une image de cette population comme étant fragile, victime ou traumatisée. Dans cette étude, nous nous intéressons donc délibérément aux forces des réfugiés et considérons leur souffrance dans sa composante essentiellement sociale

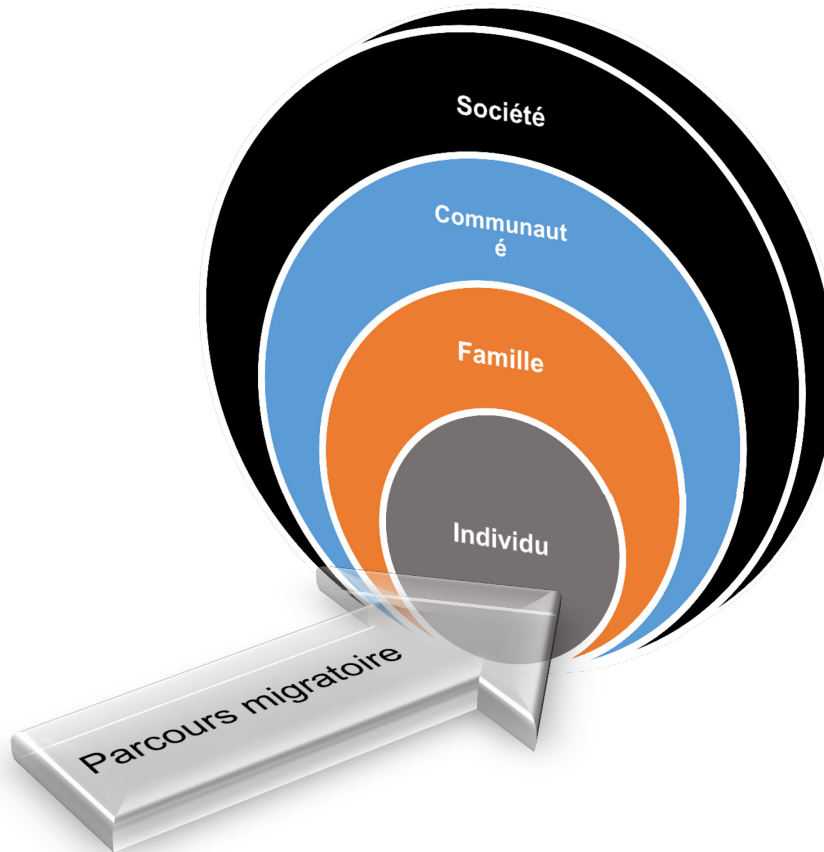


Figure 1. Modèle écologique et chronologique des déterminants de la santé mentale chez les personnes ayant vécu la migration forcée (adaptation française du modèle original<sup>4</sup>).

(Hassan *et al.*, 2015). Dans cette optique, l'attention portée à l'expérience subjective vise à offrir un espace aux réfugiés pour se définir eux-mêmes et sous une lumière autre que la psychopathologie.

En effet, notre intérêt pour le discours des participants s'inscrit également dans une tentative de rééquilibrer les pouvoirs. Une telle perspective critique prend en compte la perte de contrôle inhérente à la migration forcée ainsi que le sentiment d'impuissance associé au résultat

---

4. Tiré de Reed (2012, p. 258).

incertain de la demande d'asile. En ce sens, l'appropriation par les participants de l'espace pour se définir et se représenter, créée par la recherche, est susceptible d'actualiser une reprise de pouvoir symbolique.

En outre, mieux saisir les significations que les réfugiés attribuent à leur vécu élargirait nos connaissances et serait susceptible de nuancer l'accueil et l'accompagnement psychologique leur étant réservés. En effet, une meilleure compréhension de l'expérience vécue des réfugiés pourrait permettre d'accroître la sollicitude et la capacité de résonance empathique des cliniciens à leur égard (Natvik et Moltu, 2016). Le retour vers l'expérience des personnes concernées, tel qu'elles la mettent en mots, vise donc à raffiner notre compréhension de leur vécu. À notre connaissance, aucune étude récente ne s'est directement penchée sur l'expérience des réfugiés telle qu'ils la vivent, la comprennent et la décrivent subjectivement. C'est ce que la présente étude propose de faire, par une démarche phénoménologique.

#### CADRE CONCEPTUEL ET OBJECTIFS DE RECHERCHE

La phénoménologie est communément définie comme étant l'étude des vécus subjectifs. En effet, cette approche suppose que l'existence prend forme par l'entremise de l'expérience subjective. Dans cette perspective, le chercheur tente de se délester de ses préconceptions pour s'intéresser au phénomène en tant qu'expérience vécue et subjective (Vachon, 2014). La phénoménologie s'intéresse entre autres à décrire les vécus en fonction des dispositions essentielles de l'expérience, notamment dans le rapport au temps, à soi, aux autres et au monde. Le regard phénoménologique s'attarde aussi au sens qu'attribuent les sujets à leur expérience. L'accompagnement des patients dans cette recherche de sens constituerait l'essence même du mandat de thérapeute (Quintin, 2005), d'où la pertinence de s'y intéresser. Autrement dit, la phénoménologie s'attarde à la façon dont les sujets concernés par le phénomène « [trouvent] les mots pour se dire eux-mêmes » (Quintin, 2005, p. 60-61), c'est-à-dire à la façon dont ils se racontent et mettent ainsi en lumière le sens de leur expérience. Dans cette étude, notre posture phénoménologique vise à développer une meilleure compréhension de l'expérience vécue de réfugiés en contexte québécois. La démarche se veut essentiellement inductive et repose sur les récits des participants afin d'extraire les thèmes essentiels permettant de décrire et de mieux appréhender leur vécu.

Cette démarche phénoménologique s'ancre nécessairement dans un paradigme constructiviste et interprétatif. Selon cette perspective, l'expérience vécue résulte d'une co-construction avec la société, y compris dans le dialogue avec le chercheur. Plus précisément, nous adoptons la

perspective humaniste et phénoménologique employée en analyse phénoménologique interprétative<sup>5</sup> (Smith et Osborn, 2003). Nous nous intéressons donc à la subjectivité des participants et aux significations qu'ils attribuent à leur histoire. L'objectif de cette étude est ainsi de décrire et de mieux comprendre le vécu des réfugiés au Québec. L'accent est mis sur l'expérience postmigratoire.

## MÉTHODOLOGIE

Notre échantillon comprend 14 participants, ce qui correspond aux critères suggérés en phénoménologie interprétative (Smith et Osborn, 2003). Le Tableau 1 présente les caractéristiques des participants ainsi que leur répartition selon le mode de recrutement. Six participants ont été recrutés par le biais d'organismes communautaires qui œuvrent auprès de réfugiés<sup>6</sup>. Un appel à nos réseaux personnels et professionnels a permis de joindre six autres participants. Enfin, deux participants ont été recrutés par effet boule de neige. Les recruteurs étaient invités à présenter le projet aux individus qui correspondaient aux critères d'inclusion et à nous communiquer les coordonnées des personnes intéressées. La première auteure les a ensuite jointes pour solliciter leur participation. Les critères d'inclusion étaient : 1) être adulte (avoir 18 ans et plus) et 2) être réfugié, sans égard au statut migratoire au moment de l'étude<sup>7</sup>.

Le projet a obtenu l'approbation du Comité d'éthique de la recherche pour les projets étudiants de la Faculté des sciences humaines de l'Université du Québec à Montréal. La cueillette de données s'est effectuée par le biais d'entrevues semi-structurées. Ce type d'entrevue est l'outil de choix pour amasser des données riches et permettre l'émergence de thèmes non anticipés, ce qui est recherché dans une démarche inductive portant sur un sujet complexe (Smith et Osborn, 2003). L'auteure principale a effectué les entretiens au lieu choisi par le participant (à domicile, au travail, dans un lieu public qui permet la confidentialité ou dans un local d'entrevue de l'équipe de recherche). La durée des entrevues a varié entre 1 h et 2 h 30, en fonction du désir et de la disponibilité de l'interviewé à poursuivre la rencontre. Neuf participants ont pris part à un seul entretien, alors que cinq en ont complété deux. Le

---

5. Traduction libre de *Interpretative Phenomenological Analysis*.

6. Les organismes communautaires sont le Réseau d'intervention pour les personnes ayant subi la violence organisée (RIVO) et La Maisonnée, tous deux situés à Montréal, Québec (Canada).

7. Le DA dont la demande est acceptée obtient le statut de réfugié. Le réfugié accepté peut alors postuler pour obtenir la résidence permanente et, ultimement, la citoyenneté.

