

# ECRIT PROFESSIONNEL DE CERTIFICATION EN CONSEIL CONJUGAL ET FAMILIAL

## « PAR CONGRUENCE, JE NOMME ».

ACCOMPAGNER LES PERSONNES VIVANT DES VIOLENCES ET  
COERCITIONS INTIMES ET SEXUELLES : ÉBAUCHE D'UNE  
PRATIQUE D'ÉCOUTE ENTRE APPROCHE CENTRÉE SUR LA  
PERSONNE ET ANALYSE FÉMINISTE

LUCIE ASSÉMAT  
CCF 3 – 2021-2023  
PLANNING FAMILIAL NOUVELLE AQUITAINE

# TABLE DES MATIÈRES

|   |    |
|---|----|
| Remerciements.....  | 3  |
| Note concernant la rédaction.....   | 3  |
| Note concernant les retranscriptions d'entretien.....   | 4  |
| Introduction.....   | 5  |
| I.    Approches théoriques.....   | 10 |
| Présentation de l'approche centrée sur la personne.....   | 10 |
| <b>DÉFINITIONS.....</b>   | 10 |
| <b>LES BASES DU MÉTIER DE CCF : LES OBLIGATIONS LÉGALES.....</b>  | 10 |
| <b>RÉFÉRENTIEL DE COMPÉTENCES CCF.....</b>  | 11 |
| <b>ET AU PLANNING FAMILIAL DE NOUVELLE-AQUITAINE ?.....</b>   | 12 |
| <b>APPROCHE SYSTÉMIQUE ,CNV, ÉCOUTE ACTIVE : DIVERS MODÈLES D'INTERVENTION EXISTANT EN MATIÈRE DE VIOLENCES.....</b>                  | 13 |
| Présentation de l'analyse féministe des violences conjugales.....   | 16 |
| Mon parcours.....   | 16 |
| <b>PLANNING FAMILIAL DE NOUVELLE-AQUITAINE : APPROCHE CENTRÉE SUR LA PERSONNE, REGARD FÉMINISTE, ET POINTS DE QUESTIONNEMENT.....</b> | 22 |
| Tension entre ces deux approches.....   | 23 |
| Méthodologie.....   | 24 |
| Présentation des interviewées.....  | 25 |
| II.   Résultats des entretiens.....   | 28 |
| Problèmes identifiés.....   | 28 |
| Lecture des violences.....  | 28 |
| Tension ACP / lecture féministe.....  | 31 |
| <b>QUE VAUT LE CONSENTEMENT DES DOMINÉES ?.....</b>   | 32 |
| Se positionner clairement face à l'inacceptable.....  | 34 |
| Etude de cas 1 – l'adolescente et le jeune homme.....   | 35 |
| Etude de cas 2 – la jeune femme et l'amnésie.....   | 36 |
| « C'est mon choix » : Comment savoir si la personne consent réellement à ce qu'elle vit ?.....  | 38 |
| Protéger les victimes à leur place ?.....   | 39 |
| Points de vigilance sur l'approche centrée sur la personne.....   | 40 |
| Préconisations et solutions.....  | 41 |
| <b>NOMMER LES VIOLENCES, « REMETTRE LE MONDE À L'ENDROIT ».....</b>   | 41 |
| <b>RESPECTER LA TEMPORALITÉ : LAISSER LE TEMPS AUX PERSONNES DE S'APPROPRIER LEURS DÉCISIONS.....</b>                                 | 43 |
| Sécuriser le lien, renforcer les ressources.....  | 44 |
| Evaluer le danger : Louise et le système des drapeaux.....  | 46 |
| Conclusion.....   | 51 |
| Récapitulation des résultats et des propositions.....   | 51 |
| Bibliographie.....  | 55 |

## REMERCIEMENTS

Mes remerciements vont à l'équipe du Planning Familial Nouvelle Aquitaine, notamment les membres du pôle formation Rachel Besson, Marion Morel, Saan Heckmann, Caroline Van Asche. Je remercie spécialement Coline Bost, qui m'a aiguillée, rassurée, et clarifiée. Son soutien a été très précieux, je lui en suis très reconnaissante et en profite pour me souhaiter un jour de vivre une sérénité comme celle que je lui prête. Merci à toute la promotion CCF3, pour les échanges, la bienveillance, le soutien mutuel.

Je remercie tout particulièrement les professionnelles qui ont bien voulu m'accorder leur temps, leur confiance, leurs neurones, et échanger avec moi, souvent plusieurs heures chacun.e : Maïté Debats, Saan Heckmann, Alice Masoni, Louise Michel<sup>1</sup>, Vincent Raynaud.

Mes remerciements vont également à l'équipe bénévole et salariée du Planning Familial 32, qui m'a permis de partir le plus sereinement possible en stage et en formations. Grâce au fonds de solidarité de la confédération nationale du Planning Familial, et aux encouragements de sa trésorière Cécile Malfray, j'ai pu accéder à la formation au conseil conjugal et familial.

La fédération régionale Occitanie du Planning Familial, et notamment Marie Da Costa, m'ont encouragée et soutenue dès avant même mon entrée en formation, et continuent encore aujourd'hui, qu'elles en soient remerciées.

Merci à toutes les personnes avec qui j'ai échangé sur mon sujet, et qui m'ont grandement aidée à formuler ma pensée : Philippe, Catherine, Hélène, Ariane, Benoît, Emeline, et les autres.

Je remercie tout particulièrement ma compagne, Marine, dont le soutien et les encouragements ne font jamais défaut, jusqu'au bout.

Et bien sûr, merci à toutes celles, anonymes ou connues, qui ont tracé les routes que je fréquente, et qui les entretiennent avec leurs cairns.

## NOTE CONCERNANT LA RÉDACTION

J'applique dans cet écrit la plupart du temps les préconisations du Haut Conseil à l'Égalité entre les Femmes et les Hommes, en matière d'écriture dite inclusive. Cependant, et par conviction personnelle, je n'ai pas d'état d'âme à écrire au « féminin inclusif » en

---

<sup>1</sup> Nom fictif, afin de préserver l'anonymat de la personne concernée

fonction des contextes. Ainsi, pour parler d'un groupe majoritairement composé de femmes, ou de personnes assignées femmes à la naissance, je pourrai l'évoquer au féminin, et non en écriture dite inclusive. Ce choix vise à contrebalancer - dans la faible mesure de mes capacités - l'invisibilisation permanente des femmes liée à l'usage du « masculin universel », qui a cours y compris dans nombre de milieux féministes, soucieux d'inclusion des personnes assignées femmes à la naissance mais ne s'identifiant pas comme telles. Le terme « femme » renvoyant dans mon propos à une situation concrète d'oppression dans un rapport social, et non à un vécu intime, je prends donc le parti de nous visibiliser en tant que groupe social. Il est donc possible que des hommes, ou des personnes assignées femmes à la naissance mais ne s'identifiant pas comme telles, soient comprises dans les pluriels féminins de cet écrit. En bref, faute d'entraînement – et de paramétrage adéquat de mon correcteur orthographique - je ne me risquerai pas à rédiger cet écrit à la féminine universelle créée par l'artiste Typhaine Dee<sup>2</sup>, mais « la cœure y este ».

## NOTE CONCERNANT LES RETRANSCRIPTIONS D'ENTRETIEN

Dans un souci de confort visuel pour les lectrices, j'ai pris le parti de ne pas retranscrire systématiquement « à la lettre » les portions d'entretien reproduites dans cet écrit, du fait de la spécificité du langage oral par rapport à l'écrit (répétitions, bafouillages, etc.) J'ai néanmoins veillé à toujours rester fidèle aux personnes interviewées. Les entretiens ayant duré entre 1h18 et 2h45, les retranscriptions totales ne seront pas non plus disponibles en annexe, pour des raisons de lourdeur d'un tel document final. Je les tiens cependant à disposition.

---

<sup>2</sup> <https://typhaine-d.com/index.php/actualites/234-manifeste-de-la-feminine-universelle>, consultée le 6 avril 2023

# INTRODUCTION

Juste après avoir suivi des études en sociologie appliquée au genre et m'être spécialisée sur les questions de consentement, de violences sexistes et sexuelles, et de pratiques féministes en travail social, j'ai été embauchée comme travailleuse sociale dans un lieu d'accueil pour femmes victimes de violences conjugales. À cette occasion, j'ai été confrontée à des pratiques d'accueil collectif et particulièrement riches, et je me suis lancée dans l'écoute et l'accompagnement de femmes victimes de violence sans y avoir été préalablement formée. Je me suis formée par compagnonnage, en écoutant, en observant et en questionnant mes collègues et en prenant rapidement ma place. Comme dans les autres lieux féministes d'accueil spécialisés pour femmes victimes de violences, j'y ai vu que les pratiques dans cette association féministe étaient de nommer les violences sans ambiguïté, et le discours qui était porté était que les violences allaient de manière inéluctable empirer, sachant que le public accueilli était composé quasiment exclusivement de femmes vivant des violences conjugales, que donc la question de l'emprise y était centrale. J'ai pu observer que l'emprise se déconstruisait d'autant plus efficacement que l'accueil était collectif. C'étaient donc d'autres femmes qui renvoyaient aux nouvelles le fait qu'elles étaient elles-mêmes tombées dans des pièges de manipulation, qu'elles avaient nourri de faux espoirs et qu'elles avaient réussi à se sortir des violences. C'était comme du travail social entre pairs, sachant que j'avais pour fonction celle de réguler les échanges - et éventuellement d'inciter celles qui ne parlaient pas à s'exprimer. Ma lecture féministe et sociologique des violences m'a beaucoup servi à ce moment-là puisqu'elle permettait, en plus du constat opéré par les femmes de la similarité de leurs parcours et des stratégies des agresseurs, d'objectiver les situations dans lesquelles les femmes étaient.

J'ai donc d'abord été formée à l'analyse féministe des violences, dans des cadres universitaires et militants. Puis au travail social avec des femmes ayant vécu des violences ou vivant actuellement des violences. Puis, le plus récemment, à l'écoute active par le planning familial. Ma culture professionnelle n'est donc pas neutre.

L'analyse féministe des violences est très prégnante dans ma vie depuis maintenant une bonne dizaine d'années. Et mon réflexe, probablement lié à mes valeurs, à mes postures est a priori toujours de renvoyer aux personnes ce que je pense de leur situation quand je perçois de la contrainte sociale, de l'oppression. Je crois que j'ai en tête la plupart du temps, si ce n'est toujours, l'intérêt des personnes quand je renvoie les choses. Par ailleurs, l'idée de garder pour moi ma préoccupation face à une personne subissant des violences m'est

assez difficile. C'est quelque chose sur lequel je travaille depuis un moment. En tout cas, la question de l'éradication des violences faites aux femmes est quelque chose qui me porte et qui m'anime depuis longtemps.

Avec les années de militantisme et de travail, j'arrive peut-être mieux qu'auparavant à gérer le sentiment d'injustice, de colère, de frustration que les situations de violence peuvent me générer. Mais je suis toujours inconfortable à l'idée de laisser des personnes dans des situations de violence, sans essayer de les aider à changer les choses. Par ailleurs une préoccupation pour moi est celle de l'émancipation des personnes et en particulier des femmes, vis-à-vis d'un système social patriarcal qui opprime les femmes en tant que classe. En tout cas, c'est ma lecture. Je me questionne également depuis un bon moment sur les enjeux et les tensions en matière d'émancipation, de définition de ce qui est juste ou pas, et j'ai tendance à appliquer une lecture féministe matérialiste aux événements, aux situations que je croise.

Dès lors, j'ai tendance à avoir pas mal de méfiance vis-à-vis des discours mettant en scène des individus doués de libre arbitre et pouvant opérer leurs choix sans contrainte, alors même que ma formation universitaire et militante m'a fait au contraire pointer du doigt et creuser des endroits dans lesquels les personnes, les groupes sont opprimés, contraints, aliénés. Je me retrouve par conséquent dans une situation un peu déstabilisante lors de la pratique de l'écoute active et de l'approche centrée sur la personne, puisque celle-ci implique de se décentrer de soi.

Depuis mon début au planning familial, je suis aux prises avec les enjeux de non jugement, qui se confronte avec l'importance que je donne à une analyse objective des conditions matérielles réelles dans lesquelles sont placés les personnes, conditions, sinon contraintes, qui influent nécessairement sur leur décision. Et c'est cette tension entre libre-arbitre souhaité d'un côté et réalité des contraintes de l'autre qui me met toujours plus ou moins en tension. C'est cette tension que j'essaie de résoudre dans cet écrit professionnel.

Comment concilier le respect des temporalités individuelles des personnes victimes de violences et l'accompagnement vers l'émancipation en tant que conseillère conjugale et familiale en fin de formation ? D'une part, il est important de respecter le rythme et les choix des personnes en situation de violence, et de les aider à identifier leurs propres besoins et priorités en matière de sécurité et de bien-être. D'autre part, il est également crucial de les soutenir dans leur processus d'émancipation, de les aider à reconnaître les normes de genre et les obstacles sociaux qui limitent leur liberté et leur autonomie. Comment peut-on trouver un équilibre entre ces deux objectifs apparemment contradictoires ? Comment peut-on aider

les personnes à identifier leurs propres ressources et à développer leur pouvoir d'agir tout en respectant leur propre rythme et leurs choix ? Quels sont les outils et les stratégies d'accompagnement qui permettent de soutenir les personnes dans leur parcours vers l'émancipation tout en maintenant une approche centrée sur elles ?

En tant que conseillère conjugale et familiale en fin de formation, la prise en compte de la subjectivité et de l'expérience personnelle des personnes en situation de violence est essentielle pour l'accompagnement vers leur émancipation. C'est ce que permet l'approche centrée sur la personne (ACP), qui met l'accent sur l'écoute active, la validation des émotions, et la reconnaissance des besoins et des priorités des personnes. Cependant, il est important de ne pas perdre de vue les dimensions structurelles et systémiques des violences notamment conjugales, en particulier les normes de genre et les inégalités sociales qui les sous-tendent. C'est ce que met en évidence l'analyse féministe des violences, qui permet de comprendre les facteurs de genre qui contribuent aux violences.

La tension entre l'approche centrée sur la personne et l'analyse féministe des violences conjugales réside dans la difficulté à intégrer ces deux approches de manière cohérente et équilibrée. D'un côté, l'ACP permet de respecter les temporalités individuelles des personnes, en reconnaissant leur pouvoir d'agir et leur autonomie dans le processus de changement. De l'autre côté, l'analyse féministe souligne la nécessité de prendre en compte les facteurs de genre et les dimensions structurelles des violences conjugales pour accompagner les personnes vers l'émancipation.

Ainsi, la problématique est la suivante : Comment concilier l'approche centrée sur la personne et l'analyse féministe des violences pour accompagner les personnes victimes vers l'émancipation en tant que conseillère conjugale et familiale en fin de formation ? Comment peut-on aider les personnes à reconnaître les facteurs de genre qui contribuent aux violences qu'elles subissent, tout en respectant leur propre rythme et leurs choix en matière de sécurité et de bien-être ? Quels sont les outils et les compétences nécessaires pour intégrer ces deux approches dans la pratique professionnelle et pour aider les personnes à développer leur pouvoir d'agir et leur autonomie ?

Pour concilier ces deux approches de manière cohérente et équilibrée, j'ai décidé de m'appuyer sur des entretiens avec des professionnel.les du domaine, dont des formatrices au conseil conjugal et familial ayant une approche féministe.

Grâce à ces entretiens, j'espère mieux comprendre les enjeux et les défis de l'approche centrée sur la personne et de l'analyse féministe des violences conjugales dans la pratique

professionnelle. J'aimerais notamment explorer comment ces deux approches peuvent être combinées de manière cohérente et respectueuse pour les personnes que j'accompagne.

Dans mes échanges avec ces professionnelles, je compte interroger leurs expériences et leurs réflexions sur les pratiques et les outils permettant de concilier ces deux approches. Je vais également leur demander comment elles ont réussi à concilier leurs convictions féministes avec l'accompagnement des personnes en situation de violence dans leur pratique professionnelle.

Mon écrit sera donc structuré en trois parties :

La première partie sera consacrée à la présentation de l'approche centrée sur la personne et de l'analyse féministe des violences. Je rappellerai les principales caractéristiques de ces deux approches et je mettrai en évidence la tension qui peut exister entre elles.

Dans la deuxième partie, je présenterai les résultats de mes entretiens avec des professionnelles expérimentées en matière de violences, qui auront pour objectif de répondre aux questions suivantes : Comment concilier ces deux approches pour accompagner les personnes victimes vers l'émancipation ? Quels sont les outils et les compétences nécessaires pour intégrer ces deux approches dans la pratique professionnelle ? Comment peut-on aider les personnes à reconnaître les facteurs de genre qui contribuent aux violences qu'elles subissent, tout en respectant leur propre rythme et leurs choix en matière de sécurité et de bien-être ? Dans mes échanges avec ces professionnelles, je compte interroger leurs expériences et leurs réflexions sur les pratiques et les outils permettant de concilier ces deux approches.

Enfin, dans la troisième partie, je vais utiliser les enseignements de ces entretiens pour adapter ma propre pratique professionnelle, en fonction de mes propres valeurs et convictions. Mon objectif est de trouver des solutions adaptées pour concilier ces deux approches de manière cohérente et équilibrée, tout en respectant les temporalités et les choix des personnes que j'accompagne. Je m'appuierai sur des préconisations et des outils pour intégrer l'approche centrée sur la personne et l'analyse féministe des violences dans ma pratique professionnelle de conseillère conjugale et familiale. Je mettrai en avant les outils et les compétences nécessaires pour accompagner les personnes dans leur cheminement vers



l'émancipation tout en prenant en compte les dimensions structurelles et systémiques des violences.

# I. APPROCHES THÉORIQUES

## PRÉSENTATION DE L'APPROCHE CENTRÉE SUR LA PERSONNE DÉFINITIONS

Dans cet écrit, je vais aborder un certain nombre de concepts, que je propose de définir rapidement.

### LES BASES DU MÉTIER DE CCF : LES OBLIGATIONS LÉGALES

Je reprends ici l'arrêté du 3 décembre 2010 relatif à la formation des personnels intervenant dans les centres de planification ou d'éducation familiale et dans les établissements d'information, de consultation ou de conseil familial.

Je cite :

*« [...] la mission du CCF s'exerce spécifiquement dans le champ de la sexualité dans ses dimensions affectives, relationnelles et sociales. Son intervention est destinée à une personne (quel que soit l'âge), un couple, une famille ou un groupe, avec comme finalité l'éducation à la sexualité ainsi que l'aide aux personnes en situation de conflit ou victimes de violences intrafamiliales, sexistes, sexuelles.*

*La/le CCF intervient à la demande des personnes (individu-couple-familles), des professionnels ou des institutions. En fonction de la nature de la demande, elle/il engage une intervention individuelle et/ou collective. Elle/il peut mettre aussi en œuvre une fonction d'orientation. Dans le cadre de ses consultations, la/le CCF conduit des entretiens. Dans ce cadre, elle/il exerce une fonction d'aide basée sur l'écoute et le counseling<sup>3</sup>. Elle/il favorise l'ouverture d'une réflexion, accompagne la personne dans la prise des décisions les mieux adaptées à sa situation et à son mieux-être.*

*Son intervention vise à permettre à la personne de se (re)situer dans son contexte sociétal, social, familial et personnel.*

*Dans les situations de violences physiques et/ou morales, il/elle aide la personne à revaloriser sa propre estime et à se situer en tant que sujet et non comme objet de discrimination ou de maltraitance.*

*La/le CCF construit une relation de confiance avec la personne, le couple, la famille.*

*Elle/il exerce son activité dans un cadre éthique, de neutralité, de respect des personnes et de leur anonymat. »<sup>4</sup>*

---

<sup>3</sup> Tenir conseil - processus d'identification (note originale de l'arrêté)

<sup>4</sup> JORF n° 0286 du 10 décembre 2010, Arrêté du 3 décembre 2010 relatif à la formation des personnels intervenant dans les centres de planification ou d'éducation familiale et dans les établissements d'information, de consultation ou de conseil familial, <https://www.legifrance.gouv.fr/loda/id/TORFTEXT000023213236>, consulté pour la dernière fois le 12 avril 2023

## RÉFÉRENTIEL DE COMPÉTENCES CCF

Plus loin, l'arrêté précise le « Référentiel de compétences, et indicateurs de compétences associés » (annexe 2), notamment :

### Accueil, Ecoute active

- *Capacité à instaurer une relation de confiance, à favoriser la parole, à construire un cadre de dialogue*
- *Capacité à recueillir les données d'information nécessaires à la compréhension de la situation*
- *Savoir se positionner professionnellement (distanciation - objectivation - respect du cadre de sa mission - respect des limites) - capacité d'empathie, de bienveillance et de congruence*
- *Savoir s'inscrire dans un cadre éthique et dans le respect des règles déontologiques (non jugement – respect des droits fondamentaux de la personne - non-discrimination - confidentialité...)*
- *Savoir évaluer une situation et notamment repérer une situation de danger*

### Accompagnement

- *Capacité à mobiliser la connaissance des champs d'intervention du CCF*
- *Capacité à sélectionner et transmettre les informations pertinentes à l'intéressé*
- *Capacité à orienter*
- *Capacité à nommer les situations de violence, à les désamorcer, à les analyser*
- *Capacité à identifier, valoriser les ressources, les potentialités de la personne, du couple ou de la famille*
- *Capacité à aider les personnes reçues à retrouver et restaurer l'estime de soi, leur autonomie de penser et d'agir*
- *Savoir évaluer les effets de son intervention et les partager avec les personnes concernées [...] »*

On le voit à la lecture de ces extraits de l'arrêté, il s'agit pour les conseillères conjugales et familiales à la fois d'être au plus près de la personne, tout en ayant une mission de détection et d'accompagnement des situations de violence. Si elle est abordée dans cet arrêté, la question de la demande est laissée en suspens quand les violences font partie du paysage, mais qu'elles ne sont pas l'objet de la consultation.

