

## Fiche pratique psychosociale

### La violence

Formation faite pour l'équipe d'EnFaNCE Foundation, partenaire d'Inter Aide à Manille, Philippines

#### Notice

Type de document	Fiche pratique psychosocial
Titre du document	La violence, formation faite pour l'équipe d'EnFaNCE Foundation, partenaire d'Inter Aide en juillet 2012 à Manille, Philippines
Catégorie	SOCIAL - Accompagnement familial
Pays, Ville	Manille, Philippines
ONG Nord	Inter Aide <a href="http://www.interaide.org">http://www.interaide.org</a>
ONG Sud	EnFaNCE Foundation Inc. <a href="http://enfancefoundation.webs.com/">http://enfancefoundation.webs.com/</a>
Date du document	20 septembre 2012 – revu 27.11.12 – relu 17.1.2013
Auteur(s)	Anne Carpentier, psychopraticienne - Appui technique social, Inter Aide ; Réseau Pratiques <i>Certains contenus de la présente fiche ne reflètent que l'avis de l'auteur.</i>
Traduction	Anglaise, à venir
Relecture	Claire Saint-Girons, janvier 2013
Mots clés	Accompagnement familial – social – psychosocial – formation – violence – programme urbain – Manille Philippines – EnFaNCE Foundation Inc.
Résumé	<p>Cette formation (préparée en français et délivrée en anglais) a été réalisée en juillet 2012 à Manille, à la demande de l'équipe d'accompagnement social d'EnFaNCE Foundation, partenaire d'Inter Aide à Manille, pour répondre à leurs questions très pertinentes :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Qu'est-ce que la violence ?</li> <li>- Quelles sont les racines de la violence ?</li> <li>- Quels facteurs enclenchent la violence ?</li> <li>- Peut-on stopper la violence ? Comment ? Pourquoi est-ce si difficile ?</li> <li>- Crier sur les enfants, les fesser, est-ce de la violence ?</li> <li>- Se moquer, est-ce violent ?</li> <li>- Comment aider les familles ?</li> </ul> <p>Tout en proposant des réponses à ces questions, cette fiche donne de la violence une image plus globale, replaçant l'individu dans son milieu de vie, pour illustrer que l'acte violent survient en contact avec un environnement violent ou ressenti comme tel : soit l'environnement actuel de la personne, soit son environnement d'autrefois — l'environnement familial de son enfance, par exemple, dans le cas d'une personne qui a été maltraitée — que la personne projette sur l'environnement présent.</p>

#### AVIS IMPORTANT

Les fiches et récits d'expériences « Pratiques » sont diffusés dans le cadre du réseau d'échanges d'idées et de méthodes entre les ONG signataires de la « charte Inter Aide ».

Il est important de souligner que ces fiches ne sont pas normatives et ne prétendent en aucun cas « dire ce qu'il faudrait faire »; elles se contentent de présenter des expériences qui ont donné des résultats intéressants dans le contexte où elles ont été menées. Les auteurs de « Pratiques » ne voient aucun inconvénient, au contraire, à ce que ces fiches soient reproduites **à la condition expresse que les informations qu'elles contiennent, soient données intégralement y compris cet avis.** Si elles sont citées, **la source (Réseau Pratiques) et les auteurs doivent être mentionnés intégralement.**

Septembre 2012 – Mâj 01-2013 1



Réseau PRATIQUES

Partages d'expériences et de méthodes pour améliorer les pratiques de développement

<http://www.interaide.org/pratiques>

## Table des matières

<b>Préambule</b> .....	<b>3</b>
<b>1. Quelques définitions :</b> .....	<b>3</b>
Paradoxe : la violence diminue mais elle est surmédiatisée.....	6
<b>2. Les différents types de violence</b> .....	<b>6</b>
Violence physique.....	6
La violence psychologique.....	7
La violence retournée contre soi.....	7
La violence criminelle.....	8
La violence familiale.....	9
La violence éducative.....	11
La violence rituelle .....	12
La violence dans le couple .....	13
Violence sexuelle .....	14
La violence sanitaire, sociale et économique .....	16
La violence de l'argent .....	16
La violence scolaire .....	17
La violence au travail .....	18
Violence d'état, violence politique.....	18
La violence médiatique et télévisuelle .....	19
La violence alimentaire .....	20
Une nouvelle forme de violence ? La violence écologique.....	22
<b>3. La violence et l'enfant</b> .....	<b>24</b>
La violence sur l'enfant .....	26
L'enfant violent.....	27
Les effets de la maltraitance sur l'enfant, adulte en devenir .....	29
<b>4. Violence familiale et précarité ?</b> .....	<b>31</b>
<b>5. Pour conclure avec espoir : prévenir la violence</b> .....	<b>33</b>
Dialogue, Education et Communication Non-Violente (CNV).....	33
Accompagnement thérapeutique.....	35
Une politique sociale.....	36
Législation : la loi, le droit .....	36
<b>Sources &amp; Bibliographie</b> .....	<b>37</b>
Annexe 1 : Critères de la manipulation.....	38
Annexe 2: "power & control wheel".....	39
Annexe 3 : Comment réussir sa scène de ménage ?.....	40



## Préambule

*Cette formation (préparée en français et délivrée en anglais) a été réalisée en juillet 2012 à Manille, à la demande de l'équipe d'accompagnement social d'EnFaNCE Foundation, partenaire d'Inter Aide à Manille, pour répondre à leurs questions très pertinentes :*

- *Qu'est-ce que la violence ?*
- *Quelles sont les racines de la violence ?*
- *Quels facteurs enclenchent la violence ?*
- *Peut-on stopper la violence ? Comment ? Pourquoi est-ce si difficile ?*
- *Crier sur les enfants, les fesser, est-ce de la violence ?*
- *Se moquer, est-ce violent ?*
- *Comment aider les familles ?*

*Tout en proposant des réponses à ces questions, j'ai voulu donner de la violence une image plus globale, replaçant l'individu dans son milieu de vie, pour illustrer que **l'acte violent survient toujours dans le contact avec un environnement violent ou ressenti comme tel** : soit l'environnement actuel de la personne (son environnement social, familial, professionnel...), soit son environnement d'autrefois — l'environnement familial de son enfance, par exemple, dans le cas d'une personne qui a été maltraitée — que la personne projette sur l'environnement présent.*

## 1. Quelques définitions :

### Ce que la violence est :

Selon la définition du dictionnaire *Petit Robert*, la violence est un « abus de force sur quelqu'un (ou sur soi-même) pour le faire agir contre son gré en employant la force ou l'intimidation ».

Pour la philosophe Blandine Kriegel, la violence est « la force déréglée qui porte atteinte à l'intégrité physique ou psychique pour mettre en cause dans un but de domination ou de destruction l'humanité de l'individu »<sup>1</sup>. La violence est ainsi souvent opposée à un usage contrôlé, légitime et mesuré de la force.

**Il y a différentes formes de violence:** il y a la violence physique, la violence des gestes, des mots, des regards, des silences. Il y a la violence sociale, au travail, sur la route, la violence éducative, la violence de l'injustice sociale...

Il y a une violence objective, c'est celle dont parle la loi : nul n'a le droit de porter atteinte à l'autre.

Et il y a une violence subjective, c'est-à-dire qui a trait au sujet qui ressent : ce qui va être perçu comme violent par l'un ne va pas forcément être considéré comme violent par l'autre.

Ce qui peut nous violenter:

- sentiment de ne pas être reconnu
- sentiment d'injustice (qui me fait sentir que je n'ai pas la même valeur que l'autre)
- l'envie (renvoie au sentiment de manque : les autres ont quelque chose que je n'ai pas, je ne suis donc pas pareil, pas égal, pas entier).

Ces sentiments vont provoquer un ressenti de violence à l'intérieur de nous, et pourront générer des comportements violents que l'on va utiliser pour se défendre contre ce sentiment intérieur. A Maputo,

<sup>1</sup> Blandine Kriegel. *La violence à la télévision. Rapport de la Mission d'évaluation, d'analyse et de propositions relative aux représentations violentes à la télévision*, Ministère de la Culture et de la Communication, France <http://www.culture.gouv.fr/culture/actualites/communiq/aillagon/rapportBK.pdf>



les adolescents accompagnés par les programmes éducatifs d'ESSOR citent les *téléromans* brésiliennes qui passent à la télé mozambicaine parmi les sources de violence, et ils ont raison : par la violence (y compris la violence des rapports humains) que les séries télévisées dépeignent, et par l'envie qu'elles peuvent susciter en montrant la richesse matérielle des autres citoyens du monde (ce confort auxquels les autres ont droit m'est refusé, comme si je valais moins qu'eux, comme si on me traitait comme un moins que rien), elles peuvent en effet susciter des comportements violents.

Dans la violence l'autre n'est plus reconnu comme un autre être humain, dans son altérité et son humanité, il est considéré comme un objet, une chose. La violence, « c'est la déshumanisation de l'autre. On dit que c'est des vermines, des pestes, des rats, on en fait des animaux. Il faut comprendre ces causes pour mieux lutter contre » (Mathieu Ricard<sup>2</sup>).

Il y a violence lorsqu'il y a coupure du lien entre soi et l'autre, perte de contact. Quant il y a volonté d'élimination de l'autre (au propre ou au figuré). Quand on ne prend plus l'autre en compte, en considération. (Elisabeth Leblanc<sup>3</sup>). La violence c'est l'exclusion du champ de la dignité et de l'existence humaine (Patrick Viveret<sup>4</sup>).

« Celui qui entre dans le système de la violence est un être qui se sent menacé et pour qui tout ce qui est extérieur est vu comme menaçant depuis longtemps. La violence, c'est la dernière étape après un long crescendo de mécontentements exprimés ou non par l'individu : cela est vrai des chômeurs, comme des délaissés des banlieues, comme des amoureux déçus, comme des adolescents sans avenir ». (Christiane OLIVIER, *L'ogre intérieur, De la violence personnelle et familiale*, Fayard 1998).

### **Ce qu'elle n'est pas :**

#### **Colère**

Dans notre culture judéo-chrétienne où la colère fait partie des péchés capitaux, cette émotion est souvent confondue à tort à la violence (d'ailleurs la traduction française de certains péchés capitaux est questionnable : en anglais le terme utilisé n'est pas la « simple » colère (anger) mais *wrath* qui évoque la rage, la fureur...<sup>5</sup>).

**Mais la colère n'est pas la violence.** La colère est une émotion humaine fondamentale, dite « de base » (avec la tristesse, la joie, la peur — auxquelles certains auteurs rajoutent la surprise, le dégoût, la honte<sup>6</sup> — l'amour restant à part, bien sûr !<sup>7</sup>). Les autres émotions — nostalgie, découragement, jalousie, mépris, haine ... — sont dites secondaires ou « mixtes » car elles sont formées par un mélange d'émotions de base.

Selon Darwin, ces émotions de base sont innées, universelles (indépendantes des cultures et de l'éducation) et communicatives : elles visent à communiquer un état intérieur vers l'extérieur (émotion du latin *ex movere* : mettre en mouvement vers l'extérieur).

Le message que la colère permet de transmettre est « attention, tu as attaqué mon territoire (mon intégrité...), je suis prêt(e) à riposter si tu vas plus loin ».

<sup>2</sup> [http://www.huffingtonpost.fr/2013/09/21/plaidoyer-pour-laltruisme-matthieu-ricard-interview\\_n\\_3954284.html](http://www.huffingtonpost.fr/2013/09/21/plaidoyer-pour-laltruisme-matthieu-ricard-interview_n_3954284.html)

<sup>3</sup> *Rencontrer, traverser, dépasser la violence*, conférence d'Élisabeth Leblanc, psychologue clinicienne, Psychologue clinicienne Psycho-analyste jungienne, directrice de l'école Savoir Psy, <http://www.savoirpsy.com/> à *La Traversée*, 25 septembre 2008

<sup>4</sup> Patrick Viveret, La sobriété heureuse, conférence à l'Université de Tous les Savoirs [http://www.canal-u.tv/video/universite\\_de\\_tous\\_les\\_savoirs/la\\_sobriete\\_heureuse\\_patrick\\_viveret.4767](http://www.canal-u.tv/video/universite_de_tous_les_savoirs/la_sobriete_heureuse_patrick_viveret.4767)

<sup>5</sup> De même que « gluttony » est utilisé, par opposition au terme plus mièvre de gourmandise, et « sloth » (plus proche de léthargie) pour paresse (Thomas d'Aquin utilisait le terme acédie qui signifie la paresse morale, spirituelle).

<sup>6</sup> *Les sources de la honte*, Vincent de Gauléjac Desclée de Brouwer, Paris, 1996, réédition 2002.

Sur la honte, voir aussi un résumé d'une conférence de V. de Gauléjac : <http://anne-lidia-carpentier.perso.sfr.fr/data/uploads/la-honte-gaulejac-pour-lettre-apsos-15.pdf>

<sup>7</sup> *La force des émotions*, François Lelord & Christophe André, Ed. Odile Jacob 2001



**La colère est donc un message adressé à l'autre, reconnu dans son altérité. C'est ce qui la différencie fondamentalement de la violence, où l'autre n'est plus reconnu dans son altérité et son humanité.**

La colère est en quelque sorte un coup de semonce, un message dont le but est d'intimider un adversaire sans lui porter de dégâts physiques. La colère est donc une émotion très utile, qui peut même permettre d'éviter la violence.

Une colère violente n'est déjà pas la même chose qu'une colère : c'est une colère qui se manifeste par des comportements violents... Ce qui peut transformer une colère en colère violente, c'est le fait de ne pas se sentir écouté, de ne pas être entendu dans sa demande : « n'outrepasse pas mes limites, sinon je serais obligé d'attaquer (et donc de recourir à une forme de violence) ».

### **Agressivité**

Pour l'éthologie (étude du comportement des différentes espèces animales) l'**agressivité** se comprend comme un instinct, pouvant se rapporter à :

- l'instinct de survie quand elle permet de se défendre ;
- l'instinct de reproduction suscitant la concurrence entre mâles ;
- l'instinct parental, lorsqu'un animal protège ses descendants.

**L'agressivité vue ainsi a donc, à visée positive d'autoconservation de soi, de sa progéniture, de l'espèce — tandis que l'agression est l'action d'attaquer, de provoquer.**

L'éthologie a mis en avant l'agressivité chez toute espèce animale comme facteur positif de sa conservation : comme un élément vital, une énergie vitale — à l'opposé donc de la pulsion de mort de la théorie freudienne.

Dans les sociétés humaines, cette agressivité ne doit cependant pas être comprise comme une priorité donnée à la violence ni même aux tensions latentes des rapports de force. Il s'agit davantage d'une énergie dont les diverses cultures optimisent les formes d'expression (on peut ainsi considérer les sports collectifs comme des « rites » permettant à une agressivité saine de s'exprimer dans un cadre strict — les règles du jeu et l'arbitrage — excluant la violence... ce que certains *hooligans* n'ont toujours pas compris...).

Bien avant les travaux des éthologues, Frederick Perls, psychiatre et psychanalyste allemand, fondateur de la Gestalt-thérapie, avait déjà compris et analysé l'agressivité comme une énergie vitale dans son premier livre publié en 1942<sup>8</sup>. La Gestalt-thérapie parle ainsi d'agressivité saine, donnant à l'individu l'énergie de prendre dans son environnement ce dont il a besoin pour survivre (se nourrir...) — le terme agressivité étant alors plus proche de son étymologie latine *ad gressere* : aller vers (que l'on retrouve dans progresser : aller de l'avant).

Dans les sociétés humaines, les attitudes ou les gestes agressifs sont plus ou moins tolérés par les codes sociaux et leurs conséquences sont très variables d'une société à l'autre, d'un groupe social à l'autre et selon les époques.

Dans le langage commun, le terme « agressivité » est souvent utilisé pour désigner une violence physique ou verbale manifestée avec une intention hostile. Sans hostilité, l'agressivité n'a plus de caractère violent, comme dans une « joute amoureuse » d'amants passionnés ou un débat intellectuel de haute intensité. (Par contraste, une querelle caractérisée par une hostilité manifeste aura recours à de la violence verbale). De même, l'agressivité dans l'action constructive est appelée « dynamisme ».

<sup>8</sup> *Le moi, la faim et l'agressivité*, Frederick Salomon Perls, Tchou 1978 pour la traduction française, *Ego, Hunger and Aggression: A Revision of Freud's Theory and Method* publié en allemand en 1942 en Afrique du Sud où Perls avait émigré, fuyant l'Allemagne nazie.



**Chez l'enfant**, la **réaction d'opposition** à l'entourage, qu'on qualifie parfois d'agressivité, est une composante **normale** de la croissance psychique, affective, relationnelle et comportementale du petit enfant. L'enfant qui veut obtenir un objet ou exprimer un mécontentement, agresse ses parents, jette son jouet par terre... Il ne le fait pas pour faire du mal. Ce comportement lui permet de préciser ses sentiments, de se faire comprendre et de tester son environnement : mon environnement (familial, éducatif) peut-il répondre à mes besoins ? Me protéger ? (voir § 3). Et de sortir de la dépendance pour grandir...

Enfin, l'**autorité** est l'action de se faire entendre **sans contrainte**.

### **Paradoxe : la violence diminue mais elle est surmédiatisée**

Alors que la violence n'a cessé de diminuer, elle est aujourd'hui surmédiatisée, et cela donne l'impression de vivre dans un monde de plus en plus violent. Mais c'est faux, montre Mathieu Ricard dans son *Plaidoyer pour l'altruisme* (Nil 2013):

« Il y a aussi des forces qui créent une fausse idée de la réalité. Il suffit de regarder les actualités, il y a de la violence partout, la Syrie, le Soudan, les kalachnikovs à Marseille... Or c'est complètement faux.<sup>10</sup>

La violence n'a cessé de diminuer au cours de l'Histoire. En Angleterre au XIV<sup>e</sup> siècle, il y avait 100 homicides par an pour 100 000 habitants, maintenant c'est 0,7. En Europe, le taux a baissé de 100 à 50 fois par rapport à il y a trois siècles. Le nombre moyen de victimes par conflit dans le monde était de 30 000 en 1950. Il est de 900 aujourd'hui. Alors bien sûr qu'il y a encore des conflits, mais si vous prenez l'ensemble global ça a diminué. La violence contre les enfants a diminué, la violence contre les femmes a diminué. Certes, il y a encore beaucoup à faire, mais beaucoup a déjà été fait »<sup>11</sup>.

## **2. Les différents types de violence**

Lorsque l'on parle de « violence » on pense habituellement à la violence physique, la violence psychologique, et la violence criminelle. Mais les domaines de manifestation de la violence sont bien plus nombreux...

### **Violence physique**

La violence physique peut être définie comme un acte porté à autrui avec (ou sans) l'intention, perçue ou non, de provoquer une souffrance et/ou une blessure physique.

Il y a une violence objective, c'est celle dont parle la loi : nul n'a le droit de porter atteinte à l'autre.

La violence physique est **toujours aussi** une **violence psychologique** : la violence physique comporte toujours une dimension psychologique. La victime d'un dommage ou d'une agression fait, en même temps, l'expérience douloureuse de sa fragilité, voire de son humiliation ou de son impuissance.

