

OUTIL DE DÉPISTAGE ASPIRE

A destination des professionnel·le·s

Evaluation de l'état de santé général des personnes accompagnées et de leur accès aux soins

Suite aux résultats de notre **enquête ASPIRE** (Accès aux soins, santé et prostitution) et au vu des besoins relevés (notamment en termes de prise en charge de la **santé mentale**), le Mouvement du Nid vous propose le formulaire suivant, à remplir dans le cadre de vos suivis.

Conçu pour vous aider dans vos pratiques au quotidien, il est directement inspiré du questionnaire Aspire, qui a été coconstruit avec une équipe de chercheuses spécialisées en santé publique, une psychologue, des accompagnantes sociales ainsi que **des survivantes de la prostitution**, dont les apports expérientiels ont permis de développer un outil au plus proche des réalités vécues. Traitant de tous les aspects de la santé, il garantit un **accompagnement adapté des personnes majeures qui sont ou ont été victimes de violences masculines** (exploitation sexuelle via la prostitution, la traite humaine et la pornographie, violences conjugales etc), grâce à :

- Une connaissance précise et approfondie de leur état de santé général
- Une meilleure compréhension de leurs besoins et des difficultés rencontrées dans leur accès aux soins
- L'ouverture de discussions, amenées via les sujets de santé, autour des violences subies ; de la sortie du déni (conscientisation) à la gestion des conséquences, en particulier traumatiques.

Pensé comme **un outil à mobiliser tout au long du suivi des personnes accompagnées**, nous vous encourageons à l'utiliser **lors de vos premiers rendez-vous** mais également comme un **instrument d'évaluation** de leurs besoins en santé sur le **moyen et long terme**. Ainsi nous vous recommandons de proposer aux personnes d'y répondre à nouveau **après 6 à 12 mois**, afin de mesurer l'évolution de leur état et de leurs besoins.

« Une participante a même souhaité photocopier ses réponses en demandant à refaire un bilan six mois plus tard ! »

– selon une accompagnante lors de l'enquête

En plus d'évoquer des thèmes peu ou rarement abordés, cet outil propose un format de **dépistage rapide et réaliste**, via des phrases affirmatives à cocher – qui ont été plébiscitées lors de l'enquête.

« Les phrases sont adaptées à la situation que je vis. On dirait que la personne qui les a écrites vivait en moi. »

– d'après une répondante

Nous rappelons, telles que les recommandations de notre recherche participative le soulignent, que le

- **Temps accordé** aux personnes et le **questionnement systématique** de leur vécu
- Mais aussi **les informations délivrées et les possibilités de réponses détaillées**

→ favorisent la libération de la parole, et par elle, des maux ; facilitant ainsi l'accompagnement.

Nous vous recommandons enfin de **prévoir un temps dédié à ces échanges, dans un espace adapté**, confortable et isolé, de prévoir si possible pour vous et la personne, des boissons et/ou des aliments réconfortants, et de faire des pauses si nécessaire.

Retrouvez des ressources et contacts utiles en fin de formulaire

Ce formulaire s'inspire de l'enquête ASPIRE réalisée au sein du Mouvement du Nid et de l'Amicale du Nid et à laquelle plus de 260 personnes ont participé. Sans se substituer à un diagnostic médical, nous vous proposons d'y répondre pour évaluer votre état de santé et vos besoins. **Nous cocherons la case si l'affirmation est vraie vous concernant**, et nous pourrons bien sûr y apporter des nuances.

Comment évaluez-vous votre état de santé général en ce moment ?

Diriez-vous qu'il est : ☐ très bon ☐ assez bon ☐ moyen ☐ assez mauvais ☐ très mauvais

Le suivi médical

	J'ai déjà parlé avec une personne de confiance de ce que je vis / j'ai vécu.
	J'ai déjà consulté / parlé avec un·e professionnel·le de santé (médecin généraliste, sage-femme, gynécologue, psychologue...) de ce que je vis / j'ai vécu.
	J'ai déjà consulté / parlé avec un·e professionnel·le de santé (médecin généraliste, sage-femme, gynécologue, psychologue...) de mes problèmes de santé.
	Je sais qui contacter en cas de besoin.
	Je ne peux pas / refuse de consulter des médecins, car :
	C'est trop cher.
	Je n'ai pas le temps.
	C'est trop loin / inaccessible.
	Aucun·e ne parle ma langue ou anglais à minima pour que je puisse m'exprimer.
	J'ai honte / Je ne veux pas / ne sais pas comment en parler.
	Autres :

La santé physique*

**Attention : les maux physiques décrits, certains chroniques, peuvent être des symptômes d'un état de stress post-traumatique (notamment fatigue, maux de tête, ventre, dos...), potentiellement liés aux effets des violences vécues.*

