

Le 24 février 2022, la Russie déclenchait une guerre qui dure depuis deux mois. Ce conflit est considéré comme la plus importante attaque militaire qu'ait connue l'Europe depuis la fin de la Seconde Guerre mondiale. Il fait suite à l'annexion de la Crimée par la Russie en 2014 et au conflit du Donbass, qui se déroule depuis février 2014 à l'est de l'Ukraine. Des dizaines de millions d'Ukrainiens sont aujourd'hui aux prises avec des situations de conflit et vivent la confrontation à la mort, à la violence et à la destruction de leurs habitations et environnements. Les populations se retrouvent dans des situations très précaires : elles font face à des risques accrus de pauvreté, de maladie, de déplacement. Dans les territoires occupés par la Russie, de multiples crimes de guerre, détentions massives, prises d'otages, exécutions, violences sexuelles sont rapportés. Face à ces situations, un grand nombre d'Ukrainiens s'engagent individuellement et collectivement pour maintenir ou réparer leur monde. Ces engagements suivent et étendent des tendances qui ont pris naissance, ou se sont rendus célèbres, pendant la révolution du Maïdan qui a eu lieu entre novembre 2013 et février 2014. Depuis 2014, des réseaux civils de volontaires assistent en effet, dans le cadre de la reconstruction de l'État défaillant, l'armée, fournissent un soutien matériel et moral aux combattants et aux populations civiles.

Des groupes développent des pratiques collectives de soin psychologique. Les aides psychologiques ont été développées et coordonnées par un « Service psychologique de crise » pendant la révolution du Maïdan. Une partie des psychologues mobilisés dans ce mouvement se sont ensuite engagés dans l'aide aux victimes de la guerre au Donbass puis dans le présent conflit. En 2017, j'avais rencontré Hanna Mokrousova dans le cadre d'une enquête sur des femmes civiles, prises en otage dans la région du Donbass, puis libérées¹. Hanna Mokrousova, après avoir été une coordinatrice de « Vostok sos », une initiative civile qui aide les personnes exposées à la violence en Ukraine, a fondé en 2015 l'association « Blakytnyj ptah » [L'oiseau bleu], composée majoritairement de psychologues et de quelques juristes et qui fournit une assistance sociale, psychologique et juridique aux victimes de torture et de captivité, aux prisonniers de guerre (civils et militaires) et aux personnes disparues ainsi qu'à leurs familles dans le cadre de la guerre. Hanna Mokrousova est psychologue, originaire de Lougansk, ville de l'Est occupée depuis le printemps 2014 par des partisans pro-russes à l'origine de la République populaire autoproclamée de Lougansk. J'ai interrogé une nouvelle fois Hanna Mokrousova en avril 2022 pour comprendre comment les activités de son association et plus généralement les pratiques de soin aux victimes de la guerre ont évolué face aux nouvelles réalités de la violence et de la vulnérabilité. L'aide psychologique, dans la variété de ses expressions, constitue une force expérientielle, critique et constructive, une force constituante de la société ukrainienne.

Perrine Poupin : Qu'est-ce qui vous a conduit à créer l'association *L'oiseau bleu* ?

¹ P. Poupin, « De l'otage à la proie, Irina Dovgan. Une femme civile dans la guerre (Donbass, Ukraine) », *Monde commun*, n° 1, 2018, p. 96-115. URL : <https://www.cairn.info/revue-monde-commun-2018-1-page-96.htm>

Hanna Mokrousova : J'ai participé activement à la révolution de la dignité à Kiev, et notamment comme psychologue au « Service psychologique de crise de Maïdan » en 2014. Et, naturellement, à Lougansk, lorsque les services russes ont commencé à envenimer la situation et à prendre le contrôle de ma ville, je n'ai pas pu être épargnée. En tant que personne socialement active, j'ai été détenue pendant vingt-quatre heures par des occupants armés. À l'époque, les otages n'étaient pas nombreux, il n'y avait pas de services d'État chargés de les libérer ni de psychologues qui auraient pu m'aider à surmonter cette épreuve. C'est parce que j'ai moi-même ressenti le besoin de bénéficier d'un soutien à l'époque que j'ai décidé d'aider ceux qui vivaient des expériences similaires. C'est ainsi qu'en 2014 nous avons créé un collectif de soutien aux survivants de la torture et de la captivité, à leurs familles et aux familles de prisonniers de guerre. En 2015, nous avons tellement de travail que nous avons décidé de créer une organisation spécifique.