<sup>9</sup> Magazine Cerveau & Psycho, l'essentiel « *Les Racines de la violence* », nov. 2011 – janv.2012, p. 38 *L'enfant violent*

<sup>10</sup> Quel est l'intérêt à surmédiatiser ainsi la violence ?... A qui cela peut-il profiter ? Une étude a montré qu'après avoir visionné des images violentes, le cerveau retiendrait mieux des images douces et/ou joyeuses... telles que celles que propose la publicité après le journal télévisé... **Sources** (Mais d'autres études montrent le contraire ! [http://www.scienceshumaines.com/pub-et-violence-ne-font-pas-bon-menage\\_fr\\_11015.html](http://www.scienceshumaines.com/pub-et-violence-ne-font-pas-bon-menage_fr_11015.html))

<sup>11</sup> [http://www.huffingtonpost.fr/2013/09/21/plaidoyer-pour-laltruisme-mathieu-ricard-interview\\_n\\_3954284.html](http://www.huffingtonpost.fr/2013/09/21/plaidoyer-pour-laltruisme-mathieu-ricard-interview_n_3954284.html)



Par exemple, dans la « **violence éducative ordinaire** », un parent va donner une fessée à son enfant « pour son bien, pour lui apprendre les limites » : il utilise la violence dans un but de domination, il a donc bien l'intention, perçue, consciente, de provoquer une souffrance physique. Il n'a pas forcément l'intention de provoquer une souffrance psychique à son enfant en l'humiliant : pourtant, une fessée est toujours ressentie de façon humiliante. Dans la très grande majorité des cas, néanmoins, l'intention d'infliger une souffrance psychique est présente, bien qu'elle puisse être non-consciente.

Pour Alice Miller<sup>12</sup>, frapper un enfant c'est :

1. perpétuer la vieille conviction que la violence est un moyen légitime pour résoudre les conflits
2. légitimer dans le cœur des jeunes adultes de demain l'usage de la force pour contraindre l'autre de se soumettre
3. entretenir la vieille illusion que l'on peut obtenir le bien en faisant le mal
4. faire admettre que si l'on n'arrive pas à s'entendre, à se faire entendre, on peut utiliser la violence et taper sur l'autre...

Enfin, l'enfant comprendra que pour « passer ses nerfs » on peut violenter l'autre... Les enfants ont besoin de **limites**, mais pas de violence.

## La violence psychologique

La cruauté mentale, les insultes, les moqueries dévalorisantes ou insultantes, la non-reconnaissance, la culpabilisation, la dévalorisation, le dénigrement systématique, la manipulation... (*voir en annexe 1 les critères proposés par Isabelle Nazare-Aga pour repérer la manipulation*).

Et comme on vient de le voir, la violence physique, en atteignant la personne dans son intégrité, inflige également une souffrance psychologique.

## La violence retournée contre soi

C'est une violence que l'on peut se faire à soi-même: conduites à risques et conduites addictives sont des recherches de sensations fortes : ce sont des moyens utilisés pour se sentir vivant, parce qu'il y a un endroit en soi où on n'est pas sûr d'être vivant. (Elisabeth Leblanc, *cf. sources*)

Automutilation, addictions, anorexie, boulimie... mais aussi le sport à outrance, sont autant de formes que la violence peut prendre lorsqu'on la retourne contre soi...

Le recours *répété* à la chirurgie esthétique, en dehors de besoins médicaux ou de chirurgie de reconstruction, peut aussi être considéré comme une forme d'automutilation : mon corps est une *chose* que je façonne, fait couper et découper, casser et reconstruire pour le faire ressembler à celui d'une *poupée*, le conformer à des canons esthétiques inhumains — les photos des modèles des magazines étant toutes retouchées, peau lissée, jambes allongées... — contrainte esthétique sociale qui finit par être introjectée (intériorisée) par beaucoup de femmes, mais aussi par des hommes. Il est assez probable que l'ont retrouve dans le passé de ces personnes, un adulte, un parent dont ils ont été le *jouet*, quelqu'un qui maltraité leur corps, qui les a traités comme une *chose*.

Cette contrainte intérieure joue aussi dans les troubles du comportement alimentaire, anorexie, boulimie-vomisseuse.

La forme ultime de la violence retournée contre soi est le suicide.

« Le suicide contient donc, selon moi, ce qui caractérise la violence en psychopathologie : ce n'est pas un choix, mais **une contrainte** qui s'impose à un moment donné à un sujet qui ne trouve plus d'autre issue à ce qu'il ressent comme une menace sur lui-même, sur son identité. » Philippe Jeammet, Sciences Humaines<sup>13</sup>.

<sup>12</sup> <http://www.alice-miller.com/>

<sup>13</sup> [http://www.scienceshumaines.com/rencontre-avec-philippe-jeammet-le-suicide-des-jeunes-comme-affirmation-de-soi\\_fr\\_13744.html](http://www.scienceshumaines.com/rencontre-avec-philippe-jeammet-le-suicide-des-jeunes-comme-affirmation-de-soi_fr_13744.html) Sciences Humaines, Hors-série N° 47 - Décembre 2004 / Janvier - février 2005



Toutefois, on peut aussi regarder ces comportements comme des tentatives de se soigner par automédication, des tentatives de soulager la souffrance et l'angoisse<sup>14</sup> : « tout symptôme est une tentative d'auto-guérison » (Joyce MacDougall, *Plaidoyer pour une certaine anormalité* NRF Gallimard 1978). L'automutilation est une manière paradoxale de se sentir exister, de même que paradoxalement, le suicide peut être vu comme une manière de reprendre sa vie en main (dans le cas d'une personne victime d'emprise perverse, par exemple, qui se libère de l'emprise par le suicide).

Dans les cas du suicide, la souffrance est perçue comme tellement intriquée à la vie, que la seule manière de stopper la souffrance semble être de stopper la vie... La force de vie retournée contre soi, ou contre la souffrance en soi, si intriquée à la vie...

Dans le suicide (mais aussi l'anorexie, l'automutilation...), le message pourrait être « regarde comment je maltraite ce corps que tu m'as donné, cette vie que tu m'as donnée, et que tu crois t'appartenir... »).

Le suicide peut aussi constituer une violence faite à l'entourage, aux parents, aux enfants, à la famille — violence qui vient en réponse à une violence qui a été subie, ressentie, reçue en héritage.

Certains suicides comportent une forme particulière de violence, infligée à ceux qui découvriront le corps... Certains parents se suicident en sachant que ce sont leurs jeunes enfants qui découvriront leur corps, ultime violence... (voir à ce sujet l'excellente conférence de Xavier Pommereau sur le suicide<sup>15</sup>).

« Quand tout vous échappe, il reste toujours quelque chose de possible : se faire du mal. Avoir du plaisir, réussir, vouloir vivre, c'est aléatoire et cela nous rend dépendants des autres. Pour détruire, en revanche, on est sûr d'être le plus fort. Mais à quel prix ? Sur le moment, il y a un sentiment de revanche et de puissance à l'idée de pouvoir se faire du mal. C'est ce qui rend compte de cette propension, à l'adolescence mais pas seulement, à recourir à la tentative de suicide, mais aussi à toute forme d'auto-sabotage ou d'attaque de soi que sont les scarifications, les automutilations, les prises de risques inconsidérées, la fascination de l'échec, le refus d'apprendre ou de se confronter aux autres. Dans le refus, dans l'échec, dans la destruction, on retrouve une maîtrise. Et cela agit comme une drogue dans l'esprit de beaucoup de jeunes, en particulier les plus sensibles à la déception et les plus affectés par ce sentiment d'impuissance. Les jeunes pleins d'ambitions, d'envie de se réaliser, d'appétit de vivre s'avèrent en effet les plus candidats au recours à l'autodestruction ou à la destruction en général. Ceux qui sont suffisamment sûrs d'eux, relativement indifférents ou moins sensibles, réagissent moins » Philippe Jeamment (*ibidem*).

## La violence criminelle

Le crime, spontané ou organisé, peut avoir des causes sociales, économiques, ou psychologiques (psychopathes...). Cette forme de violence est selon certains auteurs l'envers d'une violence étatique et/ou symbolique.

### Les quatre causes majeures identifiées comme favorisant la violence criminelle<sup>16</sup>

- l'urbanisme (qui est du ressort du politique)
- les conflits (violence institutionnelle, structurelle, systémique, au travail, interpersonnelle...)
- la pauvreté (violence économique),
- les inégalités (sociales, économiques, religieuses, culturelles...).

<sup>14</sup> Voir aussi la fiche sur « Les addictions », Anne Carpentier, en ligne sur Pratiques <http://www.interaide.org/pratiques/content/les-addictions>

<sup>15</sup> [http://www.canal-u.tv/video/universite\\_bordeaux\\_segalen\\_dcam/le\\_suicide.1854](http://www.canal-u.tv/video/universite_bordeaux_segalen_dcam/le_suicide.1854)

<sup>16</sup> Rapport international sur la prévention de la criminalité et la sécurité quotidienne, <http://www.crime-prevention-intl.org/fr/publications/report/report/article/rapport-international-2012-sur-la-prevention-de-la-criminalite-et-la-securite-quotidienne.html> cité par le magazine Cerveau & Psycho, l'essentiel « Les Racines de la violence »



Des recherches montrent que l'environnement physique contribue également à favoriser la violence : bruit, la chaleur et la densité humaine (surpopulation) influe sur la violence des comportements<sup>17</sup>.

**Ainsi les bidonvilles, slums, « squatters areas » ou « bas quartiers » où les programmes urbains d'Inter Aide interviennent cumulent tous les risques de violence.**

Mais il est plus facile pour les politiques de placer la source de la violence dans l'individu, que de se remettre en cause...

## La violence familiale

« La violence peut être définie comme un acte porté à autrui avec [ou sans] l'intention, perçue ou non, de provoquer une souffrance [psychique] et/ou une blessure physique. Cette violence devient abusive, c'est-à-dire maltraitance, lorsque la probabilité de provoquer une blessure est élevée. Les maltraitements familiaux — violences physiques, négligences éducatives, abus sexuels, cruauté mentale... — sont provoqués par un ou plusieurs adultes (bien souvent, les parents ou les grands-parents) sur un enfant et occasionnent de graves conséquences sur son développement physique et psychologique. Ces manifestations de violence sont plus ou moins identifiables selon qu'elles s'expriment sous la forme d'actes directs (brutalités physiques, agressions sexuelles, cruauté psychologique) ou indirects (négligence, abandon, laisser-faire, rejet) »<sup>18</sup>.

Cette définition *sans mes ajouts en bleu en italique* « acte porté à autrui avec l'intention, perçue ou non, de provoquer une souffrance et/ou une blessure physique » ne rend pas suffisamment explicite 3 points importants : 1) la violence physique est toujours aussi une **violence psychologique** ; 2) la **négligence** comme forme de violence<sup>19</sup> — indifférence poussée à l'extrême (l'intention consciente peut ne pas être d'être violent, mais c'est violent : et l'enfant, comme d'ailleurs tout être humain, préférera un mauvais contact que pas de contact, pas de relation du tout) ; 3) enfin, elle n'évoque pas non plus la **violence éducative**, c'est-à-dire la violence perpétrée sous des prétextes éducatifs : je te gifle, fesse, fouette, bat... « pour ton bien ». Il n'en reste pas moins que c'est une violence car le « c'est pour ton bien », le prétexte éducatif est en réalité une volonté de soumettre l'autre par la force. C'est un abus de pouvoir. C'est exactement contre-éducatif, l'enfant va grandir sous emprise, intégrant le message que sa volonté et ses initiatives sont mauvaises, qu'il n'a que peu de valeur, que son intégrité physique n'en a pas ; il apprend que la violence est un mode acceptable de gérer les relations humaines, et comprend que l'adulte, incapable de gérer ses émotions, utilise la violence contre l'autre pour soulager sa propre tension interne. : voir § ci-dessous. Malheureusement, sur les 192 membres des Nations Unies, seuls 19 ont jusqu'à présent interdit le châtiment corporel des enfants.

Les différents types de violences familiales :

- **violence et abus physique** (violence physique, travail forcé, violence sexuelle comme l'inceste<sup>20</sup>, ou la prostitution...). La violence physique est repérable par les signes (hématomes, ecchymoses, plaies, brûlures, fractures, alopecies — perte des cheveux) qu'elle provoque. Il existe toutefois d'autres syndromes qui la caractérisent et qui sont moins visibles : la maltraitance fœtale, résultant de coups intentionnels sur le ventre de femmes enceintes ou de la toxicomanie maternelle ; le syndrome de l'enfant secoué.

<sup>17</sup> Magazine Cerveau & Psycho, l'essentiel « Les Racines de la violence », nov. 2011 – janv.2012, p. 38

<sup>18</sup> Comment s'enclenchent les violences familiales Jacques Miermont, in Sciences Humaines, Hors-série N° 47 - Décembre 2004 / Janvier - février 2005 [http://www.scienceshumaines.com/comment-s-enclenchent-les-violences-familiales\\_fr\\_13746.html](http://www.scienceshumaines.com/comment-s-enclenchent-les-violences-familiales_fr_13746.html)

<sup>19</sup> De même que le chauffard sur la route peut ne pas avoir l'intention consciente de mutiler ou tuer des innocents, jeunes motards, enfants, toute vie humaine, mais sa négligence peut générer cette violence-là

<sup>20</sup> Voir aussi sur Pratiques la fiche pratique-psychosocial : « Inceste et incestuel "Hiroshima et Tchernobyl" » <http://www.interaide.org/pratiques/content/inceste-et-incestuel-hiroshima-et-tchernobyl-fiche-psychosociale>



- **Violence psychologique** : violence verbale, cruauté mentale, emprise psychologique, comme dans la manipulation<sup>21</sup> ou l'incestuel<sup>22</sup>, culpabilisation, dévalorisation, rejet, indifférence...
- **Négligence** : la négligence grave se caractérise par l'absence d'attention, de protection et de soin de la part des parents vis-à-vis de leur enfant. Les parents présentent souvent des symptômes mélancoliques ou dépressifs, et se révèlent incapables de discriminer les dangers qu'encourt l'enfant livré à lui-même. Cette négligence peut s'avérer lourde de conséquences, tant par les risques qu'elle suscite (ébouillantage, électrocution, chute de plusieurs mètres) que par sa discrétion qui en retarde la détection (une dénutrition, par exemple, peut entraîner sur le long terme des troubles du développement staturo-pondéral) : **la négligence peut prendre la forme d'une malnutrition**, on peut supposer que cela est relativement fréquent dans les bidonvilles où l'on travaille. **C'est pourquoi il est primordial, dans tous les cas de malnutrition, d'attacher une attention particulière à la relation mère-enfant, parent-enfant.**

La négligence est une forme de violence grave, qui nie l'enfant dans son existence, c'est une **violence ontologique**. L'enfant se développe (son cerveau se développe) dans l'interaction humaine avec un adulte de référence. Sans contact humain, l'enfant ne peut se développer. Un nourrisson ne pourra survivre (c'est ce que Spitz appelait l'hospitalisme). Face à des parents indifférents, **l'enfant peut avoir une attitude provocatrice pour tenter désespérément d'attirer l'attention de ses parents**, car tout être humain préférera un mauvais contact que pas de contact du tout. Face à des parents indifférents, l'enfant pourra aussi se mettre en retrait et sombrer dans la dépression<sup>23</sup>.

D'autres attitudes qui de l'extérieur paraissent moins maltraitantes sont néanmoins toxiques et délétères pour le développement de l'enfant :

- **Fusion** : si les parents sont trop proches, dans une **relation fusionnelle**, l'enfant n'est pas considéré comme une personne à part entière mais comme une « extension » du parent, de leurs désirs, comme on l'a déjà vu plus haut. Le(s) parent(s) pense(nt) qu'ils savent ce que leur enfant pense, sent, comme si ils étaient à l'intérieur de son esprit et de son corps : cette attitude n'est normale que pendant les toutes premières semaines de la vie de l'enfant ! Au-delà, c'est intrusif et toxique, et l'enfant aura bien du mal à se construire, à construire son identité, à faire confiance à ses ressentis et ses sensations, à savoir ce qu'il veut et ce qu'il ne veut pas, à grandir pour devenir un adulte autonome. Il n'aura pas confiance en lui-même ni en ses capacités propres. C'est un type de relation d'autant plus néfaste que souvent très difficile à repérer — et souvent le parent n'en a pas conscience (et l'enfant non plus, qui peut même penser que son parent est parfait, sans comprendre pourquoi lui-même se sent si mal). Ce type de relation a toutes les apparences de l'amour : mais ce n'est pas de l'amour, mais de la possessivité, de l'intrusion, de l'abus de pouvoir, bien que ce ne soit généralement pas intentionnel (ou alors l'intention existe mais n'est pas consciente — dans **l'emprise perverse**, en revanche, l'intention de dominer l'autre, de l'humilier, de l'abuser est bien là). L'adolescent et le jeune adulte aura d'autant plus de mal à s'en défaire qu'il ne s'est pas construit en être individué, séparé de ses parents : paradoxalement, c'est d'une certaine manière plus « facile » de se rebeller contre un parent violent ou négligeant...<sup>24</sup> Mais refuser de reconnaître son enfant dans son altérité (en le considérant comme une partie de soi-même, une extension narcissique) est une **violence existentielle**, voire ontologique qui dénie à l'autre le droit d'exister à part entière.

<sup>21</sup> Voir en annexe 1 les critères proposés par Isabelle Nazare-Aga pour repérer la manipulation

<sup>22</sup> L'incestuel, c'est l'inceste sans passage à l'acte sexuel. Cela peut avoir les mêmes conséquences psychologiques dévastatrices sur l'enfant et l'adolescent que l'inceste. Un inceste survient dans une famille où le climat est déjà incestuel c'est-à-dire où l'interdit de l'inceste et les limites entre les générations n'ont pas été posées (peut-être parce qu'elles n'ont pas été posées à la génération précédente). De même la génération suivante risque fort d'évoluer dans un climat incestuel, les adultes n'ayant pas, quand ils étaient enfants, pu intégrer les limites inter-générationnelles. Voir Inceste et incestuel "Hiroshima et Tchernobyl" <http://www.interaide.org/pratiques/content/inceste-et-incestuel-hiroshima-et-tchernobyl-fiche-psychosociale>

<sup>23</sup> On retrouve cela dans le monde du travail : l'absence de « feed-back », de retour sur son travail, résulte en une perte d'énergie si pénible que chaque individu préfère recevoir un feed-back négatif que ne rien recevoir du tout : ceci explique de nombreux comportements provocateurs au travail — où le harcèlement professionnel peut aussi prendre la forme d'une « mise au placard » et cette mise l'écart provoquer un *burn-out*.

<sup>24</sup> Sources : *Bien communiquer avec son ado*, Elizabeth Leblanc-Coret et Pierre Coret, Jouvence 2010



L'enfant victime de violence peut, lorsqu'il grandit, s'identifier à l'agresseur et devenir violent.

L'enfant qui grandit dans un environnement violent peut aussi s'identifier à la victime : à l'adolescence, il peut développer des comportements autodestructeurs (drogues, alcool, anorexie, boulimie...) ou des relations destructrices (en se mettant dans des relations amoureuses abusives, avec un compagnon violent par exemple). Face à des parents rejetant, l'enfant ne se sentira pas digne d'être aimé. Avec des parents indifférents, l'enfant peut avoir une attitude provocatrice pour tenter désespérément d'attirer l'attention de ses parents ou se mettre en retrait et sombrer dans la dépression; à l'adolescence il pourra se « réfugier » dans la drogue, préférant être dépendant d'une drogue plutôt que d'une relation humaine si vide et incertaine.