OUI PARFOIS NON

			Je me sens souvent extrêmement fatigué·e, sans énergie.
			J'ai souvent mal à la tête.
			J'ai souvent mal au ventre.
			J'ai souvent mal au dos.
			J'ai l'impression de ne plus pouvoir respirer, de suffoquer, que ma poitrine est écrasée.
			Souvent, je mange beaucoup et très vite pour me sentir mieux et je me sens dégoûté·e après.
			Je mange très sucré et/ou très gras, pour me reconforter.
			Souvent, je n'ai pas faim, pas d'envie de manger.
			J'ai des problèmes / douleurs aux os, aux articulations.
			J'ai des douleurs dans certaines parties du corps. Si oui, lesquelles ? :
			J'ai des problèmes cardiaques.
			J'ai mal aux dents.
			J'ai mal aux yeux / des problèmes de vue.
			Je souhaite prendre rdv pour faire des examens/bilans médicaux.
			Je préfère consulter une médecin femme.

Observations : _____

Le sommeil



OUI PARFOIS NON

			Je ne peux pas m'endormir ou dormir sans cachets / médicaments / drogues.
			Je dors mal, ou bien je fais des cauchemars : j'ai un sommeil agité, pas tranquille.
			J'ai des difficultés à m'endormir / je m'endors toujours (très) tard.
			Je me réveille plusieurs fois par nuit.
			Je fais des cauchemars, j'ai des angoisses dans la nuit.
			J'ai des difficultés à me rendormir une fois réveillé-e.
			Je voudrais prendre rdv avec un-e médecin pour en parler.

La santé mentale



OUI PARFOIS NON

			Je ressens peu d'intérêt ou de plaisir à faire les choses de la vie quotidienne.
			Je me sens souvent (très) triste, je pleure souvent.
			J'ai envie que la souffrance s'arrête jusqu'à avoir envie d'arrêter de vivre.
			J'ai tous mes souvenirs en tête tout le temps, mais je voudrais ne plus y penser.
			Je n'arrive pas à me souvenir de tout ce qu'il s'est passé dans ma vie.
			J'ai du mal à me concentrer.
			J'ai des problèmes de mémoire.
			J'évite les personnes, les endroits et/ou les choses qui me font trop penser à mon passé ou aux violences que j'ai vécu.
			Je me blâme, je me sens responsable de ce qu'il s'est passé/se passe dans ma vie.
			J'en veux à une ou plusieurs personnes de ce que je vis/ j'ai vécu.
			Je ressens des sentiments négatifs : peur, colère, honte, culpabilité...
			J'ai le sentiment d'être « en décalage » avec le reste de la société, comme si je n'étais pas à ma place, nulle part.
			Je me sens distant-e et coupé-e des autres, je n'ai pas confiance.
			Je me sens seul-e, isolé-e, je n'ai pas vraiment de contacts avec d'autres personnes.
			Je suis souvent sur mes gardes, « en état d'alerte », je sursaute facilement.
			Je fais / j'ai déjà fait (souvent) des crises d'angoisse, je suis assez stressée.
			J'ai perdu l'envie ou l'intérêt que j'avais avant pour des loisirs (sortir, cuisiner, etc...) ou pour faire du sport. Je n'aime plus sortir de chez moi.
			Je souhaite prendre rdv avec une psychologue et parler de ce que j'ai dans la tête.

Observations : _____

La santé sexuelle et gynécologique



	Je n'utilise pas de méthode de contraception.
	Je voudrais prendre rdv pour en discuter avec un·e médecin (et trouver une méthode de contraception adaptée).
	J'utilise des préservatifs/ la pilule/ un implant/ un stérilet/ autre :
	J'ai des règles abondantes et douloureuses.
	Je pense avoir / J'ai des problèmes gynécologiques (infections urinaires, mycoses, fibromes, lésions...).
	Je souhaite un rdv pour une consultation gynécologique.
	J'ai besoin de prendre rdv pour une Interruption volontaire de grossesse (IVG).
	Je suis enceinte ou j'ai un projet de grossesse, je voudrais prendre rdv pour en parler.
	Je souhaite me faire dépister pour une infection sexuellement transmissible (VIH, chlamydia etc).
	J'ai été victime de mutilations sexuelles, d'excision / j'ai été coupée.
	Je souhaite avoir des informations / consulter un·e médecin pour en parler (possibilités de chirurgie réparatrice après une excision ou toute autre information).
	J'ai des problèmes médicaux liés à la prise d'hormones ou à des interventions chirurgicales / j'ai des difficultés / je souhaite consulter un·e médecin pour en parler.