P. P. : Combien de membres compte aujourd'hui votre organisation ? Combien de personnes avez-vous aidé approximativement depuis 2015 ? En quoi votre travail a-t-il évolué depuis 2015 ?

H. M. : Nous sommes une petite organisation, qui compte une dizaine de personnes. Malgré cela, au fil des ans, nous avons pu quand même aider plus de 2 000 personnes. Notre travail n'a pas fondamentalement changé depuis 2015. Nous proposons toujours une aide sociale, psychologique et juridique. Cependant, la nature de cette assistance et les problèmes auxquels nous sommes confrontés se sont constamment transformés. En 2015, par exemple, nous étions surtout concentrés sur la défense des intérêts des détenus rescapés. À l'époque, il n'existait aucun mécanisme d'État pour soutenir et réhabiliter ces personnes en Ukraine. Jusqu'à maintenant, du moins avant l'invasion russe à grande échelle de l'Ukraine, un système de soutien comprenant une assistance financière et médicale commençait à être mise en place au niveau de l'État. Nous nous sommes alors ensuite davantage concentrés sur le soutien individuel aux rescapés. Aujourd'hui, un mois après l'attaque directe de la Russie contre notre pays, la nature des demandes adressées à notre organisation a de nouveau sensiblement changé. Nombre de nos patients, ceux qui ont déjà vécu une expérience de captivité, se sont trouvés à nouveau sur des territoires envahis par la Russie. Certains ont été faits prisonniers. D'autres, malheureusement, ont été tués par des soldats russes. Nous recevons également à nouveau un grand nombre d'appels concernant de nouvelles détentions. En fait, notre travail ressemble aujourd'hui beaucoup à celui de 2015.

P. P. : En 2015, votre association tentait de pallier les manques des autorités ukrainiennes, alors peu aptes à repérer et à prendre en charge les victimes des différentes formes de violences liées à la guerre. Vous avez formé des procureurs, des agents de Service de sécurité, des policiers et des agents pénitentiaires aux normes internationales permettant de documenter et d'enquêter sur les cas de torture. Quel regard portez-vous sur ces initiatives et leurs résultats ?

H. M. : En effet, si en 2014, nous étions confrontés au fait que ni la police, ni le bureau du procureur, ni le Service de sécurité d'Ukraine ne savaient comment enquêter sur les crimes de guerre, et en particulier sur les actes de torture commis par les Russes, à partir de 2015, les procureurs ont commencé à travailler, une série de formations ont été organisées, et ces dernières années, avant le début de l'invasion militaire de la Russie à grande échelle, nous avons remarqué un début de changement du système en Ukraine.

Il fallait bien sûr encore continuer de transformer la législation, mais de mon point de vue, celui d'une non-juriste, d'une psychologue, je voyais que des enquêtes étaient ouvertes, et de manière plus approfondie qu'auparavant. Nous étions, nous, psychologues, sollicités non seulement par des avocats, des activistes sociaux qui s'occupent spécifiquement de questions juridiques, mais aussi par des organismes d'application de la loi : ils voulaient que nous leur expliquions comment s'entretenir avec des personnes qui ont subi différents types de violence. Aujourd'hui, avec l'invasion militaire massive de la Russie, nous nous trouvons effectivement à nouveau dans un processus d'enquête chaotique. Mais nous ne sommes pas revenus à la situation de 2014 pour autant. Aujourd'hui des procureurs savent comment mener et documenter des enquêtes portant spécifiquement sur les crimes de guerre, la violence et la torture. Nous avons des dispositifs nationaux qui fonctionnent et une coalition pour enquêter sur ces crimes. Il y a beaucoup de cas de violences aujourd'hui. La Russie a malheureusement commis des crimes si terribles que nos ressources actuelles (étatiques ou de la société civile) ne sont pas suffisantes pour les documenter rapidement. En résumé, il s'agit d'un système imparfait, mais qui fonctionne. Et nous travaillons en commun aujourd'hui. Et, au lendemain de notre victoire, nous aurons encore beaucoup de travail pour améliorer ce système.