### La violence éducative

La psychanalyste allemande, Alice Miller a décrit, dans son ouvrage intitulé *C'est pour ton bien* notamment, les ravages de la violence éducative « la pédagogie noire » qui a prévalu au XIXe et au début du XXe siècle en Europe et notamment en Allemagne (mais aussi en France) soumettant des générations entières. Cette « pédagogie noire » explique selon elle pourquoi le peuple allemand dans son ensemble (et une grande part du peuple français sous le régime vichyste) s'est soumis sans réagir à la folie d'Hitler et au génocide de 6 millions de citoyens européens.

Alice Miller insiste sur le fait que la maltraitance des enfants produit non seulement des enfants malheureux et perturbés, des adolescents destructeurs mais aussi des parents maltraitants. Grâce à ses recherches sur l'enfance, Alice Miller a compris que la violence exercée sur les enfants conduit à la violence globale qui règne sur le monde entier, d'autant plus que l'on commence à frapper les enfants dans les premières années de leur vie, lorsque la croissance du cerveau est la plus forte.

Même si les conséquences scandaleuses sont évidentes, elles ne sont pas perçues et encore moins prises en compte par la société. Or, la situation est facile à comprendre : les enfants ne sont pas autorisés à se défendre de la violence des parents et sont alors obligés de supprimer et refouler les réactions naturelles à l'agression parentale comme les émotions de la colère et l'angoisse. Ce n'est qu'à l'âge adulte qu'ils peuvent décharger ces émotions très fortes, sur leurs propres enfants ou, dans certains cas, sur des nations toutes entières<sup>25</sup>.

**« Les enfants et les châtements corporels : le droit à l'intégrité physique est aussi un droit de l'enfant :** Dans toute l'Europe, des enfants sont quotidiennement fessés, corrigés, giflés, secoués, pincés, frappés à coups de pied, de poing, de bâton, de fouet, de ceinture, battus et martyrisés par des adultes, principalement par ceux en qui ils ont le plus confiance.

Ces violences peuvent correspondre à un acte de punition ou à la réaction impulsive d'un parent ou d'un enseignant irrité. Dans tous les cas, elles constituent une violation des principes fondamentaux des droits de l'homme. Le respect de la dignité humaine et le droit à l'intégrité physique sont des principes universels. Pourtant, le fait de frapper un enfant ou de lui infliger tout autre traitement humiliant reste accepté socialement et juridiquement dans la plupart des pays.

Le châtement corporel des enfants devient facilement inhumain ou dégradant ; toujours, il viole l'intégrité physique des intéressés, témoigne d'un manque de respect pour leur dignité humaine et compromet leur estime de soi. En outre, les exceptions dont les violences physiques à *enfant* font l'objet dans une législation par ailleurs universellement applicable contre les coups et blessures, contrevient au principe d'égalité de protection devant la loi.

L'invention de concepts juridiquement déshonorants comme ceux de « châtement raisonnable » et de « correction licite » tient à ce que l'enfant est perçu comme la propriété de ses parents. C'est là un équivalent moderne des lois qui, en vigueur il y a un ou deux siècles, autorisaient les maîtres à battre leurs esclaves ou serviteurs, ainsi que les maris à battre leur femme. De tels

<sup>25</sup> *C'est pour ton bien*, Alice Miller, Aubier 1985, et tous ses autres livres : <http://www.alice-miller.com/>



« droits » reposent sur le pouvoir que le plus fort impose au plus faible, et on les fait valoir par la violence et l'humiliation ». *Conseil de l'Europe, Commissaire aux droits de l'homme*<sup>26</sup>.

« Si tu penses qu'une gifle peut faire du bien à quelqu'un, imagines-toi ce que tu ressentirais en la recevant »<sup>27</sup>.

## La violence rituelle

**Où classer la violence rituelle ? Dans la violence éducative, sociale, psychologique, religieuse, sexuelle ?**

« Les rites d'initiation comportent fréquemment des épisodes violents et douloureux. À quelle fin obéissent-ils ? Symbolique, pédagogique ou psychologique ? Tatouages, scarifications, épreuves douloureuses, vexations, flagellations, coups, arrachage des dents, chirurgies cruelles... La violence est l'ingrédient de nombreux rituels, en particulier de ceux que l'on regroupe sous le terme de rites d'initiation, et qui recouvrent en fait des situations bien différentes : passage à l'âge adulte, entrée dans une confrérie, accession à une profession.

En réalité, il n'existe aucune réponse simple à cette question : selon la manière dont elle est appliquée, la violence en question peut revêtir des fonctions et des significations différentes. Ainsi, les chirurgies sexuelles (circoncision, subincision) ou les scarifications ne sont pas seulement destinées à constituer une épreuve douloureuse, mais à marquer durablement la différence des sexes, à manifester la supériorité masculine, à satisfaire à une esthétique. Pierre Clastres, en 1977, estimait que ces marques durables infligées au corps étaient les symptômes d'une inscription physique (et non mentale) de la contrainte sociale dans les sociétés « sans Etat », laquelle restait ainsi comme extérieure à l'individu. (...) Enfin, divers auteurs ont souligné le rôle vexatoire et parfois absurde des violences infligées aux novices : affronter des épreuves qu'ils n'auront jamais à rencontrer dans la vie, absorber des nourritures répugnantes, prendre des risques inutiles. (...)

Suivant cette voie, bien d'autres auteurs ont argumenté depuis que la violence rituelle n'a peut-être pas tant valeur de symbole que d'expérience vécue. Elle incarne l'arbitraire des secrets qui sont livrés aux initiés et fondent le pouvoir des anciens sur les novices : selon Maurice Godelier, chez les Baruyas de Nouvelle-Guinée [par exemple], c'est essentiellement l'arbitraire du pouvoir des hommes sur les femmes qui est en jeu ». *Sciences Humaines*, Hors-série 47<sup>28</sup>

Les sociétés occidentales ne sont pas sans violence, la violence infligée au corps — notamment au corps des femmes — est présente, plus perverse car plus insidieuse. La contrainte de la norme corporelle sociale est intériorisée, au point que certaines femmes ont recours à la chirurgie esthétique — parfois jusqu'au point de s'automutiler — pour ressembler aux canons esthétiques des magazines, canons inatteignables puisque toutes les photos sont retouchées grâce aux logiciels de traitement d'image, les rides effacées, les jambes allongées, les seins bombés... formant des corps dont les mensurations sont *stricto sensu*, inhumaines (c'est le cas au Brésil, par exemple, où une « épidémie » de chirurgie esthétique semble sévir : les femmes se font refaire pommettes, lèvres, seins, fesses... et parfois plus : les attributs emblématiques de la féminité sont opérés, gonflés à la silicone). L'emprise est plus perverse : automutiler-toi pour te conformer aux canons de la beauté, c'est pour ton bien... La contrainte des corsets d'antan est désormais intériorisée... chirurgicalement.

<sup>26</sup> Les enfants et les châtiments corporels : « Le droit à l'intégrité physique, aussi un droit de l'enfant » *Conseil de l'Europe, Commissaire aux droits de l'homme* CommDH/IssuePaper(2006)1REV Version māj 2008 <https://wcd.coe.int/ViewDoc.jsp?Ref=CommDH/IssuePaper%282006%291&Language=lanFrench&Ver=REV>

<sup>27</sup> maître oriental cité par A.Lipschitz "L'un n'empêche pas l'autre", J'ai Lu

<sup>28</sup> « Violences rituelles, l'effet de la douleur » *Sciences Humaines*, Hors-série N° 47 - Décembre 2004 / Janvier - février 2005 [http://www.scienceshumaines.com/violences-rituelles-l-effet-de-la-douleur\\_fr\\_13732.html](http://www.scienceshumaines.com/violences-rituelles-l-effet-de-la-douleur_fr_13732.html)



Ces canons esthétiques et cette contrainte intérieure ont aussi leur poids dans les troubles du comportement alimentaire, anorexie, boulimie-vomisseuse, qui touchent majoritairement (mais pas exclusivement) des femmes.

## La violence dans le couple

Physique, psychologique, financière, religieuse, sexuelle, abus de pouvoir, manipulation, emprise... Toutes les formes de violence peuvent être actives dans le couple.

Dans l'immense majorité des cas, la violence conjugale est le fait de l'homme envers sa partenaire féminine (OMS Rapport mondial 2002: « La violence exercée par des partenaires intimes »)

L'OMS donne de la violence conjugale cette définition « *tout comportement au sein d'une relation intime, qui cause un préjudice ou des souffrances physiques, psychologiques ou sexuelles aux personnes qui sont parties à cette relation* ». Les formes de violences graves concerneraient 70% des femmes signalant des agressions physiques. Des études réalisées en Australie, au Canada, en Israël, en Afrique du Sud et aux Etats-Unis les estiment en outre à l'origine d'un nombre important de décès : « *40 à 70 % des femmes victimes de meurtres ont été tuées par leur époux ou leur petit ami, souvent dans le contexte d'une relation suivie violente* », signalent les auteurs du rapport. Le contraste est fort avec les hommes victimes de meurtres, dont seuls 4 % aux Etats-Unis auraient été tués par leur épouse, ex-épouse ou petite amie entre 1976 et 1996.

On trouve donc plus de victimes chez les femmes, plus d'agresseurs chez les hommes. Ce n'est pas juste l'effet de la testostérone, il y a aussi à cela les raisons sont socio-éducatives : la tolérance à l'agressivité et à l'hyperactivité est plus grande pour les petits garçons, beaucoup plus que pour les petites filles. On favorise l'expression des émotions chez les filles plus que chez les garçons, et (notamment tristesse, dénigrement de soi, auto-agressivité chez les femmes) tandis que chez les garçons, on valorisera plutôt l'agressivité, la colère, attaque vers l'extérieur.

Dans ce même rapport l'OMS, quarante-huit enquêtes menées à l'échelle internationale, traduisent assez bien l'ampleur du phénomène : selon les pays, « *entre 10 % et 69 % des femmes disent avoir fait l'objet de violences de la part de leur partenaire masculin à un moment ou à un autre de leur vie* ». Or cette violence exercée contre les femmes par un époux ou un partenaire intime de sexe masculin n'a rien d'anecdotique. Elle serait l'une des formes les plus courantes de violence et concernerait tous les pays et tous les groupes sociaux, économiques, religieux et culturels sans exception.

« Cette violence conjugale s'alimente à plusieurs sources, à commencer par la culture. Certaines sociétés traditionnelles la tolèrent, en effet, et la justifient au nom d'une stricte répartition des rôles sexués et d'une certaine image de l'honneur et de la virilité. L'auteur d'une étude effectuée au Pakistan explique ainsi que « *battre son épouse pour la corriger ou la punir se justifie d'un point de vue culturel et religieux... Parce que les hommes sont considérés comme les propriétaires de leur épouse, ils doivent leur montrer qui est le maître, afin de décourager des transgressions futures* ». Cet ancrage culturel est tenace, nombreux en effet sont les témoignages de femmes qui acceptent l'idée que les hommes ont le droit de battre leur épouse. Certaines sociétés considèrent encore que la violence envers les femmes n'est donc pas forcément un mal en soi, mais qu'elle peut être selon les circonstances et ses degrés d'expression, « juste », « injuste » et plus ou moins acceptable.

Quid du rôle de la femme, dans cette dynamique mortifère des relations intimes ? La plupart des femmes maltraitées adopteraient des stratégies actives pour renforcer leur sécurité et celle de leurs enfants. La résistance, la fuite, la soumission seraient, en fait, autant de stratagèmes pensés pour survivre et se protéger tout en protégeant ses enfants. L'apparente passivité des femmes battues n'en est pas... Mais comment expliquer la difficulté qu'ont la plupart d'entre elles à mettre fin à la relation (six ans en moyenne) ? Les chercheurs ont identifié des obstacles qui s'opposent à la rupture, comme la peur de représailles, l'absence d'aide économique, l'inquiétude pour les enfants, la dépendance affective, le manque de soutien de la



part de la famille et des amis, l'espoir constant que l'homme va changer. Les femmes sont aussi conscientes du fait que sortir d'une relation violente n'est pas toujours une garantie de sécurité, la violence pouvant continuer, voire s'amplifier après la rupture... En Australie, au Canada et aux Etats-Unis, une proportion importante d'homicides commis par des partenaires intimes où la victime est une femme se produirait autour du moment où celle-ci essaie de quitter un partenaire violent.

Mais la violence conjugale est universelle, et au-delà de cette dimension culturelle, d'autres facteurs concourent à son installation. Tout porte à croire que la violence conjugale résulte d'une conjugaison de facteurs personnels, circonstanciels, sociaux et culturels, dont on ne sait, faute de données suffisantes, évaluer l'importance. Les seuls facteurs de risques répertoriés à ce jour concernent les pays d'Amérique du Nord, où l'on distingue : des facteurs individuels, comme le jeune âge, les faibles revenus, les troubles de la personnalité, les antécédents de violence familiale et la consommation d'alcool chez les hommes (sans savoir si l'alcool favorise la violence ou s'il la déclenche) ; des facteurs relationnels, comme les conflits dans le couple ou la discorde ; des facteurs communautaires de faible statut socioéconomique et l'absence de soutien juridique et social aux femmes violentées ; des facteurs sociétaux et culturels, tels que le pouvoir économique et décisionnel de l'homme dans le ménage, la guerre et autres bouleversements sociaux, les inégalités structurelles entre hommes et femmes, et la rigidité des rôles assignés aux uns et aux autres... » *Sciences Humaines, Hors-série N° 47*<sup>29</sup>

Voir aussi l'étude ELVICA faite en 2007 à Madagascar par Enda et l'IRD : **Enquête sur la violence conjugale envers les femmes à Antananarivo**<sup>30</sup>.

### Violence sexuelle<sup>31</sup>

Selon l'OMS, « La violence sexuelle représente un grave problème de santé publique touchant des millions de personnes chaque année dans le monde. Elle dépend de nombreux facteurs existant dans des situations sociales, culturelles et économiques très variées ».

La coercition sexuelle peut avoir pour objectif la satisfaction sexuelle de celui qui l'exerce, mais elle est le plus souvent l'expression d'une volonté sous-jacente de pouvoir et de domination de la victime.

On ne connaît pas exactement l'ampleur du problème, mais il semblerait que, d'après les données disponibles, près d'une femme sur quatre soit exposée, à un moment ou à un autre de sa vie, à la violence sexuelle de son partenaire.

Pour de nombreuses jeunes femmes, cette violence commence dès l'enfance ou l'adolescence. Dans certains pays, jusqu'à un tiers des adolescentes disent avoir subi une initiation sexuelle forcée.

Chaque année, des centaines de milliers de femmes et de jeunes filles sont vendues ou achetées dans des réseaux de prostitution. Nombre d'entre elles reçoivent la promesse d'un travail dans le secteur des services ou des employés de maison mais elles sont en fait emmenées dans des maisons closes où elles sont battues, enfermées, dépouillées de leurs papiers d'identité et forcées de rembourser leur prix d'achat en se prostituant.

Les mutilations sexuelles féminines<sup>32</sup> sont une forme extrême de la violence sexuelle et de l'emprise de la société sur les femmes, perpétrée sous couvert de culture, d'hygiène ou de religion. Selon la forme que prend la mutilation, elle génère au contraire infections, douleurs, risques accrus à

<sup>29</sup> [http://www.scienceshumaines.com/les-femmes-victimes-de-la-violence-conjugale\\_fr\\_13749.html](http://www.scienceshumaines.com/les-femmes-victimes-de-la-violence-conjugale_fr_13749.html) Sciences Humaines, Hors-série N° 47 - Décembre 2004 / Janvier - février 2005

<sup>30</sup> <http://sgdatabse.unwomen.org/uploads/Etude%20ELVICA%20-%202007.pdf>

<sup>31</sup> Voir aussi sur Pratiques la fiche pratique-psychosocial : Inceste et incestuel "Hiroshima et Tchernobyl" <http://www.interaide.org/pratiques/content/inceste-et-incestuel-hiroshima-et-tchernobyl-fiche-psychosociale>

<sup>32</sup> « Violences rituelles, l'effet de la douleur » Sciences Humaines, Hors-série N° 47 - Décembre 2004 / Janvier - février 2005 [http://www.scienceshumaines.com/violences-rituelles-l-effet-de-la-douleur\\_fr\\_13732.html](http://www.scienceshumaines.com/violences-rituelles-l-effet-de-la-douleur_fr_13732.html)



l'accouchement... (*Mutilations génitales féminines, mariages forcés et grossesses précoces* Roger HENRION *Bulletin de l'Académie Nationale de Médecine*, 2003, 187, n°6. <sup>33</sup> Voir aussi : *Changing a harmful social convention: Female Genital Mutilation/Cutting*, UNICEF<sup>34</sup>).

Des dizaines de milliers de femmes subissent chaque année des violences sexuelles dans les services de santé qui prennent la forme de harcèlement sexuel par le personnel, de mutilations, sexuelles, d'exams gynécologiques forcés et de contrôle de la virginité. Aujourd'hui, le nonaccès à des méthodes contraceptives modernes peut être considéré comme contribuant à la violence faite aux femmes.

Le recours au viol en tant qu'arme de guerre a été documenté dans de nombreux conflits : Algérie, Bangladesh, Bosnie-Herzégovine, Indonésie, Libéria, Ouganda et Rwanda en sont quelques exemples. En Bosnie-Herzégovine seulement, on estime que le nombre de femmes violées se situe entre 10 000 et 60 000.

**Conséquences de la violence sexuelle (OMS) :** la violence sexuelle a de profondes répercussions sur le bien-être physique, émotionnel, mental et social de la victime. Elle a aussi un certain nombre de conséquences sur sa santé :

- grossesses non désirées ; IVG (en France 25% des interruptions volontaires de grossesse seraient liées à des violences sexuelles<sup>35</sup>)
- troubles gynécologiques : hémorragies vaginales, fibromes, douleurs pelviennes chroniques, infections des voies urinaires, maladies sexuellement transmissibles, dont le VIH/SIDA,
- dépression, état de stress post-traumatique, pensées et comportements suicidaires.

Il arrive aussi que les victimes se voient rejetées par leur famille, leurs amis et leur communauté ». <sup>36</sup>

Les conséquences de l'inceste et de l'abus sexuel : le devenir des personnes incestée / abusée sexuellement est perturbé, avec la possibilité de risques graves qui s'étaleront dans le temps (Amblard<sup>37</sup>) :

- dépressions chroniques
- délinquance,
- échec ou abandon scolaire, professionnel
- troubles sexuels et troubles affectifs
- anorexie, boulimie, toutes les addictions,
- prostitution
- tentatives de suicide et/ou suicides
- bouffés d'angoisse
- bouffées délirantes, psychoses
- troubles graves de l'image corporelle
- rituels obsessionnels de lavage
- reproduction à la génération suivante (8%)
- sexualité compulsive ou absence de sexualité
- tendance à vivre des relations abusives (affectives, sexuelles, professionnelles...)
- incapacité à vivre simultanément amour et sexualité dans une même relation...