Par ailleurs, au cours de la formation au conseil conjugal et familial, cette thématique sera abordée à plusieurs reprises, à l'initiative des stagiaires, ou des formatrices. Il s'agit en effet à mon sens d'un enjeu non négligeable dans la construction de notre éthique professionnelle,

aux prises à la fois avec les exigences d' « instaurer une relation de confiance, à favoriser la parole, à construire un cadre de dialogue », tout en « nomm[ant] les situations de violence, [en les] analys[ant] »

## ET AU PLANNING FAMILIAL DE NOUVELLE-AQUITAINE ?

Tel que pratiqué au Planning Familial, Le conseil conjugal et familial (CCF) est une approche de counselling qui vise à aider les personnes, les couples et les familles à résoudre les problèmes relationnels et familiaux. La formation vise à permettre de maîtriser l'écoute active, la reformulation, la validation et à d'autres compétences de communication pour aider les personnes, les couples et les familles à mieux comprendre leurs propres besoins et à améliorer leur communication.

Les CCF y sont formées à une lecture féministe des enjeux en matière de santé sexuelle et reproductive, et sont formées dans une perspective féministe en ce qui concerne les violences. La formation vise à outiller les professionnelles pour favoriser l'autonomie, l'égalité et le respect des choix de chacun en matière de sexualité et de reproduction. Elles peuvent également fournir des informations et des conseils sur la contraception, l'éducation sexuelle, la santé sexuelle et reproductive, ainsi que sur les droits des femmes en matière de santé et de sexualité.

Les CCF au Planning Familial de Nouvelle Aquitaine sont formées à une éthique qui garantit la confidentialité, le non-jugement et la non-directivité. Tout un travail a été mené au cours de mon cursus pour apprendre à identifier et mettre à distances nos représentations sur les sujets auxquels nous avons été formées. Ceci s'entend aisément, étant donné que notre cœur de métier touche à l'intime, et donc le nôtre. Nous avons également beaucoup travaillé sur nos résonances. En effet, résonances et interprétations formant des obstacles à une présence et une écoute effectives, il est indispensable de s'en défaire.

La question qui a été posée, et que je me suis posée, concerne dès lors non pas d'éventuels jugements et représentations, mais des analyses sociologiques, voire politiques, des diverses coercitions, contraintes et violences dans la sphère de l'intime. Si le non-jugement apparaît tout à fait fondé, surtout connaissant l'historique du Planning – permettre l'accès effectif à la santé sexuelle et reproductive, face à de nombreux opposants aux droits des femmes à disposer de leurs corps, et à une société perpétuant tout à la fois la culpabilisation et l'infantilisation des femmes ; la question posée ici donc, est autre. Elle met en jeu les rapports de pouvoir entre écoutante et écoutée, qui justement peuvent être accentués si l'écoutante

met en place des propos jugeants ; mais ne seront pas moins présents si l'écoutante ne fait pas preuve de congruence.

C'est en effet la congruence qui nous a été présentée comme « « l'état d'être » de l'écoutant quand ses interventions au cours de l'entretien sont en accord avec les émotions et réflexions suscitées en lui par la personne accueillie. »<sup>5</sup>

Or, si je reprends les éléments transmis lors de la formation,

*« L'empathie pourrait se définir comme ce qui reste dans notre écoute quand nous sommes dépouillé.e.s de nos habitudes et de nos défenses, quand nous arrêtons de savoir pour l'autre ce qui est bon pour lui. Quand nous acceptons de ne plus ramener à nous ce qui concerne l'autre et dans d'autres moments à ne plus mélanger l'autre avec ce qui nous concerne nous-mêmes. Quand nous avons fait ce travail d'épuration, nous pouvons nous mettre en phase avec l'autre et l'accueillir en reformulant ses sentiments et ses besoins, quoi qu'il dise. Il s'agit bien d'accueillir : l'écouté.e n'a pas à convaincre, à se défendre, ni à se justifier. »<sup>6</sup>*

Dans cette optique, il paraît donc difficile de concilier à la fois congruence et empathie, si on transpose cette définition dans une pratique où aucun cadre de référence, bien que construit, ne serait pertinent. Bien entendu, ayant été formées à une lecture féministe des violences et des enjeux en matière de santé sexuelle et reproductives, il semble logique de reprendre cette analyse dans le travail. Comment donc concilier les deux ? Quel cadre de référence puis-je mobiliser, si je veux à la fois satisfaire les exigences de l'approche centrée sur la personne, et mon besoin de congruence face à une situation problématique ?

## APPROCHE SYSTÉMIQUE, CNV, ÉCOUTE ACTIVE : DIVERS MODÈLES D'INTERVENTION EXISTANT EN MATIÈRE DE VIOLENCES

Lors de mon stage à Orléans, nous échangeons avec Vincent sur la politique de dépistage systématique des violences mise en place depuis 8 ans à l'AD45. Il me montre le questionnaire utilisé dans les premiers temps, qui a aidé l'équipe à se légitimer dans cette démarche (voir annexe). Deux éléments attirent mon attention :

Tout d'abord, de fil en aiguille, en explorant les documents qu'il m'a présenté et en poursuivant mes recherches pour mieux comprendre les prémisses des formatrices canadiennes qui ont aidé l'équipe à mettre en place le dépistage, je tombe sur des documents d'analyse des violences avec un prisme systémique. Je cite :

---

<sup>5</sup> « L'entretien centré sur la personne dans la relation d'aide (counseling) », HECKMANN Saan, support de formation, 2022

<sup>6</sup> ibid

## « 2ème Prédésumé »

- *Deuxième: Les participants d'une interaction sont tous impliqués et par là même tous responsables.*

- *Il s'agit d'une responsabilité interactionnelle et non d'une responsabilité légale; celle-ci revient – dans tous les cas – à celui qui a mis en acte la violence.*

## 3ème Prédésumé

- *Troisième : Tout individu majeur, en principe, ayant les capacités suffisantes pour mener une vie autonome est le garant de sa propre sécurité.*

- *S'il n'assume pas la responsabilité, il stimule les aspects non contrôlables et violents de l'autre et organise ainsi et entretient une interaction à caractère violent.*

- *Chaque individu doit réaliser des opérations tendant à sauvegarder sa sécurité personnelle; sinon les transactions s'organisent de telle sorte que l'émergence de la violence soit possible. »<sup>7</sup>*

Cette approche, prônée et enseignée dans de nombreuses écoles de travail social, a, on le voit, la spécificité de partager la responsabilité des violences entre toutes les parties prenantes, y compris les victimes et co-victimes. C'est une analyse avec laquelle je suis en désaccord, car elle ne tient pas compte des mécanismes de violence. Je la mentionne, car le présumé d'une responsabilité partagée dans la relation, et donc dans une relation impliquant de la violence, est présent à plusieurs reprises dans les écrits de Marshall Rosenberg et Carl Rogers par exemple.

Carl Rogers était un psychologue humaniste et l'un des fondateurs de l'approche centrée sur la personne (ACP), qui met l'accent sur l'empathie, l'acceptation inconditionnelle et la compréhension de la personne. En tant que tel, il croyait que la violence était le résultat d'un manque d'empathie et de compréhension entre les individus, plutôt qu'une manifestation d'un caractère inné ou d'une maladie mentale. Selon mes recherches, certainement imparfaites, il ne semble pas qu'il attribuait à la violence une fonction spécifique de reproduction de rapports sociaux de pouvoir.

Dans ses écrits et ses discours, Rogers a souligné l'importance de l'empathie pour prévenir la violence. Il croyait que si les gens pouvaient vraiment comprendre les sentiments et les besoins des autres, ils seraient moins susceptibles de recourir à la violence ou à la coercition pour résoudre les conflits. Cependant, Rogers n'a pas ignoré le fait que la violence existe

---

<sup>7</sup> « Violences intrafamiliales : une re-définition nécessaire, IFATC / Forsyfa, consulté le 7 avr. 23 pour la dernière fois, [https://www.forsyfa.com/media/deuxieme\\_diapo.pdf](https://www.forsyfa.com/media/deuxieme_diapo.pdf)

dans le monde, et il a reconnu que certaines personnes peuvent avoir des comportements violents. Il croyait que ces comportements étaient souvent liés à des expériences traumatisantes dans l'enfance, à un manque d'empathie et de compréhension des autres, ainsi qu'à des facteurs socio-économiques et culturels.

En fin de compte, Rogers a cherché à promouvoir une approche centrée sur la personne pour aider les gens à développer leur capacité d'empathie et de compréhension, afin de prévenir la violence et de favoriser des relations plus saines et plus pacifiques. Dans son travail, il a souligné que les violences étaient souvent le résultat d'une communication inefficace et d'un manque d'empathie.

Selon lui, les personnes qui commettent des actes violents ont souvent une faible estime de soi et des difficultés à comprendre et à exprimer leurs émotions de manière saine. Ils peuvent également avoir été victimes de violence ou de négligence dans leur propre vie, ce qui peut avoir des effets durables sur leur comportement. Je n'ai pas retrouvé dans mes recherches – certainement rapides, et partielles – d'analyse par Rogers et Rosenberg de la violence comme outil de contrôle des dominés.

La CNV

*« La violence est l'expression tragique de besoins insatisfaits. C'est la manifestation de l'impuissance et/ou du désespoir de quelqu'un qui est si démuni qu'il pense que ses mots ne suffisent plus pour se faire entendre. Alors il attaque, crie, agresse ... »<sup>8</sup>*

Cette citation apparaît très régulièrement sur les forums, groupes, sites et autres ressources dédiées à la communication non-violente, inventée par Marshall Rosenberg dans le sillage de Carl Rogers.

Or, Marshall Rosenberg, le fondateur de la Communication Non Violente (CNV), a été influencé par l'approche centrée sur la personne de Carl Rogers. Rosenberg a travaillé avec Rogers au Center for Studies of the Person à La Jolla, en Californie, dans les années 1960, où il a étudié les techniques de counseling de Rogers et a été inspiré par l'approche centrée sur la personne.

La CNV de Rosenberg a été développée en réponse à des situations de conflit et de violence qu'il a observées dans le monde. Il a utilisé l'approche centrée sur la personne de Rogers comme base pour développer un processus de communication qui permet aux gens

---

<sup>8</sup> Marshall B. Rosenberg, Dénouer les conflits par la Communication Nonviolente, Éd. Jouvence

d'exprimer leurs sentiments et leurs besoins d'une manière authentique et empathique, tout en maintenant une relation positive avec l'autre personne.

Ainsi, bien que la CNV de Rosenberg soit distincte de l'approche centrée sur la personne de Rogers, elle est enracinée dans les principes fondamentaux de cette approche, tels que l'empathie, l'écoute active, la congruence et l'acceptation inconditionnelle. La CNV met également l'accent sur l'importance de la prise de conscience de nos propres besoins et sentiments ainsi que ceux des autres, un élément clé de l'approche centrée sur la personne.

Si la CNV en tant que telle n'a pas été enseignée dans le cursus de la formation en conseil conjugal et familial à laquelle j'ai assisté, son esprit est à mon sens bien présent. Sans du tout renier ses apports – j'ai moi-même eu le bonheur d'être formée au programme de développement affectif et social, basé sur ces deux approches, et j'ai toute conviction qu'il a une efficacité réelle dans la prévention de la violence - , je ne peux m'empêcher de percevoir des possibilités de perméabilité entre ces postures et des mécanismes de déni des violences, on y reviendra.

## PRÉSENTATION DE L'ANALYSE FÉMINISTE DES VIOLENCES CONJUGALES

### MON PARCOURS

J'ai suivi des études en sociologie, lors desquelles je me suis spécialisée sur les violences faites aux femmes. J'ai entre autres été formée sur les mécanismes des violences, d'emprise ; j'ai été particulièrement marquée par les féministes matérialistes, dont Nicole-Claude Mathieu, Colette Guillaumin, Patrizia Romito.

L'approche féministe des violences est une approche qui s'intéresse aux violences infligées aux femmes, en utilisant une perspective féministe pour comprendre ces violences et travailler à leur élimination. Cette approche prend en compte les contextes sociaux, culturels et politiques dans lesquels les violences se produisent, ainsi que les effets de ces violences sur les individus et les communautés.

L'approche féministe des violences reconnaît que les violences sexuelles, physiques et psychologiques sont des formes d'oppression fondées sur le genre et sont souvent utilisées pour maintenir le pouvoir et le contrôle sur les femmes. Cette approche insiste sur l'importance de reconnaître la résilience et la capacité de résistance des personnes qui ont subi des violences. L'approche féministe des violences s'appuie également sur une analyse intersectionnelle, qui prend en compte l'impact des intersections entre oppressions sur l'expérience de la violence et sur la capacité à y faire face. Cette approche reconnaît que les



femmes ne sont pas toutes vulnérables de la même manière aux violences et que la réponse à ces violences doit prendre en compte ces différences.

Enfin, l'approche féministe des violences met l'accent sur l'importance de travailler à la prévention des violences, en s'attaquant aux causes profondes de la violence et en mettant en place des interventions pour promouvoir l'égalité des genres et la justice sociale.

Plus spécifiquement, je me reconnais dans l'approche féministe matérialiste, une approche féministe qui s'intéresse aux causes économiques, politiques et sociales de l'oppression des femmes, en utilisant une analyse matérialiste pour comprendre ces causes. Cette approche considère que la discrimination et l'oppression des femmes sont étroitement liées aux structures économiques, sociales et politiques de la société dans laquelle nous vivons.

L'approche féministe matérialiste s'appuie sur la théorie marxiste pour comprendre les relations de pouvoir économiques et sociales qui sous-tendent les inégalités de genre. Cette approche considère que les femmes sont exploitées dans leur rôle de travailleuses, de consommatrices et de productrices de richesses économiques, et que cette exploitation est étroitement liée à leur position inférieure dans la hiérarchie de genre.

L'approche féministe matérialiste s'intéresse également aux intersections de l'oppression de genre avec d'autres formes d'oppression, telles que la race, la classe sociale, l'orientation sexuelle, etc. Elle considère que ces différentes formes d'oppression sont interconnectées et se renforcent mutuellement, créant des inégalités multiples et complexes qui doivent être comprises et combattues ensemble.

## QUAND CÉDER N'EST PAS CONSENTIR

Nicole-Claude Mathieu a développé le concept de "conscience dominée"<sup>9</sup> pour décrire la façon dont les femmes intériorisent leur propre oppression et la justifient, même sans en être conscientes.

Selon elle, les femmes sont socialisées dans un système patriarcal qui leur inculque des normes et des valeurs qui les maintiennent dans une position subordonnée aux hommes. Elles sont conditionnées à accepter leur propre infériorité et leur dépendance vis-à-vis des hommes, ainsi que les rôles et les stéréotypes qui leur sont attribués dans la société.

La "conscience dominée" renvoie donc à la façon dont les femmes intègrent ces normes et ces valeurs, et comment cela peut les empêcher de se rebeller contre leur propre

---

<sup>9</sup> « Quand céder n'est pas consentir: Des déterminants matériels et psychiques de la conscience dominée des femmes, et de quelques-unes de leurs interprétations en ethnologie », Nicole-Claude Mathieu, Éditions de l'École des hautes études en sciences sociales, 1985

oppression. Selon Nicole-Claude Mathieu, il est nécessaire de prendre conscience de cette "conscience dominée" pour pouvoir la déconstruire et lutter contre les inégalités de genre.

Dans son texte "Quand céder n'est pas consentir", Nicole-Claude Mathieu s'intéresse aux violences sexuelles et à la question de la contrainte et du consentement. Elle critique l'idée selon laquelle le consentement serait le seul critère permettant de définir la violence sexuelle, car selon elle, cela ne prend pas en compte les rapports de pouvoir qui peuvent exister entre les partenaires et les pressions sociales qui pèsent sur les femmes. Elle s'intéresse en particulier aux situations où les femmes peuvent être contraintes d'accepter des actes sexuels, par la violence physique, la menace, la manipulation ou la culpabilisation. Selon elle, dans ces situations, il ne s'agit pas d'un consentement libre et éclairé, mais d'une forme de "céder pour éviter le pire".

Elle plaide donc pour une prise en compte de la contrainte dans la définition des violences sexuelles, en insistant sur l'importance de comprendre les mécanismes de domination et les pressions sociales qui peuvent peser sur les femmes, et sur la nécessité de donner aux femmes les moyens de s'émanciper de ces contraintes et de s'affirmer dans leur sexualité. Pour Nicole-Claude Mathieu, les femmes n'ont pas une conscience de la domination symétrique à celles des hommes, ce qui est dû à plusieurs facteurs, car elles ont été socialisées dans un système patriarcal qui leur inculque des normes et des valeurs qui les maintiennent dans une position subordonnée aux hommes.

Selon elle, les femmes ont intériorisé ces normes et ces valeurs, et les ont intégrées dans leur propre perception de la réalité, ce qui peut les empêcher de reconnaître leur propre oppression et les inégalités de genre. Elle parle de "conscience dominée" pour décrire cette façon dont les femmes peuvent « accepter » leur propre infériorité et leur dépendance vis-à-vis des hommes, ainsi que les rôles et les stéréotypes qui leur sont attribués dans la société.

Cela peut s'expliquer par plusieurs facteurs, notamment l'éducation genrée, les stéréotypes de genre véhiculés par les médias, la culture et la tradition, qui sont autant de facteurs qui contribuent à maintenir les femmes dans une position de subordination. En conséquence, les femmes peuvent avoir du mal à prendre conscience de leur propre oppression et de l'existence des inégalités de genre, même si elles peuvent en subir les conséquences au quotidien.

*« Il faut aussi reconsidérer le concept de violence. Les violences physiques et morales, l'exclusion des moyens de défense, l'ignorance où sont maintenues les opprimées, tout autant que les « gratifications » si elles*

*restent à leur place concourent aux atteintes au fonctionnement de l'esprit, aux atteintes à la personne, à l'anesthésie de la conscience. Or cela constitue la violence permanente, le mécanisme principal de la domination agissant dans l'esprit des femmes, bien plus que des représentations idéelles légitimantes du pouvoir, qui sont le problème des dominants et auxquelles elles n'ont généralement ni le droit ni le temps ni la force d'avoir accès. L'insistance sur le « consentement » des femmes aux idées légitimant la domination rappelle trop les termes de la réflexion politique « classique », une problématique du contrat (et de la violence) entre hommes. Mais l'oppression n'est pas un contrat. Mieux vaut ne pas glisser de la psychologie de l'opresseur à celle de l'opprimé (e). (Tout ceci est en effet en partie valable pour d'autres catégories d'opprimés). »<sup>10</sup>*

La conscience dominée est ainsi l'autre nom, ou un nom plus général, pour parler des phénomènes d'emprise, d'aliénation, d'oppression vécues par les femmes.

