

## Société | Benjamin, 34 ans, Caporal-chef en réinsertion professionnelle



Le 26 novembre dernier, treize militaires dont sept basés à Pau (six officiers, six sous-officiers et un caporal-chef) trouvaient la mort dans un accident d'hélicoptères lors d'une opération de combat contre des djihadistes au Mali. Cet évènement, très repris médiatiquement, a donné lieu à un hommage national et a suscité une vive émotion dans les rangs des forces armées françaises. Mais parmi ceux qui peuvent revenir, tous ne sont pas pour autant sortis d'affaire. Ce mardi au Musée de la Mer et de la Marine de Bordeaux, le Comité Liaison Défense du MEDEF organisait, dans le cadre d'un tour de France, un débat autour du recrutement dans les entreprises des militaires blessés et de la reconversion professionnelle. À cette occasion, nous avons interrogé Benjamin, 34 ans, toujours caporal-chef mais en cours de reconversion. Il raconte son syndrome post-traumatique et la manière dont l'armée suit sa reconstruction, aux côtés de Karen, officier rattachée à la zone de Défense sud-ouest.

### @qui.fr – Qu'est-ce qui a déclenché votre reconversion professionnelle ?

**Benjamin** - Je suis en arrêt depuis trois ans pour syndrome post-traumatique. Je fais partie d'un régiment dans la région Aquitaine. J'ai fait l'Afghanistan, le Kosovo, l'ouverture du Mali et la Centrafrique pour les élections. Quand je suis rentré de Centrafrique, j'ai déclenché ce stress post-traumatique. J'en voulais à la terre entière, je m'en voulais à moi-même. J'ai vu des camarades blessés, d'autres sur des opérations de combat. À la fin, on a tellement tout qui se mélange dans la tête qu'on dégoupille. Beaucoup sombrent dans l'alcool, dans la drogue. J'ai eu une très forte consommation d'alcool, quelques toxiques. Quand on rumine comme ça, on n'est pas une personne abordable, on préfère rester de notre côté. On a des phases : parfois on pleure, d'autres fois on devient méchant. On se renferme tellement sur nous-mêmes qu'on ne comprend pas les autres et en même temps on a peur du jugement des gens.

**Karen, officier traitant rattachée à la cellule des blessés (CABAT)** - Ce n'est même pas une pathologie, c'est une blessure. Elle est invisible, mais elle met très longtemps à se soigner. Une partie du cerveau est endommagée, comme une partie du corps si on prenait une blessure par balles. Le déclenchement de ce syndrome passe

toujours par les mêmes étapes. L'une des premières, c'est le trouble du sommeil.

**B.** - J'avais des insomnies, je pouvais passer trois ou quatre jours sans dormir et être frais comme un gardon. Je fais moins de cauchemars aujourd'hui, il y a en a un que je fais toujours. Quand j'ai accepté de me faire soigner, ma psy m'a dit que je n'étais pas prêt mais maintenant je vais faire des techniques d'EMDR ([on vous avait déjà parlé de cette technique ici](#)) pour revivre la scène.

**K.** - Ça fait ressortir l'évènement traumatisant pour mieux le digérer. Les victimes d'attentats terroristes peuvent aussi utiliser cette technique. Il y a un encadrement spécial au sein de l'hôpital Robert Picqué. Il faut qu'il accepte de revivre cet évènement.

**@qui.fr - Vous avez toujours voulu être militaire ?**

**B.** - Non. Avant, j'étais antimilitariste, anti flic et antisystème. J'étais dans le mouvement de l'émergence punk mais je me suis engagé à 23 ans du jour au lendemain pour me recadrer. J'ai toujours travaillé depuis l'âge de 17 ans, je posais et fabriquais des fenêtres en PVC en région Toulousaine. Mon père était un ancien de la colo. Je suis rentré dans l'armée et je me suis rendu compte que j'avais trouvé ma vocation, même si je ne peux plus maintenant. J'ai des automatismes : aujourd'hui encore, des fois mon employeur me demande de faire quelque chose et je lui dis encore: reçu. J'y ai découvert la vraie vie en communauté, la vraie fratrie et des putains de valeurs qu'on ne trouve pas dans le civil.

**@qui.fr - Vous avez témoigné lors de cette conférence et dit avoir assez mal vécu l'accident de fin novembre au Mali...**

**B.** - Je me fous de la politique. Les gens qui sont d'accord savent pourquoi on est là-bas. La France, malgré le passé colonial, a toujours eu un amour particulier avec l'Afrique. Partout où je suis allé, les gens qui se faisaient caillasser, c'était très rare, même en Afghanistan. J'ai pris des leçons de vie. Quand je rentrais en France, j'entendais mes amis râler, je leur disais de regarder un peu ce qui se passait ailleurs. Avec l'accident, même si je ne connaissais pas les gens, j'ai perdu des frères. Ça m'a lourdement affecté, mon employeur qui est aussi un ami, m'a gardé deux jours chez lui, j'ai eu quelques jours difficiles où j'ai craqué. J'avais le sentiment de les avoir abandonnés. Ça restera compliqué mais si c'était à refaire, je le referai sans hésiter.