Tableau 1  
Caractéristiques des participants et mode de recrutement

Caractéristique sociodémographique		Étendue
Durée de résidence au Canada	Moyenne de 3,5 ans	4 mois à 16 ans
Genre	Nombre de participants	
Femme	8	
Homme	6	
Statut migratoire		
Demandeur d'asile	4	
Réfugié	5	
Résident permanent	3	
Citoyen	2	
Provenance		
Afrique	6	
Asie	2	
Amérique	6	
Statut d'emploi		
Prestataire de l'aide sociale	7	
Travailleur salarié	7	
Mode de recrutement		
Organismes communautaires	6	
Appel au réseau	6	
Effet boule de neige	2	

nombre de rencontres était déterminé à la fin du premier entretien et dépendait des thèmes qui avaient été couverts ainsi que du désir du participant d'effectuer ou non une deuxième rencontre. Le recours à un interprète était également offert<sup>8</sup>. Afin de préserver l'anonymat, un code a été attribué à chacun des participants et les verbatim ont été épurés de toute information permettant l'identification. L'intervieweuse s'est assurée de respecter le rythme de dévoilement des participants ainsi que les réticences quant aux sujets abordés. La question d'amorce était la suivante : « Pourriez-vous me parler de votre expérience comme réfugié? ». La grille d'entretien prévoyait également des questions de relance pour approfondir l'exploration. Dans un processus itératif, la grille d'entretien initiale présentée au Tableau 2 s'est transformée au fil de la cueillette des données, en fonction du matériel émergent et des pistes d'exploration suscitées.

8. Forcément, une certaine perte de richesse découle de la barrière de langue avec les participants dont le français ou l'anglais n'est pas la langue maternelle. Dans les cas où nous avons recouru aux services d'un interprète, la traduction a pu également introduire un changement du sens premier communiqué par les participants. Il s'agit là de limites inhérentes à la conduite d'entretiens en contexte transculturel.

L'intervieweuse a procédé à un enregistrement audio avec l'autorisation des participants. Dans les deux cas de refus, les participants ont accepté que nous prenions des notes manuscrites pour consigner leur propos. Des transcriptions intégrales des entrevues ont été réalisées et celles-ci ont été importées dans le logiciel de traitement de données qualitatives NVivo 11. L'analyse des données a respecté les lignes directrices de l'analyse phénoménologique et interprétative (IPA<sup>9</sup>) décrites par Smith et Osborn (2003).

Cette approche est qualifiée de phénoménologique dans la mesure où le chercheur interroge et décrit le vécu des participants, tel qu'ils en font l'expérience. Toutefois, en plus d'intégrer les principes de la phénoménologie, l'IPA propose d'ajouter une portion interprétative à l'analyse des phénomènes (Eatough et Smith, 2012). La méthode IPA comporte donc deux paliers d'analyse (Smith et Osborn, 2003). La première phase d'analyse est plus descriptive et demeure proche du discours des participants. Le second niveau dépasse le matériel brut et met à profit une lecture plus conceptuelle et interprétative. Ce processus d'analyse prend forme en dialogue avec l'univers théorique du chercheur et ses intuitions analytiques. Dans le cas qui nous intéresse, l'étape interprétative s'est principalement inspirée de la littérature sur la phénoménologie de la souffrance, les réfugiés et la souffrance sociale.

De façon détaillée, la transcription des entrevues, suivie d'une première lecture, a permis l'immersion dans les données pour dégager une première impression du sens global. Les transcriptions ont ensuite été codées à partir d'une grille de codage ouverte qui s'est stabilisée avec la saturation des données. Les codes ont été organisés et hiérarchisés, ce qui a permis de dégager les thèmes principaux, issus d'un niveau supérieur d'abstraction. Un exemple permettra d'illustrer le processus. Le premier niveau d'analyse, plus descriptif, a permis de faire ressortir dans le discours des participants des vécus tels que 1) l'impossibilité d'oublier le passé, 2) l'angoisse associée au futur qui parasite le présent et 3) le fait d'être porté à penser au passé ou au futur, lorsque confronté aux impasses du présent. Ce matériel brut a ensuite fait l'objet d'une analyse plus interprétative. Nous nous sommes donc inspirée des écrits de Ricœur pour considérer les résultats en séparant les trois instances du temps – passé, présent et futur. Le matériel a également été analysé à la lumière d'écrits phénoménologiques qui suggèrent que la souffrance altère le

---

9. Il s'agit de l'acronyme pour l'expression originale en anglais *interpretative phenomenological analysis* utilisée par Smith et Osborn (2003). L'appellation en français est une traduction libre.



Tableau 2

Canevas d'entrevue initial (version française)

---

Phrase d'introduction :

Nous voudrions apprendre de vous en vous posant des questions sur votre expérience en tant que réfugié.

Questions :

Comment vivez-vous le fait d'être réfugié?

Autres formulations possibles :

- Qu'est-ce que vous pensez du mot « réfugié »?
- Pourriez-vous me parler de votre expérience de réfugié?

Exemples de relances :

- Pouvez-vous m'en dire plus? Pouvez-vous m'en parler? Que voulez-vous dire?
  - Comment ça a été pour vous, arriver au Québec?
  - Qu'est-ce qui a changé depuis votre arrivée? Où en êtes-vous maintenant?
  - Qu'est-ce qui vous a marqué dans votre expérience de réfugié? Qu'est-ce qui vous a surpris? Qu'est-ce qui vous a déçu?
  - Si vous aviez à décrire à un réfugié qui arrive au Québec ce qui l'attend ou comment ce sera, que diriez-vous?
  - Que pensez-vous de la façon dont les réfugiés sont reçus au Québec?
  - Qu'est-ce qui vous aide (vous a aidé) à composer comme réfugié?
    - Relance sur les facteurs ayant aidé
    - Relance sur les obstacles rencontrés
- 

sentiment de cohérence du temps vécu (Bourgeois-Guérin, 2012a). Ces conceptualisations sur la temporalité ont offert un cadre interprétatif pour l'analyse du contenu manifeste, ce qui a permis de former le thème « temporalité enchevêtrée ».

Ce processus d'analyse, comme les phases antérieures du projet, a également impliqué la prise de notes réflexives et des rencontres fréquentes avec la direction de recherche. Ces mesures visent à documenter et à orienter les décisions méthodologiques ainsi que les pistes d'interprétation. Le journal de bord permet aussi de consigner et d'alimenter la réflexion du chercheur sur sa propre expérience et sa compréhension du phénomène (Vachon, Fillion et Achille, 2012). Les autres dispositions prises pour maximiser la qualité du processus seront maintenant présentées.

#### Qualité et fiabilité de l'analyse

Puisque cette étude s'ancre dans un paradigme constructiviste et interprétatif, nous avons observé les critères de rigueur propres à ce paradigme, tels qu'élaborés et suggérés par Morrow (2005). Nous présentons donc les stratégies employées pour maximiser la qualité et la

---

fiabilité de l'étude selon les critères de rigueur définis par l'auteure, soit *l'équité* et *l'authenticité tactique, éducative et catalytique*.

Premièrement, *l'équité* « demande de solliciter et d'honorer une diversité de constructions<sup>10</sup> » (Morrow, 2005, p. 252). L'emploi d'un échantillon diversifié sur le plan des sources de recrutement et des caractéristiques des participants, comme la nationalité, le genre ou le temps écoulé depuis l'arrivée au Québec, répond à ce critère. De plus, une attention particulière a été portée à la recherche de contenus non anticipés et de points de vue minoritaires afin de faire place aux diverses nuances dans les récits.

Deuxièmement, *l'authenticité tactique* se rapporte à la capacitation de l'individu par sa participation à l'étude. À cet égard, nous avons maintenu une réflexion constante sur les relations de pouvoir dans le rapport aux participants. Nous avons porté une attention particulière à l'impact de la recherche sur ces derniers. Nous nous sommes également assurée de valider les participants dans leur vécu, ainsi que dans les aspects de leur expérience qui pouvaient relever de la souffrance sociale.

Troisièmement, *l'authenticité éducative* demande d'améliorer la compréhension du phénomène par la communauté scientifique, le milieu clinique et les participants. En ce sens, une stratégie de recherche souple et le transfert actif des connaissances ont été prévus pour respecter ce critère.

Pour terminer, Morrow (2005) pose *l'authenticité catalytique*, qui concerne la capacité de la recherche à motiver l'action, comme dernier critère d'authenticité. Nous espérons que la meilleure compréhension des enjeux psychologiques qui émergera de cette étude mènera éventuellement à un meilleur accueil des réfugiés, tant sur le plan des services que sur le plan systémique. À cet égard, nous sommes engagée, par le transfert des connaissances, à diffuser un regard différent, en tant que vécu, sur l'expérience des réfugiés. Nous sommes également mobilisée à diverses actions collectives en marge de ce projet de recherche.