**Pour lutter contre cette violence systémique faite aux femmes** (violence sexuelle, familiale, conjugale, rituelle...), il faut certes accompagner les femmes, les mères, les jeunes filles, les petites

<sup>33</sup> [http://www.academie-medecine.fr/Upload/anciens/rapports\\_135\\_fichier\\_lie.rtf](http://www.academie-medecine.fr/Upload/anciens/rapports_135_fichier_lie.rtf)

<sup>34</sup> <http://www.unicef-icdc.org/publications/pdf/fgm-gb-2005.pdf> - En plusieurs langues sur le site de l'UNICEF

<sup>35</sup> FréquenceM, 23.11.2012

<sup>36</sup> **Sources :** Note de l'OMS sur la violence sexuelle

[http://www.who.int/violence\\_injury\\_prevention/violence/world\\_report/factsheets/en/sexualviolence\\_fr.pdf](http://www.who.int/violence_injury_prevention/violence/world_report/factsheets/en/sexualviolence_fr.pdf)

<sup>37</sup> *Panser l'impensable : Vivre pleinement sa vie d'adulte malgré un abus sexuel dans l'enfance*, Fernande Amblard, Jouvence, 2003 - Voir aussi sur Pratiques la fiche Inceste et incestuel "Hiroshima et Tchernobyl"

<http://www.interaide.org/pratiques/content/inceste-et-incestuel-hiroshima-et-tchernoby-fiche-psychosociale>



filles, leur dire qu'elles ont le droit de dire non, leur dire que leur corps leur appartient et n'appartient à personne d'autre, ni à leur père, ni à leur mère, grand-mère, grand-père, frère, oncle, beau-père... ni à leur mari, mais **à elles seules**. Renforcer leur estime d'elle-même, et ce faisant, leur éducation, leurs capacités et compétences, leur responsabilité, leur participation à la société, l'économie, la politique...

**Mais il faut aussi éduquer les hommes, les petits garçons, les jeunes hommes, les pères** et leur apprendre qu'ils n'ont pas le droit de disposer de l'autre, du corps de l'autre ni de son esprit. Eduquer les parents, pour qu'ils élèvent leurs enfants dans la dignité et l'équité, aussi bien les filles que les garçons.

Il faut bien sûr que tous ces messages soient relayés à tous les niveaux des sociétés : communautés, écoles, communautés religieuses, entreprises, gouvernement à tous ses échelons, du local au national... Un travail urgent et de longue haleine après des millénaires de domination patriarcale à travers le monde.

## La violence sanitaire, sociale et économique

*La pauvreté est la pire forme de violence (Gandhi)*

### La violence de l'argent

Après la crise des *subprimes*, en 2008, les Etats ont injecté plus de **3 000 milliards de dollars** dans le système financier — alors que depuis 2000 les Etats les plus riches n'ont pas trouvé les **400 milliards de dollars** nécessaires pour éradiquer la faim dans le monde, donner l'accès à l'eau potable et à l'éducation à tous, lutter contre la malaria et le sida... Mais pour sauver le système financier, on est capable de trouver 8 fois plus que pour les « objectifs du millénaire »<sup>38</sup>... Le monde a donc les moyens effectifs d'éradiquer la pauvreté dans le monde... mais pour autant, ne le fait pas, violence extrême des plus riches sur les plus pauvres... (J.-F. Gravouil<sup>39</sup>)

Les outils de mesure de la richesse sont inadéquats. Par exemple, le PIB d'un pays inclut comme « richesse » les coûts de nettoyage des dégâts écologiques d'une marée noire : c'est une grande aberration que les instruments de mesure de la « richesse » évaluent la destruction comme une richesse. C'est une grande violence de mettre ce qui détruit et ce qui crée sur le même plan, d'y accorder la même *valeur*... Si on incluait les coûts environnementaux, le PIB de la Chine serait négatif.

De nouveaux outils de mesure de la richesse sont en cours d'élaboration mais ils ne sont pas encore suffisamment fiables<sup>40 41</sup>.

### Remplacer le PIB par le « Bonheur Intérieur Brut » ?

Le royaume du Bhoutan a récemment proposé une résolution votée par 193 membres des Nations Unies pour évaluer le développement de manière holistique<sup>42</sup>. Arte a produit un documentaire sur le sujet<sup>43</sup>.

<sup>38</sup> <http://www.un.org/french/millenniumgoals/>

<sup>39</sup> Jean-François Gravouil « La psychothérapie dans la société instrument ou ferment ? », *Gestalt* 2/2005 (n° 29), p. 11-19. [www.cairn.info/revue-gestalt-2005-2-page-11.htm](http://www.cairn.info/revue-gestalt-2005-2-page-11.htm).

<sup>40</sup> Jean-François Gravouil « Planète-awareness », *Gestalt* 1/2004 (n° 26), p. 11-22. [www.cairn.info/revue-gestalt-2004-1-page-11.htm](http://www.cairn.info/revue-gestalt-2004-1-page-11.htm).

<sup>41</sup> Patrick Viveret, *Reconsidérer la Richesse* (ed. de l'Aube)

<http://rencontres-et-debats-autrement.org/index.php?page=patrick-viveret>

<sup>42</sup> a UN resolution recognized that "the pursuit of happiness is a fundamental human goal" and "the gross domestic product [G.D.P.] does not adequately reflect the happiness and well-being of people...."

"Happiness: Towards a holistic approach to development," <http://www.2apr.gov.bt/>



En effet, selon les études sociologiques, « la croissance n'implique pas le bien-être des citoyens. La justice, l'égalité et le sentiment de liberté sont plus importants. L'argent augmente fortement le bonheur des très pauvres car il leur permet de satisfaire des **besoins fondamentaux (nourriture, hébergement, sécurité)**. Puis son rôle devient de plus en plus faible. (...) Pour accroître son bonheur, certains efforts sont personnels (...) : limiter son stress, savourer l'instant présent, cultiver de bonnes relations aux autres... D'autres sont socio-économiques, et parmi eux, une donnée émerge : **la démocratie rend plus heureux** (...) : pouvoir se sentir libre d'exprimer son avis et avoir le sentiment qu'il compte (...) facilite le bonheur. (...) Les perceptions quotidiennes de **justice, d'égalité de confiance** entre les individus jouent un rôle majeur dans le sentiment d'être heureux. C'est vrai aussi d'un faible niveau d'inégalités et d'écarts de revenus, et d'une **solidarité** perceptible au quotidien »<sup>44</sup>.

On parle parfois de « violence gratuite » ou de violence par ennui (comme par exemple lors des émeutes dans les banlieues ghettoïsées, abandonnées des politiques publiques et des initiatives entrepreneuriales privées, en France mais ailleurs aussi en occident) : elle semble gratuite vue de l'extérieur mais qu'en est-il de l'intérieur? Qu'en est-il du sentiment de vide intérieur de ces jeunes qui fait qu'un événement apparemment anodin génère tant de violence? **C'est le sentiment de ne pas exister, de ne pas être vus, d'être niés** qui génère cette violence par "ennui" : non ce n'est pas de l'ennui ! Elle renvoie au sentiment de non-être. C'est la réaction humaine désespérée à une forme grave de négligence politique et sociale. C'est une tentative désespérée de contact, de recréer du lien. Pour se sentir exister ces jeunes disent (mettent en actes) « laissez nous faire tout ce que l'on veut » à comprendre comme « regardez-nous pour nos donner le sentiment d'exister, regardez-nous exister, laissez-nous exister » : mais les laisser faire est une autre manière de les nier, de ne pas les considérer. (Elisabeth Leblanc, *cf. Sources & biblio*).

La violence sociale & économique inclut la « violence sanitaire » : l'inégalité face à la santé du fait de l'argent qui fait que des enfants, des femmes, des hommes meurent plus (plus jeunes, en plus grand nombre) parce qu'ils sont plus pauvres...

## La violence scolaire

Lorsqu'on parle de la violence scolaire, on pense souvent d'abord à celle des élèves, mais pas à la violence institutionnelle. Hors elle existe, partout dans le monde, même à bas bruit : discrimination sexuelle (lorsque l'accès à l'éducation est équivalent pour les filles et les garçons, il reste encore des inégalités plus subtiles : les garçons sont plus encouragés à participer en classe, les filles sont plus encouragées... à se taire, à être obéissantes...), humiliations diverses, châtiments corporels encore tolérés ou permis dans certains pays...

La première violence étant sans doute de ne pas donner à tous les citoyens du monde l'accès à l'éducation.

Il y a aussi la violence « banale », le mépris : « Lorsqu'à l'école un instituteur(rice) se permet de dire à un enfant "Tu n'arriveras à rien", "toujours aussi sale !" L'enfant entend l'anathème à tous les niveaux, il le vit dans son corps et devient maladroit. Son corps se rigidifie sous le coup, il est tétanisé. La tonicité se fragmente, le dos est tendu mais la bouche s'ouvre et lui donne "l'air idiot", la respiration s'accélère ou se bloque, le ventre se liquéfie, la tête se vide. L'enfant est en état de stress et ne peut pas fuir. Suzanne Robert-Ouvray, *Les violences psychologiques et le corps souffrant* <http://s.robertouvray.free.fr/articles.htm>

<sup>43</sup> <http://info.arte.tv/fr/bhoutan-au-pays-du-bonheur-national-brut> Voir aussi le documentaire d'Arte <http://www.replay.fr/arte-reportage-bhoutan-au-pays-du-bonheur-national-brut-2062854>

<sup>44</sup> Christophe André *Une économie du bonheur*, article paru dans *Cerveau & Psycho* n° 52, juillet-août 2012



## La violence au travail

La violence au travail est loin d'être récente ! L'esclavage est sans doute la forme la plus abusive et emblématique de la violence sociale et de la violence au travail — de même que le servage. L'autre est considéré comme une chose que je peux acheter, vendre, violer, exploiter jusqu'à la maladie ou la mort, tuer impunément...

Toute l'histoire de la révolution industrielle oscille entre l'exploitation des masses, la violence sur le travailleur considéré comme outil de production — et la protection du travailleur, le travail rémunéré comme permettant de subvenir à ses besoins primordiaux (nourriture, logement, sécurité) et d'accéder à plus liberté, puisque c'est dans le contexte de la révolution industrielle que naissent les premiers mouvements de protection des travailleurs.

**Le travail des enfants, le proxénétisme et la prostitution des enfants** sont des formes extrêmes de la violence au travail.

**Le harcèlement professionnel** : depuis plus d'une année en France, la souffrance dramatique des employés ou les suicides par dizaines de cadres travaillant dans différents milieux professionnels, de la banque, de l'industrie automobile, des télécommunications... sont relayés par les médias. Comment en arrive-t-on à de telles souffrances ? Comment expliquer (si cela s'avère possible) qu'une détresse professionnelle puisse conduire au suicide ? Les candidats au *burn-out* (qui est une forme de **dépression par épuisement** professionnel pouvant mener jusqu'au suicide) sont souvent des employés « modèles », très impliqués, consciencieux et ayant un haut niveau personnel d'exigence. Paradoxalement, ce sont eux les victimes. Loin d'être encouragés et valorisés par leur hiérarchie, ils sont au contraire pressurisés à l'extrême par des méthodes de management manipulatoires voire perverses, qui leur demandent toujours plus (mails et messages téléphoniques leur parvenant à toute heure du jour et de la nuit...) jusqu'à sacrifier leur vie personnelle — et parfois jusqu'à leur vie même — au travail<sup>45</sup>.

« La notion de **harcèlement moral** tend à focaliser le problème sur le comportement des personnes, plutôt que sur les processus qui les génèrent » (de Gaulejac, 2009), et fait ainsi l'économie d'un questionnement de la gestion de l'entreprise et, plus généralement, des processus qui engendrent les violences au travail. Le délitement des collectifs et l'individualisation des rapports au travail contribuent à « psychologiser » les causes de la souffrance au travail. Chaque travailleur est renvoyé à lui-même, le stress, l'anxiété, le *burn-out* sont traités au niveau individuel dans leurs effets psychiques ou psychosomatiques, avec l'aide du corps psy. « L'entreprise externalise ainsi les conséquences de la violence des relations de travail qu'elle génère » (de Gaulejac, 2009<sup>46</sup>). Les procès envers les harceleurs, en désignant des boucs émissaires, renforcent la stabilité du système, en l'enfermant dans un processus de faux changement.

**L'exclusion du monde du travail** est également une forme de violence à laquelle sont confrontées nombre de familles des quartiers urbains où Inter Aide et ses partenaires interviennent. L'accès à une source de revenus stables sera déterminant pour le bien-être de la famille... Et par le mieux-être qu'elle procure, contribue à réduire la violence intrafamiliale.

## Violence d'état, violence politique

« Bien des philosophes, de Montaigne à Emmanuel Kant, ont considéré la violence politique, y compris la guerre, comme un échec ou une abdication de la raison. Il est vrai que les assassinats politiques, les désordres civils et les conflits armés ont engendré des conséquences que leurs initiateurs étaient parfois bien loin d'avoir envisagées ou souhaitées. Il suffit de citer le bilan

<sup>45</sup> Voir « Formation sur le management (à partir d'une formation de CSF) » sur le site Pratiques

<sup>46</sup> DE GAULEJAC V. (2009 [2005]), *La Société malade de la gestion : idéologie gestionnaire, pouvoir managérial et harcèlement social*, Paris, Éditions du Seuil ; *Travail, les raisons de la colère* Seuil, Paris, 2011 <http://www.vincentdegaulejac.com/ouvrage3.php?page=32>



dévastateur des deux guerres mondiales, celui des combats menés au nom de la révolution, du nationalisme ethnique ou du fanatisme religieux ; de penser encore à la frénésie meurtrière des foules en colère, au spectacle de désolations qui s'offre après un bombardement ou une tornade émeutière. Pourtant, la violence politique ne surgit pas de façon aveugle. Elle a toujours des raisons décelables, qu'une analyse « distanciée », fondée sur une discussion minutieuse des faits et des enchaînements, permet de comprendre » *Sciences Humaines Hors série n° 47*<sup>47</sup>.

**Violence d'État** : les États pratiquent discrètement ou revendiquent selon la définition célèbre de Max Weber, un « monopole de la violence légitime », pour exécuter les décisions de justice, assurer l'ordre public, ou en cas de guerre ou risque de guerre (on tente alors de la légitimer par les doctrines de la « guerre juste » comme on l'a vu encore récemment pour la 2<sup>e</sup> guerre d'Irak de l'administration Bush Jr). La violence d'état peut dégénérer en terrorisme d'État ou d'autres formes de violence les plus extrêmes telles que le génocide. (Wikipedia).

Toutes les dictatures — et parfois d'autres régimes politiques... — imposent leur domination par la force, la violence, la restriction des libertés.

**La violence politique** regroupe tous les actes violents que leurs auteurs légitiment au nom d'un objectif politique : terrorisme, torture, guerre, génocide...

**Violence symbolique** : Pierre Bourdieu désigne plusieurs sortes de violences : verbale (éventuelle première étape avant passage à l'acte) ; ou invisible, institutionnelle : c'est aussi la violence structurelle face à laquelle les individus semblent impuissants. Celle-ci désigne plusieurs phénomènes différents qui favorisent la domination d'un groupe sur un autre et la stigmatisation de populations, stigmatisation pouvant aller jusqu'à la création d'un bouc émissaire. (Wikipedia).

La ségrégation raciale, telle qu'elle a prévalu légalement aux Etats-Unis jusqu'aux années 1960, ou en Afrique du Sud avec l'apartheid jusqu'en 1991, constitue à la fois une violence d'état, une violence politique et une violence symbolique.

**La violence religieuse** : discrimination, pogroms, massacre de la Saint-Barthélémy, génocide, Jihad, Guerre Sainte... L'histoire est remplie de crimes violents perpétrés au nom de religions qui prétendent prêcher amour et tolérance, au nom de dieu... Comme pour les traumatismes familiaux, ces traumatismes communautaires impactent les générations futures à travers une transmission historique, culturelle et communautaire, mais aussi à travers une transmission transgénérationnelle inconsciente de l'impact du trauma<sup>48</sup>.

## La violence médiatique et télévisuelle

**L'heure n'est plus à se demander si la violence à la télévision augmente les comportements violents : le fait est avéré par de nombreuses études**<sup>49</sup>. Cette affirmation est d'autant plus incontestable qu'elle ne dépend pas des variations culturelles locales et que les conséquences de la violence médiatique sont les mêmes dans toutes les sociétés, comme l'a rapporté une imposante étude transnationale de l'UNESCO<sup>50</sup>. Dans les bidonvilles philippins, une grande part des familles ont une télévision, parfois allumée toute la journée, dans la pièce unique qui sert à toute la famille : les enfants de tout âge, même les tout-petits, sont ainsi surexposés.

47 « Des attentats aux guerres, violences politiques », Philippe Braud, **Violences**, Sciences Humaines Hors-série N° 47 - Décembre 2004 / Janvier - février 2005

[http://www.scienceshumaines.com/articleprint2.php?lg=fr&id\\_article=13731](http://www.scienceshumaines.com/articleprint2.php?lg=fr&id_article=13731)

48 *Le traumatisme en héritage. Conversations avec des fils et filles de survivants de la Shoah*, Héléne Epstein, préface de Boris Cyrulnik, La Cause des livres, 2005

49 Magazine Cerveau & Psycho, l'essentiel « *Les Racines de la violence* », nov. 2011 – janv.2012, p.8

50 *The UNESCO Global Study on Media Violence*. Paris: UNESCO, 1998



Il est avéré que l'exposition des enfants, mais aussi des adolescents et des adultes à des images, des jeux et des films, et des émissions télévisuelles violents renforcent les comportements violents. Mais en raison des intérêts économiques en jeu, les décideurs continuent de programmer des films violents aux heures de grande écoute, et les enfants y sont exposés. 60 % des programmes télévisés américains contiennent de la violence. Conséquence : à la fin de l'école primaire, un enfant pourrait avoir assisté à 8 000 meurtres et 100 000 autres actes violents à la télévision<sup>51</sup>. Seules des décisions politiques pourraient contraindre les dirigeants des chaînes télévisées à prendre en comptes ces résultats scientifiques.

Les jeux vidéos violents, véritable « école de la violence » ont un effet encore plus fort que les émissions / films télévisés violents, par la participation active qu'ils demandent.

**Il y a une autre violence médiatique, celle qui consiste à manipuler sous couvert d'information.** Plus les journaux télévisés parlent de violence, plus les téléspectateurs auront tendance à percevoir le monde comme violent (alors même que globalement la violence diminue), plus ils auront tendance à avoir des comportements violents eux-mêmes. Les médias ont une responsabilité sociale forte... qu'ils n'assument pas, voire même trahissent.

Ces dernières années en France, mais aussi ailleurs, on a beaucoup parlé de la « violence des jeunes », de la « violence des banlieues », de la violence des enfants, même et déjà à la maternelle... Comme si la violence était innée, et qu'elle prenait racine dans l'individu, et uniquement l'individu... Surtout quand il est jeune, pauvre, et banlieusard. **Or cette violence-là est la réponse des jeunes à une violence sociale, institutionnelle, économique, politique** : quartiers urbains ghettoïsés par des politiques (ou absence de politiques) d'urbanisme absurdes et discriminatoires ; inégalités d'accès aux soins, à l'éducation, à l'eau, l'assainissement et à l'emploi, inégalités et discriminations économiques et sociales... La violence naît toujours dans un environnement maltraitant, violent.

A côté de cela, les abus de biens sociaux, les détournements bancaires, les arnaques à la TVA, les fraudes et évasions fiscales, la délinquance institutionnelle, la corruption (toutes sortes de facettes de la violence économique et politique) les crimes d'état... n'ont pas la même couverture médiatique et font donc figures d'exception, or c'est partout monnaie courante. Des études montrent qu'il y aurait 10% de criminalité dans TOUS les milieux sociaux, des couches les plus pauvres des sociétés à la tête des états et des plus hautes entreprises.