P. P. : Comment avez-vous vécu vous-même les premiers moments de l'invasion russe en Ukraine, le 24 février ? Quelle expérience de la guerre avez-vous en tant qu'Ukrainienne de Lougansk réfugiée à Kiev et en tant que psychologue intervenant dans une association d'aide aux victimes de la guerre ? Comment avez-vous, vous et votre association, réorganisé vos activités après le 24 février 2022 ?

H. M. : Cette question concernant le début de l'invasion à grande échelle par la Russie est pour moi difficile sur le plan psychologique. D'un côté, je pense que j'étais préparée à cela, car, après tout, nous travaillons sur des questions liées à la guerre depuis 2014. Et en travaillant dans un domaine tel que l'aide aux rescapés de la torture, je m'étais rendue compte que nous avons affaire à un pays agresseur qui fait fi de toutes les normes et de tous les standards, qui viole toutes les conventions possibles, et pour lequel les droits de l'homme n'ont aucune importance. J'avais déjà été le témoin de la haine des Russes envers les Ukrainiens depuis 2014. Nous savions depuis 2014 et nous vivions dans une certaine attente, en comprenant que la Russie ne laisserait pas l'Ukraine vivre en paix. Et le pire est arrivé, la Russie a lancé une invasion à grande échelle en Ukraine. Contrairement aux dirigeants de notre pays, nous avons pris cette menace au sérieux. Notre organisation avait pris certaines mesures à l'avance, principalement pour assurer la sécurité de nos patients, afin de protéger les bases de données et les documents. Concrètement, nous avons partiellement fermé l'accès aux bases de données et avons supprimé certains documents. Nous avons réalisé que nous travaillions avec des personnes qui avaient déjà subi la violence russe et que notre tâche était de faire tout ce qui était en notre pouvoir pour les protéger au cas où la Russie attaquerait l'Ukraine et que nous nous retrouvions sous occupation.

D'un autre côté, je dois dire que la situation actuelle n'était pas facile à vivre. Lorsqu'un ami m'a réveillé à cinq heures du matin le 24, alors que nous nous étions préparés toute la journée précédente, en fermant l'accès à la base, je savais que cela pouvait arriver. Je m'y étais préparée à l'avance : nous avons réorganisé l'appartement, nous avons éloigné les lits des fenêtres, nous avons préparé des couvertures et j'avais une valise déjà prête en cas d'évacuation, qui contenait aussi tous mes documents d'organisation, pour sortir rapidement les scellés et les documents statutaires. Malgré tout, c'est effrayant, même quand on s'y attend, de se réveiller à 5 heures du matin pour... entendre à nouveau la même chose, le bruit

des bombardements, dans la capitale, où un jour, il y a huit ans, tu as fui la guerre qui faisait rage dans ta ville d'origine, Lougansk.

Tout d'abord, j'ai réveillé ma fille et l'ai emmenée à l'endroit de l'appartement le plus protégé des bombardements. Je l'avais préparé à l'avance ; il y avait des couvertures qui traînaient là. Pour être honnête, après ça, je suis allé me faire un café. C'était comme ça : « Tout d'abord, je dois m'occuper de ma fille, et après je prends une décision éclairée sur ce qu'il faut faire ensuite. » Ainsi, après avoir réuni en quelques heures mes proches dans mon appartement, nous avons pris une première décision : quitter Kiev. Personne ne savait à ce moment-là comment les choses allaient évoluer. Comme mes collègues d'autres organisations de défense des droits de l'homme, nous avons loué des locaux pour déménager notre bureau et déplacer tous les documents près de Kiev, en cas d'agression russe. Mais lorsque nous sommes arrivés à cet espace loué, nous avons réalisé que l'espace se trouvait encore dans les limites de Kiev. Et comme il était évident que des combats terrestres se déployaient et que la Russie tenterait de prendre Kiev en premier lieu, nous avons réalisé que nous pourrions nous trouver à l'endroit exact où une attaque sur Kiev pourrait avoir lieu. Dans la nuit du 24 au 25, nous avons donc décidé de poursuivre notre route et d'emmener au moins les enfants et les parents âgés de nos collègues dans un endroit sûr. Nous avons emmené une partie des parents qui avaient besoin de soins en Moldavie. Puis ma fille et moi sommes allées à Lviv.