## RÉSULTATS

L'objectif de cet article est de décrire et d'améliorer notre compréhension de l'expérience subjective et vécue des réfugiés au Québec. Ce faisant, nous nous intéressons au sens que les réfugiés

---

10. Premièrement, *l'équité* « demande de solliciter et d'honorer une diversité de construction » (Morrow, 2005, traduction libre, p. 252).

attribuent à leur expérience. Notre analyse phénoménologique et interprétative a fait émerger trois thèmes centraux qui décrivent l'expérience des réfugiés dans leur rapport au temps, à eux-mêmes et au monde. Un horizon temporel sans refuge, un rapport à soi entre rupture et continuité ainsi qu'un rapport au monde entre la dignité et l'exclusion permettent de décrire les dispositions essentielles du vécu des réfugiés, telles qu'elles se révèlent dans le discours des participants. Les sous-thèmes qui ont permis l'émergence des thèmes essentiels sont présentés au Tableau 3 et seront illustrés par les propos des participants.

#### Être réfugié : un horizon temporel sans refuge

L'analyse des récits révèle un rapport au temps bien particulier chez les individus rencontrés. En effet, être réfugié signifierait être coincé dans un espace hors du temps, dans un horizon temporel suspendu. Cela impliquerait d'être constamment ramené dans un passé d'effraction, sentir que sa vie présente est inintéressante et futile ainsi qu'appréhender un futur incertain et potentiellement terrifiant. Le quotidien consisterait à attendre, dans l'impuissance de savoir ce que l'avenir réserve. Pour d'autres, l'expérience d'être réfugié signifierait de se trouver dans une impasse parfois si souffrante que l'existence deviendrait absurde. Ce vécu consisterait donc à faire l'expérience d'une existence suspendue, dans l'attente d'une vie meilleure et d'une plus grande intégration à la société d'accueil. Par exemple, Omaira<sup>11</sup> évoque l'expérience d'attente du verdict à sa demande d'asile :

Savoir si oui si non, si j'avance ou je recule. C'est toujours comme si tu attends quelqu'un... Tu as rendez-vous. Tu attends quelqu'un et tu continues à attendre. Tu n'as pas de réponse. Tu n'as pas d'appel. Tu es là à attendre pendant trois ans... Tu n'as pas de nouvelles. Tu ne peux pas savoir si tu t'en vas de ta maison ou si tu restes, mais tu dois rester parce que tu attends la personne. (Omaira)

Le présent porterait donc la marque de l'attente. Cette attente impliquerait une projection vers le futur et se caractériserait par l'incertitude et l'impasse. Ragu, dont le statut n'est pas régularisé, évoque la difficulté d'investir le présent et de faire des projets lorsque le futur est incertain. Il parle avec détachement de la mort qui l'attend advenant sa déportation :

Je suis à deux ans d'attente et... ça fait réfléchir, parce que tu ne peux pas placer un projet en place, parce que tu ne sais pas ce qui va t'attendre après les deux ans, les trois ans que tu auras passés... Je sais que si je mets pied là-bas, c'est fini. Donc, je suis tranquille là-dessus. Je sais que

---

11. Afin de préserver l'anonymat des participants, tous les noms cités dans la section *Résultats* sont des pseudonymes.

Tableau 3  
Thèmes émergents

Thèmes principaux	Sous-thèmes
Horizon temporel sans refuge	- Une existence suspendue - L'impasse et l'incertitude - Une temporalité enchevêtrée - Un combat quotidien
Rupture et continuité	- Pertes et recommencement - Fossé relationnel - Éclatement des repères - Désir de l'ailleurs
Dignité et exclusion	- Humiliation et honte - Valeur, droits et opportunités moindres

si ça ne marche pas, c'est la déportation : « Allez, on te prend, allez ». On va te jeter. On te met dans la gueule du loup. Le loup finit de me dévorer et il n'y a pas de problème. Non. Moi, je serai déjà mort. (Ragu)

Yunieski témoigne pour sa part du sentiment d'impasse, qui la propulse vers le futur ou dans le passé, lesquels ne semblent pas lui offrir de refuge :

Quand le moment présent est difficile ou bloqué, qu'est-ce qu'on fait ? On rentre dans le passé et on voit. On essaie de projeter le futur. Soit on sombre dans le passé, soit on se projette dans le futur. Tout simplement. (Yunieski)

Quand Eugène regarde vers le futur, il voit un « mur noir ». Il nomme ainsi son désespoir : « Quand on n'a pas d'espoir, vivre, c'est comme [être] mort. On vit comme un cadavre. C'est mieux de mourir » (Eugène).

Pour les participants, il semblerait que le sentiment d'impasse introduise une discontinuité entre le présent et le futur et soit ainsi susceptible de raviver la nostalgie du passé. Le manque de réalisation au présent et le désespoir par rapport au futur paraissent effectivement trouver refuge dans l'idéalisation du passé. Toutefois, ce passé prémigratoire est omis du témoignage de plusieurs participants. D'autres souhaitent parler de leur souvenir du passé, impossible à oublier. Pour ceux-là, le passé fait intrusion dans le présent, ce qui semble source de souffrance. Le rappel du passé est accentué par l'attente anxieuse du futur. Les trois instances du temps – passé, présent et futur – deviennent enchevêtrées. Ragu raconte comment le passé revient constamment :

## Être réfugié au Québec : phénoménologie de l'exil

---

Au départ, ça te fait trop réfléchir puisque quand tu attends, tu attends, à un moment, les événements que tu as eus à vivre sont en train de partir. Imaginons que tu es appelé en audience dans trois ou quatre ans, ça ne sera plus comme si c'était une histoire d'hier. Il y a même des facteurs que tu pourras peut-être oublier. Donc, l'attente, vraiment, est très très difficile. Je me dis qu'au fil des années et du temps [claque des doigts], ça va passer, mais je ne pourrai jamais oublier. On dit souvent que tu peux pardonner, mais tu ne peux jamais oublier. C'est difficile. C'est pour ça que la télévision, quand j'allume, si je vois un film qui est violent, je change. Parce que ça revient [claquement de langue] constamment. Donc [soupir]. (Ragu)

L'altération de la temporalité entraîne une certaine perte de sens et une lassitude contre lesquelles il faut lutter pour ne pas s'effondrer. Ainsi, être réfugié impliquerait un combat quotidien contre le découragement et l'apathie, en recourant à une attitude forte et à l'action. Jamila en parle dans ces termes :

Je dois être forte même si je suis abattue. Debout pour faire les démarches, sinon qui va le faire à ma place? Eux [les intervenants] m'orientent, mais c'est moi qui dois faire les démarches. Je suis obligée. (Jamila)

On soupçonne par le biais de cette parole la difficulté de porter, en plus d'une certaine souffrance, le poids des différentes démarches à effectuer pour stabiliser sa situation socioéconomique. Ces démarches administratives complexes concernent la régularisation du statut, la recherche d'un emploi ou la demande d'assistance sociale. Ragu verbalise également l'obligation de se battre au quotidien :

Oui c'est ça, beaucoup d'efforts. Donc, c'est comme ça. On est là et on attend. On se bat. On pousse. C'est comme ça que les réfugiés vivent. [Intervieweuse : Comme une bataille quotidienne?] Quotidienne, toujours, parce que si tu te croises les bras, tu ne peux pas t'en sortir, donc tu es obligé de te battre. Te battre. Tu te bats [soupir], quotidiennement. (Ragu)

Ragu décrit ainsi le combat pour « s'en sortir », pour continuer à avancer et rétablir la continuité ébranlée par les dangers du passé, la migration et les difficultés du présent.

### Être réfugié : un rapport à soi entre rupture et continuité

En plus de la fracture introduite par les événements qui ont déclenché l'exil, l'expérience d'être réfugié implique de nombreuses pertes et des changements radicaux qui ébranlent le sentiment d'une identité cohérente, en continuité. Plusieurs participants évoquent un fossé qui s'introduit entre l'identité prémigratoire et postmigratoire. Les pertes et deuils vécus peuvent toucher plusieurs sphères, comme les relations sociales, le statut

social et les repères culturels. Ces multiples pertes imposent une forme de recommencement et non de continuité<sup>12</sup>.