Les habitudes de vie / stratégies de survie



	Je me concentre sur ma formation / mon travail / mes enfants, pour avancer et m'éviter de penser.
	J'écoute beaucoup de musique (le jour, la nuit) pour me sentir mieux.
	Je me concentre sur ma foi / je prie pour aller mieux.
	Je n'arrive pas à arrêter de boire de l'alcool. Je bois verres par semaine.
	Je voudrais prendre rdv avec un·e professionnel·le pour en parler (psychologue, addictologue...).
	Je fume des cigarettes et je n'arrive pas à arrêter de fumer.
	J'aimerais me faire aider pour arrêter de fumer (rdv avec addictologue...).
	Je fume du cannabis régulièrement. Fréquence :
	Je consomme des produits ou substances (drogues) pour me sentir mieux/ne plus penser/mieux dormir. Fréquence :
	Je voudrais prendre un rdv avec un·e professionnel·le pour en parler (psychologue, addictologue...).
	Je souhaiterais en discuter avec d'autres personnes comme moi, dans un groupe de parole et/ou un atelier collectif sur cette thématique.

Observations : _____



Récapitulatif des personnes ressources pour ma santé

[illegible]

Il est possible qu'à la suite de certaines questions, la personne aborde spontanément les **violences dont elle a pu être victime** ou réalise les conséquences des violences subies sur sa santé, vous donnant ainsi l'occasion d'en discuter ensemble.

Si, à ce stade, cela n'était pas le cas, nous vous proposons d'aborder le sujet, mais cela peut aussi avoir lieu dans un second temps, lors d'un autre entretien, en fonction de l'état de la personne – et du vôtre. Pour rappel, le questionnement systématique des violences est une préconisation de la Haute Autorité de Santé.

Idées de questions à poser sur le vécu :

Parfois ces symptômes / douleurs / recours (aux pensées négatives, à des actes de violences contre soi-même ou les autres, à la consommation de drogues, alcool) sont liés à des violences vécues, de la part d'un partenaire ou de personnes qui pourraient vous faire / vous avoir fait du mal.

- ▶ Cela vous est-il déjà arrivé ? Et quand vous étiez enfant / plus jeune ?
- ▶ Vous avez vécu / vivez actuellement des violences (de la part de conjoint(s), de clients prostitueurs, de proxénètes) ?
- ▶ Si vous êtes / avez été en couple / mariée avec un homme, comment se comporte / ait-t-il avec vous ?
- ▶ Avez-vous déjà eu peur de lui / d'autres personnes ?
- ▶ Avez-vous déjà été humiliée ou insultée par votre partenaire / d'autres hommes / personnes dans le cadre prostitutionnel ?
- ▶ Si vous en avez, comment se passent vos rapports intimes ? Est-ce toujours vous qui décidez ?

Récapitulatif de l'ensemble des actions envisagées

Pour conclure, afin de favoriser l'autonomie de la personne, ne pas hésiter à lui transmettre un exercice (ancrage, visualisation ou autre) qu'elle peut reproduire seule, lorsqu'elle en aura besoin

Ressources et informations utiles



Lors de l'entretien :

Les questions abordées peuvent réactiver des souvenirs traumatiques, ravivant des sensations/images associées aux violences, qui vont subitement devenir trop douloureuses pour la personne. Le corps réagit instinctivement à un mécanisme de défense que le cerveau perçoit comme un danger physique imminent, bien que la menace d'intrusion se produit intérieurement. La sensation de débordement, quant à elle, est bien réelle. Les signaux peuvent se manifester de façon à préparer la personne à :

- ▶ **S'enfuir**, développant alors des **réactions de type** : agitation motrice, signes de stress, d'angoisse, voix qui s'accélère et monte dans les aigus, palpitations, rigole ou réagit de façon inappropriée aux questions posées, regarde ailleurs, prend son téléphone, ...
- ▶ **Se dissocier**, développant alors des **réactions de type** : regard dans le vide, immobilité, voix qui faiblit, bâillements, comme si la personne était en train de « s'éteindre », ne réagit plus face à vous, se sent extrêmement fatiguée, vous ne parvenez plus à entrer en communication avec elle, elle n'est plus « là », présente avec vous...

Pour reconnecter la personne dans le moment présent, lui faire comprendre qu'aujourd'hui elle est dans cette salle avec vous, en sécurité, nous vous recommandons d'utiliser des exercices d'ancrage (<https://centre-bertha-pappenheim.fr/2021/08/15/trousse-de-secours/>), par exemple :

- ▶ **Solliciter les 5 sens** (vue, audition, kinesthésie, odorat, goût) avec des questions comme
 - « Nomme le plus petit objet bleu que tu vois dans la pièce »
 - « Peux-tu identifier deux choses que tu entends ? »

Mais aussi : malaxer, jouer avec un objet mou ; sentir des huiles essentielles ; pratiquer un exercice de respiration de type cohérence cardiaque ; marcher, sauter sur place, s'étirer ; passer les mains sous l'eau froide ou chaude ; mordre dans un aliment acide (bonbon)...