*« les « contraintes » (et le mot est faible) [...] sur la sexualité et la reproduction — où le physique et le mental sont le plus inextricablement liés - dans la mesure où elles s'exercent sur le sujet opprimé dans un rapport de force global qui inclut aussi l'oppression économique, juridique et politique — peuvent être considérées comme l'un des plus sûrs facteurs de la dépossession de soi qui atteint les femmes en tant qu'individues et en tant que groupe social. [...] La (dé)négaration par les opprimé(e)s de leur propre oppression n'a rien d'étonnant si l'on sait (mais pour le savoir il faut être de ce côté-ci de la barrière) qu'il est tout à fait insupportable et traumatisant de se reconnaître opprimé(e). Pourquoi ? Parce que, dans le mouvement même où la personne voit son oppression, elle se constitue en nouveau sujet (sujet de l'oppression) et en juge de l'autre sujet : cet autre elle-même qu'elle croyait être avant. Il y a là un effet de dissociation qui peut être insurmontable.*

*C'est au moment, et au moment seulement, où non seulement l'idée de la domination ne sera plus refoulée, mais où la personne se sera admise partie du rapport de domination qu'elle serait en mesure de se dire éventuellement : « Mais comment ai-je pu consentir à cela ? », parce qu'elle s'envisage alors comme actrice d'une lutte à venir. (D'où les luttes parfois sanglantes entre fractions et factions politiques des groupes conscients d'opprimés : car être juge de soi, en cas de prise de conscience collective, est aussi être juge de ses co-opprimés...) Ce n'est donc qu'à partir de la prise de conscience (individuelle et collective) que le mot « consentement » — à supposer qu'il soit adéquat — pourrait être posé. Et si l'opprimée peut se poser cette question, c'est dans une tentative de surmonter cet effet de dissociation dont nous parlions. Pour surmonter aussi — en se posant en tant que sujet volontaire (volontariste) dans l'oppression — l'idée (la réalité) que c'est justement en tant que sujet non conscient de l'oppression qu'elle a subi cela, en tant que sujet agi, alors qu'elle se pensait actrice de sa vie. (À ceci se rattache la nécessité éprouvée par certaines femmes de trouver du pouvoir chez les femmes, parfois contre toute évidence, dans nos sociétés ou dans d'autres.)*

---

<sup>10</sup> ibidem

*Mais ce qui peut se comprendre chez l'opprimée, lorsqu'elle fait référence au consentement, comme une tentative de surmonter une dissociation, ne peut s'entendre chez l'« analyste », le savant dominant, que comme une tentative de nier, pour tout dire de supprimer cette même dissociation, à savoir l'état réel de la conscience aliénée, puisque la notion même de consentement implique la connaissance, la décision. Si les opprimés « consentaient » à leur domination, on se demande bien pourquoi les premières fractions conscientes de la classe passent la majeure partie de leur temps et de leur énergie 1) à faire entre soi l'analyse de l'oppression, 2) à tenter de la révéler à leurs co-opprimés, que ce soit par la voie du discours politique ou par le biais de l'action violente. Autrement dit, si la conscience claire de la domination était déjà donnée, on se demande pourquoi existerait, et elle existe, l'étape nécessaire de la prise de conscience. »<sup>11</sup>*

En résumé, pour Nicole-Claude Mathieu et d'autres féministes, l'emprise est étroitement liée à la conscience dominée des femmes. L'emprise implique une relation de pouvoir inégale où l'agresseur exerce un contrôle sur la victime. Cette relation de pouvoir inégale est souvent fondée sur des stéréotypes de genre et des normes culturelles qui maintiennent les femmes dans une position subordonnée. Dans ce contexte, la conscience dominée peut conduire les femmes à se soumettre à l'emprise et à ne pas prendre conscience de la gravité de la situation ou de la possibilité de sortir de cette situation. Les femmes peuvent se sentir responsables de la violence qu'elles subissent, avoir peur des conséquences de leur départ ou avoir internalisé des croyances négatives sur elles-mêmes qui les empêchent de prendre des décisions autonomes. La prise en compte de cette dimension est donc importante dans la prise en charge des femmes victimes de violence, notamment dans les approches de conseil conjugal et familial, de counseling et de relation d'aide.

Ou, selon les termes de ONU Femmes, « l'expérience prolongée de charges physiques, mentales et émotionnelles a un impact inéluctable sur le bien-être des personnes. C'est l'effet du fardeau disproportionné que portent les femmes dans le soin aux proches, ce qui impacte leur santé. Tant le travail émotionnel que le travail mental qu'impliquent les soins en constituent ses facettes les moins visibles, devenant des barrières psychologiques pour les femmes, ce qui les empêche de jouir d'entières liberté et bien-être. »

La conscience dominée, aliénée, opprimée, et son émancipation, a ainsi fait partie de mon paysage intérieur et de mon cursus, depuis une bonne douzaine d'années.

C'est pourquoi je me suis tournée vers l'éducation populaire féministe, et le travail social féministe, avant de faire d'autres expériences professionnelles, toujours animée cependant par ces mêmes préoccupations.

---

<sup>11</sup> Ibid.

Le métier de CCF a pour moi beaucoup à voir avec cette question de la conscience dominée. Au risque de jargonner, je considère ainsi ce métier comme relevant d'une « maïeutique féministe », pour plagier l'expression de maïeutique socratique : faire accoucher les personnes de leurs pensées, de leurs émotions, ressentis, et de leurs consciences et places individuelles dans une société patriarcale. L'approche centrée sur la personne est dès lors la voie royale d'accès vers la conscience, pour pasticher Freud cette fois-ci. Reste à savoir comment combiner ces deux approches.

## UN SILENCE DE MORTES

Patrizia Romito, dans son livre "Un silence de mortes"<sup>12</sup>, analyse différents mécanismes qui contribuent à l'invisibilisation et à la minimisation des violences contre les femmes. Parmi ces mécanismes, elle identifie plusieurs stratégies et tactiques de silenciation des violences faites aux femmes :

- L'euphémisation consiste à utiliser des termes atténués pour décrire la violence, ce qui peut conduire à minimiser ou à banaliser sa gravité. Par exemple, utiliser des termes tels que "crise de colère" ou "conflit familial" pour décrire des violences conjugales.
- La déshumanisation consiste à traiter les victimes comme des objets plutôt que des êtres humains, en niant leur dignité et leurs droits. Cela peut se retrouver notamment dans la pornographie, l'hypersexualisation, l'humiliation, le dénigrement...
- La culpabilisation consiste à faire porter la responsabilité de la violence sur les victimes, en les blâmant pour leur comportement ou leur apparence, ou en suggérant qu'elles ont "provoqué" la violence.
- La psychologisation consiste à considérer la violence comme étant le résultat d'un problème psychologique ou relationnel, plutôt que comme une violation des droits humains fondamentaux.
- La naturalisation consiste à considérer la violence comme étant "normale" ou inévitable, en raison de facteurs tels que la biologie ou la culture.
- La compartimentation consiste à considérer la violence comme étant distincte de la vie privée ou de la sphère publique, ce qui peut conduire à minimiser la gravité de la violence dans le contexte familial ou intime.

---

<sup>12</sup> Patrizia Romito (2006). Un silence de mortes. La violence masculine occultée. Traduit de l'italien par Jacqueline Julien. Paris : Syllepse, Collection Nouvelles questions féministes, 298 pages.

Romito identifie également deux stratégies qui contribuent à maintenir l'invisibilité de la violence contre les femmes : la légitimation et le déni. La légitimation consiste à justifier ou à tolérer la violence contre les femmes en la considérant comme étant "normale" ou "acceptable". Le déni consiste à nier l'existence de la violence ou à minimiser sa gravité, en raison de facteurs tels que la honte, la peur ou la culpabilité.

Cette grille d'analyse des discours sur les violences m'est revenue en tête quand j'avais un certain malaise face aux propos de Rosenberg présentés plus loin. Nous y reviendrons.

En résumé, dans l'approche féministe matérialiste des relations de genre et de violences, telle qu'elle m'a été transmise, et/ou telle que je me la suis appropriée, il y a un continuum (mais pas une équivalence) entre hétérosexualité, socialisation genrée, patriarcat, conscience dominée (versant social) et emprise (versant individuel).

### PLANNING FAMILIAL DE NOUVELLE-AQUITAINE : APPROCHE CENTRÉE SUR LA PERSONNE, REGARD FÉMINISTE, ET POINTS DE QUESTIONNEMENT

Au Planning Familial de Nouvelle-Aquitaine, les formatrices qui ont abordé le counselling se sont basées sur les approches de Carl Rogers, et de Marshall Rosenberg, pour transmettre les techniques d'écoute d'active.

Concernant les violences, l'analyse féministe a été présentée, avec des outils développés empiriquement par les féministes accueillant des femmes victimes de violences, et largement partagés car ayant fait leurs preuves depuis de nombreuses années, comme le cercle de la violence, ou la spirale de la violence, les stratégies des agresseurs. Les violences ont été présentées comme un outil permettant de maintenir le pouvoir et la domination des hommes sur les femmes, en lien avec la socialisation différenciée en fonction du genre :

*« Les violences dans les relations intimes sont un ensemble de comportements, d'actes, d'attitudes de l'un des partenaires ou ex-partenaires qui visent à contrôler et dominer l'autre. Il apparaît que dans la grande majorité, les auteurs de ces violences sont des hommes et les victimes, des femmes. Les violences dans les relations intimes sont la manifestation, dans la sphère privée, des relations de pouvoir inégal entre les femmes et les hommes encore à l'œuvre dans notre société. »<sup>13</sup>*

Voici ce qui nous a été transmis concernant l'emprise :

*« L'emprise est la mise en place d'un processus qui se développe en s'attaquant aux capacités de la victime à penser et à construire du lien.*

---

<sup>13</sup> « L'entretien centré sur la personne dans la relation d'aide (counseling) », HECKMANN Saan, support de formation, 2022

*L'emprise est un mode de fonctionnement particulièrement à l'œuvre dans les sectes, mais on peut aussi la rencontrer dans les institutions, dans les familles, dans les couples. »<sup>14</sup>*

Nous avons par ailleurs abordé en formation l'impact des violences sur les victimes, les stratégies des agresseurs, et les bonnes pratiques :

*« Appréhender et décoder les implications du processus d'emprise*

*- Connaître les différents cycles et le processus d'escalade de la violence*

*- Connaître les conséquences du traumatisme sur le quotidien des femmes »<sup>15</sup>*

## TENSION ENTRE CES DEUX APPROCHES

Une partie de la tension réside dans l'appréhension des situations de violences sexistes et sexuelles. Ainsi, Marshall Rosenberg utilise dans son ouvrage *Les mots sont des fenêtres*<sup>16</sup> un exemple dans lequel une femme réussit à échapper à un viol en écoutant son agresseur avec empathie.

Voici par ailleurs un extrait de la préface de l'ouvrage *Psychothérapie et relation d'aide*, de Carl Rogers :

*« Dans une situation donnée, une personne réagira en ayant recours à ses possibilités du moment et dans le contexte considéré. Si la personne est en harmonie avec son ressenti interne, son attitude sera adéquate, donc ni bonne ni mauvaise. Bien que Rogers ait été taxé d'optimiste, d'idéaliste, voire d'utopiste, en parlant de la « bonté » de la personne, cela n'a jamais ébranlé ses convictions. Il ne nie aucunement les attitudes négatives, violentes ou destructives qu'un individu peut être amené à adopter en réponse aux événements qui se produisent, mais ne l'accuse jamais d'avoir une nature définitivement « mauvaise ». Une nature si dangereuse qu'il faudrait la dompter et la soumettre à une autorité contraignante pour mieux la juguler. »<sup>17</sup>*

Sans préjuger effectivement de la nature humaine, il me paraît toutefois risqué de se fier à l'« humanité » d'auteurs de violences, ou à une prise de conscience de leur part, étant donné que leurs violences sont justement des instruments de pouvoir sur autrui, et non une attitude

---

<sup>14</sup> Ibid.

<sup>15</sup> Ibid.

<sup>16</sup> ROSENBERG Marshall, *Les mots sont des fenêtres, ou bien ils sont des murs : introduction à la communication non violente* [« Non violent communication: a language of compassion »] (trad. de l'anglais par Annette Cesotti et Christiane Secretan, préf. Charles Rojzman), Paris, La Découverte & Syros, 1999, 266 p.

<sup>17</sup> ROGERS Carl, *La relation d'aide et la psychothérapie*, ESF éditeur, 2008, 235 p

« pas si dangereuse ». Concernant Rosenberg, voici un extrait de Les mots sont des fenêtres :

*Mais, me direz-vous, n'y a-t-il aucune circonstance qui justifie la colère ? N'est-on pas en droit d'éprouver une « indignation légitime » face, par exemple, à la pollution inconsiderée de l'environnement ? À cela, ma réponse est la suivante : je suis profondément convaincu que, dans la mesure où je me permets de croire qu'il existe des actes « inconsiderés » ou « réfléchis », des gens « profiteurs » ou des gens « honnêtes », je contribue à la violence sur cette planète. Au lieu de discuter des termes à employer pour qualifier les gens qui tuent, violent ou polluent, je crois que nous sommes plus du côté de la vie en concentrant notre attention sur nos propres besoins. Lorsque nous jugeons l'autre, nous contribuons à la violence. »<sup>18</sup>*

Je n'ai pas de doutes concernant l'intention de Marshall Rosenberg, on peut toutefois imaginer que ce type de récit peut avoir tendance à cautionner l'inversion de responsabilité d'une agression, et à encourager à demander des femmes qu'elles se mettent à la place des auteurs de violence, comme dans l'exemple de la femme qui se connecte à son agresseur et lui prodigue l'empathie dont il a besoin. L'image de la belle et la bête a du mal à me quitter. Or, c'est justement cette empathie particulièrement développée, et encouragée chez les femmes, qui contribue à les empêcher de prioriser leurs ressentis et à tolérer les violences, avec tout un arsenal de justifications (« il est fatigué/stressé / pensons à la misère sexuelle des hommes... / et caetera).

Insidieusement donc, - et involontairement, je n'en doute pas - les approches de Carl Rogers et Marshall Rosenberg, prises sans recul critique ni lecture sociologique, peuvent induire un renforcement des mécanismes sociaux à l'œuvre dans la perpétuation des violences sexistes et sexuelles, tels qu'analysés par Patrizia Romito.

## MÉTHODOLOGIE

Afin de solutionner mon problème, j'ai fait des recherches bibliographiques. J'ai interrogé Chrystel Grosso, la responsable du centre de documentation du Planning Familial. J'ai également demandé autour de moi des ressources, et eu recours aux bases de données scientifiques avec lesquelles j'ai travaillé dans mon cursus universitaire. Sans exclure la possibilité que j'aie raté des éléments, j'ai toutefois constaté un grand vide dans mes filets lancés un peu partout, en matière de textes abordant ma problématique. Du côté du conseil conjugal et familial, je n'ai pas trouvé de ressources traitant d'une approche féministe dans

---

<sup>18</sup> Rosenberg, ibid.



ce secteur ; du côté féministe, ou études de genre, je n'ai pas trouvé de textes ayant une approche pratique de ma problématique. Enfin, y compris parmi les personnes interrogées, dont deux sont formatrices de mon cursus sur le sujet que je traite, elles n'ont pas été en mesure de m'indiquer des textes traitant précisément de mon sujet – je profite de l'occasion pour les remercier encore pour leur enthousiasme et leur disponibilité.

Je me suis donc rabattue d'une part sur mes notes lors des sessions de formation au conseil conjugal et familial, et d'autre part sur des textes m'ayant aiguillée lors de ma formation en sociologie.

Surtout, et sur les conseils de Coline Bost, je me suis concentrée sur les entretiens avec des professionnelles ayant réfléchi sur les questions qui m'animent, afin de coller à mes besoins, à savoir résoudre de manière pratique mes tensions.

## PRÉSENTATION DES INTERVIEWÉES

J'ai choisi d'interroger 5 personnes pour répondre à mes questions. Je les avais presque toutes rencontrées auparavant, sauf une. Toutes travaillent avec des femmes victimes de violences. 3 d'entre elles sont CCF, 2 ne le sont pas. Les entretiens ont eu lieu pour l'un d'eux en présentiel, le reste en visio, entre janvier et mars 2023. Puis j'ai transcrit les enregistrements. J'ai par ailleurs effectué des recherches bibliographiques, entre autres sur la base des suggestions des interviewées. Les entretiens étaient semi-directifs. J'ai pris le parti de ne retranscrire que de petites portions, par manque de place. Par excès de données et carence de temps, j'ai été loin de pouvoir intégrer l'ensemble des enseignements tirés des entretiens, et n'intègre donc pas dans cet écrit les données concernant Maïté Debats, pourtant très riches.

Voici un tableau résumant les caractéristiques de chacune des personnes interrogées :

| Prénom  | Diplômes / métier - Lieu de travail - Lien avec moi  | Rapport à ACP<br>Point de vue sur les propos de Rosenberg  | Rapport au féminisme   |
|---------|--|--|--|
| Vincent | CCF, depuis 8 ans - Planning Familial d'Orléans - Tuteur de stage écoute                   | Pas dans son vocabulaire, mais la pratique   | Utilise une grille de lecture féministe des rapports sociaux, mais ne se revendique pas comme tel par sentiment d'illégitimité |
| Alice   | Psychologue - Maison d'Ella + cabinet libéral – formatrice au conseil conjugal et familial | Fait partie de son vocabulaire<br>« là si tu tombes sur un psy, pour qui la violence est une réponse tragique, machin truc, dans quelle mesure le psy va pas se faire embobiner? »   | Se revendique féministe  |
| Saan    | CCF - Sexothérapeute - cabinet libéral – formatrice au conseil conjugal et familial        | Fait partie de son vocabulaire   | Se revendique féministe  |
| Louise  | CCF depuis une dizaine d'années, formatrice au système des drapeaux                        | « complètement »<br>« Ça ne me parle, mais alors pas du tout. j'arrive pas à la penser cette phrase, quand je suis avec un auteur par exemple de violence, parce qu'alors là pour le coup avec des victimes ça me paraît encore pire à aborder comme phrase. » | Se revendique féministe, « mais je pourrais pas le définir »   |

J'ai demandé à toutes ces personnes leurs rapports à l'ACP, au féminisme, et aussi à la violence, afin de savoir si pour elles il s'agissait, comme défendu dans l'approche centrée sur la personne promue par Carl Rogers, d'une réponse tragique à un besoin non nourri, ou comme le défendent les sociologues féministes, d'un instrument de pouvoir et de contrôle. Je leur ai demandé ce qui les aidait à se situer face à des personnes qui leur paraissaient vivre des coercitions ou violences, sans que cela soit nommé par elles. Nous avons échangé plus largement sur les conditions et les freins à une liberté de choix des personnes, et sur la place de CCF face aux écouté.es, entre écoute et analyse.

## II. RÉSULTATS DES ENTRETIENS

### PROBLÈMES IDENTIFIÉS

#### LECTURE DES VIOLENCES

Je n'ai sélectionné que des personnes proches des analyses féministes. J'ai demandé à chacune de se positionner sur le plan de l'analyse féministe des relations. Toutes se retrouvent plus ou moins en tension, ou en difficulté, à certains moments de la relation d'aide face à des personnes ayant un degré de conscience plus ou moins important de la violence vécue. Elles pointent les préoccupations de ne pas brusquer, de respecter les temporalités, de coller à la demande, et expliquent qu'elles doivent faire des choix entre les deux approches en fonction des situations.

Toutes les personnes souscrivent à la lecture des violences comme expression de rapports de pouvoir inégaux. Je partage donc un même point de départ avec ces personnes, ce qui me conforte dans ma volonté de conserver ma grille féministe d'analyse des violences. Les interviewées identifient le point de friction : comment rester au plus près d'une histoire singulière, tout en la replaçant dans un contexte social ?

Qu'est-ce qui fait que les interviewées tiennent aux deux approches, alors même qu'elles ont du mal à cohabiter ? Pourquoi ne pas s'en tenir à l'une des deux, c'est-à-dire : soit considérer que la violence est une réponse tragique à un besoin insatisfait, que l'auteur de violences cherche simplement à répondre à ses besoins, et accompagner chacune et chacun dans une relation saine, dépassant la violence comme un obstacle entre les deux ; ou bien se concentrer sur une analyse féministe des violences, qui voit celle-ci comme un obstacle posé par l'auteur à l'émancipation de la victime, ultime rouage d'une oppression à laquelle les femmes sont toutes assujetties, et pour laquelle une réponse sociale est prépondérante ?

Le problème, on va le voir, est celui du miroir tendu aux personnes reçues, qu'elles peuvent rejeter, ne se reconnaissant pas dans une lecture froide et déterministe de ce qui se joue dans leur intimité. Personne n'aime se voir agi, la blessure égotique peut être vraiment douloureuse, comme Nicole-Claude Mathieu l'expliquait (voir plus haut). Saan explique son point de vue :

*« J'ai jamais une approche individuelle des situations. Et donc forcément que ça pose la question de comment tu combines une approche qui est centrée sur les personnes, c'est-à-dire qui voudrait tout replacer en fonction de l'individu alors que toi t'as une lecture collective des phénomènes. Donc cette tension-là, enfin cette tension, moi je la vis pas forcément comme une tension. Parce que je la lis plutôt comme enfin, je la vis plutôt je... Comme une clé. Et comme façon de voir le monde que je vais pouvoir transmettre aux personnes. Par contre, des fois ça fait résistance. Des fois, ça va venir achoper, des fois, ça va trop vite. Et pour moi du coup, quand je réfléchis aujourd'hui sur qu'est-ce que ça veut dire pour moi de centrer sur la personne, je vais plutôt le voir en termes d'efficacité et d'efficience, c'est à dire, je lâche jamais des yeux que moi, mon objectif et je me sens légitime à ça, je ne m'interroge pas là-dessus, c'est à un moment donné de pouvoir apporter cette clé de compréhension et de lecture. La personne après elle va s'en saisir ou elle va pas s'en saisir. Mais ça, je le lâche pas, mais par contre, c'est à quel rythme je vais le faire. Quels mots je vais employer, sur quoi je vais m'appuyer pour que ça la braque pas et pour que ça lui parle. »*

Saan explique la réticence qu'ont certaines professionnelles à nommer les situations de violences par peur de tomber dans des interprétations ou des jugements. Pour elle, il ne s'agit pas du tout de la même chose, mais d'une analyse féministe fondée et partagée, basée sur les droits humains, par essence universels ; elle aurait l'impression de se trahir, de cautionner des situations inacceptables si elle se refusait à nommer. Elle se réfère au gynécologue Denis Mukwege, qui encourage ses lectorices à voir les similarités entre le Congo et le reste du monde, plutôt que les différences.