Être réfugié se ressentirait donc comme un départ à zéro, accompagné du sentiment d'avoir tout perdu et de devoir reconstruire sa vie. Eugène décrit avoir tout laissé derrière :

Juste recommencer à zéro, parce que j'ai laissé 15 ans de ma vie en arrière... Je recommence à zéro, parce que quand on recommence à travailler, on commence à zéro... Maintenant, on est moins que zéro... Au-dessous de zéro... Pourquoi? Parce que nous ne parlons pas la langue d'ici : on n'est même pas arrivés à zéro. (Eugène)

Eugène ressent que ce qu'il a construit dans sa vie « prémigratoire » est anéanti et que tout est à refaire, ce qui semble générateur de souffrance pour plusieurs participants. Il réfère particulièrement à la perte de statut liée à l'emploi, à la perte de la place acquise dans la société et de sa langue. Pour Fatima, quitter sa vie d'avant a été une épreuve difficile, mais le fait d'être en sécurité au Canada l'aide à donner du sens à ces pertes. Elle rapporte son expérience dans ces mots :

Moi, j'ai cette pensée : j'ai toujours cru que Dieu nous donne la maladie, mais nous donne aussi le remède. [Intervieweuse : Et dans votre cas, quelle maladie vous a été transmise par Dieu?] Le fait que j'ai dû tout abandonner. En même temps, ça a fait en sorte que j'ai connu les choses et vécu avec plus de tranquillité. Beaucoup. Et ça, ça n'a pas de prix. La tranquillité, la sécurité a été le mieux. La sécurité. Il n'y a pas de mots pour dire ça. (Fatima)

La tranquillité de ne plus avoir à fuir semble pour Fatima un baume qui aide à faire le deuil de la vie laissée derrière. La foi semble aussi l'aider à faire sens des pertes subies, comme le fait d'être séparée de ses enfants, qu'elle a dû laisser derrière.

Pour plusieurs participants, une des pertes les plus significatives est celle du réseau social. Ainsi, la solitude dans le pays d'asile, la difficulté de tisser de nouveaux liens et la séparation des proches restés au pays introduisent un fossé relationnel. Pour les réfugiés, le sentiment d'être en rupture se vivrait donc dans le rapport à soi, mais aussi dans le rapport à autrui. La séparation familiale se pose comme une des expériences les plus souffrantes. Pour Jamila, la situation la plus difficile qu'elle ait eu à vivre comme réfugiée a été la séparation de ses parents, avec lesquels

---

12. Cette rupture identitaire entre l'avant et l'après, entre là-bas et ici, peut sembler incompatible avec l'expérience de temporalité enchevêtrée déjà évoquée. Toutefois, ces deux expériences ne sont pas mutuellement exclusives. Ainsi, la fracture identitaire ressentie au présent se fait tout de même en dialogue avec le passé, par le constat des pertes et changements.

elle vivait avant de fuir. Fatima n'a quant à elle pas pu emmener ses enfants dans la fuite. Ces derniers sont restés au pays avec d'autres membres de la famille. La vie loin de ses enfants lui cause beaucoup de souffrance :

Il n'y a pas de façon de l'exprimer. Le vide. La rage. L'impuissance que je ressens. Je les [ses enfants] vois à travers un écran d'ordinateur et, c'est inévitable, ils me demandent : « Maman, quand est-ce qu'on se voit ? » Mais il n'y a pas de mots pour décrire ce que je ressens. C'est un vide très grand [pleurs]. C'est un très grand vide. Ici, il n'y a pas moyen de combler ce vide. Même si on essaie tous les jours de faire sa vie, ce qu'on doit faire au quotidien, je ne peux pas non plus me laisser mourir. (Fatima)

Fatima témoigne des émotions douloureuses que lui fait vivre la séparation de ses enfants. Malgré le vide qu'elle ressent, elle sous-entend qu'elle doit tout de même continuer à avancer et ne pas se laisser abattre. En plus de la séparation familiale causée par la migration forcée, c'est parfois un abandon et un rejet par les proches qui se superposent à la persécution à la source de l'exil. Ragu voit ainsi son rapport à autrui altéré par les rejets multiples :

Si vous vous retrouvez dans des problèmes et que tous les gens qui vous ont été chers, proches, vous abandonnent parce qu'ils te traitent de satanisme, imaginez-vous ce que vous pouvez endurer. Vous vous retrouvez dans une cellule pendant quatorze jours et on ne vous rend même pas visite, même pas pour vous donner ne serait-ce qu'une orange. J'allais mourir de famine. J'ai eu besoin (...), même actuellement il n'y a aucun ami qui m'appelle pour s'excuser... Rien. Donc je suis mon ascension tout seul. Je suis mon ascension tout seul<sup>13</sup>. (Ragu)

Ragu décrit dans cet extrait avoir été abandonné et se retrouver seul devant l'adversité. De telles expériences créent une rupture dans le rapport à autrui, ce qui affecte aussi le sentiment de continuité et d'intégrité.

Une autre source de rupture serait vécue dans l'éclatement des repères culturels. Les référents culturels des réfugiés sont inévitablement bousculés à leur arrivée et ils doivent composer avec cette fracture dans leur rapport au monde. Boris donne un exemple du choc culturel qu'il a vécu au contact de la culture québécoise :

Pour moi, toute personne que tu vois, il faut saluer. Mais je viens au Québec et c'est différent. Les gens ne se saluent pas. Les gens passent comme ça. C'est comme si en réalité chacun était réservé. Dans mon pays, ce n'est pas le cas. Quand tu vois une personne qui t'aborde, il faut saluer : « Bonjour, bonjour, comment ça va ? » (Boris)

---

13. Le type d'appartenance pour laquelle ce participant a été persécuté n'est pas révélé afin de protéger l'identité du participant.

Pour sa part, Ragu a vécu un déracinement qui semble encore plus profond, au point de se sentir dans un monde complètement différent de ce qu'il avait connu :

Vous imaginez le film *Un indien dans la ville*? Vous imaginez quelqu'un qui sort d'une brousse et qui arrive en ville. Il ne connaît rien. On le renseigne comme s'il vivait déjà ici... Sur l'aspect technique, pour un réfugié qui arrive, c'est difficile... Le repas, l'intégration, la ville... C'est comme si tu te retrouvais dans un autre monde. Tu arrives et tout le monde marche vite. Nous, on ne connaît pas ça en [pays d'origine]. Les gens me parlent du métro : « le métro le métro »... Nous, on ne connaît pas l'histoire du métro. On connaît le train. Ici, tu vois les gens qui vont prendre l'autobus : ils sont alignés. Ils respectent les arrivées. En [pays d'origine], il n'y a pas ça. Dans l'autobus, si tu es plus fort, tu bouscules et tu rentres. Donc, vous voyez, c'est difficile. Ça édifie. Ça fait réfléchir. Et c'est comme si, à un moment, tu te rends compte que c'est deux civilisations différentes. Tu te rends compte que tu es tranquille : en [pays d'origine], on regarde ta vie. Ici, mon voisin qui est en haut, j'ai fait même six mois et on ne se voit pas. (Ragu)

Ragu décrit un bouleversement culturel qui s'étend à toutes les sphères de sa vie, soit les relations de voisinage, les modes de transport, le rythme de vie et l'alimentation. Faire l'expérience de changements sur autant de pans de la vie bouleverse l'équilibre qui existait avant que la persécution débute dans le pays d'origine.

La perte de stabilité et la souffrance qui y est associée engendrent souvent un désir de l'ailleurs comme perspective d'une vie meilleure et du retour à la stabilité. En effet, les deuils multiples que vivent les réfugiés suscitent souvent le désir de retourner dans le pays d'origine pour retrouver la vie « avant que les problèmes commencent ». Presque tous les participants ont mentionné avoir à un point songé sérieusement à regagner le pays qu'ils ont fui. Toutefois, le plus souvent, ce désir se bute à l'impossibilité du retour. Ou encore, le désir de l'ailleurs prend la forme d'une province canadienne plus inclusive ou d'un autre pays d'exil en cas de refus de la demande d'asile. Pour Olivia et Lupita, le fait que les services d'immigration aient retiré leur passeport en cours de processus les a empêchées de retourner dans leur pays :

Parfois, je me dis que je devrais être reconnaissante, parce que j'ai eu mes moments où, si j'avais eu mon passeport, j'aurais juste voulu retourner à la maison. J'aurais été vraiment près de m'acheter un billet pour retourner si j'avais eu mon passeport. Alors parfois, je dis merci de ne pas avoir eu mon passeport. Parce que mon amie qui a demandé l'asile en Australie est devenue tellement dépressive qu'elle s'est acheté un billet et est retournée chez elle. (Olivia)



À l'inverse, certaines expériences restaurent le sentiment d'intégrité et de continuité. Par exemple, pouvoir s'intégrer à la société d'accueil par le biais d'un emploi, se sentir en sécurité, se sentir connecté aux autres ou avoir des nouvelles de la famille restée au pays d'origine sont autant d'éléments qui rétablissent le sentiment d'intégrité. Ainsi, Ragu parle du moment marquant où il a pu se défendre par rapport à celui qui avait commandé son incarcération et sa torture :

En janvier, ce commissaire m'a appelé. Je l'ai copieusement insulté au téléphone. J'ai un fardeau qui est parti de mes épaules, parce que je l'ai copieusement [insulté] et je lui ai dit de ne plus jamais m'appeler. Je l'ai insulté copieusement. C'est là où je me suis rendu compte que je pouvais lui dire ce que je voulais... parce que là où je suis, il ne pouvait rien me faire. (Ragu)

À l'opposé de ces expériences réparatrices, les sentiments d'exclusion et d'atteinte à la dignité opèrent une rupture profonde.