Ma principale préoccupation était que ma fille et les documents de mon organisation soient en sécurité. En même temps, je me suis rendue compte que je n'étais pas prête à quitter l'Ukraine, que mes activités, mes compétences étaient nécessaires ici. Il m'a été très difficile, alors que j'étais déjà à Lviv, d'accepter le fait que je ne suis pas seulement une citoyenne de l'Ukraine, mais aussi une mère, et que, malheureusement, étant le seul parent de ma fille, je ne pouvais pas me permettre de retourner à Kiev et de défendre mon pays, comme beaucoup d'Ukrainiens en rêvaient, une arme à la main. La décision de rester avec ma fille et de continuer à travailler pour l'organisation depuis un endroit sûr a été très difficile à prendre. Un lieu plus ou moins sûr, car malheureusement, tant que la Russie nous attaque, il n'y a pas de lieux sûrs : il y a eu des bombardements à Lviv aussi. Beaucoup de mes collègues sont également partis à Tchernivtsi, certains, surtout des psychologues, sont restés à Kiev.

Aujourd'hui l'organisation fonctionne, il n'y a pas eu d'interruption. Nous continuons à fournir un soutien psychologique et juridique. Aujourd'hui, nous fournissons également une aide humanitaire aux personnes qui ont été victimes de crimes de guerre.

L'organisation a donc continué à travailler, j'ai continué à travailler. Je travaillais, en partie parce qu'à une époque où le pays était en guerre, je ne pouvais pas me permettre d'avoir des loisirs dans une ville paisible. J'ai travaillé à la fois comme responsable de mon organisation et comme psychologue. De plus, aujourd'hui comme avant, j'essaie d'apporter une aide bénévole dans les centres de réfugiés. Maintenant, je suis retournée à Kiev avec mes collègues pour un certain temps. Ma fille est restée à Lviv car je ne pense pas qu'elle soit encore en sécurité et à l'aise à Kiev. Les infrastructures urbaines fonctionnent beaucoup moins bien ici qu'à Lviv.

Je suis allée avec mes collègues de l'organisation proche « Truth Hounds » [créée en 2014] pour documenter les crimes de guerre dans les parties de la région de Kiev qui ont été libérées de l'occupation russe. Malheureusement, nous savons que la Russie a fait des choses terribles, de nombreux crimes de guerre, des crimes contre l'humanité. J'ai dit que nous devions réunir toutes les conditions nécessaires pour que l'Ukraine puisse documenter ces

crimes de manière qualitative et les soumettre, dès que possible, à un tribunal international. Ces crimes doivent être condamnés et les victimes de ces crimes doivent savoir que leur témoignage sur ces crimes est très important et peut conduire à la punition [des auteurs].

Après cette documentation, je prévois de retourner auprès de ma fille à Lviv. Maintenant, je continue à travailler et à suivre l'évolution de la situation, je ne veux absolument pas que ma fille soit obligée de déménager une troisième fois à cause d'une attaque russe.

P. P. : A-t-on une idée approximative sur le nombre d'hommes et de femmes qui ont été détenus, torturés, maltraités ou soumis à d'autres sévices depuis le 24 février dans les zones de guerre et les régions récemment conquises par l'armée russe ? Sur combien de cas travaillez-vous ?