- ▶ **Solliciter les fonctions cognitives** : faire des exercices de calcul mental, épeler des mots à voix haute, proposer de réciter les mois de l'année à l'envers, dans une autre langue etc...

Pour mieux connaître et repérer les conséquences des violences sur la santé mentale :

- ▶ **Expliquer le stress post traumatique et ses mécanismes sur le cerveau** : (<https://centre-bertha-pappenheim.fr/2021/09/10/mecanismes-du-psychotraumatisme-2>)
- ▶ **Les conséquences du psychotraumatisme** par Muriel Salmona, psychiatre (Vidéo 12min)

Pour aller plus loin :

- ▶ **Rapport complet** du Mouvement du Nid présentant les résultats et recommandations de l'étude ASPIRE, (Accès aux soins, Santé et Prostitution)
- ▶ Vous souhaitez vous **former** ou **sensibiliser vos équipes à ces sujets** (prostitution, violences et leurs conséquences, ...) ? Contactez nous à formation@mouvementdunid.org
- ▶ Ecouter le podcast **La Vie en Rouge** réalisé par des survivantes de la prostitution, afin de mieux connaître leurs parcours, leurs analyses ainsi que les mécanismes d'emprise et les difficultés à sortir de la prostitution
- ▶ **Last Girl First ! La prostitution à l'intersection des oppressions sexistes, racistes et de classe.** Héma Sibi – CAP International (<https://mouvementdunid.org/wp-content/uploads/2022/10/PS213-Dossier-LGF.pdf>)

Pour aller plus loin (suite) :

- ▶ Guides de l'Amicale du Nid = **“Prostitution et Santé”** (2023), **“Prostitution et addictions”** (2024)
- ▶ **Guide PASS** : fiche reflexe pour le repérage et la prise en compte des patient·e·s en situation de précarité. (https://sante.gouv.fr/IMG/pdf/guide_coordo_pass_parcours_et_inclusion_en_pass.pdf)
- ▶ Fiches repères (consentement, dépistages IST, droits santé sexuelle des -26 ans) et cahiers engagés CRIPS (addictions, sexualité, jeux argent, réseaux sociaux)
- ▶ Guides santé Psycom
- ▶ **Centre national de ressources et de résiliences Cn2r** (<https://cn2r.fr>)
- ▶ Cartes et vidéos **“Réponses pour Elles”** (<https://ikambere.com/nos-outils-sante-sexuelle>)
- ▶ **Guide d'informations WATIZAT** pour les personnes exilées. (<https://watizat.org>)
- ▶ Soliguide

Contacts et orientations possibles

- ▶ Centres de Santé Sexuelle (CSS)
 - ▶ Centres gratuits d'information, de dépistage et de diagnostic (CeGIDD)
 - ▶ Site GAMS, pour les cas de mutilations sexuelles (<https://federationgams.org/>) et <https://excisionparlonsen.org/>
 - ▶ PASS ville et hospitaliers
 - ▶ Mission d'Accompagnement Santé (MAS) de la CNAM
 - ▶ Dispositifs locaux d'appui à la coordination des parcours de santé complexes
 - ▶ COMEDE - Agir en faveur de la santé des exilé·e·s et défendre leurs droits
 - ▶ CPTS (Communautés professionnelles territoriales de santé) ARS
 - ▶ **Addictions** : CSAPA, Narcotiques Anonymes, Alcooliques Anonymes
 - ▶ **Grossesse / Parentalité** : réseaux locaux périnataux / dispositifs « équipe mobile précarité maternité »
 - ▶ **Maladies chroniques & prévention** : Ikambere (Maisons en Île-de-France et interventions partout en France)
 - ▶ **Ophtalmologie** : prise de RDV : Point Vision, rendez-vous rapide avec un ophtalmologue / Lunettes : Vision solidarité (<https://www.visionsolidarite.org>)
 - ▶ **Santé mentale** : dispositifs « équipe mobile précarité santé mentale » ; à Paris : Institut de victimologie (<https://www.cpiiv.org>), services dédiés aux parcours traumatiques, (<https://parcours-exil.org>) ; Centres régionaux du psychotraumatisme (CRP)
- 💡 Bilans médicaux = si les personnes bénéficient du régime général de la sécurité sociale (carte vitale), elles ont accès aux **bilans de santé complets proposés gratuitement par la CPAM**. Rdv sur une demi-journée et rencontre avec tous les spécialistes.