#### Être réfugié : un rapport au monde entre dignité et exclusion

Ainsi, trop souvent, être réfugié serait synonyme de honte et d'humiliation, qui ébranlent le sentiment de dignité. Un participant décrit comment occuper un emploi au bas de l'échelle sociale est humiliant pour lui qui a fait de longues études universitaires. D'autres participants se sentent traités en criminels. Lupita s'est fait hospitaliser à son arrivée, car elle souffrait d'une infection respiratoire. À la fin de l'hospitalisation, alors qu'elle ne s'y attendait pas, elle s'est fait menotter et s'est fait emmener « direction détention » :

Je me retrouve le jour où ils ont mis les menottes. J'ai dit, qu'est-ce qui m'a emmenée dans ce pays ? Je n'ai pas pris le mauvais chemin, je suis venue. Je vais poser la question... Ils disent que le statut de réfugié c'est pour protéger les gens, mais ça, ce n'est pas pour protéger les gens. Chez nous, si on te met les menottes, c'est parce que tu as tué quelqu'un ou que tu as volé. Mais ici, par contre, je viens seulement pour me protéger et on me met les menottes... Ça m'a beaucoup marquée. On te met la menotte et tu restes derrière comme un prisonnier qui a fait un crime. Comme si tu avais volé ou tué quelqu'un. (Lupita)

Lupita décrit n'avoir rien fait de mal pour recevoir un traitement normalement réservé à des criminels et trouve donc difficile de donner un sens à cette expérience douloureuse<sup>14</sup>.

Pour d'autres, être réfugié signifierait dépendre de la charité en raison d'une situation de pauvreté. En effet, plusieurs demandeurs d'asile ont de

---

14. Plusieurs demandeurs d'asile sont incarcérés chaque année au Québec pour des motifs identificatoires ou pour un contrôle de sécurité (Cleveland et Rousseau, 2012).

la difficulté à trouver de l'emploi en raison de la discrimination liée à leur statut précaire ou à leur appartenance religieuse ou ethnique, de la barrière de langue ou de la non-reconnaissance des diplômes ou des expériences professionnelles dans le pays d'origine. Ils peuvent faire une demande d'assistance sociale, mais cette aide, bien que primordiale, ne suffit pas à les sortir de la précarité financière. C'est ce qu'évoque Boris, qui a dû recourir à diverses formes d'aide financière à un stade de son parcours :

Si tu n'as pas d'argent, tu es pauvre. Pas parce que j'ai vécu dans la rue, non. Je ne peux pas manger. Je ne peux pas travailler. Maintenant, j'ai besoin d'aide. (Boris)

On devine aux contours de son récit que c'est avec lourdeur que Boris recourt aux dons des banques alimentaires. Boris poursuivra en expliquant que se voir confiné à la posture de recevoir et le renversement du statut social comparé à la vie dans le pays d'origine peut créer de la souffrance.

En outre, le sentiment d'être considéré comme un être de moindre valeur et d'avoir des droits et opportunités moindres par rapport au reste de la population contribuerait au sentiment d'exclusion. On pense notamment à la difficulté d'accès aux soins de santé, à la déqualification professionnelle ou à la discrimination lors de la recherche d'un logement. Ainsi, être réfugié consisterait à se sentir traité comme une personne de moindre valeur. En retour, l'estime de soi s'en trouverait atteinte. Nadia rapporte : « Mais c'est comme ça, le réfugié, c'est la moindre personne ». Elle s'exprime aussi sur ses opportunités réduites du fait de son statut migratoire précaire :

C'est un peu difficile. Pour le réfugié, les débuts sont très difficiles. Très très difficiles. Il n'y a rien à sa portée. Il n'y a rien à sa faveur. Il faut que lui-même se fasse une vie... Bon, il y a des gens qui ont des dons qui arrivent ici réfugiés et ils se retrouvent à la manufacture. Il prend goût à la manufacture. Les études, il n'a plus le temps. Lui, il travaille à la manufacture pour pouvoir payer ses factures et la maison. Vous allez vous rendre compte qu'être réfugié, c'est la pire des choses. Ça c'est selon moi, parce que quand vous êtes réfugié, vous n'êtes même pas un homme de la société. [Intervieweuse : C'est pour ça que tout à l'heure vous disiez que c'était comme vivre dans un enfer?] Voilà. Je prends un exemple. Vous arrivez quelque part et on te demande : « Tu es résident permanent? » Non. « Tu es quoi, demandeur d'asile? » Oui. « Ah. Ici, on n'embauche pas les demandeurs d'asile. » (Nadia)

Dans l'expérience de Nadia, la souffrance est associée à un sentiment d'être à l'extérieur de la société et d'avoir des possibilités limitées, notamment en raison de la discrimination à l'emploi. Pour beaucoup, être réfugié reviendrait donc à avoir moins de droits que les autres et souffrir

des limitations qui font qu'on se sent à part et défavorisé. La précarité financière et la difficulté d'accéder à des études ou d'obtenir un emploi en sont des exemples. Ainsi, Manuel se sent désavantagé par rapport aux résidents permanents dans les services gouvernementaux d'insertion à l'emploi<sup>15</sup> :

Les résidents permanents sont privilégiés par rapport aux personnes réfugiées... C'est vrai que certaines personnes protégées ont cette chance : tu peux arriver à une agence le jour où tu vas appliquer et il y a des postes directement, des postes permanents et on te prend. Ça peut arriver. Mais quand il n'y a pas de disponibilité, les résidents permanents sont privilégiés. (Manuel)

À l'inverse, pour Fiona, être réfugiée est associé au fait de ne plus avoir à se cacher des autorités, de pouvoir accéder à des services et d'avoir plus de liberté. Cette dernière a été sans-papier pendant plus d'un an avant de demander l'asile, car elle avait peur d'être rapatriée et d'être à nouveau en danger. Elle décrit en toute simplicité le changement qui s'est opéré pour elle à partir du moment où elle a demandé refuge : « C'est pour ça que c'est beaucoup mieux maintenant. Je suis plus heureuse. Je suis plus libre. Je suis plus libre de marcher dans la rue maintenant. » (Fiona)

## DISCUSSION

En somme, l'analyse a permis l'émergence de trois thèmes centraux pour décrire l'expérience vécue des réfugiés dans leur rapport au temps, à eux-mêmes et au monde. Un *horizon temporel sans refuge, un rapport à soi entre rupture et continuité* ainsi qu'un *rapport au monde entre la dignité et l'exclusion* permettent de décrire les dispositions essentielles du vécu des réfugiés, telles qu'elles se révèlent dans le discours des participants.

Plus précisément, notre analyse révèle un rapport au temps particulier, en quelque sorte *faussé*. Une telle temporalité tronquée est d'ailleurs souvent évoquée dans différents écrits phénoménologiques, notamment ceux qui se penchent sur l'expérience de la souffrance. À cet égard, la pensée de Ricœur suggère effectivement que la souffrance altère non pas le temps en soi, mais bien l'expérience du temps, tel que vécu (Marin et Zaccai-Reyners, 2013). Plus spécifiquement, la souffrance provoquerait l'arrêt du temps vécu de sorte que le présent apparaît éternel et sans ouverture sur le futur (Bourgeois-Guérin, 2012a). Plus encore, les écrits relèvent que l'incertitude par rapport au futur et un rapport tronqué au passé – où le passé est soit hypertrophié, idéalisé ou rayé de la conscience – nuisent au sentiment de cohérence, ce qui serait source de

---

15. Bien que cette participante parle de son expérience après avoir obtenu le statut de réfugié, il est à noter que les demandeurs d'asile sont exclus de la plupart des programmes d'emploi et de formation financés par l'État (Montgomery, 2002).

souffrance (Bourgeois-Guérin, 2012b). Ces concepts de la temporalité dans l'expérience de la souffrance peuvent éclairer le vécu des réfugiés, chez qui les instances du temps s'entremêleraient. Présent et futur cohabitent : les impasses au présent minent l'espoir d'un futur meilleur et l'angoisse par rapport au futur parasite le présent. Le passé est souvent délibérément omis en entrevue. Dans d'autres cas, le passé revient sans cesse dans sa forme traumatique ou rappelle les pertes et l'idéal perdu du pays natal.