## La violence alimentaire

**La première et pire violence alimentaire est sans aucun doute la violence de la faim** : périodes de disette, famine... La faim pousse l'individu et les communautés dans un état de survie où tout devient justifié pour survivre... Si l'hypoglycémie provoque des comportements agressifs, c'est aussi un mécanisme qui a permis la survie de l'espèce.

Là encore, signalons que la faim a diminué dans le monde. Mais il reste un paradoxe : la faim pourrait avoir disparu complètement, et pour autant elle est maintenue par des décisions politico-économico-agro-écologiques absurdes. La violence est dans le fait de maintenir 870 millions de personnes dans la faim (alors qu'aujourd'hui, des cultures sont réservées aux biocarburants, qu'1,4 milliards d'adultes sont en surpoids et 42 millions d'enfants...).

Une autre forme de violence émerge depuis la deuxième moitié du XXe siècle et le développement de l'industrie agro-alimentaire, qui maltraite les animaux d'élevage, considérés comme des choses et non plus des êtres vivants, et produit de la viande et des aliments de mauvaise qualité : la « malbouffe »<sup>52</sup> rend malade, c'est désormais avéré (obésité, qui tue désormais trois fois plus que la malnutrition au

<sup>51</sup> [http://www.scienceshumaines.com/pub-et-violence-ne-font-pas-bon-menage\\_fr\\_11015.html](http://www.scienceshumaines.com/pub-et-violence-ne-font-pas-bon-menage_fr_11015.html)

<sup>52</sup> Sucres, édulcorants, graisses animales, graisses végétales hydrogénées, produits laitiers sucrés et dérivés, colorants, conservateurs...



niveau mondial, selon une étude parue dans *The Lancet*<sup>53</sup>, maladies cardio-vasculaires, diabète, cancers, hyperactivité, et même asthme, rhinite allergique et eczéma<sup>54</sup> et aurait sur le cerveau un effet similaire à celui des drogues dures<sup>55</sup>). Elle rendrait aussi violent : si certains aliments réduisent les tendances dépressives (fruits, légumes, acides gras essentiels<sup>56</sup>), d'autres aliments auraient une influence dans les comportements violents : plusieurs recherches montrent un lien entre la surconsommation de produits sucrés (soda, sucreries) l'hyperactivité et les comportements violents.

Des études publiées dans la revue *The Lancet*, répondant aux critères de recherche scientifique fiables<sup>57</sup>, montrent que les symptômes d'hyperactivité (une variable souvent liées aux conduites agressives) chez les enfants sont aussi corrélés à la consommation de boissons et sucreries contenant des conservateurs (notamment les benzoates) et des colorants alimentaires<sup>58</sup>.

Des études menées auprès de prisonniers ont également montré un lien entre l'alimentation et les comportements agressifs (baissant de 35% pour ceux qui avaient reçu une supplémentation en acides gras essentiels).

Cette « violence alimentaire » se double une violence économique<sup>59</sup> : en Europe, les populations les plus en surpoids sont aussi les plus pauvres, et on commence à constater la même chose dans les pays intermédiaires (comme les Philippines) où la « malbouffe » arrive ainsi que le régime alimentaire typiquement américain, riche en produits laitiers que les populations asiatiques et africaines ne digèrent pas<sup>60</sup>, et en pain blanc (dont l'index glycémique — qui mesure la vitesse de passage du glucose dans le sang — est équivalent à celui du sucre : manger du « pain américain » équivaut ainsi à manger du sucre blanc, et n'a aucune autre valeur nutritive hormis les mauvaises graisses qu'il contient également).

<sup>53</sup> <http://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736%2812%2961719-X/fulltext> décembre 2012

<sup>54</sup> Une étude parue dans la revue *Thorax* montre que les enfants et adolescents mangeant de la nourriture de type fast-food plus de 3 fois par semaine ont un risque accru d'environ 30% de souffrir d'asthme sévère, de rhinite allergique et d'eczéma, <http://thorax.bmj.com/content/early/2013/01/03/thoraxjnl-2012-202285.abstract?sid=8b422e1b-abd1-4347-b403-c38d80d2f8ce>

<sup>55</sup> Une étude publiée dans *Nature* montre que les triglycérides (corps gras) d'origine nutritionnelle, ont un effet analogue aux drogues dures pour le cerveau (sur le circuit de la récompense et de la motivation) <http://www.nature.com/mp/journal/vaop/ncurrent/full/mp201431a.html>

<sup>56</sup> Des recherches montrent qu'une alimentation riche en graisses et en sucre (produits frits et transformés, produits laitiers riches en graisse et desserts sucrés) augmentait de 58% les syndromes dépressifs par rapport à une alimentation intermédiaire. En revanche, les personnes ayant une alimentation riche en fruits, légumes et poissons avaient moins de syndrome dépressif que la moyenne (26%). Ce serait dû à la présence de folates dans les légumes (brocolis, choux, épinards, asperges, avocats, lentilles, pois chiches) et aux acides gras essentiels contenus dans les poissons : les fameux acides gras omega-3, qui représentent une composante importante de la membrane des neurones, aux propriétés anti-inflammatoires, et qui réduisent aussi les risques cardio-vasculaires. Ainsi, l'alimentation joue un rôle dans certains types de dépressions. Magazine *Cerveau & Psycho*, l'essentiel « Les Racines de la violence », nov. 2011 – janv.2012, p.23.

D'autres études ont été menées en milieu scolaire et montre une baisse de l'agressivité, une meilleure concentration des élèves, et des résultats scolaires améliorés lorsque les repas servis à la cantine sont riches en produits frais, fruits et légumes et ne contiennent plus de nourriture industrielle.

<sup>57</sup> *Food additives and hyperactive behaviour in 3-year-old and 8/9-year-old children in the community: a randomised, double-blinded, placebo-controlled trial*, *The Lancet*, Volume 370, Issue 9598, Nov. 2007

<http://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140673607613063/abstract>

<sup>58</sup> Conservateurs (notamment les benzoates = les additifs de E210 à E215) et colorants alimentaires (E102, 104, 110, 122, 124, 129...).

<sup>59</sup> « Les niveaux de production actuels sont déjà suffisants pour nourrir la planète. L'équivalent de 4 972 calories par habitant est produit par jour en moyenne dans le monde sous forme de productions végétales, mais seule environ la moitié (2 468 calories par jour et par habitant en moyenne) arrive dans les assiettes des consommateurs du monde. Une très grande partie des quantités produites est utilisée pour nourrir les animaux d'élevage intensif, transformées en biocarburants ou encore gaspillées, que ce soit après la récolte, dans les supermarchés, ou au sein des foyers » [http://www.liberation.fr/monde/2012/10/18/la-faim-dans-le-monde-alibi-pour-le-developpement-des-ogm\\_853892](http://www.liberation.fr/monde/2012/10/18/la-faim-dans-le-monde-alibi-pour-le-developpement-des-ogm_853892)

<sup>60</sup> Quasiment 100% de la population asiatique et 90% de la population subsaharienne sont intolérantes au lactose. L'intolérance au lactose provoque des troubles digestifs et diarrhées et peut provoquer surpoids et obésité en cas de surconsommation.



## Une nouvelle forme de violence ? La violence écologique

En détruisant notre environnement, notre planète, en polluant la terre où nous cultivons ce que nous mangeons, en contaminant les réserves d'eau potable de la planète et des générations futures (si elles peuvent encore survivre...), nous scions la branche de l'arbre sur laquelle nous sommes assis... La société de consommation scie la branche à la tronçonneuse et non plus à la scie à bois... Nous ne sommes pas distincts de notre environnement, nous y sommes intrinsèquement liés, nous ne pouvons survivre sans air, sans eau, sans la nourriture qui est fournie par notre environnement. Toutes les violences que nous faisons subir à notre environnement, au vivant, nous nous les faisons subir à nous-mêmes (et à nos enfants, et aux enfants de nos enfants...).

L'agriculture moderne n'a pas sauvé la planète de la faim. Il faudrait pour cela des décisions politiques, et pas uniquement économiques dictées par une recherche de profit qui n'est plus en lien avec le travail et la production fournis, ni même avec les besoins humains... L'agriculture moderne occidentale pollue les sols, les eaux, contamine les végétaux, met la biodiversité en danger, maltraite et abat les animaux<sup>61</sup> dans les industries d'élevage intensif (si on peut encore appeler cela de l'élevage<sup>62</sup>)... met en danger la santé des agriculteurs (surexposés aux pesticides) et *in fine*, si rien ne change, toute la planète et ses habitants. A qui profite le crime ?...

« 775 millions de tonnes de maïs et de soja sont cultivées dans les pays en voie de développement afin d'être envoyées dans les pays développés nourrir les élevages industriels. Le rendement est nul ! Il faut 10 kilos de protéines végétales pour produire 1 kilo de protéine animale. C'est le monde à l'envers...

Ensuite il y a un coût humain, parce que ces légumes sont enlevées aux populations qui ont besoin de nourriture, mais il y a également un coût environnemental puisque les excréments des grands élevages bovins secrètent du méthane, une des premières causes du réchauffement climatique.

Enfin, il y a une question éthique vis à vis des animaux, une question vis à vis de la santé humaine, une question vis à vis de la pauvreté et une autre vis à vis de l'environnement. Selon les Nations Unies, manger beaucoup moins de viande serait une des meilleures façons de réduire les inégalités et les problèmes environnementaux... Il ne s'agit pas de devenir des végétariens fanatiques, mais de se réguler pour arrêter ce massacre permanent » (Mathieu Ricard<sup>63</sup>).

Si l'usage de plantes hybrides et des engrais chimiques qui leur sont indispensables, peut se justifier pour booster les rendements agricoles en situation de crise, leur usage ne permet pas une agriculture pérenne et les pesticides requis contaminent et détruisent l'environnement (les plans issus d'hybrides ne peuvent être réutilisés à la saison suivante ou alors ils ont des rendements bien moindre que les variétés traditionnelles, tout en requérant plus d'engrais chimiques sans lesquels ils ne croissent pas...). Les valeurs nutritives des variétés hybrides sont aussi souvent moindre (tel le maïs hybride promu en monoculture pendant les 30 années de la dictature de Banda au Malawi, mangé sous la forme de bouillie, la *n'sima*, dont la valeur nutritive est à peu près équivalente à celle du sucre blanc, qui provoque un pic glycémique suivi d'une hypoglycémie...).

### Les OGM, ultime violence aux règnes animal, végétal et humain ?

Sur le moyen terme, les OGM n'ont pas un rendement supérieur aux variétés traditionnelles (qu'ils mutilent en les contaminant). Ils sont dépendants des pesticides toxiques sans lesquels ils ne peuvent croître. Les plants sont stériles, c'est-à-dire qu'ils ne peuvent être replantés à la saison suivante, mais que les agriculteurs (y compris les plus pauvres) doivent racheter des plants à chaque saison, et des pesticides, trop coûteux pour les paysans les plus pauvres... (Et leur coût n'inclut pas les dégâts

<sup>61</sup> Voir aussi « Faut-il encore manger de la viande », dans le n° de décembre 2012 de Sciences Humaines et le documentaire québécois « La face cachée de la viande » <http://www.youtube.com/watch?v=vJCiHeIVQnQ>

<sup>62</sup> A ce sujet, on peut lire l'enquête menée par Jonathan Safran Foer, publiée en 2011 aux éditions de l'Oliver sous le titre *Faut-il manger les animaux ? (Eating Animals)*, Little, Brown and Company 2009, Penguin 2010)

<sup>63</sup> [http://www.huffingtonpost.fr/2013/09/21/plaidoyer-pour-laltruisme-mathieu-ricard-interview\\_n\\_3954284.html](http://www.huffingtonpost.fr/2013/09/21/plaidoyer-pour-laltruisme-mathieu-ricard-interview_n_3954284.html)



environnementaux...). Pour le profit de qui... ? Certainement pas des petits agriculteurs (voir l'article « Malawi, les champs captifs de Monsanto »<sup>64</sup> <sup>65</sup>).

Enfin, notons aussi que ce que nous mangeons impacte notre ADN en inhibant ou en activant certains gènes (*Sciences et vie* n°1134, mars 2012) alors forcément, les OGM aussi et les conséquences sont imprévisibles. Les études qui prétendent le contraire ont été manipulées par le lobby de l'agro-alimentaire (*Sciences et Avenir* n°782, mars 2012). Les recherches donnent des résultats contradictoires (selon les commanditaires et financeurs...), ou en tout cas, controversés. *A minima*, les conséquences des OGM sont imprévisibles... Peut-on continuer impunément à nourrir les animaux d'élevage aux OGM — comme c'est le cas aujourd'hui — et à utiliser des OGM pour l'alimentation humaine (dans la viande et le lait des animaux nourris avec des OGM, dans les additifs tels que la lécitine de soja...)?

« La destruction de l'environnement par les humains est une faute morale qui fait peser sur eux une lourde responsabilité puisqu'ils altèrent à jamais (...) la trajectoire de l'évolution. C'est une atteinte à l'accomplissement des possibles — de tous ces possibles imprévisibles ».  
Jacques Blondel, *L'archipel de la vie*, Buchet-Chastel Coll. Ecologie, 2012<sup>66</sup>

« L'aspect le plus désolant et pathétique du déclin de la biodiversité biologique est qu'elle dévalorise la perception que l'homme a de lui-même dans son rapport à la nature » (ibid) : l'homme en détruisant la biodiversité, attaque la fonction créatrice de la planète, et sa propre vie. La moitié des espèces vivantes sur la planète sont des parasites. Peut-être l'homme est-il devenu un parasite, et le plus destructeur. Mais à la différence des autres parasites, l'homme a le choix d'exercer sa conscience et sa responsabilité...

« Dans notre monde contemporain régi par une extrême interdépendance, les individus et les nations ne peuvent plus résoudre seuls la plupart de leurs problèmes. Nous avons besoin les uns des autres. Il nous faut par conséquent, acquérir un sens universel de notre responsabilité... C'est notre responsabilité collective autant qu'individuelle, de protéger et de nourrir la famille planétaire, de soutenir ses membres les plus faibles et de prendre soin de l'environnement dans lequel nous vivons tous" Dalai Lama, *A policy of Kindness*<sup>67</sup>.

Si j'ai fait ce panorama des différentes formes de violence, c'est pour insister sur le fait que **la violence d'un individu survient toujours dans le contact avec un environnement violent** ou perçu comme tel : soit l'environnement actuel de la personne, soit son environnement d'autrefois (l'environnement familial de son enfance, par exemple, dans le cas d'une personne qui a été maltraitée), à partir duquel l'individu se forme un modèle de représentation du monde : il sélectionnera dans son environnement actuel tous les éléments et signes potentiellement violents ou menaçants, confirmant ainsi sa perception du monde et sa position de victime, ou alors reproduira adulte la violence subie pendant l'enfance.

<sup>64</sup> Malawi, les champs captifs de Monsanto <http://www.liberation.fr/terre/01012322087-malawi-les-champs-captifs-de-monsanto> Libération 25.02.2011

<sup>65</sup> La faim dans le monde, alibi pour le développement des OGM, Libération 18.10.2012  
[http://www.liberation.fr/monde/2012/10/18/la-faim-dans-le-monde-alibi-pour-le-developpement-des-ogm\\_853892](http://www.liberation.fr/monde/2012/10/18/la-faim-dans-le-monde-alibi-pour-le-developpement-des-ogm_853892)

<sup>66</sup> <http://www.humanite-biodiversite.fr/doc/enjeux-d-une-ethique-de-l-environnement>

<sup>67</sup> cité par Sogyal Rinpoche *Le livre tibétain de la vie et de la mort*, Livre de poche 1993-2003



### 3. La violence et l'enfant <sup>68</sup>

**a. Au début de la vie, le bébé prend contact avec son environnement avec sa bouche** d'où l'appellation de « stade oral » qui recouvre les 6 premiers mois de la vie<sup>69</sup> (ce n'est pas uniquement une recherche de satisfaction alimentaire, mais un mode de connaissance du monde, puisqu'il mémorise les textures et formes des objets qu'il met en bouche, et qu'il pourra les reconnaître après par la vue sans les toucher). **Si c'est bon, on avale, sinon on recrache.**

La bonne mère qui donne le sein est introjectée, « mise à l'intérieur de soi » avec le lait qui est bu : alors tout est bon : soi, les sensations corporelles d'être rassasié, le relâchement musculaire, la mère, le monde. Mais si la mère indisponible, parce qu'occupée ailleurs par d'autres enfants, un mari, les tâches ménagères, ou trop fatiguée... — ou parce qu'elle a des fantasmes destructeurs vis-à-vis de son enfant (ce qui arrive à toute mère « *good enough* » selon l'expression de Winnicott<sup>70</sup> : « il crie tellement que ça me donnerait envie de le jeter par la fenêtre » : c'est bien un fantasme, ce n'est pas un souhait de mort réel), alors tout va mal mais le mal n'est pas attribué et le bébé se bat de toute ses forces et en tout sens car le mal-être est partout : en soi (contractions musculaires, faim, détresse, impuissance...), la mère est mauvaise, le monde est mauvais.

« En réalité l'enfant n'est ni bon ni mauvais, mais par l'effet de ce qui lui est accordé ou refusé par le parent nourricier, l'enfant éprouve des émotions extrêmement puissantes (...) Le temps de l'oralité est celui de l'extrémisme pour l'enfant comme pour le parent qui ressent l'enfant tour à tour si bon "qu'on en mangerait" ou si gênant qu'on le tuerait ». (Christiane Olivier, *L'ogre intérieur, De la violence personnelle et familiale*, Poche Fayard 1998).

En fait, lorsque la mère excédée, ressent cela (« je pourrais le jeter par la fenêtre »), par un phénomène d'identification introjective concordante (identification projective du bébé, introjectée par la mère, dans la même tonalité) elle ressent quelque chose d'une force analogue à ce que ressent son bébé et qu'il projette en elle : tout est mauvais, elle est mauvaise, elle est une si mauvaise mère qu'elle pourrait même penser à jeter son bébé par la fenêtre (mais elle ne le fait pas, et c'est pourquoi elle est une mère « *good enough* » !).

En prenant conscience que ce qu'elle ressent si fort est en miroir (*un miroir*) de la violence de ce que ressent son bébé, elle peut prendre de la distance par rapport à son propre ressenti, et rentrer en relation avec son bébé avec compassion, pour réguler sa rage et l'en sortir.

Mais les angoisses du bébé nous font retoucher nos propres angoisses archaïques : si personne n'est venu vers nous lorsque nous étions bébés, pour réguler ces angoisses et nous aider à en sortir, le risque est que ces expériences aient altéré notre capacité d'auto-régulation, et dès lors, notre capacité à venir en aide à nos enfants pour réguler leur angoisse.

La rage du bébé vise à la fois à sortir le mauvais de soi et à se protéger du mauvais qui pourrait venir de l'extérieur et entrer en soi. Mais à ce stade là, sans aide extérieure, il ne parvient pas à se réguler, sauf à tomber dans l'épuisement. Une à deux fois, le bébé surmontera. Mais si c'est régulièrement qu'il est laissé seul dans sa rage, une trace durable restera dans son psychisme et dans son corps.