Je reproduis ici la citation exacte évoquée par Saan :

*« Je vous encourage à voir le Congo, parfois encore appelé « la capitale mondiale du viol », comme une fenêtre sur les pires extrémités de ce fléau mondial que sont les violences sexuelles. Car c'est un problème universel qui se produit aussi bien à la maison, au bureau, sur les champs de bataille que dans les lieux publics partout sur la planète. Mon expérience m'a appris que l'origine des violences sexuelles et leurs conséquences sont partout identiques. Comme toujours, nos différences – couleur de peau, nationalité, langue et culture – comptent bien moins que nos points communs. »<sup>19</sup>*

---

<sup>19</sup> MUKWEGE Denis, La Force des Femmes, Gallimard, 2021

Saan explique qu'elle n'éprouve pas de tension entre ACP et approche féministe, car elle ne perçoit pas sa pratique sans l'usage d'une grille féministe d'analyse, qu'elle met au service de la relation d'aide. Elle mentionne une certaine « frilosité » chez certaines personnes, et l'explique par de la prévenance à l'égard des personnes. Je retrouve là une préoccupation personnelle effectivement. Elle refuse de tomber dans un relativisme culturel qui brouillerait l'analyse féministe d'une oppression universelle des femmes, différente en degré – relatif à une situation donnée des rapports de pouvoir – mais non en nature. Elle pointe donc la légitimité des droits humains, comme une universelle à laquelle examiner une situation donnée pour en déterminer le niveau d'oppression ou de liberté. Je partage sa lecture en effet, ainsi que ses préoccupations. Par ailleurs, elle pointe spontanément la difficulté à gérer les différences d'attentes et temporalités des personnes.

*[...] En même temps, dans ma pratique, forcément qu'à des moments, je suis bousculée aussi sur des choses qui peuvent moi me faire violence, et qui vont chez autrui être tellement intégrées, que moi, venir déstabiliser ça, eh ben... À quel prix des fois? Et pour finalement, quel sens? Donc peut être que des fois je trouve que c'est intéressant aussi de se repositionner en tant qu'écoute centrée sur la personne, du sens et de l'intérêt, pour la personne, aussi. [...] Mais ce que je vois, c'est que ce que nous vivons en tant que femme, nous le vivons partout, à des degrés différents, en fonction des résistances au patriarcat, c'est à dire que plus tu baisses ta résistance au patriarcat, plus de toute façon, ton espace est envahi, ton espace de liberté, ton espace de libre arbitre, ton espace de possibilité de choix. Voilà. Mais finalement, c'est jamais qu'un curseur. Mais le terreau et le système, c'est le même partout.<sup>20</sup> »*

Alice analyse les violences comme l'expression de rapports de pouvoir, de contrôle, de possession ; cependant, elle a des patientes autrices de violences, pour lesquelles elle n'identifie pas les mêmes dynamiques que quand les auteurs sont des hommes (elle n'observe pas chez elles les rapports de pouvoir, possession, contrôle). Elle m'explique comment elle ajuste son analyse dans sa pratique clinique :

*« Dans la clinique, c'est plus complexe que ça puisque [...] si elle a envie de rester avec son conjoint ou avec sa conjointe, même s'il y a des violences, on va travailler autour de ça. Par contre, moi j'ai toujours un discours très clair sur la question des violences. Et c'est toute la difficulté dans mes consultations, c'est d'avoir un discours très*

---

<sup>20</sup> Entretiens avec Saan Heckmann, 16 et 28 mars 2023

*clair sur les violences et en même temps d'entendre là où en est la personne. Donc, si elle veut rester, les allers-retours, la question de la culpabilité, la question de la honte, et cetera. Donc c'est pour moi en tout cas dans la question des violences, c'est toute la difficulté d'avoir cet équilibre-là c'est-à-dire que la personne sache son positionnement très clair sur les violences et en même temps qu'elle puisse se sentir assez libre et en confiance pour parler des émotions et du fait qu'elle veuille rester avec son conjoint et cetera. Toute la difficulté, elle est là, pour moi, d'avoir le bon dosage entre les 2 parce que si elle fait des allers-retours il faut qu'elle puisse la 2ème fois, par exemple, pour la 3ème fois qu'elle part revenir vers moi, avoir assez confiance pour revenir vers moi, même si elle connaît mon positionnement sur les violences et qu'elle sait que je suis bien sûr pas du tout d'accord en avec ça et ça du coup, pour construire cette confiance-là, c'est à dire dépasser la honte de revenir. Même parce qu'elle est repartie avec son conjoint, et cetera. Il faut vraiment travailler le lien. »<sup>21</sup>*

## TENSION ACP / LECTURE FÉMINISTE

Saan pense que la prise de conscience féministe est importante pour aider les femmes dans des relations inégalitaires et que cela devrait être intégré dans la formation des professionnels de l'aide. Elle est également préoccupée par la frilosité de certains professionnels à relever ces problèmes, en raison de la peur d'entraver les choix de la personne ou de manquer de respect pour leur culture. Elle considère que le travail consiste à faire bouger les choses et à transmettre une posture d'écoute qui ne se limite pas simplement écouter la personne, qu'elle résume en « une posture d'écoute qui soit pas que... "Il y a que la personne qui fait le boulot", quoi. » Elle se voit donc dans la relation d'aide comme apportant des éléments.

Interrogé sur l'éventuelle tension entre approche centrée sur la personne et analyse féministe, Vincent suggère qu'il peut y avoir une contradiction entre les deux approches et résout cette contradiction en acceptant la personne et en proposant une autre pensée sur la situation. Saan, quant à elle, ne voit pas d'incompatibilité entre les deux approches et suggère que l'approche centrée sur la personne peut aider à développer un regard critique sur la situation et à aider la personne à se sentir légitime à ressentir des sentiments d'injustice. Les deux professionnel.les remettent en question l'idée que l'approche centrée sur la personne peut empêcher de bousculer

---

<sup>21</sup> Entretiens avec Alice Masoni, 3 et 17 février, et 17 mars 2023

l'autre et soulignent l'importance de travailler avec les personnes pour les aider à comprendre les causes plus profondes des injustices qu'elles peuvent ressentir.

Saan me raconte comment elle travaille avec des femmes qui viennent la voir pour des problèmes de désirs, alors qu'elle identifie que le problème réel est une relation inégalitaire. Comment répondre à la demande ?

*« Moi, je vais mettre en lumière sans problème que ça a rien à voir avec la question du désir. En fait, ça a à voir comment est-ce qu'elles se sentent considérées, la qualité de la relation et du possible, et donc aussi pour cette question du Patriarcat, quoi, je leur conseille de petits podcasts à écouter. Bon, je vois bien qu'il y en a certaines pour qui c'est pas forcément ça qu'elles voudraient, tu vois, mais moi je peux pas faire autrement. Enfin moi j'ai rien d'autre à... J'ai pas de solution pour elle quoi, j'ai pas de baguette magique du désir et je sais très bien qu'en grande partie, de toute façon, c'est pas ça qui coince quoi. Et la plupart des personnes que je reçois pour manque de désir, peut-être 3 mois après, elles reviennent 6 mois après, elle me dit « j'ai rencontré quelqu'un, on est super bien dans la relation, il me respecte » et le désir il n'y a plus de problème. Donc c'est pas une histoire de chimie ou de... Donc j'accepte aussi de prendre ce risque-là. »*

Lucie :

*Alors que tu pourrais simplement leur conseiller d'aller s'acheter un ensemble string à passage du désir !*

Saan :

*C'est ce que font certaines de mes collègues, hein, de regarder du porno avec leur mec, de faire des massages, d'aller acheter des strings. Bon, ouais, moi j'y crois pas trop (rires). »*

Ce que pointe Saan ici, c'est la difficulté qu'il peut y avoir face à une demande, ou des attentes formulées d'une manière qui reproduit les mécanismes patriarcaux en jeu dans les relations hétérosexuelles. Elle se retrouve là confrontée à des résistances de la part de femmes, qui n'en sont pas (encore) à questionner les rapports de pouvoir en jeu dans leur vie intime. Néanmoins elle explique bien qu'il ne lui pas possible pour autant de coller à la demande des femmes, qui se situe sur un autre plan que celui du problème identifié.

## QUE VAUT LE CONSENTEMENT DES DOMINÉES ?

Vincent utilise l'approche centrée sur la personne dans sa pratique et partage des valeurs féministes, bien qu'il ne revendique pas cette identité. Il utilise également la pensée féministe dans son travail quotidien.



Nous échangeons avec Vincent sur les questions de contrainte, consentement, et sur la place que l'on peut donner au libre-arbitre des femmes. Il affirme que le mot "coercition" est intéressant à utiliser pour décrire la domination des femmes dans une société patriarcale. Il remet en question la validité du consentement des femmes dans cette situation de domination, se demandant s'il s'agit réellement d'un choix libre et volontaire ou plutôt d'une acceptation contrainte. Pour lui, le consentement ne doit pas être considéré comme l'alpha et l'oméga de la sexualité, car il y a d'autres facteurs à prendre en compte, tels que les désirs et les envies. Il affirme que tant qu'il n'y aura pas une véritable égalité dans la légitimité des désirs entre les femmes et les hommes, les femmes se contenteront de céder ou de consentir, alors que les hommes auront la possibilité de consentir ou de désirer. Il s'agit donc de tenir compte, pour reprendre les termes de Nicole-Claude Mathieu, de la « conscience dominée » des femmes, qui ne sont pas placées en conditions pour réellement désirer et vouloir pour elles ce qui leur arrive.

Face à des femmes exprimant une forme d'adhésion à des situations qu'Alice identifie comme problématiques, ou dangereuses, elle a trouvé une solution que je trouve intéressante. Au lieu de tendre frontalement un miroir aux personnes, elle le tend un peu de biais, en faisant appel à l'empathie que les personnes éprouveraient pour des proches dans leur situation, empathie qui leur fait défaut envers elles-mêmes en raison d'une fragilité de leur estime d'elles-mêmes :

*« Là, je travaillerai peut-être sur qu'elle puisse m'expliquer en fait ce que ça lui apporte. Et après, il y a des fois où je peux quand même me positionner quand elle me raconte. En fait, je leur dis « OK, j'aimerais bien comprendre en fait ce que ce que vous me dites parce que j'ai du mal à comprendre », ça, je peux le dire : « Est-ce que vous pouvez m'expliquer ce qui est positif pour vous dans ce que vous êtes en train de me dire? » Et donc voilà, [...] elle m'explique et y a des fois quand même bien sûr où je me positionne où je dis « Là, ce que vous me dites quand même, ça m'inquiète ». Mais je vais le dire comme ça, on va dire, je caricature le truc, hein, je vais pas dire « non, mais vous faites n'importe quoi », non. Et je le dirais pas comme ça, mais je le mets pas sur l'autre, en fait, je le mets sur moi, je veux dire « là ce que vous me dites quand même, ça m'inquiète. Est-ce que vous comprenez que je m'inquiète? » Et après, souvent je fais du recadrage : « Est-ce que si quelqu'un vous racontait ça, est-ce que si votre meilleur ami ou, des fois, j'abuse un peu parce que des fois je dis, je prends les enfants. Là, ça allait. Des fois je dis, est-ce que si votre fille ou votre fils vous racontait ça vous inquiéterait pas? » Et donc là, forcément, souvent quand même, elles me disent « Ah ben si... », souvent je dis, « Vous voyez, c'est bizarre parce que quand ça nous concerne à nous, on n'a jamais la même analyse et quand ça concerne les autres, on s'inquiète.*

*Vous en pensez quoi de ça ? » Et là, possiblement elles peuvent enchaîner sur « ah, ben j'ai peut-être un petit souci en termes de d'estime de soi » tout ça. Souvent, elles me disent, « Ah oui, c'est bizarre, oui, quand vous me dites que c'est pour les autres, moi je vais leur dire, 'Ah mais non mais faut que tu partes. Faut pas que tu fasses ça et ça te fait du mal' et elle me dise, et comme vous me le dites à moi. Et souvent je dis, Bah oui c'est vous donc en fait c'est pas grave? Et oui.<sup>22</sup> »*

## SE POSITIONNER CLAIREMENT FACE À L'INACCEPTABLE

Saan me raconte une séance d'accompagnement menée avec un couple âgé de 55-60 ans. Le couple a des problèmes de désir sexuel, et le mari a installé une application sur le téléphone de sa femme pour l'espionner au travail. Saan a tenté de faire prendre conscience à la femme de la gravité de la situation, mais elle était réticente à dénoncer son mari. Saan a également confronté le mari à son comportement inacceptable et à la façon dont il va à l'encontre de l'intégrité et de la dignité de son épouse. Elle a tenté de bousculer le mari et de lui faire comprendre que ses croyances sont erronées. En fin de compte, Saan a estimé qu'il s'agissait d'un couple qu'elle pourrait continuer à suivre malgré les comportements violents, car il n'y avait pas de dynamique d'emprise.

Les paroles de Saan ont eu un impact positif sur la femme. Au début, elle était réticente à exprimer ses sentiments et à reconnaître la gravité de la situation, probablement en raison de sa position de subordination dans le couple et de ses représentations. Cependant, après que Saan ait pris position contre le comportement de l'homme et ait affirmé que c'était inacceptable et contraire à l'intégrité et à la dignité de la femme, la femme a commencé à bouger et à prendre conscience de la gravité de la situation. Elle a pu exprimer son indignation face à l'espionnage de son mari, ce qui a indiqué un début de conscientisation. Saan a réussi à fournir un espace sûr pour que la femme puisse parler de ses sentiments et de son expérience, et cela peut aider la femme à continuer à progresser dans sa prise de conscience de la situation.

J'ai demandé aux personnes que j'interviewais quelles étaient leurs postures dans des situations concrètes, afin de mieux comprendre ce qui les motive leurs choix. J'ai souhaité interroger notre rapport aux victimes, car j'entends souvent des réticences autour de ce terme, par peur de renvoyer de la faiblesse, de renvoyer de l'impuissance. Deux situations ont été évoquées. L'une d'elles vient de mon expérience, il s'agit d'un

---

<sup>22</sup> Alice, *ibid.*

exercice d'écoute, inspiré d'une situation réelle ; l'autre a été amenée par Vincent, et je l'ai présentée aux autres personnes interviewées. Dans les deux cas, les situations impliquent des personnes plus ou moins ambivalentes, ou ne conscientisant pas totalement la situation de violence et/ou de domination.

### ETUDE DE CAS 1 – L'ADOLESCENTE ET LE JEUNE HOMME

Vincent parle de deux situations qui l'ont fait réfléchir sur la question du consentement. Dans la première, il a rencontré une jeune fille de 14 ans qui sortait avec un homme de 25 ans. La jeune fille a affirmé que tout allait bien dans leur relation et qu'elle était heureuse, mais la loi impose de signaler ce type de situation. Vincent se trouve confronté à un dilemme moral, car il ne veut pas signaler quelque chose qui ne semble pas problématique pour la jeune fille. Il souligne également la contradiction inhérente au féminisme, qui vise à protéger les personnes vulnérables tout en valorisant la liberté.

Dans la deuxième situation, Vincent parle d'une jeune femme de 15 ans qui a été victime d'un viol commis par un animateur de village vacances. Bien que la jeune femme ait dit avoir consenti, Vincent estime que la situation était clairement un viol, car l'animateur était en position d'autorité et avait exercé une forme de domination sur elle. Il souligne la complexité de la question du consentement, notamment dans les cas où il y a un rapport de domination entre les deux parties.

Quand je raconte à Alice les difficultés de Vincent à se positionner, elle m'explique qu'elle comprend tout à fait la posture de la jeune fille, mais qu'elle est alertée par le comportement du jeune homme, qui lui évoque de la pédocriminalité. « c'est de la protection de l'enfance ! ».

Il s'agit donc de savoir de quel point de vue on se place : si on se centre exclusivement sur la personne, sans tenir compte de la situation, on peut se retrouver à ne porter attention qu'à la jeune fille, et non à l'autre protagoniste, qui lui est de toute façon en position de domination, que la loi justement sanctionne comme empêchant un consentement libre et éclairé. Je ne disserterais pas ici sur les relations complexes entre le système judiciaire, les droits humains, et la protection effective des plus vulnérables par un système par bien des aspects à l'image de sa société ; néanmoins, la situation objective est celle d'une domination. Si j'affirme que les privilèges masculins et l'oppression des hommes existent indépendamment de la volonté expresse de ceux-ci, mais qu'ils la reproduisent en ne faisant rien pour l'empêcher, je ne perçois pas, à

l'heure où j'écris ces lignes, de raison pour ne pas appliquer cette même lecture à cette situation : l'oppression est réelle, que l'opresseur soit sympathique ou non.

## ETUDE DE CAS 2 – LA JEUNE FEMME ET L'AMNÉSIE

Je raconte à Saan une situation vécue en formation GSS avant l'entrée en formation CCF. En exercice de co-écoute, la situation était la suivante : une jeune femme vient nous voir car elle se réveille régulièrement dans des lieux après des fins de soirée alcoolisées, sans ses habits, et se pose des questions sur sa mémoire. Lors de cet exercice, en tant qu'écouteresse, j'étais allée interroger la possibilité de violences sexuelles, et la formatrice avait insisté pour que je m'en tienne strictement à sa demande, ce qui m'avait questionnée sur la démarche de ne pas renvoyer l'inquiétude pour les situations de danger :

*« Par exemple dans la situation que tu donnais tout à l'heure, là sur cette personne, je trouve qu'effectivement on doit être attentive à pas focaliser uniquement sur le fait qu'elle a été victime de violences sexuelles parce que peut-être que finalement, cette fille, elle a peut-être des relations sexuelles qui lui conviennent, mais elle a du mal à se voir en tant que femme active sexuellement. Donc il y a plein de choses qui peuvent... Mais par contre, dans un entretien, moi je vais le nommer, c'est-à-dire que je vais quand même toujours dire « moi, dans votre situation, ce qui peut peut-être m'inquiéter, c'est qu'il y ait des moments où vous soyez victime de d'agressions sexuelles, parce que je vous rappelle que pour avoir une relation sexuelle consentie, faut être dans tel et tel état et je vais pas me enfin je sais pas, je vais pas ne pas en parler parce que je m'occuper que de sa fonction amnésique enfin... Voilà donc, non mais t'as bien vu dans la formation comme ça pose problème dès qu'il faut nommer. Comme si c'était. On va réactiver des souffrances, c'est toujours cette peur de. Alors qu'enfin les violences, quand tu les as vécues, tu les as vécues, qu'on t'en parle ou qu'on t'en parle pas. Enfin je voilà donc... Ou « je vais peut-être juger, je vais peut-être... » et c'est difficile de faire bouger là-dessus... »*

*Saan Heckmann*

Alice, elle, ne considère pas judicieux de ne pas renvoyer une inquiétude à une personne susceptible d'avoir vécu des violences. En situation d'écoute et face à une demande, il lui paraît important de prendre en compte l'impact des violences sur la capacité des personnes à formuler une demande d'aide, notamment en lien avec la confusion associée aux traumatismes.

Alice explique que lorsqu'une personne parle de quelque chose, même si elle ne réalise pas la gravité de ce qu'elle dit, il est important de lui accorder de l'attention et

de l'aide. Elle utilise l'exemple d'un enfant envoyé à l'école en t-shirt par ses parents par temps froid - même si les parents ne réalisent pas consciemment le danger, ils envoient un message. De même, si une personne partage quelque chose de potentiellement grave avec quelqu'un, et que cette personne ne réagit pas ou ne prend pas en compte ce qu'elle a dit, il s'agit d'un message non entendu.