Au présent, l'expérience de l'attente participe à une impression d'existence suspendue et de temporalité altérée<sup>16</sup>. Par exemple, l'attente de la régulation du statut accentue l'angoisse relative au futur. De plus, le processus de régulation du statut réactive constamment le passé, car le DA doit garder en mémoire son histoire de persécution afin d'en témoigner en audience. L'obtention du statut ne met pourtant pas fin à l'expérience de l'attente : celle-ci devient alors l'attente d'une vie dans la dignité, d'une meilleure inclusion à la société et de la possibilité d'y contribuer. Le désir de réunification familiale fait aussi partie des formes d'attentes vécues. En ce sens, Montgomery (2002) souligne l'importance d'une routine normale et d'activités qui gardent occupé afin d'éviter de penser infiniment aux pertes et, nous ajoutons, à l'angoisse du futur et au sentiment de futilité du présent. En fait, notre analyse met en lumière la force déployée par les réfugiés afin de demeurer actifs et combatifs même lorsqu'ils se sentent abattus. Cette attitude rejoint une constituante essentielle du souffrir selon Ricœur, soit la persévérance « dans le désir d'être et l'effort pour exister en *dépit de* [la souffrance] » (Marin et Zaccàï-Reyners, 2013, p. 33). Dans un autre registre, les éléments de rupture identitaire ainsi que les expériences d'exclusion et d'atteinte à la dignité semblent exacerber la souffrance et contribuer ainsi à la distorsion de la temporalité. L'altération du rapport au temps constituerait en soi un facteur de rupture.

De façon globale, les données de notre étude sur le rapport à soi peuvent être comprises à la lumière du concept d'identité narrative de Ricœur. Dans cet ordre d'idées, Bansel (2013) explique que l'identité narrative, plutôt qu'être figée et immuable, serait constamment transformée, coconstruite et refigurée au gré des espaces, temps, normes et contextes changeants. L'oscillation entre rupture et continuité identitaires chez nos participants pourrait donc refléter ce processus dynamique, soit cette tentative de rétablir une cohérence entre des identités narratives passée et présente distinctes. Ainsi, le discours des participants laisserait transparaître la complexité de ce travail et une

---

16. L'expérience subjective d'existence suspendue trouve d'ailleurs son corrélat dans la réalité puisqu'un temps considérable s'écoule avant que les réfugiés soient stabilisés et ancrés dans la société.

certaine difficulté à maintenir un sentiment de cohérence identitaire relativement à la modification radicale de leurs univers et contextes de vie.

En fait, l'expérience de rupture serait d'une importance telle que les réfugiés déclarent souvent avoir tout perdu et devoir recommencer à zéro, voire sous zéro. Cette notion de table rase est d'ailleurs explorée par Longneaux, dans un article sur la phénoménologie de la souffrance. Cet auteur parle de la « réduction radicale » qu'opère la souffrance : « nos habitudes, nos rôles, nos projets, notre histoire, même notre souci pour les autres, tout cela qui remplissait une vie, tout cela qui était "nous", n'est plus rien » (Longneaux, 2007, p. 63). Les pertes réelles et les mécanismes subjectifs de la souffrance concourent à un sentiment de régression et de recommencement imposés.

De plus, l'idéalisation de l'objet perdu serait une réaction normale de deuil (Papazian-Zohrabian *et al.*, 2016). Ainsi surgit chez la plupart des réfugiés le désir de rentrer au pays d'origine. Seulement, les raisons qui ont entraîné l'exil rendent le retour impossible. Les réfugiés peuvent alors rêver d'un autre ailleurs où la vie serait meilleure par rapport à l'adversité du présent. Ce fantasme de l'ailleurs pourrait aussi faire écho au deuil d'un idéal par rapport à la société d'accueil (Papazian-Zohrabian *et al.*, 2016).

En outre, il apparaît qu'une rupture s'installe également dans le rapport aux autres. Celle-ci s'ajoute à la perte concrète du réseau social composé des gens restés au pays d'origine et des proches décédés dans le conflit. D'autre part, on évoque aussi la solitude, la difficulté de tisser de nouveaux liens et le sentiment de ne pas être connecté aux autres ou d'être incompris dans le pays d'exil. Ces propos rappellent de nouveau la pensée de Ricœur qui évoque que, relativement à la souffrance, « le monde apparaît non plus comme habitable mais comme dépeuplé. C'est ainsi que le soi s'apparaît rejeté sur lui-même [...] à la façon d'une crise de l'altérité qu'on peut résumer par le thème de la séparation. » (Marin et Zaccā-Reyners, 2013, p. 17) L'expérience de fossé relationnel peut aussi être rattachée au concept de solitude existentielle. Celle-ci est d'autant amplifiée qu'il existe une réelle rupture des liens due à la migration et, le plus souvent, une absence de réseau à l'arrivée. Par ailleurs, les expériences qui relèvent de l'exclusion ou qui portent atteinte à la dignité créent également une fracture psychique de l'ordre de la retraumatisation. Ainsi, à un niveau élevé de souffrance, la séparation d'autrui est telle que l'autre devient l'ennemi, celui qui fait souffrir (Marin et Zaccā-Reyners, 2013). Alors, les mécanismes subjectifs de la souffrance de même que les expériences réelles de ruptures et de violences relationnelles s'entremêlent et ébranlent le lien à l'autre.

De fait, le réfugié recherche dans le pays d'asile un lieu sécuritaire, mais peut être exposé à des expériences d'exclusion, de discrimination, de déqualification professionnelle, de rejet et d'isolement. En outre, un paradoxe profond caractérise la situation des DA : c'est le persécuté qui doit fuir et comparaître à une audience pour obtenir l'asile tandis que les auteurs des violences à la source de l'exil demeurent impunis et peuvent résider dans le pays d'origine. Par ailleurs, les événements prémigratoires qui ont causé la fuite suscitent souvent un sentiment d'absurdité, d'incompréhension et une perte de sens. Ainsi, les réfugiés seraient plus vulnérables aux injustices et à la discrimination, car ces expériences remobiliseraient la souffrance du passé (Papazian-Zohrabian *et al.*, 2016).

La situation paradoxale dans laquelle se retrouvent les réfugiés ainsi que la souffrance qu'elle génère appellent à une réflexion collective en matière d'hospitalité. Les difficultés d'accès au logement, à l'emploi, aux soins de santé ainsi que les attitudes négatives d'une partie de la population à l'égard des réfugiés sont susceptibles de réactiver la souffrance liée à la persécution dans le pays d'origine. De façon parallèle, la société d'accueil peut se sentir menacée par l'altérité et les flux migratoires. Néanmoins, en tant qu'acteur social et représentant de la communauté d'accueil au service du mieux-être psychologique des individus, le psychologue se doit d'être sensibilisé à la complexité du vécu des réfugiés, mais aussi aux enjeux politiques et sociaux susceptibles d'exacerber la souffrance des nouveaux arrivants. En ce sens, tant le travail clinique que la recherche auprès des réfugiés impliquent une position politique et sociale (Gaillard, Talpin, Cuvillier et Mercader, 2014).

#### CONTRIBUTION, LIMITES ET IMPLICATIONS POUR LA RECHERCHE FUTURE ET LA CLINIQUE

Cette recherche qualitative et exploratoire a permis de mettre en lumière l'expérience des réfugiés en tant que vécu subjectif. À notre connaissance, aucune étude antérieure n'a sollicité dans cette perspective phénoménologique la parole de demandeurs d'asile québécois. Ainsi, l'analyse proposée est susceptible d'enrichir et de nuancer notre compréhension de l'expérience des réfugiés au Québec et de nous sensibiliser à leur vécu unique. Une telle étude exploratoire présente une valeur heuristique : elle pourra relancer de nouvelles pistes de recherche ou d'intervention auprès des populations réfugiées.

L'étude se démarque par ailleurs par sa focalisation sur l'expérience postmigratoire, alors qu'une forte tendance dans les travaux sur les réfugiés est de se pencher sur les symptômes post-traumatiques liés au vécu prémigratoire. De plus, cette recherche apporte un éclairage nouveau

en s'intéressant au sens et à l'expérience vécue. De cette façon, elle constitue une contribution complémentaire au savoir existant.

Le travail de recherche présenté dans cet article comporte également des limites. Une première limite réside dans le manque de contextualisation des résultats en ce qui a trait aux systèmes de sens culturels et religieux des participants. Rappelons à cet effet que des participants étaient issus de pays d'appartenance différents. L'identité partagée de ces participants de diverses origines relevait donc du fait d'être réfugié, plutôt que de reposer sur une appartenance culturelle commune.