**@qui.fr - Vous en êtes où aujourd'hui ? Toujours des drogues, de l'alcool ? Comment se passe votre travail ?**

**B.** - Je n'ai pas fait de cure pour l'alcool. j'ai juste entendu ce que les gens me racontaient et je me suis dit que soit j'allais terminer en taule ou mal finir. J'ai réussi à stopper. Pour les toxiques, je commence un peu à m'en sortir. Ça fait trois ans et demie que je suis en arrêt. Les deux premières années, j'étais dans le déni pour le soin. Je me croyais toujours dur, je me disais que j'allais m'en sortir tout seul sans médocs. On se détruit nous-mêmes et on détruit aussi nos proches, c'est pour ça que la cellule (CABAT, la Cellule d'Aide aux Blessés de l'Armée de Terre) suit aussi les aidants. Je ne me suis pas rendu compte du tort que je leur faisais.

Depuis le mois d'octobre, ça fait un an que je suis suivi à Robert Picqué. Tous les mois et demi, je passe quinze jours dans l'aile psychiatrique spécialisée dans le post-traumatique. Je revois des amis, des gens qui sont dans le même cas que moi. On fait de la relaxation créative, de l'ergothérapie. Je me suis remis au dessin. Quand j'étais jeune, je faisais des graffitis, aujourd'hui j'en refais mais plus sur les murs, ou alors sur les murs autorisés. Je fais beaucoup de toiles, je décore. J'ai accepté le suivi et depuis que j'ai le traitement, j'arrive mieux à dormir. Pour l'alcool, je n'ai pas fait de sevrage. J'arrive un peu à parler de tout ça aujourd'hui avec des gens qui ont vécu les mêmes choses. Je sais que même quand je ne serai plus sous-contrat, je pourrais retourner dans cette antenne de suivi.

**K.** - Après la phase de soin et de reconstruction par le sport, il y a une phase de réinsertion professionnelle. C'est une phase préparatoire de stage où on va remettre le pied à l'étrier. Si ça se passe bien, il y a tout un suivi avec l'agence de reconversion des militaires. S'ils sont embauchés à la fin de leur stage, tant mieux pour eux. Cette phase date de 2016, c'est relativement récent. Même si la réinsertion ne marche pas, ce n'est pas grave, mais c'est indispensable. On ne peut pas laisser partir un blessé dans une phase de reconversion, il faut qu'il passe par cette réinsertion qui dure entre un mois et un an. Il est payé par l'armée et l'entreprise a elle-même cette démarche d'aide. Comme ils sont blessés dans des opérations extérieures, ils ont droit à un budget formation. On espère qu'il y a un CDI à la clé pour eux, mais ce n'est pas obligatoire.

**B.** - Aujourd'hui, je travaille dans l'entreprise Iclim, chez Mr Gervais dans la région Toulousaine. C'est un ami à moi qui s'est remis à son compte. Il a vu que je parlais mal, il m'a attrapé par l'oreille et m'a demandé de venir travailler avec lui. Depuis que je retravaille, ça va mieux. J'avais beaucoup de mal avec la foule, j'avais le cerveau qui restait en mode combat et j'avais des crises d'angoisse. Pour les feux d'artifice par exemple, j'angoisse toujours. J'aimerais redevenir militaire, mais c'est impossible aujourd'hui. J'y suis depuis septembre pendant un an et j'envisage de devenir associé. Je ne pourrais pas travailler dans une grosse entreprise, mais j'ai envie d'être patron. Mr Gervais est partant pour reprendre d'autres militaires dans le même cas, c'est sûrement un tremplin aussi pour sa boîte.

**@qui.fr - Certains employeurs sont encore réticents à reprendre d'anciens militaires en reconversion. Pourquoi selon vous ?**

**B.** - Il n'y a pas trop de communication dans le milieu militaire sur ces pathologies-là, le civil veut savoir et comprendre. Certains veulent faire des stages mais les médecins disent qu'ils ne sont pas prêts. Chaque blessé à son parcours. L'institution assure huit ans d'arrêt maladie, c'est énorme mais c'est le temps qu'il faut pour certains à se soigner.

**K.** - Tant que le diagnostic n'est pas fait, on n'engage pas le processus de réinsertion et les recherches d'entreprises. On se base sur le lieu d'habitation et ce que la personne a envie de faire, son projet professionnel. On fait du cas par cas, c'est souvent long. Benjamin est en phase de deuil de l'institution, c'est rare que les syndromes post-traumatiques reviennent en arrière.



Romain Béteille

*Crédit Photo : RB*

*Publié sur [aqui.fr](http://aqui.fr) le 04/12/2019*

*[Url de cet article](#)*