H. M. : Je ne connais pas, comme personne d'ailleurs aujourd'hui, le nombre de victimes. Nous nous rendons compte que l'ampleur des crimes de guerre, l'ampleur de la tragédie, qui se déroule actuellement, est tout simplement insoutenable. C'est certainement l'une des pires tragédies de la dernière décennie, de mon vivant, pour ce que j'en sais. Je ne peux même pas vous dire combien de cas notre organisation traite, nous n'avons pas le temps de faire le calcul. Je peux dire que j'ai personnellement apporté une aide psychologique à plus de trois cents personnes. Nous travaillons maintenant sans relâche, comme les organes chargés de faire respecter la loi, comme la plupart des personnes qui documentent les crimes de guerre. Il n'est pas encore possible de mener une véritable analyse, de dresser un tableau complet, nous n'en avons tout simplement pas le temps. Il y a beaucoup de travail à faire en termes de documentation, d'assistance juridique, psychologique, sociale. Jusqu'à présent, nous documentons et aidons dans l'urgence. En outre, il est impossible d'estimer l'ampleur exacte de la situation car de nombreuses régions sont coupées de toute communication. Nous comprenons que dans des territoires tels que Marioupol, ou d'autres territoires occupés cette année, dans les régions de Donetsk, Lougansk, Kharkiv, il y a un nombre énorme de victimes. À en juger par les territoires libérés, par exemple la région de Kiev, nous comprenons que la Russie commet des crimes contre les Ukrainiens, sans distinction de sexe ou d'âge. Ils cherchent simplement à détruire... à commettre des crimes contre le peuple ukrainien. On a l'impression que leur tâche est de nuire à la population civile afin de nous causer, en tant que nation, autant de douleur et de souffrance que possible, nous sommes tous en état de choc en ce moment à cause de ces actions russes.

P. P. : Y a-t-il une dimension genrée dans les expériences des victimes ? Les hommes et les femmes parlent-ils différemment de celles-ci ?

H. M. : En effet, il existe des différences évidentes entre les genres dans la perception des différentes formes de torture, et ce, sur le plan psychologique. Le problème est que les personnes qui ont subi des violences de la part des occupants sont en état de choc. En état de choc, les gens sont incapables d'analyser les informations. Les hommes et les femmes dans cet état partagent des informations qu'ils n'ont pas encore évaluées de manière critique. Je suis certaine que nous verrons à l'avenir des différences entre les genres dans la façon dont les survivants de la violence et de l'occupation traitent les traumatismes. Pour l'instant, nous nous contentons de saisir des signes et de fournir une première aide psychologique sans tenir compte du genre, mais le traitement des expériences traumatiques se fera en fonction. À ce stade, nous sommes toujours en état de traumatisme, en état de guerre, on nous tire toujours dessus, nous ne sommes pas en sécurité, donc nous ne pouvons pas passer à la phase de traitement de l'expérience du traumatisme.

P.P.: Comment les personnes victimes que vous avez suivies toutes ces années vivent-elles maintenant cette guerre ?

H. M. : Notre organisation a pour vocation d'aider les rescapés de la captivité et de la torture. Beaucoup de nos patients sont allés défendre leur pays dès les premières heures de l'attaque de la Russie.

Comme l'a dit l'un de nos clients qui a survécu à la captivité et à la torture russes : « Je veux être un défenseur, je veux riposter au moins cette fois-ci. » Les familles de nos patients partis défendre leur pays connaissent à nouveau le stress, car elles ont longtemps attendu le retour de captivité de leurs proches. Malheureusement, nous avons aussi des clients qui vivent dans des territoires qui sont aujourd'hui occupés, ils ont été emprisonnés, parce que la Russie a pris davantage de territoires qu'avant. Hélas, il y a déjà des victimes dans ces territoires et des prisonniers qui ont été tués. Je vous rappelle que nous avons des patients dans toute l'Ukraine, mais qu'à l'heure actuelle, nous n'avons pas de nouvelles de toutes les régions et que le sort de certains de nos patients est inconnu. Nous ne ferons une évaluation complète de la situation qu'avec la restauration des infrastructures et des communications après la fin de la guerre et notre victoire.

P. P. : La peur est une réaction normale. Peur et courage ne sont pas inconciliables. Dans la majorité des cas, les combattants et les civils parviennent à surmonter ses peurs. Comment traitez-vous la peur ?

H. M. : Nous n'aidons pas les gens à surmonter leur peur, car il est normal d'avoir peur. Parce que quand on se fait tirer dessus, c'est normal d'avoir peur. Mais nous aidons les gens à surmonter l'anxiété, à gérer leur état, à faire face aux attaques de panique. Ce sont des protocoles standard, nous utilisons les techniques habituelles que nous avons apprises de nos collègues d'Israël et d'Amérique. Si les gens ont peur, cela signifie qu'ils peuvent ressentir des émotions humaines. C'est effrayant quand les gens cessent d'avoir peur, c'est ça qui est effrayant. Quand ils s'habituent tellement aux bombardements, à ce qui se passe autour d'eux, qu'ils perdent leur réflexe de peur, leur sens de l'auto-préservation disparaît. Par conséquent, dans notre cas, la peur n'est pas un sentiment qu'il vaut la peine d'essayer de surmonter.