Par ailleurs, les constats présentés dans cet article reflètent la situation de demandeurs d'asile arrivés depuis une durée moyenne de 3 ans et demi. En ce sens, elle révèle les difficultés des débuts de la vie en exil, mais reflète moins la réalité des gens réinstallés depuis plus longtemps. Il pourrait donc être pertinent pour la recherche future de questionner d'anciens demandeurs d'asile ayant obtenu la citoyenneté. Ce type d'étude serait susceptible de refléter davantage l'intégration à plus long terme ainsi que le sens donné à l'exil, avec le recul des années et une disponibilité psychique potentiellement plus grande. De plus, comme cette question a seulement été effleurée en surface dans cette étude, il serait intéressant d'approfondir davantage la compréhension des phénomènes identitaires qui touchent les réfugiés, à la lumière du concept d'identité narrative de Ricoeur.

De plus, la recherche future gagnerait à s'inspirer davantage des modèles de recherche-action afin d'explorer les pistes d'interventions individuelles et collectives susceptibles d'être porteuses pour les réfugiés. La recherche-action permet de faire de la recherche *avec* et non *sur* des sujets par leur inclusion comme membres actifs aux différentes étapes du processus (Meyer, 2000, p. 178). Ce rééquilibrage des pouvoirs paraît particulièrement indiqué avec une population réfugiée dont la période pré-migratoire est marquée par une perte de contrôle sur sa vie et la phase postmigratoire, par une confrontation à des structures sociales parfois aliénantes et contraignantes.

Sur le plan pratique, les résultats supportent plusieurs pistes cliniques. D'abord, les données sur la temporalité indiquent que le désespoir et un sentiment d'impuissance peuvent surgir face à un futur angoissant et incertain, un présent chargé d'impasses et un passé hors conscience ou qui rappelle les pertes et la persécution. Une posture aidante consisterait alors à incarner l'espoir et à soutenir les forces de résilience. En ce sens, comme les sources d'impasses sont souvent socioéconomiques et linguistiques, le psychologue devrait avoir une vision élargie de son rôle et

se voir comme agent social. La stabilisation des conditions socioéconomiques, l'établissement de l'individu dans la communauté et la régularisation de son statut devraient aussi précéder toute intervention classique de psychothérapie (Papazian-Zohrabian *et al.*, 2016). Cela peut signifier diriger vers d'autres sources d'aide comme les ressources communautaires et les travailleurs sociaux ou encore travailler de concert avec celles-ci. De plus, il peut s'avérer aidant de reconnaître et de valider le sentiment d'absurdité et d'absence de sens possiblement ressenti relativement aux violences du passé (Rousseau et Measham, 2008).

En outre, la meilleure compréhension de l'expérience du rapport au temps, à soi et à autrui issue de cette recherche pourra aussi servir à affiner la capacité de résonance empathique des cliniciens. L'accueil et la validation de l'expérience des réfugiés par les cliniciens seront ainsi susceptibles d'amoindrir la souffrance. Ensuite, le constat du combat quotidien livré par les réfugiés en dépit de la souffrance met en lumière l'importance de considérer cette dualité en intervention auprès des réfugiés. Ainsi, ce résultat semble soutenir la pertinence de reconnaître les forces, le courage et la persévérance au même titre que la souffrance, les difficultés et l'adversité. Concrètement, cela impliquerait d'accueillir la souffrance tout en soutenant et reconnaissant les efforts actifs des réfugiés pour améliorer leur situation.

Par ailleurs, l'expérience psychique de rupture identitaire révélée par les données indique la pertinence d'un travail de liaison. Par exemple, l'aidant peut s'intéresser à la culture d'origine du réfugié et à ce qu'il était avant qu'éclatent les conflits ou que débute la persécution afin d'établir un pont entre le présent et le passé, entre ici et là-bas (Papazian-Zohrabian *et al.*, 2016). Aider la personne ou soutenir la communauté pour qu'elle l'aide à tisser des liens avec autrui et à se familiariser avec le fonctionnement de la société d'accueil, avec ses codes sociaux et culturels, favoriserait le sentiment d'appartenance et ainsi la continuité (Papazian-Zohrabian *et al.*, 2016). En outre, les pertes subies et la souffrance associée nous aiguillent vers un travail d'élaboration psychique du deuil (Papazian-Zohrabian *et al.*, 2016).

Le sentiment de séparation dans le rapport à l'autre indique aussi l'importance de la qualité du lien tissé dans l'intervention auprès de demandeurs d'asile. Dans cette perspective, la relation thérapeutique pourrait s'avérer réparatrice dans la mesure où elle augmenterait le sentiment d'être connecté et lié à autrui. Ce même thème nous oriente également vers l'importance de cultiver des espaces de collectivité, où les demandeurs d'asile pourraient retrouver un sentiment de communauté. Les organismes communautaires jouent à ce titre un rôle primordial. Pourtant, à l'heure actuelle, les organismes communautaires québécois ne



reçoivent pas de subvention de l'État pour les services dispensés aux demandeurs d'asile<sup>17</sup>, à l'exception de l'aide pour la recherche de logement. En outre, nos résultats révèlent que la séparation familiale contribuerait significativement au sentiment de rupture et à la souffrance. Ce résultat met en lumière l'importance de la réunification familiale, sur le plan des politiques et de l'accompagnement des réfugiés pour réaliser les démarches administratives associées.

Enfin, les expériences d'exclusion qui ébranlent le sentiment de dignité doivent être entendues. De même, prendre position et valider l'expérience en reconnaissant la violence structurelle présente dans le pays d'accueil comme la violence collective vécue dans le pays d'origine aiderait à créer l'alliance et à rétablir la confiance envers les êtres humains. De plus, pour éviter d'ajouter au fort sentiment de stigmatisation révélé par les réfugiés rencontrés, une certaine prudence quant à la catégorisation diagnostique devrait être observée. Une telle catégorisation « peut être particulièrement aliénant[e] et stigmatisant[e] pour des survivants de la violence et d'injustices » (Hassan *et al.*, 2015, p. 22). Il apparaît important, en raison du contexte systémique qui a entraîné la situation des réfugiés, d'éviter d'attribuer à des failles individuelles et psychiques une souffrance essentiellement sociale, d'où la pertinence de s'intéresser à l'expérience en tant que vécu. En outre, nos résultats suggèrent que la détention ébranle considérablement le sentiment de dignité. Ainsi, on ne saurait trop insister sur l'importance de développer des solutions de rechange à la détention des demandeurs d'asile et de réserver cette pratique aux cas où cela s'avère nécessaire. À l'heure actuelle, la majorité des cas de détention viseraient à vérifier l'identité ou à effectuer un contrôle de sécurité (Cleveland et Rousseau, 2012). Or, un risque pour la sécurité ou des activités criminelles seraient suspectés dans moins de 6 % des cas de détention (Cleveland et Rousseau, 2012). Enfin, le sentiment d'exclusion révélé par nos participants met en évidence l'importance d'un discours public nuancé dans la façon de parler des demandeurs d'asile. Le discours sur les réfugiés menteurs, illégaux ou dangereux, par exemple, peut contribuer au développement de préjugés, ce qui affecte en retour la capacité d'intégration et le sentiment d'inclusion des demandeurs d'asile.

Dans la même lignée, pour plusieurs réfugiés, le quotidien demeure inévitablement imprégné d'une part de souffrance. Celle-ci constitue une partie normale de l'existence qu'il faut éviter de considérer comme pathologique (Hassan *et al.*, 2015). Par ailleurs, la souffrance peut également permettre de renouer des liens sociaux et précipiter le processus de reconstruction de soi. Lorsqu'exprimée et entendue, la souffrance met en évidence les besoins humains et sociaux à combler.

---

17. Les subventions de ces organismes financent uniquement les services destinés aux migrants ayant un statut régularisé.

« *La souffrance appelle* » (Marin et Zaccā-Reyners, 2013, p. 32). Accueillir cette douleur et en tirer sagesse implique aussi, d'un point de vue existentiel, d'accepter la confrontation à la finitude dans un monde où l'on voudrait défier la limite (Hentsch, 2006). Sur le plan social, la souffrance appelle une réflexion collective sur l'accueil des réfugiés.

Pour conclure, cette étude nous sensibilise à l'expérience complexe des réfugiés et met en lumière le riche potentiel d'un espace pour se dire et être entendu, dans les sphères intimes et sociales. Elle encourage l'examen des forces et failles de l'accueil que l'on réserve aux réfugiés en plus d'offrir des leviers pour le travail clinique et la recherche future.