Alice souligne également l'importance de comprendre que les personnes victimes de violences peuvent être dans un état de confusion et de dissociation, ce qui peut les rendre moins conscientes de la gravité de leur situation. Elle soutient que la question du choix dans de telles situations est compliquée et qu'il est injuste de considérer que les victimes puissent "choisir" de ne pas s'en sortir. En somme, Alice souligne l'importance de prendre au sérieux les paroles et les actions des autres, surtout si elles ont des implications potentiellement graves. Elle encourage également une approche empathique envers les personnes victimes de violences, en reconnaissant les effets du traumatisme et de la dissociation sur leur capacité à agir ou à faire des choix.

En effet, certaines personnes ayant subi un traumatisme peuvent avoir des difficultés à formuler une demande claire et directe en raison de plusieurs facteurs. Par exemple, le traumatisme peut avoir un impact sur la confiance en soi et l'estime de soi, ce qui peut rendre difficile pour une personne de se sentir légitime dans sa demande et d'oser la formuler. Le traumatisme peut également affecter les capacités cognitives, telles que la mémoire ou la concentration, ce qui peut rendre difficile la formulation précise et cohérente d'une demande. Enfin, les personnes ayant subi un traumatisme peuvent éprouver de l'anxiété ou de la peur dans certaines situations sociales, ce qui peut rendre difficile la communication efficace de leurs besoins.

En somme, le traumatisme peut affecter de manière significative la capacité d'une personne à formuler des demandes claires et précises en altérant son fonctionnement cognitif, son estime de soi et sa relation aux autres. Il est important de prendre en compte ces facteurs lorsqu'on travaille avec des personnes traumatisées et de leur offrir un environnement sûr et soutenant qui leur permettra de reprendre confiance en elles et de s'exprimer librement.

D'après Alice, si on ne l'alerte pas, le message qu'on envoie à cette personne est qu'elle n'est pas importante et qu'elle n'a pas de valeur. Cela peut aggraver son sentiment de solitude et renforcer son isolement social.

Alice considère que lorsque les personnes disent "c'est mon choix" alors qu'elles vivent des violences, elles sont souvent dans un état de dissonance cognitive. Elles peuvent croire que leur choix est libre, mais en réalité, il est limité par les contraintes de leur situation de violence. Elles peuvent aussi croire qu'elles méritent ces violences ou que c'est leur responsabilité de les subir.

Alice souligne que ces croyances sont souvent ancrées dans des schémas de pensée liés à des expériences traumatiques antérieures, qui peuvent avoir affecté leur estime de soi et leur capacité à se protéger. Elle encourage donc les personnes confrontées à des violences à chercher de l'aide pour sortir de cette situation et à se rappeler que personne ne mérite d'être maltraité.e.

#### « C'EST MON CHOIX » : COMMENT SAVOIR SI LA PERSONNE CONSENT RÉELLEMENT À CE QU'ELLE VIT ?

Alice explique que ses critères d'évaluation d'une situation de violence sont basés sur la détresse et la souffrance de la personne concernée, ainsi que sur les mécanismes de défense, de minimisation et de banalisation de la situation. Elle pose souvent la question à la personne : "Qu'est-ce que cela vous renvoie de négatif sur vous-même?" pour identifier les croyances négatives que la personne peut avoir sur elle-même, telles que "je mérite que ça m'arrive". Elle considère que les violences commencent dès que la personne se sent contrainte et pas libre de faire ce qu'elle veut, et que cela peut se manifester par le fait que c'est toujours la même personne qui fait des compromis et qui subit les contraintes. Elle souligne qu'il existe différents degrés de violence, mais pour elle, la question de la contrainte est centrale dans l'évaluation d'une situation de violence.

Si en tant qu'écouter, je ne mets pas en question le choix de la personne qui est victime de violences et affirme simplement "je l'ai choisi", je risque donc de ne pas comprendre la situation de la personne dans son ensemble. En effet, comme l'a souligné Alice, les victimes de violences peuvent ressentir des pressions psychologiques et émotionnelles, des sentiments de culpabilité, de honte ou de peur, qui les amènent à minimiser, banaliser ou justifier les violences qu'elles subissent. En ne remettant pas en question le choix de la personne, je risque de valider sa vision de la situation (ou celle des agresseurs), qui peut être altérée par ses mécanismes de défense. Il est donc important d'écouter la personne, mais aussi de poser des

questions qui permettent de mieux comprendre sa situation et ses ressentis, et de l'aider à identifier les violences qu'elle subit.

Même en l'absence de violence physique ou sexuelle, une relation peut être considérée comme violente si elle est caractérisée par cette inégalité et cette absence de compromis. Lorsque l'un des partenaires est contraint de faire tous les compromis et subit constamment les contraintes de l'autre, cela peut être un signe d'une relation inégale et potentiellement violente. Alice encourage donc les personnes qu'elle accompagne à être attentives à cet aspect de leur relation et à ne pas accepter d'être constamment dans une position de compromis et de contrainte. Cette lecture lui permet d'objectiver la dynamique de la relation, plutôt que sur les critères d'acceptable ou inacceptable aux yeux de la personne – elle tient compte de l'anesthésie émotionnelle et du dérèglement du seuil de tolérance chez les victimes.

## PROTÉGER LES VICTIMES À LEUR PLACE ?

Alice et Saan ne souscrivent pas aux réticences de certaines de leurs collègues, qui expriment une peur de blesser ou de juger une personne en lui disant clairement qu'elle subit des violences, par anticipation du ressenti de honte ou une culpabilité liée à la situation de violence qu'elle vit. Elles mentionnent certaines écoutantes féministes qui peuvent ne pas aimer le mot "victime" car il peut être perçu justement comme victimisant et réducteur de l'expérience d'une personne. Le terme peut donner l'impression que la personne n'a pas de pouvoir et qu'elle est complètement impuissante dans une situation de violence. Cela peut également impliquer une certaine passivité ou faiblesse de la part de la personne, ce qui peut être perçu comme stigmatisant ou dévalorisant, ce qui est incompatible -pour ces collègues- avec une approche positive des ressources des personnes.

Alice s'inscrit en faux avec cette lecture :

*« Moi j'ai pas du tout cette vision. Parce que quand je vois mes patientes par où elles sont passées, en fait, je me dis waouh les meufs quoi. Ben oui, parce que je suis que des femmes. Et donc c'est vrai que moi, ça a complètement changé ma vision. Oui, il y a quand même cette question d'être victime, bien sûr. Et en même temps, quand je vois par où elles sont passées et comment elles arrivent quand même à fonctionner. Je me dis OK. Bah ouais, elles ont énormément de ressources. Non mais c'est ça. Donc c'est vrai qu'ouais, moi j'ai pas*

*trop de difficultés avec ça. Aujourd'hui, hein? Au bout de 10 ans, je pense qu'au début, j'avais peut-être cette vision là un peu, de victimes. Voilà, j'ai pu avoir cette représentation là au début et que c'est au fur et à mesure de ma pratique, au fur et à mesure d'apprendre à connaître les personnes par ce à quoi elles sont passées, ce à quoi elles ont résisté. Enfin ou tu te dis ouais OK Ouais ça change ta vision.<sup>23</sup>[...] le but justement de mes thérapies, c'est justement de développer ces ressources autour de l'autonomie, la construction de l'identité de du libre arbitre, et cetera mais... Des ressources, moi, je pars du principe que les personnes ont ça en elle, mais que toutes ces capacités-là, elles sont complètement anesthésiées. Mais parce que déjà on nous apprend pas à les développer [...], ça s'intègre dans des rapports sociaux quoi. Oui. Et ça existe, on peut pas faire comme si ça n'existait pas.<sup>24</sup> »*

## POINTS DE VIGILANCE SUR L'APPROCHE CENTRÉE SUR LA PERSONNE

Alice explique que lorsqu'on accompagne des personnes qui ont été ou qui sont victimes de violences, l'approche centrée sur la personne ne peut pas être utilisée tout le temps. C'est parce que la dissociation chez ces personnes est très forte, et il ne faut pas lever cette dissociation trop rapidement, car cela peut faire décompenser la personne. Ainsi, lorsqu'une personne est encore dans une situation de violence, il faut être très prudent dans son accompagnement, et aller au rythme de la personne en respectant ses prises de conscience.

Cependant, une fois que la personne est sortie de la situation de violence, on peut adapter l'approche pour aller au rythme de la personne, tout en gardant à l'esprit qu'il faut respecter le processus de prise de conscience de la personne et être sensible à ses émotions. Alice souligne également que la prise de conscience de la gravité de ce qu'elles ont vécu peut faire déclencher chez les victimes un effondrement et une levée de toutes les défenses, et que cela peut être un processus difficile à gérer. Enfin, elle précise que la nomination des choses se fait petit à petit, même si la personne est sortie de la violence, pour éviter de la brusquer.

---

<sup>23</sup> Alice, *ibid.*

<sup>24</sup> Alice, *ibid.*



## PRÉCONISATIONS ET SOLUTIONS

J'ai réalisé ce tableau afin de récapituler les cinq étapes de la stratégie des agresseurs telles qu'identifiées par le Collectif Féministe contre le Viol<sup>25</sup>, en regard de leurs préconisations, et des transpositions que je mets en place dans mon métier.

| Stratégie des agresseurs                         | Stratégie féministe  | Transposition dans mon métier   |
|--|--|---|
| Isoler la victime                                | Nouer le contact, bâtir des liens, chercher des ressources | Aider à la personne à identifier les ressources autour d'elle   |
| La dévaloriser pour qu'elle devienne dépendante. | Ecouter la victime, valoriser sa parole                    | Ecoute active   |
| Inverser la culpabilité                          | Responsabiliser l'agresseur                                | Nommer les violences, leur interdit   |
| Installer la terreur.                            | Assurer la sécurité de la personne                         | Evaluer le danger, orienter vers les structures compétentes   |
| Préserver son impunité.                          | Se ranger du côté de la victime                            | Assurer la victime de mon positionnement, et du soutien de ma structure (possibilité de se porter partie civile en tant qu'association du Planning Familial, attestations...) |

### NOMMER LES VIOLENCES, « REMETTRE LE MONDE À L'ENDROIT »

Pour reprendre les mots de la Dre Muriel Salmona, qui avec Patrizia Romito, et les féministes matérialistes, m'a guidée dans la compréhension des violences,

*« les victimes ont absolument besoin d'un tout autre discours : un discours médical compétent, informatif, mais aussi solidaire et réconfortant. Un discours tout simplement humain, prenant en compte la réalité des violences subies et des souffrances endurées, un discours dénonçant les violences sexuelles et rappelant la loi, un discours remettant le monde à l'endroit [...] Le thérapeute doit s'engager et remettre le monde à l'endroit, remettre de la cohérence là où il n'y a que du non-sens. Il doit dénoncer toutes les atteintes au droit et à la dignité qui ont été commises (« c'est très grave, on n'avait pas le droit de vous faire cela et c'est puni par la loi, c'est un crime..., vous pouvez porter plainte, etc. »), et il doit, pour remettre le monde à l'endroit, dire ce qui aurait dû se passer pour que le droit et la justice soient respectés. C'est important car le système agresseur a brouillé tous les repères particulièrement quand les violences ont été commises de façon continue pendant une longue durée, et sur une*

<sup>25</sup> Casalis, Marie-France. « Chapitre 2. Déjouer la stratégie de l'agresseur », Ernestine Ronai éd., Violences sexuelles. En finir avec l'impunité. Dunod, 2021, pp. 21-30.

*victime très jeune. Le thérapeute doit s'attaquer à l'intentionnalité destructrice de l'agresseur, à ses stratégies, ses mensonges, sa mise en scène [...] la qualité du thérapeute, sa bienveillance, sa position éthique et sa capacité à dénoncer les violences, à faire des liens et à remettre le monde à l'endroit sont essentielles »<sup>26</sup>*

Je demande à Alice de me confirmer les éléments qu'elle mobilise pour éclairer ses patientes sur les processus qu'elle traverse, dans l'optique de psychoéducation qu'elle avait évoquée lors des sessions de formation CCF.

Alice aide les personnes ayant vécu des violences en leur offrant un espace sécurisé pour explorer et comprendre leur expérience traumatique. Elle utilise des théories telles que le psycho-trauma, la victimologie et la neuropsychologie pour aider les survivantes à comprendre les mécanismes de leur traumatisme, tels que la sidération et la dissociation. Elle les accompagne pour prendre conscience de l'impact de ces traumatismes sur leur vie, leurs émotions et leur corps, et les aide à trouver des stratégies pour les gérer.

Alice aide également les survivantes à comprendre la compulsion de répétition, c'est-à-dire le besoin de revivre des situations traumatiques pour tenter de les maîtriser. Elle les aide à voir comment ces comportements peuvent être des tentatives de reprendre le contrôle sur une expérience traumatique, mais également comment ils peuvent être délétères pour leur santé mentale et physique.

En somme, Alice aide les survivantes à comprendre leur expérience traumatique, à développer des outils pour faire face aux symptômes associés, et à se réapproprier leur pouvoir et leur capacité à guérir.

*« Si la personne me dit qu'elle veut rester avec lui, mon but c'est bien sûr qu'elle reste pas avec lui. Enfin je suis désolée, quand on dit « qui suis-je pour... » Ben moi, qui suis-je, en fait c'est juste que j'ai envie que cette femme elle arrête de se faire maltraiter tous les jours et quand il y a des enfants encore plus quoi ! Donc je suis désolée que des fois oui j'ai un objectif en tête oui, ça c'est sûr. Je vais pas et je peux pas recevoir quelqu'un et continuer à la recevoir [...] alors que c'est lui qui devrait être en thérapie et que, à chaque fois qu'elle vient, ça veut dire que je valide quand même cette situation quelque part. [...] bien sûr que de toute façon je continue à l'accompagner, mais je vais être quand même un peu plus incisive sur la question de nommer les violences par exemple, et que je suis pas d'accord avec ça. Et souvent les personnes ne le prennent pas mal, hein. Enfin, je veux dire, elles reviennent me voir, Donc c'est qu'elles ont entendu aussi*

---

<sup>26</sup> Muriel Salmona (2013). Le livre noir des violences sexuelles. Paris : Dunod, 360 pages.

*peut-être une vérité quoi, et la seule fois, mais je l'avais raconté la seule fois où je me suis pas positionnée, parce que la personne parlait beaucoup, et cetera, elle m'a interpellé à la fin de la séance pour me dire « mais vous en pensez quoi de ça, là que du coup, il m'a serré la gorge devant la porte ? », tu vois donc oui, elles demandent quand même un feedback. »<sup>27</sup>*

Je demande à Alice si elle renvoie plutôt un feedback (retour) de l'ordre émotionnel « ça m'inquiète », du rappel à la loi « c'est interdit », ou du registre des droits humains « c'est une atteinte à votre dignité en tant que personne ». Elle m'indique qu'elle mobilise les trois registres.

### RESPECTER LA TEMPORALITÉ : LAISSER LE TEMPS AUX PERSONNES DE S'APPROPRIER LEURS DÉCISIONS

Dans une optique que je qualifierais d'éducation populaire, Vincent saisit l'occasion du dépistage systématique des violences mis en place dans son AD pour interroger les représentations des filles et femmes (98% de son public) sur le consentement, et ainsi questionner les contraintes déjà expérimentées dans leur intimité, ouvrant la possibilité d'en parler.

Vincent utilise une approche qui consiste à questionner les personnes sur leur compréhension du consentement, en utilisant des exemples concrets de la vie quotidienne. Il interroge également les femmes sur leur expérience en matière de désir et de sexualité, en soulignant les pressions sociales et les stéréotypes de genre qui peuvent limiter leur liberté de choix. Vincent cherche à aider les personnes à comprendre les implications de leur consentement et les contraintes qui peuvent les empêcher de l'exprimer librement. Il met ainsi en lumière les enjeux de pouvoir et les normes sociales qui influencent notre vie sexuelle et relationnelle. En posant des questions ouvertes et en écoutant les réponses des personnes, Vincent les invite à réfléchir à leur propre expérience et à leur propre perception de la sexualité. Cette approche respecte l'autonomie et l'expérience de la personne, tout en remettant en question les normes de genre qui peuvent influencer négativement leur vie sexuelle. En ce sens, l'approche de Vincent permet de concilier une approche centrée sur la personne et une analyse féministe des violences. Elle permet de prendre en compte l'expérience individuelle tout en prenant en compte les facteurs sociétaux qui peuvent contribuer aux violences sexuelles. En questionnant les normes sociales et en

---

<sup>27</sup> Alcie, *ibid.*

proposant des alternatives, Vincent offre un espace de réflexion et de changement pour les personnes qui ont vécu des violences sexuelles.

Face à la difficulté de placer le curseur entre relations « simplement » insatisfaisantes ou inégalitaires voire violentes, Saan explique que dans les situations où une personne est confrontée à des comportements inacceptables de la part de son partenaire, mais qu'elle décide malgré tout de rester avec lui pour des raisons qui lui sont propres (par exemple pour le bien-être de ses enfants), il est important de lui permettre de clarifier sa position et de se réapproprier sa décision. Selon Saan, il ne s'agit pas de juger cette décision, mais plutôt d'aider la personne à être claire sur sa situation et à se donner la possibilité de changer d'avis si nécessaire. En faisant cela, la personne aura posé sur la table qu'il y avait plusieurs options et pourra peut-être faire une autre priorité dans le futur. En somme, Saan insiste sur le fait qu'il est important de respecter les choix des personnes et de les aider à prendre des décisions éclairées, même si cela peut sembler difficile ou incompréhensible pour certaines personnes extérieures à la situation. Le simple fait de conscientiser les arbitrages de la personne est déjà un pas posé dans la direction de l'émancipation. L'arbitrage pourra changer, en fonction de l'évolution des priorités de la personne.

Face à une personne sous emprise, Saan exprime le manque de marges de manœuvre. Elle souligne qu'il n'y a pas de solution facile pour aider une personne sous emprise à sortir de cette situation, mais qu'il est important de nouer une relation de confiance avec elle pour l'aider à prendre conscience de ce qu'elle vit et à trouver la force de s'en sortir. Elle note également que les questions de genre, d'égalité et de structure de la personnalité sont des facteurs importants à prendre en compte dans la compréhension des mécanismes de la violence et de l'emprise. Saan souligne également que les expériences passées, la confiance en soi et la croyance en ses capacités à vivre seul peuvent également jouer un rôle important dans la capacité d'une personne à sortir d'une relation toxique. Ce qu'elle m'indique me ramène aux propos d'Alice, sur l'attachement.

## SÉCURISER LE LIEN, RENFORCER LES RESSOURCES

Alice parle de son travail thérapeutique avec les patientes qui ont souffert de traumatismes complexes et qui ont souvent des difficultés dans les relations d'attachement. Elle explique que son approche est basée sur la théorie de

l'attachement, qui vise à offrir un espace de sécurité répété aux patientes afin de leur permettre d'intégrer l'idée que la relation ne sera pas cassée même si les désaccords surviennent. Alice travaille également sur le renforcement de l'autonomie des patientes et leur identité en cherchant les ressources externes et internes qu'elles ont eu dans leur vie pour pouvoir encore être présents. Elle utilise également des méthodes telles que la résonance émotionnelle et la révélation de soi pour créer un autre lien sécurisé avec les patientes. Alice travaille également sur sa fenêtre de tolérance pour que les patientes puissent être face à quelqu'un qui est toujours dans cette fenêtre de tolérance, même si elle entend des choses « horribles » de leur part. Elle veut que la relation soit prévisible, constante et sécurisée de façon répétée pour que les patientes puissent intégrer une qualité de lien qu'elles ne connaissent peut-être pas. Finalement, elle travaille sur le jugement et sur le fait de pouvoir dire à ses patientes qu'elle entend leur point de vue tout en affirmant que, pour elle, il y a un problème à résoudre.