<sup>68</sup> Ce paragraphe est basé sur l'article *L'enfant violent* du n° spécial « *Les Racines de la violence* », Magazine Cerveau & Psycho, l'essentiel: nov. 2011 – janv.2012, p. 28 et suivantes

<sup>69</sup> Le « stade oral » recouvre les 6 ou 12 premiers mois de la vie selon les théories psychanalytiques du développement de l'enfant : voir § 4 p.15 du document « Les étapes du développement de l'enfant: de la conception à... » Anne Carpentier, Réseau Pratiques

[http://www.interaide.org/pratiques/sites/default/files/Etapes\\_du\\_developpement\\_Anne\\_Carpentier\\_2011-2012.pdf](http://www.interaide.org/pratiques/sites/default/files/Etapes_du_developpement_Anne_Carpentier_2011-2012.pdf)

<sup>70</sup> La formule de Donald W. Winnicott, pédiatre et psychanalyste anglais (1896-1971) "*a good enough mother*" a été inexactement traduit en français par "mère suffisamment bonne". "*Good enough*" veut dire "passable" : voici ce qu'en dit la grande psychanalyste (parfaitement bilingue puisque néo-zélandaise, formée par Winnicott à Londres puis Lacan à Paris) Joyce Mac Dougall : « ce propos, il est à noter que la traduction désastreuse en français de "*good enough mother*" ne veut absolument pas dire "suffisamment bonne", loin de là. "Good enough" implique : "c'est pas très bien, mais ça peut aller" adéquate sans plus. Et Winnicott d'ajouter que la "*good enough mother*" est quelqu'un qui "n'est pas trop persécutante pour son bébé" ».



Cette rage, cette « agressivité » précoce est normale et se manifeste dès la première année de la vie. Elle croît à mesure que l'enfant se découvre dépendant de sa mère : elle l'adore, il l'adore (si tout va bien...) et il la hait en même temps de se sentir si dépendant d'elle. C'est le temps où doit se construire l'ambivalence à l'égard de cette figure d'attachement privilégiée — toute bonne quand elle accède à ses désirs, toute mauvaise lorsqu'elle le frustre, ou qu'elle interdit<sup>71</sup> — pour croître dans le processus de séparation-individuation<sup>72</sup>.

« Dans la relation d'objet orale<sup>73</sup>, sujet et objet se confondent et tout peut devenir « mauvais », en un seul instant, aussi bien l'objet que le sujet. Ainsi se comprend *le cheminement exact de la violence adulte* où en un instant tout ce qui est extérieur, tous ceux qui sont alentour peuvent être ressentis comme « mauvais objets » à détruire ou contre qui hurler... La violence adulte est à l'origine d'actes monstrueux car l'homme qui se déchaîne est capable de cogner, casser, tuer, alors que le bébé *en proie aux mêmes sentiments* ne peut que hurler, nous « casser les oreilles » et rester coller au fond de son berceau, impuissant à atteindre l'Autre. Mais les deux comportements, du bébé et de l'adulte, sont l'expression du même schéma intérieur ». (Christiane Olivier, *L'ogre intérieur*, 1998).

Si l'adulte ne vient jamais, ou rarement, ou aléatoirement, ou inadéquatement, répondre à la demande de contact du bébé, répondre à son besoin, cette **impuissance à atteindre l'autre s'imprimera dans une hypertension musculaire et dans les circuits neuronaux du bébé, et pourra faire le lit d'une violence ultérieure**, qu'elle soit tournée vers l'extérieur ou auto-agressive, retournée contre soi.

b. « La violence de type anal [de 1 à 2 ans<sup>74</sup>], plus tardive, est une violence de type dominatrice et séparatrice avec besoin de tenir l'Autre en son pouvoir, contrairement à la violence orale qui veut tout réduire à néant, y compris soi-même » (Christiane Olivier, *Op. citée*). C'est cette forme de violence orale, retournée contre soi que l'on trouve dans tous les comportements addictifs et les troubles du comportement alimentaire (on recrache le « mauvais objet » dans la boulimie-vomisseuse, on refuse de laisser rentrer en soi le mauvais objet, dans l'anorexie).

**Chez l'enfant** plus grand (1 à 2-3 ans), la **réaction d'opposition** à l'entourage, qu'on qualifie parfois d'agressivité, est une composante **normale** de la croissance psychique, affective, relationnelle et comportementale du petit enfant.

L'enfant qui veut obtenir un objet ou exprimer un mécontentement, agresse ses parents, jette son jouet par terre... Il ne le fait pas pour faire du mal. Ce comportement lui permet de préciser ses sentiments, d'exprimer son besoin et de tester son environnement : mon environnement relationnel (familial, éducatif...) est-il en mesure de répondre à mes besoins ? De m'apprendre à les différer de manière constructive, nourrissante ? De me protéger ? De me donner des limites qui me protègent sans annihiler ma volonté ? L'identité de l'enfant se construit à travers ces interactions avec son environnement, son narcissisme (sentiment de soi, de sa valeur, fondement de la confiance en soi, de l'estime de soi<sup>75</sup>) se consolide.

<sup>71</sup> On trouve une trace de cette mère totalement bonne / totalement mauvaise dans les contes de fée, avec la bonne mère de la prime enfance (qui devinait et répondait avec amour à tous nos besoins) qui meurt, et la mauvaise marâtre qui arrive (la mère qui pose des limites avec autorité, qui gronde et qui interdit) : les polarités « bonne » et « mauvaise » sont représentées dans deux personnages distincts — mais chaque parent a bien les deux en soi, ce qui n'est pas toujours facile à accepter (pour l'enfant, *et pour le parent* !!!).

<sup>72</sup> Sur l'attachement, voir aussi « Les étapes du développement de l'enfant: de la conception à... » sur Pratiques [http://www.interaide.org/pratiques/sites/default/files/Etapes\\_du\\_developpement\\_Anne\\_Carpentier\\_2011-2012.pdf](http://www.interaide.org/pratiques/sites/default/files/Etapes_du_developpement_Anne_Carpentier_2011-2012.pdf)

<sup>73</sup> La théorie des relations d'objet décrit le processus par lequel l'esprit grandit en relation avec les autres dans l'environnement. Les "objets" de la théorie sont des personnes réelles et l'image que nous avons internalisées de ces personnes et de la relation que nous avons avec elles.

<sup>74</sup> Du stade anal (de 1 à 2 ans) selon les théories psychanalytiques du développement de l'enfant : voir § 4 p.16 du document « Les étapes du développement de l'enfant: de la conception à... » Anne Carpentier, Pratiques [http://www.interaide.org/pratiques/sites/default/files/Etapes\\_du\\_developpement\\_Anne\\_Carpentier\\_2011-2012.pdf](http://www.interaide.org/pratiques/sites/default/files/Etapes_du_developpement_Anne_Carpentier_2011-2012.pdf)

<sup>75</sup> **Le narcissisme** dans le développement de l'enfant : « Classiquement la théorie psychanalytique distingue le *narcissisme primaire*, où l'amour de soi prioritaire précède l'amour des autres, et le *narcissisme secondaire* qui désigne un retour à la personne propre de l'amour retiré aux objets. Le narcissisme secondaire implique, comme il en sera question dans le chapitre qui lui est consacré, l'*introjection* de l'objet et l'*identification* à celui-ci. C'est en effet après avoir intériorisé l'amour de sa mère reconnue dans son altérité que l'enfant pourra secondairement



**Les réponses de l'environnement à ces actes agressifs sont essentielles pour la construction psychique de l'enfant.** Des réactions adaptées de l'entourage sont nécessaires pour que « l'essai agressif » soit transformé, pour qu'il serve à une vision cohérente de soi et du monde. Si face à un comportement agressif (par exemple l'enfant jette violemment son jouet) les parents ne réagissent pas, ou réagissent de manière inadaptée, le risque est que ces comportements agressifs et stériles se multiplient. Le parent ou l'éducateur doit entendre le signal agressif et se montrer touché, en colère ou peiné, **pour que l'enfant comprenne que ses actes marquent le monde environnant.**

Progressivement l'enfant mesure son emprise sur le monde : **ses actes et ses paroles ont une portée, un effet sur les autres, dont il peut en retour se sentir touché**, (ou culpabilisé parfois). **Ainsi naît l'empathie.** L'enfant tentera alors de réparer la peine ou le tort qu'il a causé.

L'**agressivité « normale »** se structure donc à travers les interactions constructives avec l'environnement familial et éducatif, et s'apaise après 3 ans lorsque l'enfant est suffisamment sécurisé sur le plan de la construction et de la stabilité de son identité (de son narcissisme, cf. note ci-dessus). Le sentiment narcissique de l'enfant s'est construit à travers des interactions « suffisamment bonnes » avec l'environnement maternant qui aura porté, bercé, nourri suffisamment sans gaver, respecté les rythmes de l'enfant, répondu à ses besoins avec douceur ou fermeté... La manière dont l'adulte interprète et répond aux signaux du bébé est donc capitale pour que le petit enfant construise un sentiment de soi solide et stable. Il sait alors qui il est et fait confiance à son environnement relationnel et matériel ; il peut explorer le monde et faire face aux aléas du quotidien, en s'appuyant quand nécessaire sur ses figures d'attachement privilégiées.

## La violence sur l'enfant

Suzanne Robert-Ouvray définit la violence faite à l'humain à partir de la notion de besoins :

« Les besoins fondamentaux de l'être humain sont physiologiques: boire, manger, dormir, évacuer l'air, l'urine, les fèces, besoin de stimulations et de calme et ils sont également psychologiques : besoins de tendresse, de sécurité, de reconnaissance, de valorisation, de respect, de communication verbale et non-verbale, de repères, besoin de plaisir, de jeu, de rêves, de rire, de cohérence, d'expression, de réussir, de se réaliser, de créer...

Lorsque ces besoins sont trop massivement ou trop souvent frustrés le sujet vit une violence et entre dans la souffrance.

**A chaque fois que j'impose mon besoin à une autre personne sans me soucier de ce que ça lui fait vivre, en la traitant comme si elle n'était qu'un objet à consommer, je suis dans une violence. A chaque fois que je frustre et que je bafoue quelqu'un de ses besoins fondamentaux, je lui fais violence.**

« A partir de cette compréhension de la violence, il me semble que les violences symboliques qui n'atteignent pas directement le corps vont frustrer néanmoins tous les besoins de respect et de sécurité de l'être humain et entraîner des angoisses qui changent de forme en fonction du degré d'organisation psycho corporel du sujet. (...)

Lorsque l'enfant grandit, les violences symboliques peuvent changer de formes. Car le plus souvent ce qui n'avait pas été formulé pour donner un sens se transforme en jugements de valeurs, en dévalorisations, en humiliations, en injures.

---

s'aimer comme on l'a aimé et comme on l'aime, fondement de l'estime de soi ». Pierre Dessuant *Le narcissisme*, P.U.F. « Que sais-je ? », 2007 (5<sup>e</sup> éd.), p. 3-6.: [www.cairn.info/le-narcissisme--9782130564119-page-3.htm](http://www.cairn.info/le-narcissisme--9782130564119-page-3.htm).  
 A ne pas confondre, donc, la **personnalité de type narcissique** (la personnalité narcissique se sent « spéciale » et en droit d'obtenir un traitement de faveur par rapport aux autres. Au fond, elle est fragile, en proie à des doutes sur sa valeur, qui occasionnent parfois des crises de rage. Un déficit d'amour durant la petite enfance peut mener à ce type de personnalité). Tout le monde a des traits de personnalité pathologique (histrionique, obsessionnelle, paranoïaque, dépendant, schizoïde...); c'est leur **rigidification**, la souffrance ou l'altération du fonctionnement social qui signeront le diagnostic d'un **trouble de la personnalité**.

Septembre 2012 – Mâj 01-2013 26



Réseau PRATIQUES

Partages d'expériences et de méthodes pour améliorer les pratiques de développement

<http://www.interaide.org/pratiques>

Il est des familles où on ne touche jamais un enfant, il n'y a pas de coups, mais il n'y a pas de tendresse non plus. Les violences passent par des conditionnements, par des chantages affectifs, par des plaintes, des culpabilisations plus ou moins insidieuses, par des lavages de cerveau, par des interdictions ou des exigences excessives et prématurées. (...)

Les violences symboliques mettent en jeu le langage. Le violent utilise les mots comme des coups, comme des armes, pour humilier, détruire, asservir l'autre. (...)

Les violences symboliques passent par le langage mais aussi par l'absence de langage. Violence du silence : "Je ne te parle plus", menace courante chez les enfants qui ont appris la douleur du silence prémédité. La rupture de la communication frustre lourdement le besoin fondamental de l'être humain d'être en relation. Réduire l'enfant au silence, c'est le tuer psychologiquement. Tuer sa parole qu'elle soit verbale, émotionnelle, corporelle, c'est nier son existence. Ne rien montrer sur son visage, rester de marbre, ne rien dire, ne pas réagir aux émotions d'autrui. C'est la loi du silence. C'est la souffrance du vide affectif, du manque relationnel, de l'absence d'autrui. Parler à un mur, ne jamais être écouté ou alors être pris dans les mailles de l'autre pervers qui joue de son pouvoir de parole. Couper la parole de l'enfant, parler à sa place, ne jamais tenir parole envers lui, autant de violences symboliques que le petit vit dans son corps comme une bousculade, dans une négation de lui-même, comme une offense à son statut d'humain. C'est l'enfant en entier qui est ébranlé, car tous les niveaux d'organisation de l'humain (tonique, sensoriel, affectif, représentatif, langagier pour ce qui est du psychomoteur) sont alors disloqués. (...) « La non-reconnaissance, la culpabilisation, la dévalorisation, le dénigrement systématique entraînent l'inhibition de la personne. Si les réactions peuvent parfois être violentes dans les heures, jours ou années qui suivent, le sujet reste au fond de lui dans une insécurité émotionnelle permanente, dans un manque de confiance en soi et dans une méfiance parfois emprisonnante vis-à-vis des autres ».

Suzanne Robert-Ouvray, *Les violences psychologiques et le corps souffrant*  
<http://s.robertouvray.free.fr/articles.htm>

## L'enfant violent

Mais les comportements agressifs peuvent se transformer en violence s'ils ne trouvent pas de réponse adaptée. Pour Winnicott, pédiatre et psychanalyste anglais (1896-1971) les deux réponses inadéquates les plus extrêmes sont l'absence de réponse et la réponse violente.

- Dans le premier cas, « l'essai agressif », tentative de contact avec l'environnement, reste sans réponse : c'est une sorte de cri dans le vide. Ce vide est une forme de violence, car sans réponse, l'enfant se sent nié dans son besoin de contact.

- Dans le second, il ne reçoit en réponse qu'une violence en miroir qui ne lui permet aucune différenciation de son acte et de celui de l'adulte. Quand l'agressivité normale du petit enfant est gérée par les parents de manière inadéquante ou pathologique (non-réponse ou réponse violente), elle fait le lit d'une susceptibilité ultérieure aux apprentissages violents.

La violence de l'enfant témoigne d'une incertitude identitaire, qui trouve sa source dans une défaillance des relations précoces.

« La naissance d'un enfant fait revivre aux parents (même de manière non-consciente) leur propre arrivée dans le monde. Et si ils n'ont pas reçu de soins adéquats, ou pire s'ils ont été négligés, maltraités ou abusés, cela peut être difficile pour eux de devenir des parents « assez bons » ("good enough") sans soutien extérieur.

Pour pouvoir devenir un assez bon parent, il faut avoir pu intérioriser les qualités d'un parent « good enough » (c'est-à-dire être capable d'être une assez bonne mère pour soi-même : être capable de réguler ses propres émotions, de tolérer le stress et la frustration, de tolérer ses propres émotions



négatives ainsi que celles des proches, et de retrouver un équilibre intérieur après une interaction négative, et de se reconforter soi-même) »<sup>76</sup>.

Généralement, les parents des enfants devenus violents n'ont pas été capables de percevoir que les signaux — pleurs, regards, mimiques, gestes, etc. — émis par le bébé sont l'expression de ce qu'il ressent lui, en tant que personne différente de soi. La mère / le père (l'environnement maternel) ne fait que projeter ses propres sentiments sur son bébé : quand elle est angoissée par les pleurs du bébé, elle pense que son bébé pleure parce qu'il est angoissé — elle ne comprend pas qu'il pleure parce qu'il a faim, par exemple, ou parce qu'il est fatigué... Elle va alors le bercer pendant des heures, ou le réprimander, avant de penser à lui donner à manger. A l'inverse une mère peut gaver son enfant peu importe le signal qu'il émet (fatigue, inconfort...).

Les bébés ont six types de pleurs différents que les parents « *good enough* » apprennent à décrypter et auxquels ils répondent de manière adéquate dans la plupart des cas<sup>77</sup>. Là au contraire, la réponse du parent est inappropriée et ce, de manière constante. L'inconfort de l'enfant se mue en détresse, si bien que la réponse du parent est de moins en moins adaptée.

Les parents qui se comportent ainsi ont souvent connu eux-mêmes dans leur enfance une détresse ou une violence intime, même s'ils n'en ont pas conscience. Ils ont grandi dans des conditions difficiles et ne se rendent pas compte de leur attitude inadéquate vis-à-vis de leur bébé. Cette maltraitance ne laisse pas de trace de coups sur le corps du bébé, mais peut avoir des conséquences tragiques, si il n'y a pas un environnement familial ou éducatif qui puisse compenser la défaillance parentale (et nourrir la résilience de l'enfant). Mais il peut y avoir une inscription corporelle : on voit des nourrissons présentant une hyperactivité motrice et des contractions musculaires probablement douloureuses, et à tout le moins inconfortables, constituant un auto-agrippement musculaire, première manifestation d'un besoin d'une relation qui les soutienne et les aide à se développer.

Un traumatisme unique, même intense, sera moins mutilant pour un moi en construction que l'accumulation de microtraumatismes que subit l'enfant dans une situation de défaillance parentale précoce (la défaillance parentale peut aussi avoir une cause plus ponctuelle, et être induite par une dépression<sup>78</sup>, un deuil...).

C'est la dyade parent-enfant qui souffre, même si le parent n'a pas conscience de cette souffrance (ou alors tient le bébé pour responsable de son propre mal-être : « il pleure tout le temps... », « il est insupportable »...).

Cette inadéquation parentale ne permet pas au petit enfant de construire ses repères ni son identité. Il ne parvient pas à bien identifier ses propres vécus internes — corporels, émotionnels et affectifs — car ils ont constamment été mal identifiés par l'environnement. Les pulsions sont intenses, non ajustées, non ajustables, car jamais apaisées par une réponse satisfaisante. L'enfant va alors chercher en permanence le sentiment narcissique qu'il ne trouve pas auprès de ses parents.

« L'enfant qui n'entend pas les mots langagiers ou corporels de son parent qui viendraient confirmer son ressenti reste dans le vide psychique. Même si le désir du parent n'est pas de faire souffrir l'enfant, celui-ci vit une violence impensable et inélaborable, faute d'accès au symbolique ».

Suzanne Robert-Ouvray, *Les violences psychologiques et le corps souffrant*  
<http://s.robetouvray.free.fr/articles.htm>

<sup>76</sup> Les étapes du développement de l'enfant: de la conception à... Anne Carpentier, Réseau Pratiques  
[http://www.interaide.org/pratiques/sites/default/files/Etapes\\_du\\_developpement\\_Anne\\_Carpentier\\_2011-2012.pdf](http://www.interaide.org/pratiques/sites/default/files/Etapes_du_developpement_Anne_Carpentier_2011-2012.pdf)

<sup>77</sup> Le bébé pleure différemment selon qu'il a faim, qu'il a mal, qu'il est dans l'inconfort, ou quand il s'ennuie, quand il est fatigué et quand il est stressé, cf. Brazelton, *Points forts de 0 à 3 ans*.