P. P. : Existe-t-il des groupes autres que votre association qui fournissent une aide psychologique à la population ?

H. M. : Pour rappel, cette guerre ne nous a pas pris par surprise ; j'étais personnellement psychologue au « Service de crise psychologique du Maïdan » en 2014. À l'époque, le « Service » était une initiative bénévole qui est devenue une organisation à part entière. Notre « Service psychologique » comptait un grand nombre de spécialistes. Je ne peux pas dire que nous savions tous comment travailler avec les états de crise, par exemple, je ne le savais pas en 2014, mais nous avons appris. Pendant les huit années de guerre, il y avait en Ukraine de nombreux spécialistes qui savaient comment travailler dans des conditions de guerre. Ainsi, dès que l'invasion à grande échelle a commencé, ayant l'expérience de la solidarité et de la création de groupes de soutien psychologique dans toute l'Ukraine, les psychologues du « Service de crise psychologique » ont créé des groupes similaires. Aujourd'hui, je suis membre de nombreux groupes de ce type. Il existe des spécialistes dans chaque ville d'Ukraine, nous sommes coordonnés. À ce jour, il y a un grand nombre de spécialistes de qualité qui apportent leur aide dans toute l'Ukraine.

P.P.: Travaillez-vous avec des psychologues de Russie, par exemple ceux qui s'occupent des violences policières, des détentions arbitraires, des mauvais traitements et de la torture ? Si oui, comment ces liens évoluent-ils dans le contexte de la guerre ?

H. M. : Je ne travaille pas avec des collègues russes. Je ne travaille pas avec des Russes et je ne pense pas que cela va changer. De même, dans notre «Service de psychologie de crise», qui compte aujourd'hui un nombre considérable de spécialistes – des centaines, peut-être des milliers... – nous ne coopérons pas et ne coopérerons pas avec de collègues russes. Malheureusement, les autorités russes ne sont pas les seules responsables de ce qui se passe actuellement. Les Russes ont laissé faire leur gouvernement, ils l'ont choisi et ils ne se sont pas battus contre lui. Ils disent que c'est impossible de se battre... Mais nous, en 2014, nous sommes tous sortis sur Maïdan contre notre gouvernement, puisqu'il ne nous convenait pas. Nous nous sommes rendus sur Maïdan sans armes. Personnellement, je ne croyais pas à notre victoire, mais je savais que je ne voulais plus vivre dans un pays avec un tel niveau d'illégalité. Et que si je ne faisais rien pour changer cela, je ne serais ensuite pas capable d'expliquer à ma fille pourquoi. En 2014, j'étais prête à mourir pour ne pas avoir honte devant ma fille de lui laisser un tel pays... Alors je ne peux pas pardonner à tous ces Russes qui disent qu'ils subissent des répressions et que leur gouvernement réprime ceux qui ne sont pas d'accord avec lui. Ce qui se passe actuellement dans mon pays, le fait que la Russie ait attaqué l'Ukraine et commette les pires crimes contre l'humanité... tout cela se passe avec leur accord silencieux. Je ne travaille donc pas avec mes anciens collègues russes, et je ne travaillerai avec aucun Russe, du moins pas dans les prochaines années.

P. P. : Je me souviens qu'en 2017, lorsque nous nous sommes rencontrées pour la première fois, votre association documentait des cas de violence et travaillait avec des victimes des violences perpétrées par les deux côtés, par l'armée russe, mais aussi par l'armée ukrainienne. Quelle est votre position aujourd'hui dans le contexte de la guerre menée par la Russie contre l'Ukraine ?