*« après je peux me permettre de leur dire des choses, de leur dire « j'entends bien ce que vous me dites et en même temps je peux pas être d'accord avec, pour telle et telle raison ». Et donc là, elles sont capables de l'écouter parce qu'elles sentent que je suis vraiment très concernée et engagée dans la relation. Et que c'est pas un jugement. Tu vois quand on le dit comme ça, quand on dit « j'entends ce que vous me dites », ou alors « je comprends tellement au regard de votre histoire et au regard de ce que je connais de vous, que vous réagissiez comme ça et en même temps, pour moi c'est un problème parce que ça vous fait du mal parce que vous êtes en danger », et cetera [...]. [J'avais avant] peut-être un discours un peu trop radical. C'était tout ce travail de réfléchir à comment je pouvais faire passer les choses que je ressentais autrement. Parce qu'en tout cas, j'avais l'impression, pas forcément qu'elles se braquaient, mais qu'elles se sentaient pas soutenues. Et que c'est difficile, je trouve, de faire passer des messages clairs tout en faisant passer que du coup, c'est du soutien et de l'inquiétude et l'engagement dans la relation. Et en plus, moi je travaille vraiment avec des personnes qui ont été souvent sous emprise depuis enfant. Et je veux pas reproduire ça dans mes consultations. [...] je fais vraiment attention à ça de pas reproduire ça parce que ça peut se reproduire très vite sans qu'on s'en aperçoive. En fait, on peut dire « super, le lien il se fait vachement bien, la patiente adhère, elle est engagée dans la thérapie » et puis, d'un coup elles viennent plus. Alors que t'avais l'impression d'avoir un lien bien construit. <sup>28</sup> »*

---

<sup>28</sup> Alice, *ibid.*

J'ai en effet trouvé très intéressants les apports d'Alice en formation concernant l'attachement, et les postures favorisant un attachement sécure avec les personnes. C'est, comme elle l'explique, une condition facilitante pour permettre une réception des manifestations de congruence de l'écoutante par l'écoutée pour ce qu'elles sont : un souci, centré sur elle, de son bien-être. J'ai été très intéressée par sa démarche pour éviter l'instauration d'un rapport de pouvoir avec ses patientes ; au vu de leurs vécus d'emprise, Alice est sensible à la réception de ses paroles, afin de ne pas les blesser, et d'encourager leurs capacités à se penser elles-mêmes, et non à être pensées par elle :

*« J'utilise vraiment des formulations à chaque fois que je propose une hypothèse où je dis toujours, « je le dis avec mes mots, et si ça vous convient pas, vous me le dites, c'est moi pour voir si j'ai bien compris », du coup elle se sent plus libre de me dire « Oui, c'est ça », « non, c'est pas ça », mais cette phrase, elle insiste quand même fortement sur « je le dis avec mes mots et vous me dites si ça convient ou pas, c'est moi pour voir si j'ai bien compris ». Tu prends la responsabilité de comprendre »<sup>29</sup>.*

De ce que j'en comprends, cela lui permet à la fois d'être en congruence, tout en étant centrée sur la personne. Cela devrait peut-être me paraître évident, en fin de formation CCF. Toujours est-il que cela prend un sens nouveau pour moi, et que je crois réellement comprendre plus clairement cette cohérence de l'approche centrée sur la personne, telle qu'Alice me l'explique.

## EVALUER LE DANGER : LOUISE ET LE SYSTÈME DES DRAPEAUX

Louise m'explique en visio le fonctionnement du système des drapeaux. Celui-ci m'a été indiqué comme piste par Marion Morel, afin de travailler sur l'objectivation des situations de contrainte, emprise, consentement. J'ai donc contacté Louise Michel, formatrice au système des drapeaux. L'interview a eu lieu le 17 mars, et j'ai pu assister à la formation (qu'elle-même n'a pas animée) le 11 avril. J'inclus donc les informations que j'ai tirées de la formation, mais faute de temps je ne pousserai pas très loin la réflexion.

Ce système a été conçu par des structures flamandes pour aider les adultes participant à l'éducation des enfants et jeunes à évaluer le comportement sexuel des enfants et des jeunes de façon objective et à y apporter une réponse appropriée. L'évaluation est

---

<sup>29</sup> Alice, *ibid.*

réalisée en suivant des critères objectifs. Il propose aussi des lignes directrices sur la manière de réagir de façon adéquate à la situation. Ces lignes directrices aident les professionnel·les et parents à accompagner les enfants et les jeunes à vivre leur sexualité de manière responsable et en prenant soin de leur santé.

Le système des drapeaux utilise 6 critères pour identifier le comportement sexuel, 4 couleurs de drapeaux (vert, jaune, rouge et noir), un tableau du développement sexuel de l'enfant avec des repères sur les comportements sexuels, et un certain nombre de fiches avec des exemples de situations illustrées et les réponses pédagogiques recommandées.

Pour résumer, le système des drapeaux peut être utilisé lors d'une situation qui paraît problématique aux adultes. Il permet d'évaluer si ce comportement est vraiment problématique, et si oui d'isoler l'aspect problématique, puis de déclencher une série de réactions pédagogiques qui vont permettre que les auteurs comprennent ce qui est problématique dans leur comportement, voire soient sanctionné.es, mais comprennent aussi ce qui est OK ou sain dans leur comportement. L'objectif reste d'accompagner les enfants et les jeunes dans l'acquisition des repères d'une vie affective et sexuelle saine, et donc de permettre aux adultes d'identifier des compétences à développer.

L'outil se présente sous la forme d'une grille d'évaluation de la situation au regard de chaque personne impliquée : auteur, victime et témoin. En fonction de cette évaluation différenciée, on obtient une couleur de drapeau qui nous oriente vers une cascade de réactions pédagogiques. L'aspect assez normatif permet justement de pouvoir réagir toujours de la même manière par rapport à des situations identiques, et non sur la base de représentations, croyances, peurs personnelles... Un exemple est celui d'un enfant de 8 ans qui va montrer son pénis dans les vestiaires en disant « regardez, mon zizi bouge ! », provoquant le rire de tous les autres enfants. Cette situation est analysée au regard de 6 critères principaux, qui déterminent de manière empirique ce qui génère potentiellement du traumatisme quand un comportement est transgressif. Le système est étanche vis-à-vis de la loi, sauf pour les couleurs les plus « graves ».

Le premier critère est celui du consentement, d'abord du point de vue de l'auteur, mais on va évaluer aussi le point de vue de la victime et des témoins, et vérifier si la personne a consenti à avoir ou subir ce comportement.

Le 2ème critère est le plein gré, qui nuance le consentement ; par exemple, une des protagonistes a peur d'être mal vue, ou de perdre l'amitié.

Le 3ème critère est l'égalité, en âge, en maturité, en développement.

Le 4ème critère est l'adéquation par rapport à l'âge ou au développement.

Le 5ème critère est celui de l'adéquation par rapport au contexte, et le 6ème évalue l'impact (auparavant nommé « respect de soi »).

En fonction du degré de transgression d'au moins un des critères, on affectera une couleur de drapeau à l'ensemble de la situation. C'est la couleur du critère le plus transgressé qui est appliquée à la situation totale : vert - OK, jaune - légèrement problématique, rouge - problématique, noir - totalement problématique.

Ainsi, dans le système des drapeaux, un comportement est classé vert (non problématique) si (1) les deux parties sont clairement consentantes, (2) si aucune forme de pression ou de contrainte n'est exercée et (3) si les deux parties sont sur un pied d'égalité. Le comportement doit également être (4) adéquat par rapport au développement sexuel et (5) par rapport au contexte dans lequel il se déroule et (6) ne causer aucun préjudice à l'enfant ou au·à la jeune lui·elle-même.

D'autres critères sont pris en compte, non pour modifier la couleur du drapeau, mais pour adapter la réponse pédagogique. Par exemple, si un des protagonistes est en situation de handicap, LGBTQIA+, en situation de migration, ou a déjà vécu un trauma.

Un comportement est considéré comme plus grave quand:

- Le comportement s'est répété à plusieurs reprises alors qu'une réponse éducative a déjà été donnée.
- Le comportement s'est déroulé sur une longue période de temps.
- Il y a eu une pénétration
- La victime est plus jeune ou plus vulnérable que la personne qui a eu un comportement sexuel problématique
- Il y a une différence de pouvoir considérable entre les personnes auteures et victimes. La force a été utilisée.
- Il y a une inadéquation par rapport au développement sexuel ou au contexte



- Le comportement a des conséquences préjudiciables pour la personne victime et/ou auteure.

Je trouve cet outil particulièrement intéressant pour ma démarche. Je pose donc la question à Louise de son usage de cet outil en dehors de situations impliquant des enfants :

*« On part du principe qu'on est là pour accompagner des enfants à se développer vers l'adoption de comportement donc c'est assez facile d'être en empathie parce que c'est des enfants. Mais par exemple tu vois c'est pareil, il y a eu le procès en appel des flics qui avaient violé une canadienne, au 36 quai des Orfèvres [...] En fait ce qui est terrible c'est que tu te dis, si ces adultes là ils avaient intégré enfants les critères, même si la situation au regard de la loi, elle est OK, les critères auraient peut être fait que du moment où ils sont à plusieurs et que la personne est seule, il y a pas égalité, à partir du moment où la personne dit non, à un moment, il y a pas consentement, à partir du moment où elle est bourrée, y a pas plein gré, à partir du moment où ils sont dans un hôtel de police, y a pas d'adéquation au contexte. Et qu'en fait si t'es éduqué avec ces critères, c'est des situations, j'imagine que ça arrive même pas »<sup>30</sup>.*

Je prévois déjà d'utiliser ce système dans mes entretiens, et dans mes animations, et suis ravie d'avoir pu assister à la formation, même si je n'ai pas eu le temps de l'expérimenter « en conditions réelles ». En tout cas, il répond très bien à mon envie d'objectiver les situations, qui participe de la « remise à l'endroit » du monde (voir plus haut).

Le système des drapeaux pourrait être particulièrement utile pour aider une personne sous emprise, car cette situation peut souvent rendre difficile pour la personne de prendre du recul et d'objectiver sa situation. En effet, la personne sous emprise peut être soumise à une manipulation psychologique, à des menaces ou des violences physiques, et peut avoir du mal à évaluer objectivement sa situation, comme nous l'avons vu.

Dans ce contexte, le système des drapeaux pourrait aider en permettant à la personne de visualiser et de comprendre plus facilement les différentes situations qui peuvent constituer des violences ou des abus. Les drapeaux rouges peuvent aider à identifier les comportements qui sont clairement abusifs et nécessitent une action immédiate pour assurer la sécurité de la personne. Les drapeaux jaunes peuvent aider à identifier

---

<sup>30</sup> Entretien avec Louise Michel, 17 mars 2023

les comportements qui sont préoccupants et nécessitent une attention particulière, mais qui ne sont pas nécessairement immédiatement dangereux. Les drapeaux verts, quant à eux, peuvent aider à identifier les comportements qui sont sains et souhaitables dans une relation. Le système des drapeaux tient également compte des inégalités de pouvoir qui peuvent exister dans une relation abusive, ce qui peut aider la personne sous emprise à mieux comprendre comment ces inégalités de pouvoir peuvent contribuer à la situation abusive et à la rendre plus difficile à quitter. Il pourrait aider à guider les interventions et à assurer une prise en charge appropriée de la personne en situation de danger. Il pourrait s'agir d'une sorte de violentomètre, en bref d'une grille d'analyse féministe des violences, matérialiste et surtout matérielle, concrète.

# CONCLUSION

## RÉCAPITULATION DES RÉSULTATS ET DES PROPOSITIONS

En conclusion, accompagner des victimes de violences sexistes et sexuelles demande une combinaison entre l'approche centrée sur la personne et l'approche féministe des violences. Cette combinaison permet de prendre en compte les ressentis et le vécu de la personne tout en ayant une grille de lecture critique des violences sexistes et sexuelles et de leurs mécanismes.

Les entretiens avec Saan, Vincent et Alice ont permis de mettre en évidence l'importance d'être à l'écoute de la personne, tout en l'aidant à identifier les violences qu'elle subit, de lui apporter un soutien émotionnel. Les interviewées ont indiqué qu'il était également important de tenir compte des inégalités de pouvoir entre les sexes qui sous-tendent ces violences, et de ne pas minimiser l'impact des violences elles-mêmes sur la capacité des personnes à conscientiser la gravité de ce qu'elles vivent ou ont vécu, d'où l'importance d'un étayage pour les y aider.

Adapté, il me semble que le système des drapeaux peut être un outil utile pour aider à objectiver une situation de violence, en prenant en compte les différents facteurs de risque et les signes d'alerte. Il permet également de tenir compte des inégalités de pouvoir entre les sexes. Cependant, il est important de le présenter aux personnes de manière à ce qu'elles comprennent son fonctionnement sans qu'il soit imposé.

En somme, accompagner des victimes de violences sexistes et sexuelles demande une posture empathique et critique, qui permette de comprendre la complexité des situations de violence tout en prenant en compte les enjeux de genre et de pouvoir. Cela passe par une écoute active, une évaluation de la situation à partir d'une grille de lecture féministe, et l'utilisation d'outils tels que le système des drapeaux pour aider à objectiver la situation.

L'approche centrée sur la personne met l'accent sur l'importance de comprendre l'expérience et les besoins de la personne qui a subi des violences, en reconnaissant sa capacité à être l'experte de sa propre expérience et en travaillant avec elle pour identifier les stratégies les plus appropriées pour répondre à ses besoins. Cette approche peut être très utile pour aider les personnes ayant vécu des violences à se rétablir et à retrouver leur pouvoir et leur autonomie.

L'analyse féministe des violences, quant à elle, met l'accent sur la nécessité de comprendre les causes structurelles de la violence, en reconnaissant que les violences sont souvent utilisées pour maintenir le pouvoir et le contrôle sur les femmes. Cette approche peut être très utile pour aider les personnes à comprendre les facteurs sociaux, culturels et politiques qui permettent les violences et pour élaborer de nouvelles manières d'être en lien. Dans ma pratique, j'ai tendance à beaucoup amener d'éléments de cet ordre, quand ils me paraissent éclairer la personne sur ce qu'elle traverse, ou, comme formulé dans le programme ProDAS, « rompre le sentiment d'unicité » (l'impression d'être seule au monde à vivre ce qu'on vit).

Cependant, il est important de noter que dans certaines circonstances, il peut y avoir des tensions ou des contradictions entre ces deux approches. Par exemple, une approche centrée sur la personne qui ne prend pas en compte les facteurs structurels de la violence pourrait risquer de minimiser ou de négliger l'impact des inégalités sociales, économiques et politiques. De même, en fonction des temporalités des personnes, il s'agira de tenir compte de leur rythme dans le développement de leur conscientisation de l'ampleur des violences vécues, qui peut constituer un véritable choc, voire un ébranlement. Pour en revenir à Nicole-Claude Mathieu, ce choc est d'abord ici la prise de conscience des violences subies, qu'elles soient physiques, sexuelles, économiques ou psychologiques. Il peut être difficile de réaliser que l'on a été victime de violence, surtout lorsque ces violences sont minimisées ou banalisées dans la société, comme nous l'avons vu avec Patrizia Romito. Ce choc est aussi alors celui de la prise de conscience de l'oppression subie par les femmes. Il peut être violent, car il remet en cause la vision que ces femmes avaient d'elles-mêmes, de leur place dans la société et des relations qu'elles entretiennent avec les hommes. Elles prennent conscience de la domination patriarcale qui les oppresse et les contraint dans leur vie quotidienne.

Dans tous les cas, le processus de reconstruction de soi en tant qu'individue en voie d'émancipation peut être long et difficile, mais il est nécessaire pour se libérer de l'oppression et de la violence subies. Les femmes doivent se réapproprier leur corps, leur parole et leur vie, et je souhaite pouvoir les y accompagner de ma place.

Grâce à cette recherche, j'ai pu identifier des outils qui me serviront de compas, gouvernail, ou tout autre métaphore marine évoquant l'orientation avec peu de repères.

Ces outils sont, in fine, à la fois ceux de l'approche centrée sur la personne, et ceux des analyses féministes des violences : écouter la personne, l'aider à comprendre ce qui se joue, porter sur elle un regard positif inconditionnel, l'aider à identifier ses ressources à la fois internes et externes ; être congruente ; nommer les violences ; construire un attachement sécurisé ; travailler les résonances.

Mes limitations en tant que CCF sont cependant de plusieurs ordres : tout d'abord, je ne peux, ni éthiquement ni concrètement, sauver les personnes à leur place ; les entretiens étant basés sur le volontariat, et avec une optique de ne pas installer un suivi dans la durée, je n'aurai pas de conditions aussi favorables qu'une psychologue en termes de temps pour construire un lien de confiance et une relation honnête et sécurisée, condition pour travailler les violences sans trop brusquer les personnes. Mais Alice m'a rassurée à plusieurs reprises sur la possibilité malgré tout d'accompagner les victimes :

*« les CCF en tout cas que je connais, elles vont faire passer quand même des messages plus clairs, un peu plus incisifs. Il y a moins de temps. [...] quand je faisais des permanences au planning familial, je pouvais dire des choses comme « là, ce que vous me racontez, ça m'inquiète, qu'est-ce que vous pensez du fait que ça m'inquiète ? » Enfin, tout ça, on peut le faire en entretien. »<sup>31</sup>*

Dans tous les cas, il est important de travailler à la fois sur les causes structurelles de la violence et sur les besoins et l'expérience des personnes.

En rédigeant cet écrit, je retombe sur mes notes en formation CCF, en septembre 2022 avec Alice Masoni, lorsque nous avons visionné des vidéos présentant le métier :

*« Conseil : vient de tenir conseil. On n'en donne pas, mais on aide à voir autrement. »*

Je peux garder en moi cette définition, qui représente in fine l'essence du métier : ne pas faire pour l'autre, ni le guider, mais proposer des pas de côté, à l'instar de Bourdieu

---

<sup>31</sup> Alice, *ibid.*

comparant la recherche à « une opération qui consiste à multiplier les points de vue sur un même objet, comme si l'on faisait le tour d'un monument pour en découvrir toutes les faces »<sup>32</sup>. Cela, je le crois, peut aider à avoir une perspective à la fois globale et fine de ce qui se joue, et ainsi prendre des décisions à la fois libres et éclairées.

Je n'ai pas pu consacrer le temps que j'aurais souhaité à cet écrit professionnel. Néanmoins, quelle qu'en soit sa réception, j'ai passé de nombreuses et riches heures à réfléchir, à « tenir conseil » avec mes collègues, et je sais que, pour être animée par les questions d'émancipation et contrainte depuis longtemps, ma réflexion est loin d'être aboutie. Mais, imaginant le chemin qui m'attend, je garde avec moi les mots de Fernando Birri, à qui on demandait à quoi sert l'utopie :

*"L'utopie est à l'horizon. Je m'approche de deux pas, elle s'éloigne de deux pas. Je marche dix pas et l'horizon s'éloigne dix pas au-delà. J'aurai beau marcher, je ne l'atteindrai jamais. À quoi sert l'utopie ? A cela : elle sert à marcher."<sup>33</sup>*

---

<sup>32</sup> BOURDIEU Pierre, Choses dites, 1987

<sup>33</sup> BIRRI Fernando, réalisateur argentin, 1925-2017

# BIBLIOGRAPHIE

CASALIS, Marie-France. « Chapitre 2. Déjouer la stratégie de l'agresseur », Ernestine Ronai éd., Violences sexuelles. En finir avec l'impunité. Dunod, 2021,

MATHIEU Nicole-Claude « Quand céder n'est pas consentir: Des déterminants matériels et psychiques de la conscience dominée des femmes, et de quelques-unes de leurs interprétations en ethnologie », Éditions de l'École des hautes études en sciences sociales, 1985

MUKWEGE Denis, La Force des Femmes, Gallimard, 2021

ROGERS Carl, La relation d'aide et la psychothérapie, ESF éditeur, 2008, 235 p

ROMITO Patrizia (2006). Un silence de mortes. La violence masculine occultée. Traduit de l'italien par Jacqueline Julien. Paris : Syllepse, Collection Nouvelles questions féministes

ROSENBERG Marshall, Les mots sont des fenêtres, ou bien ils sont des murs : introduction à la communication non violente, Paris, La Découverte & Syros, 1999

ROSENBERG Marshall B., Dénouer les conflits par la Communication Nonviolente, Éd. Jouvence

SALMONA Muriel (2013). Le livre noir des violences sexuelles. Paris : Dunod

## Sitographie

Système des drapeaux : <https://flagsystem.org/fr/a-propos>

« Violences intrafamiliales : une re-définition nécessaire, IFATC / Forsyfa, consulté le 7 avr. 23 pour la dernière fois, [https://www.forsyfa.com/media/deuxieme\\_diapo.pdf](https://www.forsyfa.com/media/deuxieme_diapo.pdf)

JORF n° 0286 du 10 décembre 2010, Arrêté du 3 décembre 2010 relatif à la formation des personnels intervenant dans les centres de planification ou d'éducation familiale et dans les établissements d'information, de consultation ou de conseil familial, <https://www.legifrance.gouv.fr/loda/id/JORFTEXT000023213236>, consulté pour la dernière fois le 12 avril 2023

<https://typhaine-d.com/index.php/actualites/234-manifeste-de-la-feminine-universelle>  
consultée le 6 avril 2023

## EXTRAITS D'ENTRETIEN

ALICE :