<sup>78</sup> Sur la dépression périnatale, voir la fiche « Les dépressions au fil de la vie » Anne Carpentier, Pratiques  
<http://www.interaide.org/pratiques/node/214>



La violence pourra être un mode de réaction à cette défaillance parentale précoce — c'est une éventualité parmi d'autres réactions possibles telle que la dépression<sup>79</sup>, l'hyperactivité et plus tard, les addictions, les troubles du comportement alimentaire<sup>80</sup>... La violence peut d'ailleurs être une défense, la seule que l'enfant aura trouvée dans cet environnement non protecteur, contre l'effondrement de la dépression. Il peut aussi rechercher dans la sensation la preuve de son existence : on verra alors des enfants se cogner, tomber, se blesser plus qu'il est habituel pour les enfants du même âge. Il peut ainsi chercher à travers la douleur comme limite corporelle les limites qu'il ne trouve pas ailleurs. Plus grand il peut avoir des colères explosives, où l'enfant tape, cogne, sans percevoir qu'il fait mal ni qu'il se fait mal à lui-même. Les enfants violents pleurent rarement, ou alors de rage et d'impuissance : mais ils sont inconsolables, car leur angoisse n'est pas due à la peur d'être abandonné, mais à la peur du néant — néant qu'ils ont parfois ressenti dans leur première enfance face à un parent psychiquement absent ou dans une relation précoce complètement désaccordée, désajustée.

A la préadolescence, la violence de l'enfant devient explosive. Les blessures qu'il s'inflige ne le soulage pas, ne le rassurent pas sur son existence, car il ne les sent pas. Comme dans la petite enfance, il se tourne alors contre l'environnement. La violence est impulsive, irraisonnée, aléatoire, imprévisible, avec une méconnaissance des conséquences des actes, et une indifférence à la souffrance d'autrui : on a vu plus haut que ceci s'est développé dans des interactions précoces défaillantes, maltraitantes, donnant à l'agressivité naturelle de l'enfant des réponses inadaptées, qui ne lui ont pas permis de comprendre que ses actes ont une influence sur l'autre et sur l'environnement, ni de développer de l'empathie.

Encore une fois, si un environnement familial ou éducatif compense la défaillance parentale (et/ou si un soutien thérapeutique permet de l'atténuer ou de la résoudre...), alors l'enfant pourra reprendre le cours de son développement.

Réduire le temps passé devant la télévision et sur les jeux vidéos, et améliorer le régime alimentaire (pas de sucreries ni de soda, pas d'aspartam, de produits contenant des colorants et des conservateurs, plus de fruits, légumes, légumineuses et acides gras essentiels) auront également un effet positif en diminuant l'agressivité et l'hyperactivité, en améliorant l'attention et la concentration. Une étude canadienne montre également des liens entre l'insécurité alimentaire dans l'enfance et l'hyperactivité et les troubles de l'attention<sup>81</sup>.

## Les effets de la maltraitance sur l'enfant, adulte en devenir

Tous les troubles relationnels et traumatismes psychologiques (y compris, rappelons-le, les microtraumatismes chroniques qui peuvent passer inaperçus aux yeux de la plupart ; rappelons aussi que la violence physique constitue un traumatisme physique et psychologique) peuvent générer des troubles à long terme tant sur le plan affectif et psychologique que physique, comportemental et cognitif.

**En effet, la maltraitance dans l'enfance modifie la régulation des gènes impliqués dans la gestion du stress.** <http://www.medecine.unige.ch/actualites/details/media.php?id=P1603>.

**Elle a donc un impact à long terme sur la vie de l'individu, ainsi qu'un impact transgénérationnel**, d'autant que cette vulnérabilité au stress peut être transmise aux générations suivantes (des recherches faites par la même équipe de l'université de Genève montrent que la

<sup>79</sup> Sur la dépression du bébé et de l'enfant, voir la fiche « Les dépressions au fil de la vie ». Anne Carpentier, Pratiques <http://www.interaide.org/pratiques/node/214>

<sup>80</sup> Voir aussi la fiche sur « Les addictions » Anne Carpentier, Réseau Pratiques <http://www.interaide.org/pratiques/content/les-addictions>

<sup>81</sup> Food Insecurity and Children's Mental Health: A Prospective Birth Cohort Study, Maria Melchior and al. <http://www.plosone.org/article/info%3Adoi%2F10.1371%2Fjournal.pone.0052615>



« cicatrice » laissée sur l'ADN par un traumatisme se transmet de génération en génération, et que la trace sur l'ADN est même plus marquée à la 3<sup>e</sup> génération<sup>82</sup>).

Les travaux d'Allan Shore<sup>83</sup> montrent des rapports directs entre la maltraitance et l'attachement traumatique qu'elle génère, les fonctions régulatrices du cerveau droit, et la souffrance psychique pendant l'enfance et à l'âge adulte :

« La maltraitance ou la négligence précoce impacte négativement le cerveau en développement des nourrissons — ce qui produit des effets à long terme. Il est maintenant démontré qu'un traumatisme précoce porte atteinte au développement des capacités à maintenir des relations interpersonnelles, à gérer les événements stressants et à réguler les émotions. Des recherches interdisciplinaires démontrent que l'expérience essentielle qui façonne les patterns de réponses d'un individu est l'expérience de transactions émotionnelles qui se jouent dans la relation mère-enfant (mère = personne maternante). Nous commençons à comprendre à un niveau psychobiologique, à quel point les expériences précoces bénéfiques améliorent et à quel point les expériences précoces nuisibles inhibent le développement des mécanismes cérébraux de gestion active et passive du stress ». (Allan Shore, traduction approximative<sup>84</sup>)

Grandir dans un environnement insécure / violent / abusif, peut générer

- peu ou pas de sécurité intérieure,
- une estime de soi très faible,
- une hyper-sensibilité,
- une sensibilité à la dépression,
- une tension intérieure constante, anxiété
- une résistance basse au stress,
- une difficulté à réguler ses émotions, (la capacité à réguler les émotions se construit dès la prime enfance, à travers les interactions avec un environnement maternant "suffisamment bon")
- une difficulté à gérer les relations inter-personnelles,
- une hyper-vigilance constante qui se double d'un état de tension musculaire permanent,
- une hyperactivité mentale (un flux constant de pensées, généralement négatives, "auto-dépréciatives") ; cette activité mentale très haute peut être vue comme une conséquence due au manque de régulation émotionnelle (l'hyper-intellectualisation peut aussi servir de compensation au manque de régulation émotionnelle)
- les personnes ayant été battues ou maltraitées (violence psychologique, abus sexuel...) peuvent développer une tendance à l'autopunition, des comportements autodestructifs ou addictifs ;
- des problèmes de socialisation et une tendance à s'opposer aux lois sociales (souvent associés aux addictions, en particulier dans le cas d'addiction aux produits illégaux).
- ...

<sup>82</sup> <http://www.rts.ch/video/info/journal-19h30/3745896-des-chercheurs-de-l-unige-ont-decouvert-que-les-abus-laissent-une-trace-biologique-dans-l-adn-des-victimes.html>

<sup>83</sup> Allan Shore <http://www.allanshore.com/pdf/SchoreIMHJTrauma01.pdf>

<sup>84</sup> "Because early abuse negatively impacts the developing brain of these infants, it has enduring effects. There is extensive evidence that trauma in early life impairs the development of the capacities of maintaining interpersonal relationships, coping with stressful stimuli, and regulating emotion. A body of interdisciplinary research demonstrates that the essential experiences that shape the individual's patterns of coping responses are forged in the emotion-transacting caregiver–infant relationship. We are now beginning to understand, at a psychobiological level, specifically how beneficial early experiences enhance and detrimental early histories inhibit the development of the brain's active and passive stress coping mechanisms". Allan Shore <http://www.allanshore.com/pdf/SchoreIMHJTrauma01.pdf>



#### 4. Violence familiale et précarité ?<sup>85</sup>

On l'a vu ci-dessus, un **lien d'attachement particulier** entre parents et enfants, constitué le plus souvent de **négligence, ou de sévérité excessive, violence, abus de pouvoir**, favoriserait l'éclosion de comportements agressifs, voire plus tard de comportements délinquants (*Agressif par manque de sécurité*, A. Guédeney<sup>86</sup>).

Mais ce n'est pas le seul lien parent-enfant qui est en cause, et là encore il faut regarder l'individu et la cellule familiale en lien avec son environnement.

« **Une mère ne peut être « suffisamment bonne» que si elle-même reçoit le soutien d'un environnement « suffisamment bon»**. Winnicott disait qu'un bébé sans mère, ça n'existe pas ; je pourrais dire qu'une mère suffisamment bonne sans environnement suffisamment soutenant, ça n'existe pas. Une mère « suffisamment » bonne est donc une mère entourée et soutenue, matériellement (cela aide mais cela ne suffit pas...) et affectivement, par le père, car les enfants ont aussi besoin de sa présence, par ses propres parents, par la famille, ainsi que par la société, qui a aussi une part de responsabilité considérable... (Donne-t-elle accès à un suivi pré et post natal de qualité, à des services de PMI — mais aussi à un congé maternité suffisant pour les femmes qui travaillent<sup>87</sup>, à des services de garde de qualité accessibles à tous<sup>88</sup>, à des conditions de logements salubres, à des allocations familiales... ?)

Comme on le sait, ce n'est le cas dans les bidonvilles où nos partenaires travaillent... Les mères n'ont pas forcément leur famille autour d'elle (souvent restée en province, tandis que les plus jeunes, sans perspective de travail en province, sont venus tenter leur chance à Manille... ou ont fui leur famille), les conjoints ont du mal à gagner leur vie comme *scavengers* (en ramassant les ordures) et ne sont pas toujours là pour aider. De plus, beaucoup de couples deviennent parents à un très jeune âge (16, 17, 18...). A cet âge, la croissance du cerveau n'est pas achevée (elle s'achève entre 20 et 25 ans selon les individus), et la capacité à tolérer le stress et la frustration est toujours en train de se construire... Les parents adolescents peuvent donc avoir beaucoup de peine à s'ajuster à leur nouveau rôle de parents... Les mères adolescentes sont aussi à risque de dépression, avec 1 cas sur 4 (25%), et ceci en-dehors de tout critère socio-économique »<sup>89</sup>.

Des psychologues américains, Sheldon et Eleanor Glueck<sup>90</sup> ont conduit dans les années 40-50 des études auprès de 1 000 jeunes garçons de quartiers défavorisés de Boston, dont la moitié était délinquants. Ils constatèrent que les familles de ces jeunes avaient déménagé plus souvent, habitaient des logements de moins bonne qualité, avaient une situation économique plus instable et l'absence des pères était plus marquée ; dans certains quartiers, vivaient jusqu'à 80% de familles monoparentales. Dans ces familles, une forme d'indifférence semble régner entre parents et enfants. La mère surveille peu les enfants, le père est généralement absent. Au quotidien, la discipline est soit laxiste, soit excessivement sévère, voire violente.

Est-ce la pauvreté et la marginalisation qui susciteraient cette indifférence éducative ? Selon des recherches faites en 1993 par deux psychologues de l'université de Harvard<sup>91</sup> le crime et **la violence**

<sup>85</sup> Ce paragraphe est basé sur l'article de A. Guédeney « *Agressif par manque de sécurité* », dans « *Les Racines de la violence* », Magazine Cerveau & Psycho, l'essentiel: nov. 2011–janv.2012, p. 34 et suivantes

<sup>86</sup> « *Agressif par manque de sécurité* », dans « *Les Racines de la violence* », Magazine Cerveau & Psycho, l'essentiel: nov. 2011–janv.2012, p. 34 et suivantes

<sup>87</sup> Ce n'est pas le cas aux Etats-Unis...

<sup>88</sup> Ce n'est pas le cas en Allemagne...

<sup>89</sup> Les étapes du développement de l'enfant: de la conception à... Anne Carpentier, Réseau Pratiques [http://www.interaide.org/pratiques/sites/default/files/Etapes\\_du\\_developpement\\_Anne\\_Carpentier\\_2011-2012.pdf](http://www.interaide.org/pratiques/sites/default/files/Etapes_du_developpement_Anne_Carpentier_2011-2012.pdf)

<sup>90</sup> Ce paragraphe est basé sur l'article de A. Guédeney « *Agressif par manque de sécurité* », dans « *Les Racines de la violence* », Magazine Cerveau & Psycho, l'essentiel: nov. 2011–janv.2012, p. 34 et suivantes

<sup>91</sup> Ibid.



**s'installent quand le lien qui rattache l'individu à la société est trop ténu ou qu'il est brisé** : lien tissé avec les institutions publiques (école, police, autorité judiciaire) mais aussi avec les voisins, les parents et la famille élargie ou la famille d'origine.

Dans les années 40, John Bowlby, pionnier dans le domaine des relations d'attachement, avait noté, parmi des jeunes délinquants, une proportion de jeunes garçons privés de toute capacité affective et ne s'attachant qu'aux biens matériels. Chez ces enfants, il avait repéré qu'une exposition fréquente à la violence familiale et aux séparations dans la prime enfance, bloque le développement des capacités affectives de l'enfant. Une de ses élèves Mary Ainsworth, a démontré expérimentalement trois type de relations d'attachement : sécuritaire (l'enfant manifeste de la tristesse à la séparation d'avec la mère, et de la joie lors des retrouvailles), insécuritaire (pas d'émotion apparente à la séparation ; indifférence, pas de recherche de contact aux retrouvailles) et insécuritaire ambivalent, plus rare : l'enfant, affecté par le départ de sa mère, semble lutter contre sa détresse ; à son retour, il manifeste de la colère, semblant à la fois attirer et repousser la mère. Enfin un autre sous-type d'**attachement est dit « désorganisé »**, les réactions de l'enfant sont incohérentes. **C'est le cas des enfants de parents violents, ou de parents ne prêtant pas attention à l'enfant car absorbés par une dépression ou un deuil.**

Les enfants ayant à leur(s) parent(s) un type d'attachement insécuritaire, et en particulier désorganisé, sont ceux qui courent le plus de risques de s'orienter vers des troubles des conduites et vers la délinquance. A leur propos, J. Bowlby écrivait que, se méfiant très tôt de leurs émotions à cause de séparations douloureuses, ils voient le monde comme imprévisible et dépourvu de sécurité et de sources de réconfort : ils réagissent soit par la fuite (fugues, addictions...), soit par l'agression.

Pour le psychologue américain Mark Greenberg, « lorsqu'un enfant insécuritaire se met en colère, agresse ses proches, s'oppose systématiquement, désobéit, il s'agit d'une forme de stratégie inconsciente pour retenir l'attention des personnes dont il voudrait être aimé. Il s'agirait d'une forme d'appel au secours, d'une façon de signaler aux parents que quelque chose, dans leur façon de faire, ne fonctionne pas, et ne répond pas à ses besoins d'attachement, de proximité, de sensibilité et de sécurité. Comme on ne s'occupe pas de lui, l'enfant tire une sonnette d'alarme : si les parents ne réagissent pas rapidement, l'enfant finit par transposer ses conduites transgressives à toute situation faisant intervenir une autorité. Selon lui, le monde est mauvais, il n'y a pas d'attachement possible et pas de confiance : on n'obtient rien, si ce n'est pas la force »<sup>92</sup>.

En fait, les populations défavorisées, subissent généralement, mais pas toujours, des facteurs de risque cumulés (chômage et discrimination d'une part ; monoparentalité, et peu ou pas de soutien social ou familial, pouvant mener à un type d'attachement insécuritaire d'autre part). Les études dans les populations pauvres qui deviennent riches (comme les Indiens des Etats-Unis) montrent que **quand une population s'extrait de la pauvreté, ce sont les troubles du comportement des enfants qui diminuent les premiers, les parents pouvant reprendre leur rôle de pourvoyeurs de sécurité (matérielle et affective, sortant eux-mêmes de la détresse)**. La démonstration *a contrario* semble également probante : en 1985, la psychologue Martha Erickson a montré qu'un **attachement sécuritaire, dans une population de faible niveau économique, est un facteur protecteur contre la délinquance**, même si cette protection n'est pas totale<sup>93</sup>.

Si des comportements parentaux inadéquats ou défailants s'observent dans **toutes** les couches sociales, c'est dans les situations sociales d'isolement et d'exclusion que le lien familial est le plus menacé — **non pas parce que les parents sont moins bons, mais parce qu'ils doivent faire face à plus de problèmes, et qu'ils sont seuls pour le faire** : ils ne sont pas entourés par un environnement social, éducatif ni familial (famille, famille élargie, communauté, école, services sociaux...) en mesure d'alléger leurs difficultés, et sur lequel ils pourraient s'appuyer.

<sup>91</sup> Robert Sampson et John Laub (Ibid.) in « *Agressif par manque de sécurité* », dans « *Les Racines de la violence* », Magazine Cerveau & Psycho, l'essentiel: nov. 2011–janv.2012, p. 34 et suivantes

<sup>92</sup> Ibid.

<sup>93</sup> Ibid.



On a vu aussi plus haut l'influence de la malbouffe et de la télévision sur les comportements agressifs et l'hyperactivité et l'on sait que les couches sociales défavorisées sont les plus exposées. Une étude canadienne montre également des liens entre l'insécurité alimentaire dans l'enfance et l'hyperactivité et les troubles de l'attention<sup>94</sup>.

## 5. Pour conclure avec espoir : prévenir la violence

J'ai voulu donner de la violence une image globale, replaçant l'individu dans son milieu de vie, pour illustrer que **l'acte violent survient toujours dans le contact avec un environnement violent ou ressenti comme tel** : soit l'environnement actuel de la personne (son environnement social, familial, professionnel...), soit son environnement d'autrefois — l'environnement familial de son enfance, par exemple, dans le cas d'une personne qui a été maltraitée — que la personne projette sur l'environnement présent. De cela il découle que pour prévenir et pour stopper la violence, il faut agir à la fois auprès des personnes, et sur l'environnement.

En effet, nous vivons dans un monde violent (violence économique, politique, environnementale, militaire, religieuse, sexuelle...) : il est absurde de penser que la prévention de la violence puisse reposer sur les seuls individus. Les sociétés et les individus qu'elles contribuent à former sont co-responsables, et inversement : les individus, et les sociétés dont ils font partie et qu'ils contribuent à construire, sont co-responsables.

### Dialogue, Education et Communication Non-Violente (CNV)

« Le seul moyen de sortir de l'engrenage de la violence, c'est le dialogue, un dialogue qui cherche vraiment à reconnaître les différences de chacun ». (Elisabeth Leblanc, voir Sources)

**Eduquer à la non-violence** de la crèche à l'âge adulte. Cela signifie aussi de ne pas avoir de comportements violents sur les enfants : **le message éducatif doit être incarné dans les actes !**

**Supprimer la violence télévisuelle**, au moins aux heures de grande écoute, et aux heures où les enfants regardent la télévision, ainsi que les jeux vidéo violents aurait un impact éducatif déterminant sur les comportements violents. Mais ceci nécessite des **décisions familiales, mais aussi des décisions politiques fortes**, et non soumises au financier.

**Soutenir la parentalité**, soutenir les parents pour les aider à reconnaître, pour ne pas la reproduire, la violence qu'ils ont pu subir (à travers des écoles de parents, des groupes de paroles, des groupes de soutien...).

Pour prévenir et lutter contre la violence sexiste et la violence sexuelle, les femmes **et les hommes** doivent être accompagnés et éduquer à la non-violence. La législation et l'application de la loi, en punissant les transgressions, doivent soutenir et confirmer la prévention et l'éducation.