H. M. : Jusqu'à aujourd'hui, nous avons vraiment été du côté du droit, des droits de l'homme. Nous ne distinguons pas les crimes contre les personnes, les faits de violence... Nous ne pensons pas que la torture ait le droit d'être utilisée par l'un ou l'autre camp. Je documenterai les crimes commis par les forces de l'ordre ukrainiennes, non pas parce que je respecte les Russes, mais parce que je respecte les droits des personnes et que je veux vivre dans un État de droit. Je respecte mon pays, je respecte mon armée. Je crois dans les forces armées ukrainiennes et dans chaque citoyen de l'Ukraine. Et je sais que nous méritons de vivre dans un État de droit, dans un État où les droits de l'homme sont respectés. C'est pourquoi je protégerai les droits de l'homme, de quiconque, sur le territoire de mon pays, et je réparerai toutes les violations des droits de l'homme. Mais jusqu'à présent, malheureusement, ce que l'on voit, c'est que les pires cauchemars sont commis par le côté russe.

P. P. : Avez-vous des liens avec des psychologues, des associations en Europe ?

H. M. : Oui, nous sommes en contact avec des collègues de Pologne et d'Allemagne, et beaucoup de psychologues du monde entier nous soutiennent. Des psychologues du monde entier s'impliquent désormais aussi dans le soutien aux personnes réfugiées d'Ukraine. Malheureusement, le conflit ukrainien est devenu, dans une certaine mesure, mondial, et il y a donc beaucoup de travail pour les psychologues du monde entier. Certains psychologues nous ont offert un soutien gratuit en matière de supervision. Mais encore une fois, il y a un moment où nous travaillons sans relâche et je ne peux pas évaluer pour l'instant l'aide supplémentaire

dont nous avons besoin. Nous avons beaucoup de travail, et ce travail en cours ne peut malheureusement pas être mené par des collègues qui ne sont pas d'Ukraine, qui ne vivent pas dans notre contexte, ou alors nous devrions expliquer le contexte ukrainien. Nous n'avons pas assez de temps pour former des collègues qui ne comprennent pas le contexte et la mentalité, qui sont des choses très importantes. Aujourd'hui, nous formons donc principalement des collègues ukrainiens. Nous sommes prêts à l'avenir à dispenser une formation aux collègues de l'étranger sur la manière de soutenir les Ukrainiens. Mais pour l'instant, malheureusement, nous n'avons pas le temps pour cela. En ce qui concerne le travail en Ukraine en particulier, je pense que les collègues ukrainiens sont les plus efficaces pour le moment. Il y a tellement de demandes maintenant, nous travaillons sans arrêt, le temps est essentiel.

P. P. : Comment pouvons-nous aider votre association et votre démarche depuis l'étranger, depuis la France ?

H. M. : Je suis reconnaissante envers les gens du monde entier, envers tous ceux qui soutiennent l'Ukraine maintenant. Je sais que c'est notre guerre et qu'elle nous fait mal, mais je sais aussi que la nature humaine est ainsi faite que les gens sont souvent blessés lorsqu'ils voient quelque chose se passer quelque part au loin, dans un pays étranger. Ils ont mal quand ils voient certaines atrocités commises par les Russes, mais ils ne veulent pas vivre avec cette douleur. Ils se réfugient en général ensuite dans leurs familles, dans leurs villes paisibles et oublient que, quelque part, il y a l'Ukraine, qui se bat pour sa liberté, contre un ennemi très important et très effrayant, que tout le monde craignait et qui était considéré comme très fort. Nous sommes un petit pays par rapport à la Russie et nous défendons notre droit à être libres. Ainsi, chaque personne qui prend la décision de se souvenir de nous, non seulement aujourd'hui mais aussi demain, rappelle au monde entier que nous nous battons non seulement pour notre liberté, mais aussi pour la liberté de tous les peuples, pour le droit des gens à être libres, pour les valeurs humaines, pour la démocratie. Je comprends qu'il est difficile pour les gens de voir notre douleur et qu'ils veulent détourner le regard, mais tous ceux qui ne fuient pas, tous ceux qui nous soutiennent par des pensées, des mots et toute forme d'aide humanitaire, nous vous sommes tous reconnaissants. Cela signifie beaucoup pour nous, cela nous donne de la force. Alors restez avec nous, ne nous oubliez pas et ne vous défilez pas, rappelez aux dirigeants de vos pays que vous devez nous aider. Car nous défendons des choses très importantes. Et encore une fois, merci.