« Je me base sur la théorie de l'attachement. Ouais et du coup, la théorie de l'attachement, c'est de pouvoir donner en tout cas un espace de sécurité aux personnes dans le lien de façon répétée, donc c'est pour ça que ça prend du temps. Et cette expérience en fait de sécurité de façon répétée dans les consultations, ça va pouvoir permettre à la fin. Enfin, au bout d'un moment en tout cas, ça va permettre d'intégrer pour la personne d'intégrer le fait que même si on n'est pas d'accord sur certaines choses, ça veut pas dire que la relation est cassée. Exact bon, j'imagine que ça prend un petit moment, plutôt pour les traumas complexes, ça prend vraiment un petit moment après ce que j'utilise, c'est le travail sur les ressources, les personnes donc surtout quand il y a un parcours en tout cas de trauma dans toute leur vie, c'est vraiment d'aller chercher quelles ressources externes et internes ils ont eu dans leur vie et ils ont encore pour pouvoir encore être là. Donc ça Ben ça veut dire que de façon sous-jacente tu travailles quand même sur l'autonomie de la personne et tu renforces du coup aussi son identité parce que souvent il y a des questions aussi quand même au-delà de du Psycho Trauma. De la dissociation il y a des questions de d'attachement très désorganisé. De dépendance à l'autre, qui se construisent, hein? Dans les relations de violence, c'est-à-dire le fait de se dire qu'elles sont rien sans l'autre personne, et aussi parce que l'autre personne l'a répété et que tu sais. On avait parlé de cette question de l'intériorisation de l'agresseur, hein, Que ça Vient vraiment, Cette question de l'emprise. À nier le la pensée de la personne en tout cas, elles peuvent pas penser après par elles-mêmes. Et après, Moi j'utilise beaucoup les résonances donc, mes émotions. Donc c'est un peu ce que je veux dire quand je vais dire, quand je m'inquiète, je vais dire qu'il y a des choses qu'elles me disent qu'ils me rendent tristes que... Et que je travaille le lien, tu sais, avec toutes les méthodes qu'on a vu la révélation de soi, de dire, qu'est-ce que ça vous fait que je vous dise que je sois triste pour vous? Donc c'est vraiment travailler un autre lien parce que vu qu'elles elles ont vécu des violences ou qu'elles y sont encore, c'est travailler un autre lien sécurisé, c'est-à-dire leur montrer une autre façon d'avoir une relation avec quelqu'un et ça de façon. Répéter parce que dans le cycle de la violence, hein? On connaît donc y a cette phrase de l'une de miel ou voilà un elles peuvent avoir cette impression là, mais on voit qu'en tout cas après il y a d'autres phases. Donc de pouvoir psychologiquement le fait qu'elles intègrent que, en fait ces phases, elles existent pas dans la relation thérapeutique,



c'est à dire que c'est toujours comme ça, c'est prévisible. Prévisible dans le sens, je sais que je vais y aller et que je risque rien et c'est toujours constant. Ouais. Donc on travaille ça de façon sous-jacente dans la répétition des consultations, être toujours constant, être toujours stable, nous. Et puis du coup, il y a tout le travail aussi sur la fenêtre de tolérance c'est à dire qu'elles sont toujours face à quelqu'un qui est dans sa fenêtre de tolérance alors qu'elles ont été ou elles sont encore face à quelqu'un qui sort de sa fenêtre de tolérance puisque y a des violences et ça les fait sortir aussi de leur fenêtre de tolérance. Et en fait, quand elles viennent, on est toujours dans cette fenêtre de tolérance. Même si elle me raconte des trucs horribles, c'est à moi de travailler ma fenêtre de tolérance pour que je sorte pas de ça. Et donc le fait que ce soit prévisible, constant et sécuritaire, de façon répétée, ça leur permet d'intégrer une qualité du lien qu'elles connaissent pas forcément et donc après je peux me permettre de leur dire des choses, de leur dire j'entends bien ce que vous me dites et en même temps je peux pas être d'accord avec, pour telle et telle raison. Et donc là, elles sont capables de l'écouter parce qu'elles sentent que je suis vraiment très concernée et engagée dans la relation. Et que c'est pas un jugement. Tu vois quand on le dit comme ça, quand on dit j'entends ce que vous me dites, ou alors je comprends tellement au regard de votre histoire et au regard de ce que je connais de vous, que vous réagissiez comme ça et en même temps, pour moi c'est un problème parce que ça vous fait du mal parce que vous êtes en danger, et cetera. Donc il y a vraiment des formulations que j'utilise pour en tout cas faire passer des messages très clairs. Parce que c'est quand même très clair quand je dis et en même temps, c'est un problème pour moi, donc parce que vous êtes en danger parce que ça vous fait du mal, et cetera, pour que justement on va suspecte cette approche centrée sur la personne de non jugement et d'accueil de ce qui a là quoi hum. C'est un gros travail de vraiment de pour moi en tout cas. J'ai travaillé longtemps longtemps, cette question des formulations, quoi.[...] c'est des personnes qui sont vraiment hyper sensibles quoi. Enfin oui. Donc faut faire attention quand même à ce qu'on dit à quand on le dit à pourquoi on le dit, pour que la personne se sente pas jugée, mais même si on lui dit des trucs clairs et cash des fois, qu'elle se sente pas jugée, mais qu'elle se sente soutenue. Et je trouve que c'est pas facile, que c'est un travail qu'on doit faire sur nous qui est assez important. [J'avais avant] peut-être un discours un peu trop radical. C'était tout ce travail de réfléchir à comment je pouvais faire passer les choses que je ressentais autrement. Parce qu'en tout cas, j'avais l'impression, pas forcément qu'elle se braquait, mais qu'elle se sentait

pas soutenue. Et que c'est difficile, je trouve, de faire passer des messages clairs tout en faisant passer que du coup, c'est du soutien et de l'inquiétude et l'engagement dans la relation. Et en plus, moi je travaille vraiment avec des personnes qui ont été souvent sous emprise depuis enfant. Et veux pas reproduire ça dans mes consultations. [...] je fais vraiment attention à ça de pas reproduire ça parce que ça peut se reproduire très vite sans qu'on s'en aperçoive. En fait, on peut dire « super, le lien il se fait vachement bien, la patiente adhère, elle est engagée dans la thérapie » et puis, d'un coup elles viennent plus. Alors que t'avais l'impression d'avoir un lien bien construit. 34 »

« Je pense que l'approche centrée sur la personne, ça part vraiment en fait des émotions et de là où en est la personne. Par contre sur les questions de violence, il y a quand même pour moi en tout cas cette idée d'une évolution au fur et à mesure des entretiens, c'est à dire que je peux pas imaginer si tu veux de recevoir une personne pendant un an alors qu'alors qu'elle subit des violences et qu'y a rien qui il bouge normalement ton travail et ton positionnement sur les violences fait qu'y a y a des choses qui bougent, alors peut-être pas au rythme que qu'on voudrait peut être avec des allers-retours, mais quand il y a des allers-retours, la personne revient jamais au point de départ. Si tu la perds de vue, si t'as mis une bonne alliance bah du coup moi ça m'est arrivé hein. Qu'il y ait des patientes que je perde de vue qui viennent plus me voir et parce qu'elles sont restées avec leur conjoint et après elles ont elles sont parties? Et elle m'a rappelé. Ouais donc c'est toi, tu dis là le boulot que j'ai fait. Il a pas servi à rien quoi. »

« Je l'utilise la compulsion de répétition comme une stratégie, une stratégie de survie par rapport au trauma.

Lucie :

Les théories que tu vas mobiliser par rapport au trauma, c'est plutôt du psycho trauma, de la victimologie, tout ce qui est autour des connaissances sur la neuropsychologie de la sidération de la mémoire traumatique, tout ça ?

Alice :

Exactement. Sidération, dissociation, tout ce qui est dissociation structurelle de la personnalité, c'est à dire des parties de nous qui sont restées coincées dans le trauma,

---

<sup>34</sup> Alice, *ibid.*

et les stratégies qu'on met en place pour essayer de maîtriser le trauma, enfin de maîtriser la mémoire traumatique comme on dit.

Lucie :

Donc la mémoire traumatique en tant que conséquence très concrète, observable, scientifique et mesurable de toutes les décharges hormonales qui peuvent se passer, les bugs d'au niveau de l'axe hypothalamo-hypophysaire, de l'hippocampe, tout ça ?

Alice :

Exactement, c'est aussi simple que ça pour moi. [...] La compulsion de répétition, je la vois plutôt comme une tentative de la personne d'essayer de maîtriser cette mémoire traumatique en reprenant, en agissant contre, le sentiment de d'impuissance. C'est pas forcément des stratégies qui sont positives pour la personne, mais ça peut aussi si c'est d'autres stratégies qui sont mises en place, ça peut être des stratégies très délétères pour la personne et en même temps on les comprend comme une tentative de reprendre le contrôle et de reprendre la maîtrise sur l'horreur et l'impuissance qui a pu se passer. »

« On ne peut pas avoir les deux [approches] tout le temps parce c'est la question des violences, c'est quand on accompagne des personnes qui ont été ou qui sont victimes de violences, c'est la seule situation en fait où parfois on peut pas avoir l'approche centrée sur la personne pour moi, et que par contre on peut avoir les 2 quand la personne est sortie des violences pour aller au rythme en fait de la personne, puisqu'en plus on sait, on a vu qu'il faut pas sortir de la dissociation trop vite tout de suite, et cetera parce que c'est trop difficile en fait. [...] quand on travaille sur la question de la dissociation, c'est vraiment une dissociation qui était très, qui est très forte chez les personnes. Lever la dissociation trop rapidement, ça peut faire décompenser la personne en fait. Donc il faut si tu veux aller au rythme de la personne, aller au rythme des prises de conscience de la personne, et cetera. Donc là on peut garder l'approche centrée sur la personne si elle est sortie des violences. [...] La prise de conscience de la gravité de ce qu'elles ont vécu, ça fait qu'il y a une levée vraiment de toutes les défenses. Il y a le corps qui se réveille, elles ont mal partout, il y a un effondrement [...] parce qu'il elles prennent conscience vraiment de la gravité de ce qui s'est passé, de la culpabilité qu'elles ressentent, de pas être parties, et cetera. Donc c'est quelque chose qui s'accompagne, c'est c'est-à-dire que c'est comme si tu veux si je faisais de

l'EMDR au bout de 2 séances en fait. [...] comme il y a plus de danger, on va nommer les choses, et cetera, mais on va le faire petit à petit. Mais parce qu'on sait qu'elle est plus dans une situation de violence, elle en est sortie la personne, mais après on va quand même nommer les choses hein, bien sûr, mais c'est un processus quoi quand même. Quand la personne est dans des violences, c'est différent pour moi<sup>35</sup>. »

« Je me fixe souvent sur la détresse et la souffrance de la personne. Donc je vais vraiment me fixer en fait sur ça ou sur tous les mécanismes, en tout cas de défense, de minimisation, de banalisation. Et ce que ça renvoie en tout cas de négatif. Enfin, souvent, la question que je pose à la personne, c'est « mais là, on parle de ça, qu'est-ce que ça vous renvoie de négatif sur vous? » Et donc c'est ce que tu disais, hein? « Je mérite que ça » ou alors « oui non, mais il est quand même plus gentil que celui que j'avais avant ». « Ah Ben oui, forcément l'autre, il a failli te tuer donc là bon, il t'empêche juste de sortir, d'aller voir tes amis et ta famille. » Bon c'est sûr que selon cette échelle, voilà bon, bien sûr qu'on peut voir les choses... J'ai une patiente comme ça qui [...] a eu deux relations avec des hommes et qui l'ont maltraitée, mais c'est des violences extrêmement graves et là, son nouveau compagnon, juste quand il est énervé, il la bouscule un peu, il la pousse mais ça s'arrête là. Donc elle me dit « ça va ». Je lui dis « oui, d'accord, mais est-ce que ça vous fait pas souffrir quand même que ça se passe comme ça, est-ce que vous aimeriez que ça se passe différemment? » Bon là, du coup elle peut m'en dire quelque chose. Après, de toute façon, moi, les violences, j'ai un seuil quand même assez bas d'identification et c'est à partir du moment où les personnes se sentent contraintes et pas libres de faire ce qu'elles ont envie de faire. Et pour moi ça commence là. Bon après autant te dire que bien sûr il y a d'autres degrés, il y a d'autres niveaux, mais en tout cas, c'est cette question de la contrainte de l'autre et qui n'est pas dans le compromis en fait, c'est à dire que ça va être une seule des deux personnes qui fait des compromis même si y a pas de violence physique ou sexuelle ou... c'est toujours cette idée qu'il y a eu une seule personne qui prend sur elle et qui fait des compromis et une seule personne qui subit les contraintes. »

Alice

---

<sup>35</sup> Alice, *ibid.*

« C'est un positionnement qui s'entend et en tout cas sur lequel il faudrait peut-être réfléchir un peu plus. Mais si tu veux, moi, je considère que quand la personne, elle parle d'un truc et qu'elle aborde ça si on n'a pas de réaction, ça pose problème parce que quand tu subis des violences, t'as un état de confusion, tu peux pas être conscient mais c'est comme les enfin, je vais comparer un truc qui est pas... mais c'est comme les parents qui envoient leurs enfants en t-shirt alors qu'il fait -2°C, Ils ont pas envie consciemment, que l'on s'aperçoive qu'il y a un problème, mais ils montrent quelque chose qui fait qu'on ne peut pas passer à côté. En fait, s'ils le montrent, et les personnes, si elles parlent de quelque chose, ça veut dire qu'on va laisser cet enfant en t-shirt toute la journée alors qu'il fait -2°C ? Et là la personne, elle nous parle d'un truc quand même qui nous inquiète et qui est quand même grave. Et on va rien en dire ? Moi je peux pas quoi. Parce que ça montre à la personne que, encore une fois, elle est pas vue, elle est pas entendue. Je dis pas que ce qu'on va lui dire, elle va l'accepter ou elle va... adhérer au truc. Et c'est possible que non, par contre, elle va repartir avec l'idée que ce qu'elle dit c'est important et qu'on s'est inquiété pour elle, c'est ça qui est important pour moi, donc ça veut dire quoi ? ça veut dire que, excuse-moi, je m'emballe un peu. Mais dire que du coup on laisse repartir la personne alors qu'elle a dit quelque chose de grave, de potentiellement grave. Si on n'a pas toutes les infos ou là de ce que tu me dis, on va la laisser repartir comme ça ? Alors qu'elle nous a livré ça ? Alors, elle nous l'a livré, elle a peut-être pas en tout cas analysé, conscientisé, parce qu'il y a cette confusion et cetera, et nous, on va la laisser repartir comme ça. C'est comme laisser le gamin en t-shirt toute la journée à l'école alors qu'il fait moins -2° quoi, c'est quoi ça ?

Lucie :

ça serait se fermer les yeux, ça serait se mettre des œillères pour toi c'est ça ?

Alice :

Ben oui ! Et puis en plus c'est montrer à la personne qu'encore une fois, qu'elle vaut rien quoi. Faut pas faire ça ! J'imagine, moi je vis un truc horrible, je vais au planning familial mais pour parler d'un autre truc. Et puis je commence à parler de ça et mais je me rends pas compte que c'est vraiment grave et puis après je repars et puis je sais pas, un mois après je me dis « putain mais j'ai parlé de ça et on m'a on m'en a rien dit ? » Tu peux pas quoi, c'est horrible ! [...] s'il y a du trauma, la personne elle est dans un état de confusion et il faut l'aider à en sortir. Et puis si ça se trouve pour elle,

c'est pas des violences parce qu'elle a vécu des violences toute sa vie. Enfin et du coup la laisser là-dedans, moi je sais pas, je comprends pas. Non, c'est horrible ! »<sup>36</sup>

« Notamment en tout cas sur les questions de dissociation sur les questions d'emprise et tout ça, je considère que la personne elle est pas en possession de tout son potentiel, qu'il y a des choses en tout cas qui agissent au-delà d'elles, on l'explique pas en fait aux personnes, et les personnes, elles te le disent bien hein, elles te disent qu'elles se sentent dépossédées. Et comme si on leur avait volé une partie d'elles de leur personnalité, comme s'il y avait une partie d'elles qui était morte donc... La question du choix pour moi, elle se questionne quoi, hein, puis quand on est dans une terreur, quand on a peur tout le temps, quand on... La question du choix oui, c'est sûr que quand on dit aux personnes qui sont victimes de violences « Ah ben oui, il fallait partir », et cetera, c'est pas aussi simple que ça, en fait. Moi je dis, c'est simple dans ma conception en tout cas théorique, même s'il y a des choses qui sont très complexes. Mais pour moi, la question du choix, en tout cas dans les problématiques traumatiques et dissociatives, je sais pas trop qui fait le choix de ces mécanismes qui se mettent en place dans ton cerveau ! Sinon, on choisirait tous de pas être traumatisés et de pas se retraumatiser derrière. Pour une question de survie quoi, c'est comme quand on discutait de la prostitution, quand on me dit « oui mais bon, il y a certaines femmes qui se prostituent », on me dit comme ça et c'est un choix de leur part. Moi je leur dis, « c'est un peu plus complexe que ça pour moi quoi quand même, faut voir comment ça s'inscrit quand même dans l'histoire de la personne, qu'est ce qui fait qu'il y a ça qui se met en place à un moment donné. » Et puis tu fais jamais le choix de te mettre avec quelqu'un qui te tape sur la gueule quoi, enfin bon c'est trop bizarre de penser ça comme ça, c'est plus complexe que ça. Moi je comprends pas. « C'est un choix », je suis pas convaincue. Non, je suis pas convaincue. Et puis on me dit souvent aussi « oui, non mais bon elles, elles disent que c'est un choix ». Je leur dis « ben, heureusement qu'elles disent que c'est un choix ». On est bien d'accord que ça aussi, c'est une tentative de maîtrise. Bien sûr qu'elles vont dire « non, mais moi c'est mon choix. Je l'ai bien mérité ». « Mais oui, j'entends bien, je comprends ce que ce que vous dites, et que vous le viviez comme ça ».

---

<sup>36</sup> Alice, *ibid.*

SAAN :

« Quand la personne elle vient ou même qu'ils viennent en couple, tu commences à travailler sur les questions de sexualité et tout ça. Et puis des fois, tu vas aller sur un autre champ et là ça pète quoi et là tu vois bien que donc le gars lui, il voudrait ramener tout dans le champ que de la sexualité, sauf qu'en fait ça se passe tellement de façon complètement pour le coup, inacceptable en termes, pas forcément de violence inacceptable mais en termes relationnels, d'équité, de respect de. Que Ben, qu'est-ce que tu veux avoir envie d'avoir de la sexualité, surtout quand la sexualité, elle est plutôt vécue, que la satisfaction elle est pour lui[...], je dirais pas que moi je juge que c'est acceptable ou pas, dans la plupart des situations. C'est pas que moi je le juge, c'est que je les aide à faire ce chemin parce qu'en fait c'est ça qui va pas et qu'en fait c'est ça que bon... mais peut être qu' au final ces femmes elles vont se dire qu'elles sont d'accord, mais qu'elles sont pas prêtes à faire un changement parce que par exemple, l'harmonie du couple et de la famille, c'est plus important pour elle et qu'elles veulent pas exposer leurs enfants à une séparation. On est encore en plein aussi dans le cliché, mais au moins elles se réapproprient cette décision. C'est-à-dire que, elles sont plus dans une espèce d'illusion de, quoi. Donc, pour moi c'est pas la même chose que des situations où il va y avoir du danger. [...] à partir du moment où au moins la personne elle a pu être clair sur « En fait, cette relation, c'est une relation de merde, mais pour autant, moi, aujourd'hui, le plus important c'est que je reste avec mes enfants et je veux pas qu'on se sépare parce que la garde alternée je trouve ça horrible », Bon bah chacun peut changer ce qu'il peut changer au moment où elle le peut quoi, mais pour moi, c'est pas inutile, c'est-à-dire que peut-être que le jour où cette situation elle va commencer à monter, monter, ben elle pourra quand même le reprendre, elle pourra s'en servir. »

Lucie :

Elle aura posé sur la table qu'il y avait plusieurs options. Et que peut-être, entre-temps, son arbitrage il est différent. .