#### RÉFÉRENCES

- Bansel, P. (2013). Same but different: space, time and narrative. *Literacy*, 47(1), 4-9. doi:10.1111/j.1741-4369.2012.00682.x
- Bourgeois-Guérin, V. (2012a). Rupture dans la ligne du temps : la souffrance chez les femmes âgées atteintes d'un cancer incurable et leur interprétation du temps. *Frontières*, 25(1), 127-151.
- Bourgeois-Guérin, V. (2012b). *L'expérience de la souffrance chez les femmes âgées atteintes de cancer incurable* (Thèse de doctorat) Université du Québec à Montréal, Canada. Repéré à [http : //www.archipel.uqam.ca/5657](http://www.archipel.uqam.ca/5657)
- Cleveland, J. et Rousseau, C. (2012). Mental health impact of detention and temporary status for refugee claimants under Bill C-31. *Canadian Medical Association Journal*, 184(15), 1663-1664. doi:10.1503/cmaj.120282
- Gaillard, G., Talpin, J.-M., Cuvillier, B. et Mercader, P. (dir.). (2014). *Pratiques psychologiques, pratiques citoyennes : Engagement, aliénation et lien social*. Paris, France : In Press.
- Eatough, V. et Smith, J. A. (2012). Interpretative Phenomenological Analysis. Dans C. Willig et W. Stainton-Rogers (dir.), *The SAGE Handbook of Qualitative Research in Psychology* (chap. 11, p. 179-194). Los Angeles, CA : SAGE
- Hassan, G., Kirmayer, L. J., Mekki-Berrada, A., el Chammay, R., Devill-Stoetzel, J., Youssef... Ventevogel, P. (2015). *Culture, context and the mental health and psychosocial wellbeing of Syrians: a review for mental health and psychosocial support staff working with Syrians affected by armed conflict*. Genève, Suisse : Haut-Commissariat des Nations Unies pour les réfugiés.
- Haut-Commissariat des Nations Unies pour les réfugiés [HCR]. (2001). La fuite de l'Indochine. Dans M. Cutts (dir.), *Les réfugiés dans le monde : Cinquante ans d'action humanitaire* (p. 79-103). Paris, France : Autrement. Repéré à <http://www.unhcr.org/fr/4ad2f957e.pdf>
- Haut-Commissariat des Nations Unies pour les réfugiés [HCR]. (2011). *Niveaux et tendances de l'asile dans les pays industrialisés : panorama statistique des demandes d'asile déposées en Europe et dans certains pays non-européens*. Repéré à <http://www.unhcr.org/fr/statistics/unhcrstats/4f3928b29/niveaux-tendances-lasile-pays-industrialises-2011-panorama-statistique.html?query=%C3%A9volution%20demande%20asile%20canada>
- Haut-Commissariat des Nations Unies pour les réfugiés [HCR]. (2016a). *Global Trends : Forced Displacement in 2015*. Repéré à [http : //www.unhcr.org/576408cd7](http://www.unhcr.org/576408cd7)
- Haut-Commissariat des Nations Unies pour les réfugiés [HCR]. (2016b). *5 ans de conflit en Syrie : la plus importante crise de réfugiés et de déplacements de populations de notre temps requiert une immense vague de solidarité*. Repéré à <http://www.unhcr.org/fr/news/press/2016/3/56e6e3cac/5-ans-conflit-syrie-importante-crise-refugies-deplacements-populations.html>

## Être réfugié au Québec : phénoménologie de l'exil

---

- Hentsch, T. (2006). *La mer, la limite*. Montréal, QC : Hélotrope.
- Kim, H. K. et Lee, O. J. (2009). A phenomenological study on the experience of North Korean refugees. *Nursing Science Quarterly*, 22(1), 85-88. doi: 10.1177/0894318408329242
- Longneaux, J.-M. (2007). La souffrance comme exemple d'une phénoménologie de la subjectivité. *Collection du Cirp*, 2, 61-73.
- Marin, C. et Zaccari-Reyners, N. (Dir.). (2013). *Souffrance et douleur : Autour de Paul Ricœur*. Paris, France : Presses universitaires de France.
- Meyer, J. (2000). Using qualitative methods in health related action research. *The British Medical Journal*, 320(7228), 178-181.
- Mollica, R. F., Caspi-Yavin, Y., Bollini, P., Truong, T., Tor, S. et Lavelle, J. (1992). The Harvard trauma questionnaire: Validating a cross-cultural instrument for measuring torture, trauma, and posttraumatic stress disorder in Indochinese refugees. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 180(2), 111-116.
- Montgomery, C. (2002). The "Brown paper syndrome": Unaccompanied minors and questions of status. *Canada's Journal on Refugees*, 20(2), 56-67. Repéré à <http://refuge.journals.yorku.ca/index.php/refuge/article/view/21255>
- Morrow, S. L. (2005). Quality and trustworthiness in qualitative research in counseling psychology. *Journal of Counseling Psychology*, 52(2), 250-260. doi:10.1037/0022-0167.52.2.250
- Natvik, E. et Moltu, C. (2016). Just experiences? Ethical contributions of phenomenologically-oriented research. *Scandinavian Psychologist*, 3, e17. Repéré à <http://dx.doi.org/10.15714/scandpsychol.3.e17>
- Neuner, F., Schauer, M., Klaschik, C., Karunakara, U. et Elbert, T. (2004). A comparison of narrative exposure therapy, supportive counseling, and psychoeducation for treating posttraumatic stress disorder in an African refugee settlement. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 72(4), 579-587. doi:10.1037/0022-006X.72.4.579
- Papazian-Zohrabian, G., Hassan, G. et Cleveland, J. (2016, mars). *Accueil des réfugiés syriens : Situation actuelle et intervention*. Symposium tenu à Montréal, Canada.
- Quintin, J. (2005). *Herméneutique et psychiatrie : Pouvoirs et limites du dialogue*. Montréal, QC : Liber.
- Reed, R. V., Fazel, M., Jones, L., Panter-Brick, C. et Stein, A. (2012). Mental health of displaced and refugee children resettled in low-income and middle-income countries : risk and protective factors. *The Lancet*, 379(9812), 250-265. doi: [http://dx.doi.org/10.1016/S0140-6736\(11\)60050-0](http://dx.doi.org/10.1016/S0140-6736(11)60050-0)
- Rousseau, C. et Measham, T. (2008). Posttraumatic suffering as a source of transformation: A clinical perspective. Dans L. J. Kirmayer, R. Lemelson, et M. Barad (dir.) *Understanding trauma: Integrating biological, clinical and cultural perspectives* (p. 275-294). Cambridge, Royaume-Uni : Cambridge University Press.
- Smith, J. A. et Osborn, M. (2003). Interpretative phenomenological analysis. Dans J. A. Smith (dir.) *Qualitative psychology: A practical guide to research methods* (p. 51-80). Londres, Royaume-Uni : Sage.
- Vachon, M. (2014). Vers de nouveaux repères de dignité : phénoménologie et rituel d'accompagnement en contexte de maladie dégénérative. *Jusqu'à la mort accompagner la vie*, 117(2), 57-65.
- Vachon, M., Fillion, L. et Achille, M. (2012). Death confrontation, spiritual-existential experience and caring attitudes in palliative care nurses: An Interpretative phenomenological analysis. *Qualitative Research in Psychology*, 9(2), 151-172. doi : 10.1080/14780881003663424
- Watters, C. (2007). Refugees at Europe's borders: The moral economy of care. *Transcultural Psychiatry*, 44(3), 394-417. doi:10.1177/1363461507081638

### RÉSUMÉ

Cette étude qualitative vise à mieux comprendre l'expérience vécue de réfugiés québécois. Quatorze réfugiés de la région montréalaise ont participé à des entretiens semi-structurés. Les récits ont été recueillis et analysés suivant la démarche phénoménologique et

interprétative de Smith et Osborn (2003). L'analyse révèle trois thèmes centraux : un *horizon temporel sans refuge*, un rapport à soi entre *rupture et continuité* et un rapport au monde entre *dignité et exclusion*. Les résultats sont interprétés dans une perspective humaniste, systémique et transculturelle, tissant des liens avec les écrits sur la phénoménologie de la souffrance. L'article conclut sur les contributions et implications cliniques.

---

MOTS CLÉS

---

réfugié, expérience vécue, phénoménologie, recherche qualitative

---

ABSTRACT

This qualitative study aims to better grasp the lived experience of refugees in Quebec. Fourteen refugees from the Montreal region participated in semi-structured interviews. The narratives were obtained and analyzed following an interpretative and phenomenological analysis (IPA) approach (Smith et Osborn, 2003). Analysis revealed three central themes: a *temporality with no escape*, a relation to the self between *rupture and continuity* and a relation to the world between *dignity and exclusion*. The results are interpreted through humanist, systemic and transcultural lenses and draw on writings on the phenomenology of suffering. The article concludes on contributions and on clinical implications.

---

KEYWORDS

---

refugee, lived experience, phenomenology, qualitative research

---