Saan :

C'est ça, et Elle pourra faire une autre priorité. »

« Je sais pas si t'étais dans mon groupe quand j'ai parlé d'un accompagnement que j'ai fait il y a 2 semaines. Du coup, je me suis un peu posé ces questions. c'était un couple qui venait me voir, d'un âge assez avancé, je pense qu'ils avaient à peu près autour de 55-60 ans, un couple vraiment extrêmement traditionnel où il y avait pas du tout de remise en question de la part de Madame, du fait qu'elle avait des relations sexuelles pour lui faire plaisir, et c'était important pour lui et pour le coup moi je suis pas du tout allée là parce que je sentais que à la fois, pour elle, c'était pas du tout understandable ou parlable ou c'est, c'était comme ça. Mais comme elle a toujours fait à manger, comme elle... et c'était pas la question, en tout cas du jour pour... Mais à un moment donné est arrivé le fait que, comme elle avait moins de désir que lui [...] il a installé sur son téléphone portable une application pour l'espionner au travail. Et donc là moi j'essaye, je lui je lui demande à elle, je lui dis « Madame, comment vous êtes sentie, qu'est-ce qui s'est passé pour vous quand vous avez découvert ça ? » et elle là, elle est vraiment dans « mais non, mais je comprends pas, il se passe rien, j'ai vraiment essayé de le rassurer en plus sur le l'enregistrement, on n'entend rien ! », elle est pas du tout dans dénoncer le procédé, elle est dans le réassurer, le réassurer. Donc là je repars sur mon entretien sur lui en lui demandant « et vous Monsieur, le fait d'aller comme ça mettre... » et donc lui là il est à nouveau sur cautionner ça. Eh ben moi, à ce moment-là je sors de ma posture centrée sur les personnes, c'est à dire que là moi je dis « écoutez-moi Monsieur, ce que vous avez fait, je trouve que c'est inacceptable et que c'est franchement un comportement qui va à l'encontre de l'intégrité et de la dignité de votre épouse ». Voilà et je lui dis, pourquoi et pourquoi et à ce moment-là elle, qu'est-ce qui se passe? Bah elle bouge. Parce qu'elle est à ce moment-là elle dit « oui bah c'est vrai quand même, aller m 'espionner... » et elle peut se saisir de ce que moi j'ai apporté, parce qu'elle a une alliée et qu'elle sent bien que ce qu'elle avait pressenti, ben quelque part, c'est justifié, que c'est vraiment dégueulasse de faire ça et que ça... sauf qu'elle a aucun espace elle pour pouvoir l'exprimer et peut-être que c'est un premier pas de conscientisation sur d'autres choses. Tu vois, mais moi ça a été ma porte d'entrée. Je suis pas allée sur « mais attendez Madame, vous rendez compte, vous faites l'amour pour faire plaisir à votre partenaire, vous êtes complètement aliénée » . Ça ne servait à rien à ce moment-là. [...] Et par exemple, je suis pas sûre que Monsieur, même si après moi, dans mon entretien, j'ai été en empathie avec lui en lui disant, « Moi, ce que j'entends, c'est que vous êtes très inquiet, que c'est difficile » et tout ça. Mais je suis allée le bousculer le



gars, je suis allée lui dire des choses que sans doute on lui a jamais vraiment... Parce que son approche là de l'animalité, "tout le monde a besoin de faire l'amour", bon voilà, moi je... Il vient me voir en tant que sexologue, je suis pas là pour confirmer ces croyances. Tu vois donc forcément que je viens le bousculer donc je ne sais pas s'ils reprendront rendez-vous, mais pour moi, c'était un couple que je pouvais continuer à suivre. Même s'il y a eu des comportements violents, parce que pour moi y avait pas une dynamique de rapport d'emprise malgré tout. »

« Je sais pas si on parle bien, moi je parle beaucoup sur la question de l'organisation du quotidien sur qui va mettre en place dans un groupe le fait de penser aux choses, de... Et finalement, assez souvent, je trouve que ce qui est difficile à dépasser, c'est ce concept de "Oui, mais il m'aide quoi il m'aide, il participe" et donc ça, moi, par exemple, je vais, j'enfin tout cas, je m'en contente pas, je me je m'en, je m'en contente pas parce que surtout quand je suis en entretien avec des couples, j'essaye de d'éclairer ce que ça veut dire comme position d'être dans une position où il y en a un qui "aide" l'autre. Voilà concrètement là, on n'est pas sur le champ de violence, pas vraiment, mais... Et pour autant j'ai pas l'impression que je sois pas centrée quand même sur leur vécu parce que c'est au centre de leurs préoccupations. Donc moi je me sens pas forcément tiraillée par contre ce que je sens c'est qu'il y a parfois des personnes pour qui ce que je peux leur renvoyer ça va pas forcément avec le moment. En particulier actuellement moi je dirais que j'ai je peux avoir certaines femmes qui viennent, plutôt csp Catégorie socio-professionnelle moyenne, Ou enfin tu vois, des enseignants, des assistantes sociales, Et qui viennent parce que bah oui, elles sentent bien qu'en fait, ça coince, c'est à dire qu'elles ont un boulot, elles ont des enfants, elles gèrent quand même beaucoup de choses, elles s'interdisent beaucoup de choses, elles se rendent compte qu'y a pas la complicité qu'elle voudraient, que finalement, la relation qu'elles ont, elle est très pauvre. Sans forcément qu'il y ait de violence et elles viennent souvent parce qu'elles ont plus de désirs. »

« Pour le coup t'as pas vraiment de solution, Enfin, à part lier une relation de confiance où tu vas pouvoir petit à petit amener la personne à voir sa vie et que ce soit elle en fait qui se rende compte. Mais après l'emprise, il y a aussi tout un champ émotionnel qui va faire appel à nos capacités à chacune, chacun de se détacher. Tu vois, il y a l'emprise, y a les questions de genre, il y a les questions d'égalité, mais je pense qu'il y a aussi des questions de structure de personnes. [...] Il me semble dans les

questions de violence et de d'emprise, il me semble qu'il y a aussi comprendre les mécanismes, les voir, les savoir, c'est pas suffisant. Pour moi, il y a comment on t'a aimé dans ta vie, comment t'as confiance en toi, comment tu peux croire en tes capacités de quitter quelqu'un, vivre seul? Est-ce qu'au final pour toi, c'est horrible de se dire que tu vas être seul et que tu préfères ... donc il y a beaucoup de choses qui se mélangent quand même. »

« Moi, j'ai l'impression que c'est pas incompatible parce que il me semble pour moi qu'avoir une approche centrée sur la personne, c'est l'amener à pouvoir avoir un regard critique aussi sur ce qu'elle dit, et être en mesure d'analyser ce qui est en train de se passer pour elle, et pour le coup de pouvoir lui renvoyer "Voilà bah ce qui est ce que ce qui se passe pour vous avez l'impression que c'est dur, qu'est-ce que vous ressentez?', de les aider aussi à se sentir légitime à ressentir ces sentiments d'inégalité, d'injustice parce que souvent elles vont dire, "je trouve que c'est pas juste ou comme ça", et donc ce "pas juste", de peut-être aller un petit peu plus loin : c'est pas juste, pourquoi? Et en même temps, qu'est ce qui fait que ce pas juste il soit rendu possible dans notre société en fait? »

« Moi, ce que je vois quand même, c'est qu'il y a beaucoup de femmes qui sont dans des relations assez pauvres en termes d'échange, en termes de compréhension, en termes de pouvoir se parler, se comprendre, se soutenir, et ça au bout d'un moment. Bah, qu'est-ce que tu fais que de ta vieille rancœur; et la sexualité, c'est un moyen de faire payer. Tu le privas, enfin à la fois t'as pas de désir mais t'as pas envie de faire plaisir à l'autre, tu le privas de quelque chose. C'est comme une espèce de monnaie d'échange, quoi. [...] j'essaye de travailler ça dans des entretiens, c'est pas toujours facile de conscientiser ça quand on est très loin. [...] Et après, sur la violence, voilà en tout cas. Je pense que quand on est conscientisé, quand on a une lecture des phénomènes qui sont féministes, je vois pas comment tu peux faire un travail de relation, d'aide sans s'appuyer là-dessus sans travailler avec ça. Enfin je vois pas comment c'est possible. Moi je ça me paraît très bizarre. [...] des fois je me dis, comment ça se fait qu'on puisse à la fois être engagé et s'en servir si peu dans sa relation d'aide, c'est-à-dire être frileuse en fait? Moi je sens beaucoup de frilosité, beaucoup de craintes, de se dire "oui, mais je..." Tu vois toute cette question de "oui, mais je veux pas entraver ses choix", ou "oui, mais je sais pas, sa culture..." ,voilà, et

du coup sous prétexte qu'on veut pas... On croit que c'est du jugement. Pour moi ça l'est pas, mais on le croit. C'est comme si on cautionnait quelque part inconsciemment, en fait de ne pas aller le relever. Pour moi, c'est comme si on pouvait l'accepter. Et quand je dis que c'est pas acceptable, moi je juge pas la personne en lui disant, « mais vous rendez compte, vous acceptez quelque chose qui est pas acceptable? » Je sais que cette personne, elle est dans un système aussi donc... Mais je me dis que notre travail, c'est d'aller bouger ça. Et tu vois, ça m'interroge aussi vachement sur du coup comment dans la formation de ccf, aller conscientiser ça parce que j'avais l'impression que... Pour beaucoup, c'est pas forcément un truc que j'ai réussi à faire passer quoi, à transmettre, c'est pas facile, [...] d'un point de vue pédagogique, c'est comment est-ce qu'on arrive à transmettre une posture d'écoute qui soit pas que... "Il y a que la personne qui fait le boulot", quoi »

**VINCENT :**

« Elle était venue pour discuter pendant une permanence au collège, elle avait 14 ans et elle m'expliquait qu'elle sortait avec quelqu'un qui avait 25 ans, comme ça, ouais c'est ça. Que tout allait bien, que tout allait bien, que ses parents étaient au courant, qu'il était très gentil avec elle, que si elle voulait pas avoir de sexualité, il y en avait pas qu'enfin, voilà qui la laissait libre d'enfin, elle ne sentait pas du tout cette différence d'âge, il ne faisait pas peser sur elle cette différence d'âge et cette inégalité qui pouvait y avoir entre les 2 quoi elle était. Elle se sentait heureuse dans cette relation. Ok ça marche et donc moi ça me fait bugger. Tout ça, c'est la première, si tu veux, et c'était pas la première fois que je voyais ce genre de situation, on en avait déjà vu d'autres ici. Et voilà la loi Dit, il faut signaler un truc comme ça, sauf que tu signales pour une gamine qui te dit mais non mais tout va bien pour moi. La loi dit, il faut signaler oui mais non, j'ai pas envie de signaler. Enfin tu vois, c'est ça ce truc là c'est espèce de paradoxe et de contradiction dans laquelle on se retrouve. Souvent avec la question du signalement. Oui, parfois enfin, voilà, être compliqué euh. Donc ça c'est les premières questions qui m'ont fait vraiment bugger sur la question du consentement. Et puis donc qui je suis pour dire à cette jeune fille dans ce n'est pas vrai ce que tu me dis là c'est faux. En fait tu ne t'en rends pas compte mais tu es sous emprise. Bah j'ai pas à dire ça. Et puis on est aussi une association féministe et que le féminisme là-dessus a peut être aussi une contradiction qui est protéger les personnes supposément plus vulnérables, Et dans le même temps, accompagner la liberté et

valoriser la liberté, et cetera. Après tout, t'as 14 ans, t'es peut être libre de choisir avec qui tu couches et avec qui... donc tu vois cette espèce de contradiction qui peut être presque je sais pas si j'ai pas les connaissances pour mais je me la pose comme ça qui pour moi un peu inhérente aussi à certains discours féministes quoi. C'est compliqué. Valoriser la liberté et en même temps contraindre certaines libertés ou empêcher certaines libertés? Je trouve ça compliqué. Bon ça, c'était la première truc qui me fait un peu bugger sur la question du consentement. Et l'autre truc qui me fait bugger, c'est cette, c'est l'histoire d'une jeune femme de 15 ans qui de mon point de vue, clairement, a vécu une situation de viol de la part d'un majeur en 25 ans en situation d'autorité puisqu'il était animateur dans le village vacances dans lequel elle était en séjour avec sa famille. Que bah clairement, Voilà, on lui a pas laissé le choix, lui a bien fait comprendre que si elle était montée dans la Chambre avec ce type-là c'était pour une seule et unique raison. Il a fait son affaire et puis des le lendemains, tu vois même pas. Enfin, elle n'existait plus, elle était redevenue invisible une fois qu'il avait tout ce qu'il voulait. Euh, et elle voilà, l'idée de mettre le vocable de viol, c'était bon, c'est pas possible parce que j'ai ma part de responsabilité, je suis monté, je crois qu'elle a ressenti un plaisir physique. Donc c'est compliqué je pense, quand c'est pas un schéma du couteau sous la gorge et de la douleur. Donc, voilà, ça c'est des 2 trucs qui m'ont fait bugger sur le consentement en disant Y a un truc qui va pas avec cette affaire là, c'est un truc qui déconne. Parce qu'elle me dit elle me dit avoir d'une certaine manière consenti, l'autre me disait consentante, mais y a un rapport de domination. Enfin, ce qu'un rapport autrement que de domination, je sais pas, on peut analyser ça comme ayant comme il y a un rapport de domination, mais elle me dit consentante. Est-ce qu'on peut consentir à sa domination? Oh là. Mon Dieu, c'est horrible, c'est trop compliqué dans ma tête, il faut que je pose tout ça par écrit, voilà. »

« Tu vois si je sens qu'on peut discuter tranquillement avec la personne, je leur demande de définir le consentement : « est-ce qu'est-ce que vous êtes amené, parfois, à consentir à des choses que vous ne voulez pas? », « oui, bien sûr, tous les jours ». « Ah d'accord, mais bon, qu'est-ce que vous en pensez du fait que ce soit le même mot pour ça, pour payer vos impôts parce que le consentement à l'impôt, hein et de la sexualité, c'est le même mot qu'on utilise. Et pour autant, ça recouvre pas les mêmes réalités quoi ? », et moi j'aime bien questionner aussi des filles qu'on accueille sur est-

ce qu'elles ont le sentiment que leur désir est comme celui d'un mec, « bah oui », « on va dire dans votre génération, qui est-ce qui fait le premier pas, qui est-ce qui initie la sexualité, est ce que ça reste encore une prérogative masculine ou est-ce que vous avez le sentiment que les choses ont tendance un petit peu à glisser que c'est aussi bien les femmes que les hommes? », « Ah bah non, ça va être encore majoritaire dans les hommes ». « Ah d'accord, donc ça veut dire que vous êtes en position de dire OK ou pas? » « Ok ». « Donc vous êtes en position de consentir et si vous étiez amené à exprimer trop rapidement, trop facilement votre désir parce que vous en avez envie, c'est quoi les conséquences pour vous? » « Ah bah non, mais je passerai pour une pute. » « Ah oui, grosse contrainte ça quand même, vous allez passer pour une pute ou je sais pas quoi donc vous restreignez votre désir ! »

« Pour ne plus bugger sur la contradiction entre l'approche centrée sur la personne et l'approche féministe, où il peut y avoir une contradiction, Ben moi je la résous en entendant ce que dit la personne, en accueillant, en acceptant et cetera. C'est ta vie. Ok mais voilà ce que... on peut penser autrement, maintenant, libre à vous de d'en prendre, de prendre ou pas, on n'impose pas, on propose tu vois, on propose un autre, une autre pensée sur la situation de la personne, un autre regard sur la situation de la personne. Et j'ai pas le sentiment que ça fasse violence pour le coup, que ce soit compliqué à entendre. C'est à la personne de faire son choix quoi. Peut-être que l'approche centrée sur la personne est une approche très confortable qui empêche de bousculer l'autre et qui empêche, et qu'enfin qui empêche tout un tas de choses quoi en fait, hein? Sous prétexte de bienveillance, tu restes parfois dans une espèce de statu quo parce que tu veux pas bousculer l'autre parce que t'as peur d'être violent avec l'autre. Enfin bref, il y a peut-être une chose à questionner aussi autour de ce truc là, quoi je suppose »

« J'aime bien le mot coercition. Moi ouais, moi je trouve qu'il est vraiment intéressant mais il est bon, il est pas toujours simple à définir, c'est pas un mot qu'on utilise au quotidien, hein le mot concession, mais je trouve qu'il existe quand même super intéressant à utiliser. Moi mon approche, ça a été de dire bon, OK, on est dans une société patriarcale. J'ai le pouvoir avec un grand p. Les femmes ne l'ont pas ou l'ont moins ou voilà. Donc les femmes sont en situation de domination, d'être dominé. Que vaut le consentement des dominées ? C'était ça, c'est que vaut le consentement des dominées ?

« Cette question du consentement, est-ce que le consentement, c'est du contrat ou est-ce que le consentement, c'est de l'envie, du désir, c'est une impulsion. C'est ça la personne, c'est ça, est-ce que ça vient de la personne ou pas, ou... Dans l'état actuel des choses, le consentement, c'est simplement une acceptation, c'est dire « OK » c'est dire « j'accepte », c'est pas la même chose. Accepter et vouloir c'est pas la même chose donc pour moi c'est pour ça que le consentement c'est piégeux d'en faire l'alpha et l'oméga de la bonne sexualité, pour moi c'est un piège. On peut pas s'arrêter là et donc dans une perspective féministe tant qu'il y aura pas une réelle égalité de la légitimité des désirs [...] on se contentera en fait, [...] je mets des gros guillemets, la seule marge de manœuvre des femmes, c'est céder ou consentir, la marge de manœuvre des hommes, c'est consentir ou désirer. »

« Après, je raconte une histoire, toujours l'histoire de la soirée où je bouscule intentionnellement et ou et la fois où je bouscule non intentionnellement, donc en fait, c'est l'histoire de faire comprendre que c'est pas le ressenti qui va définir la violence mais c'est l'intentionnalité qui va définir la violence, enfin de notre point de vue, c'est l'intentionnalité qui va définir la violence, pourquoi, parce qu'alors Si on n'est que sur le ressenti, on zappe quand même l'auteur et si on zappe l'auteur dans la dynamique, en n'étant que sur le ressenti, en fait, tu fais que la moitié du taf quoi, et quand même c'est parce qu'y a quelqu'un qui est 100 % responsable de d'actes qui l'a commis qu'y a de la violence. Enfin oui, de mon point de vue c'est comme ça se passe et c'est aussi pour contrebalancer quelque chose qui m'agace, un tout petit peu dans ce que je peux voir dans certains milieux militants, c'est cette encore une fois cette. Mise aux nues du ressenti, comme étant seule et unique vérité. Enfin voilà, puis après, mais on est sur des questions presque philosophiques, de "Il y a plus d'y a plus de vérité objective. Y a que la vérité subjective" et j'ai un petit peu de mal avec cette approche postmoderne des choses.[...] Voilà, j'ai un petit peu de mal avec cette approche là, mais donc c'est encore une fois dans un rapport à la vérité qui pose souci. J'ai tendance à penser qu'il y a encore des vérités objectives et que la définition qu'on propose permet l'objectivation de la situation de violence et que, dans la façon dont je raconte mon histoire de la personne qui se fait bousculer et cetera, après je demande aussi systématiquement si la bousculade non intentionnelle a des conséquences sur la relation. Bah non, ça n'a pas de conséquences sur la relation. L'autre oui, y a des conséquences. Donc voilà, on part dans une autre dynamique de relation quand il y a

de la violence, donc voilà. C'est pour ça que moi j'aime bien quand même rappeler la question de l'intentionnalité dans la violence. Bien sûr que si je bouscule quelqu'un que cette personne tombe, qu'elle se rompt la colonne vertébrale et qu'elle finit en fauteuil bon bah voilà bien sûr, ça c'est bien sûr que ça va changer quelque chose dans la relation, mais pas là-dessus. Le droit, il est clair, il y a l'homicide sans intention de la donner et l'homicide avec préméditation avec intention de la donnée, le droit est clair là-dessus. Les 2 sont punis par la loi mais pas avec la même peine quoi donc y a bien quand même un truc de la question de l'intention qui doit rester premier, quoi, dans la façon de définir la nuance de mon point de vue. »

## QUATRIÈME DE COUVERTURE

Comment concilier l'approche centrée sur la personne et l'analyse féministe des violences pour accompagner les personnes victimes vers l'émancipation en tant que conseillère conjugale et familiale en fin de formation ? Comment peut-on aider les personnes à reconnaître les facteurs de genre qui contribuent aux violences qu'elles subissent, tout en respectant leur propre rythme et leurs choix en matière de sécurité et de bien-être ? Quels sont les outils et les compétences nécessaires pour intégrer ces deux approches dans la pratique professionnelle et pour aider les personnes à développer leur pouvoir d'agir et leur autonomie ?

Pour concilier ces deux approches de manière cohérente et équilibrée, j'ai décidé de m'appuyer sur des entretiens avec des professionnelles du domaine, dont des formatrices au conseil conjugal et familial ayant une approche féministe.

La première partie sera consacrée à la présentation de l'approche centrée sur la personne et de l'analyse féministe des violences. Je mettrai en évidence la tension qui peut exister entre elles.

Dans la deuxième partie, je présenterai les résultats de mes entretiens avec des professionnelles expérimenté.es en matière de violences, qui auront pour objectif de répondre aux questions suivantes : Comment concilier ces deux approches pour accompagner les personnes victimes vers l'émancipation ? Quels sont les outils et les compétences nécessaires pour intégrer ces deux approches dans la pratique professionnelle ? Comment peut-on aider les personnes à reconnaître les facteurs de genre qui contribuent aux violences qu'elles subissent, tout en respectant leur propre rythme et leurs choix en matière de sécurité et de bien-être ?

Enfin, dans la troisième partie, je vais utiliser les enseignements de ces entretiens pour adapter ma propre pratique professionnelle, pour accompagner les personnes dans leur cheminement vers l'émancipation tout en prenant en compte les dimensions structurelles et systémiques des violences.