**La communication non-violente (CNV) devrait être enseignée partout.**

Ce qui crée la violence dans la communication :

- moquerie, sarcasme
- insulte
- mépris (remarques humiliantes, blessantes...)
- accusation, jugement, blâme, ...

Pour les résumer à l'extrême, les principes de la CVN sont les suivants :

94 Food Insecurity and Children's Mental Health: A Prospective Birth Cohort Study, Maria Melchior and al. <http://www.plosone.org/article/info%3Adoi%2F10.1371%2Fjournal.pone.0052615>



1. Partir du comportement chez l'autre qui nous affecte (et non d'une qualité de sa **personnalité**)
2. Puis de mon propre ressenti (au lieu de parler *sur* l'autre)
3. Puis faire une demande claire (ce qui n'est pas la même chose qu'exiger).

 <b>Communication violente</b>	<b>Communication non-violente</b>
<p><b>Tu ne m'écoutes jamais,</b> Espèce d'égoïste, <b>tu m'ignores toujours</b> J'exige que tu m'écoutes</p>	<p>① Quand je te parle et que tu ne m'écoutes pas ② Je me sens triste, comme si je n'existais pas pour toi. ③ Quand je te parle, je voudrais que tu m'écoutes, que tu montres que tu m'écoutes. Si tu n'es pas disponible à ce moment là, dis-le moi avec respect.</p>

Voir quelques exemples dans la note « *Réussir sa scène de ménage, fiche pratique* »<sup>95</sup> (en annexe 3) — la référence étant bien sûr le livre de Marshall Rosenberg **Les mots sont des fenêtres (ou ce sont des murs) La communication non-violente**, préfacé par Arun Gandhi et Charles Rojzman (la version originale en anglais a été remise à l'équipe d'EnFanCE en juillet 2012).

Encore faut-il être capable d'identifier et de nommer son propre ressenti intérieur, être capable de reconnaître et nommer ses émotions : l'éducation, la culture poussent parfois à réprimer les émotions et leur expression à un point tel qu'on ne sait plus reconnaître ce qui se passe à l'intérieur de nous. Les addictions, y compris comportementales, visent souvent à faire taire les premiers signes d'émotions qu'on ne nous a pas appris à tolérer, réguler et nommer<sup>96</sup>.

Faire une demande — et non exiger — signifie que l'autre est libre d'accepter ou pas de répondre à cette demande... Et que je ne serai pas anéanti par un refus... Ce qui demande une confiance et une estime de soi suffisante.

### **Le conflit pour sortir de la violence**

Dans la calligraphie chinoise, l'idéogramme chinois pour « conflit » est composé de deux signes, l'un signifiant « danger potentiel » et l'autre « force motrice, opportunité ».

Paradoxalement, le conflit peut être une forme stimulante de dialogue qui permet d'éviter la violence sans éviter la confrontation des idées et des valeurs. C'est la thèse de Charles Rojzman, psychosociologue (*Sortir de la violence par le conflit* de, éditions La Découverte, 2008)

Le conflit permet de sortir de la fusion où le moi et l'autre sont confondus, ou de l'évitement. C'est une manière de renouer un contact véritable entre un *je* et un *tu* autonomes : j'existe même si tu n'es pas d'accord avec mes idées et mes valeurs ; tu existes même si tu n'es pas d'accord avec mes idées et mes valeurs. Mes idées et mes valeurs n'impliquent pas que je doive ignorer ou détruire l'autre.

« La violence, **c'est la dernière étape après un long crescendo de mécontentements exprimés ou non** par l'individu ». (*L'ogre intérieur*, Christiane Olivier, Fayard 1998)

Pour ne pas en arriver à cette dernière étape, il faut apprendre à exprimer les mécontentements, à les repérer même car souvent (*awareness*), on ne se rend même pas compte de ce qui nous a blessés, meurtris, et c'est un incident banal (l'enfant qui fait tomber un objet) qui va nous faire exploser, après

<sup>95</sup> « Comment réussir sa scène de ménage - Fiche pratique », Anne Carpentier 2009, annexée à ce document, et également en ligne sur le site du Réseau

Pratiques : [http://www.interaide.org/pratiques/sites/default/files/Fiche\\_Comment\\_reussir\\_sa\\_scene\\_de\\_menage-28-12-09\\_biblio2012.pdf](http://www.interaide.org/pratiques/sites/default/files/Fiche_Comment_reussir_sa_scene_de_menage-28-12-09_biblio2012.pdf)

<sup>96</sup> Sur la régulation émotionnelle, voir *Les étapes du développement de l'enfant: de la conception à...* sur [http://www.interaide.org/pratiques/sites/default/files/Etapes\\_du\\_developpement\\_Anne\\_Carpentier\\_2011-2012.pdf](http://www.interaide.org/pratiques/sites/default/files/Etapes_du_developpement_Anne_Carpentier_2011-2012.pdf) et pour en savoir plus, les articles d'Allan Shore <http://www.allanshore.com/>



une succession de frustrations ou de blessures non identifiées (la maîtresse d'école de notre enfant qui nous a traité avec mépris, l'employeur qui nous a crié dessus, le mari qui n'a pas respecté un engagement, le chauffard qui a failli nous écraser, le beau-frère qui ne peut pas nous rendre l'argent qu'il nous doit, l'épicier qui ne veut plus faire crédit... Et mon enfant fait une petite bêtise tout à fait banale et je lui tombe dessus...).

**Il faut pouvoir sentir que notre existence ne dépend pas du regard de l'autre** — bien que le regard de l'autre continue de nourrir notre sentiment d'existence ; sentir que l'on continue d'exister même si l'autre n'est pas d'accord avec soi. Mais cela implique d'avoir suffisamment confiance en soi, suffisamment de sécurité intérieure, d'estime de soi, ce qui n'est pas le cas quand on a grandi dans un environnement maltraitant ou négligeant : en arrivant au monde, un enfant sent son existence confirmée par le regard de ses parents ; un attachement sûr va permettre d'intérioriser ce regard, base de la sécurité intérieure. Mais si on n'a pas reçu ce regard, cette qualité de contact « *good enough* », **on reste dépendant du regard de l'autre pour se sentir exister** : c'est pourquoi on va préférer un contact mauvais, maltraitant, que pas de contact du tout, mais c'est cette faille-là qui sera touchée à nouveau à chaque fois que nous nous sentons violentés. C'est alors qu'un accompagnement peut être nécessaire, des « règles de communication saines » restant utiles mais non suffisantes pour restaurer l'estime de soi.

Les personnes qui ont été maltraitées ne deviennent pas toutes maltraitantes, loin de là : **c'est une minorité seulement, qui répète la violence**. Mais les personnes maltraitantes ont toujours été maltraitées même si la maltraitance n'a pas été visible (comme dans le cas de la violence psychologique, l'emprise perverse, la négligence, l'incestuel, etc.).

« On peut voir la violence comme une manière de gérer la souffrance que nous ressentons lorsque, pour une raison ou une autre, nous ne sommes plus en lien avec l'autre (le parent, l'ami, la famille, le groupe...). La violence est alors une tentative de rétablir ce lien, désespérément, de n'importe quelle manière... » (Elisabeth Leblanc<sup>97</sup>) Mais ce n'est pas une bonne manière puisque dans la violence, j'existe en détruisant l'autre... et avec lui la possibilité de relation. Pour que les personnes qui ont des comportements violents puissent sortir de cette répétition mortifère, un accompagnement thérapeutique est nécessaire.

## Accompagnement thérapeutique

On l'a vu, la violence d'un individu survient toujours dans le contact avec un environnement violent ou perçu comme tel : soit l'environnement actuel de la personne, soit son environnement d'autrefois (l'environnement familial de son enfance, par exemple, dans le cas d'une personne qui a été maltraitée), à partir duquel l'individu se forme un modèle de représentation du monde : il sélectionnera dans son environnement actuel tous les éléments et signes potentiellement violents ou menaçants, confirmant ainsi sa perception du monde. Il va alors répéter la violence qu'il a subie, ou confirmer sa position de victime.

Chaque vécu de violence nous ramène à une autre situation, peut-être une ancienne situation de l'enfance, ou de la petite enfance. Quand on commet la violence, dans ce moment-là de passage à l'acte, on n'est pas en lien avec soi-même — on se nie soi-même. Et on se fait ainsi subir (ainsi qu'à l'autre) ce que l'on a subi : c'est une répétition, une tentative, vouée à l'échec, de réparer dans le présent une situation inachevée du passé.

On peut réparer ce que l'on a subi autrefois, mais pas dans la répétition (car « tout ce qui ne parvient pas à la conscience revient sous forme de destin » C.G Jung). On peut réparer ce que l'on a subi autrefois dans la prise de conscience et la reconnaissance.

<sup>97</sup> **Rencontrer, traverser, dépasser la violence** conférence d'Élisabeth Leblanc, psychologue clinicienne, Psychologue clinicienne Psycho-analyste jungienne à <http://www.savoirpsy.com/> à [La Traversée](#), 25 9.2008



Derrière la violence, il y a donc la souffrance : la souffrance causée par la perte de lien qui provoque le désir de le rétablir à tout prix. La violence est alors la tentative désespérée pour rétablir ce lien, la tentative désespérée pour que l'autre nous voit et qu'on ait ainsi, à travers son regard, le sentiment d'exister. Il faut alors regarder cette violence en face pour comprendre le message qu'elle porte en elle. Le seul moyen de sortir de l'engrenage de la violence, c'est le dialogue, un dialogue qui cherche vraiment à reconnaître les différences de chacun.

Mais quand l'éducation et les techniques de communication ne suffisent pas à sortir de l'engrenage de la répétition de la violence (engrenage que nous subissons et perpétons à l'échelle planétaire...) au niveau individuel et familial, un accompagnement thérapeutique peut être nécessaire. Par la régulation émotionnelle que la relation thérapeutique permet, et l'augmentation de la conscience de soi (*awareness*) — la violence étant « la dernière étape après un long crescendo de mécontentements exprimés ou non par l'individu » (C. Olivier, 1998) — le passage à l'acte violent pourra progressivement être prévenu et évité.

Par ailleurs, **les victimes de violence** ont aussi besoin d'accompagnement psychologique et thérapeutique, pour revivre, et non plus juste survivre, après le traumatisme, ou la répétition de micro-traumatismes, subis.

Le cerveau est plastique, et 'on peut créer des nouvelles connexions neuronales toute la vie ; ainsi la relation thérapeutique, en permettant l'identification et la régulation des émotions, pourra réparer ou à tout le moins atténuer l'effet des traumatismes passés et créer des nouvelles manières d'être en contact avec son environnement, sans répéter les mécanismes anciens.

## Une politique sociale

Cela nécessite des décisions politiques et sociales : **car il faut bien se rappeler que des parents *good enough*** selon l'expression de D.W. Winnicott (traduite inexactement par « suffisamment bons ») **sont des parents bénéficiant de soutiens**, familial, communautaire (« il faut un village pour élever un enfant », dit un proverbe africain...) et social : la société dont ils font partie doit leur permettre d'avoir accès à des soins de santé abordables et de qualité, à des services de garde, puis des écoles de qualité pour leurs enfants... d'avoir accès à un emploi leur permettant de vivre dans des logements décentes, une couverture santé...

Les parents isolés cumulent donc tous les risques, ils ont besoin, plus que tout autre, de soutien social (santé, éducation, soins, allocations, système de garde et d'accès à l'emploi...).

## Législation : la loi, le droit

La violence est systémique, et advient dans le contact entre un individu et un environnement violent ou ressenti comme tel. La prévention au niveau individuel ne suffit pas. **Il faut agir au niveau sociétal politique et législatif.**

Les politiques répressives, lorsqu'elles utilisent la violence (qu'elles qualifient de « force ») génèrent la violence en retour.

Certaines sociétés perpétuent, autorisent ou tolèrent la violence sur les femmes, sur les enfants, sur une catégorie de la population (homosexuels, migrants, nomades...) ou sur l'ensemble de ses citoyens (violence sexuelle, religieuse, politique, dictature...). **Le droit international** propose alors une « norme » pouvant servir de référence pour dénoncer, et **lutter contre la violence sociale et politique.**

La Loi désigne ce qui est considéré, par une société donnée, comme violent, et condamne ceux qui commettent la violence. La menace de la punition vise à prévenir la violence. Quand elle survient néanmoins, la punition est utile, mais ne suffit pas, seule, à contrer la violence. **Dialogue, éducation, soutien social sont les premières armes pour prévenir la violence.**

Anne Carpentier

19.09.12 – 15.11.12 – 21.02.13 – 15-05-2014

Septembre 2012 – Mâj 01-2013 36



Réseau PRATIQUES

Partages d'expériences et de méthodes pour améliorer les pratiques de développement

<http://www.interaide.org/pratiques>

## Sources & Bibliographie

AMBLARD Fernande, *Panser l'impensable : Vivre pleinement sa vie d'adulte malgré un abus sexuel dans l'enfance*, Jouvence, 2003

ANDRE Christophe, LELORD François *La force des émotions*, Ed. Odile Jacob 2001

DE GAULEJAC Vincent *La Société malade de la gestion : idéologie gestionnaire, pouvoir managérial et harcèlement social*, Paris, Éditions du Seuil 2009 [2005]

HIRIGOYEN Marie-France *Le harcèlement Moral : la violence perverse au quotidien* Éditions La Découverte & Syros 1998 – Pocket 2011

HIRIGOYEN Marie-France *Malaise dans le travail, harcèlement moral : démêler le vrai du faux*, Éditions La Découverte & Syros 2001 – Pocket 2002

HIRIGOYEN Marie-France *Femmes sous emprise, les ressorts de la violence dans le couple* Oh ! éditions 2005 – Pocket 2006

MILLER Alice *Le drame de l'enfant doué*, PUF 1996, 2012

MILLER Alice *C'est pour ton bien*, Aubier 1985, et tous ses autres livres : <http://www.alice-miller.com/> OLIVIER Christiane, *L'ogre intérieur, De la violence personnelle et familiale*, Poche Fayard 1998

PERLS Frederick Salomon (1942) *Le moi, la faim et l'agressivité*, 1942, Tchou 1978 (*Ego, Hunger and Aggression: A Revision of Freud's Theory and Method* publié en anglais en 1947)

RICARD Mathieu, *Plaidoyer pour l'Altruisme*, NIL 2013

ROJZMAN Charles, *Sortir de la violence par le conflit*, éditions La Découverte, 2008

ROZENBERG Marshall *Les mots sont des fenêtres (ou ce sont des murs) La communication non-violente*, Editions La Découverte 2004

VIDAL-GRAF Serge et Carol *La colère, cette émotion mal-aimée*, Jouvence 2002

### Revues :

**Les Racines de la violence**, Magazine *Cerveau & Psycho*, l'essentiel nov. 2011 – janv.2012

**Violences** *Sciences Humaines Hors-série* N° 47 - Décembre 2004 / Janvier - février 2005

Jean-François Gravouil « La psychothérapie dans la société instrument ou ferment ? », *Gestalt* 2/2005 (n° 29), p. 11-19. [www.cairn.info/revue-gestalt-2005-2-page-11.htm](http://www.cairn.info/revue-gestalt-2005-2-page-11.htm).

### Conférences :

**Rencontrer, traverser, dépasser la violence** Élisabeth Leblanc, psychologue, Psycho-analyste jungienne, directrice de l'école Savoir Psy, <http://www.savoirpsy.com/> à *La Traversée*, 25.09.08

**Force créatrice et violence de l'argent** Jean-François Gravouil, Gestalt-thérapeute, *La Traversée*, 6.11.08

Conférence du psychiatre **Xavier Pommereau** sur le **suicide** à l'université de Bordeaux, janvier 2005 [http://www.canal-u.tv/video/universite\\_bordeaux\\_segalen\\_dcam/le\\_suicide.1854](http://www.canal-u.tv/video/universite_bordeaux_segalen_dcam/le_suicide.1854)

### Références & sites internet :

Blandine Kriegel. *La violence à la télévision. Rapport de la Mission d'évaluation, d'analyse et de propositions relative aux représentations violentes à la télévision*, Ministère de la Culture et de la Communication, France <http://www.culture.gouv.fr/culture/actualites/communiq/aillagon/rapportBK.pdf>

Note de l'OMS sur la violence sexuelle :

[http://www.who.int/violence\\_injury\\_prevention/violence/world\\_report/factsheets/en/sexualviolence\\_fr.pdf](http://www.who.int/violence_injury_prevention/violence/world_report/factsheets/en/sexualviolence_fr.pdf)

<http://www.nonviolence-actualite.org/>

Suzanne Robert-Ouvray, *Les violences psychologiques et le corps souffrant*

<http://s.robertouvray.free.fr/articles.htm>

ANNEXES

Septembre 2012 – Mâj 01-2013 37



Réseau PRATIQUES

Partages d'expériences et de méthodes pour améliorer les pratiques de développement

<http://www.interaide.org/pratiques>

## Annexe 1 : Critères de la manipulation

Pour Isabelle Nazare-Aga, (*Les manipulateurs sont parmi nous*, Les Editions de l'Homme) voici **30 critères qui permettent de reconnaître un manipulateur. 14 de ces 30 critères suffisent à catégoriser un manipulateur.**

1. Il culpabilise les autres au nom du lien familial, de l'amitié, de l'amour, de la conscience professionnelle
2. Il reporte sa responsabilité sur les autres, ou se démet des siennes
3. Il ne communique pas clairement ses demandes, ses besoins, ses sentiments et opinions
4. Il répond très souvent de façon floue
5. Il change ses opinions, ses comportements, ses sentiments selon les personnes ou les situations
6. Il invoque des raisons logiques pour déguiser ses demandes
7. Il fait croire aux autres qu'ils doivent être parfaits, qu'ils ne doivent jamais changer d'avis, qu'ils doivent tout savoir et répondre immédiatement aux demandes et questions
8. Il met en doute les qualités, la compétence, la personnalité des autres : il critique sans en avoir l'air, dévalorise et juge
9. Il fait faire ses messages par autrui
10. Il sème la zizanie et crée la suspicion, divise pour mieux régner
11. Il sait se placer en victime pour qu'on le plaigne
12. Il ignore les demandes même s'il dit s'en occuper
13. Il utilise les principes moraux des autres pour assouvir ses besoins
14. Il menace de façon déguisée, ou pratique un chantage ouvert
15. Il change carrément de sujet au cours d'une conversation
16. Il évite ou s'échappe de l'entretien, de la réunion
17. Il mise sur l'ignorance des autres et fait croire en sa supériorité
18. Il ment
19. Il prêche le faux pour savoir le vrai
20. Il est égocentrique
21. Il peut être jaloux
22. Il ne supporte pas la critique et nie les évidences
23. Il ne tient pas compte des droits, des besoins et des désirs des autres
24. Il utilise souvent le dernier moment pour ordonner ou faire agir autrui
25. Son discours paraît logique ou cohérent alors que ses attitudes répondent au schéma opposé
26. Il flatte pour vous plaire, fait des cadeaux, se met soudain aux petits soins pour vous
27. Il produit un sentiment de malaise ou de non-liberté
28. Il est parfaitement efficace pour atteindre ses propres buts mais aux dépens d'autrui
29. Il nous fait faire des choses que nous n'aurions probablement pas faites de notre propre gré
30. Il fait constamment l'objet des conversations, même lorsqu'il n'est pas là.

Isabelle Nazare-Aga, *Les manipulateurs sont parmi nous*, Les Editions de l'Homme



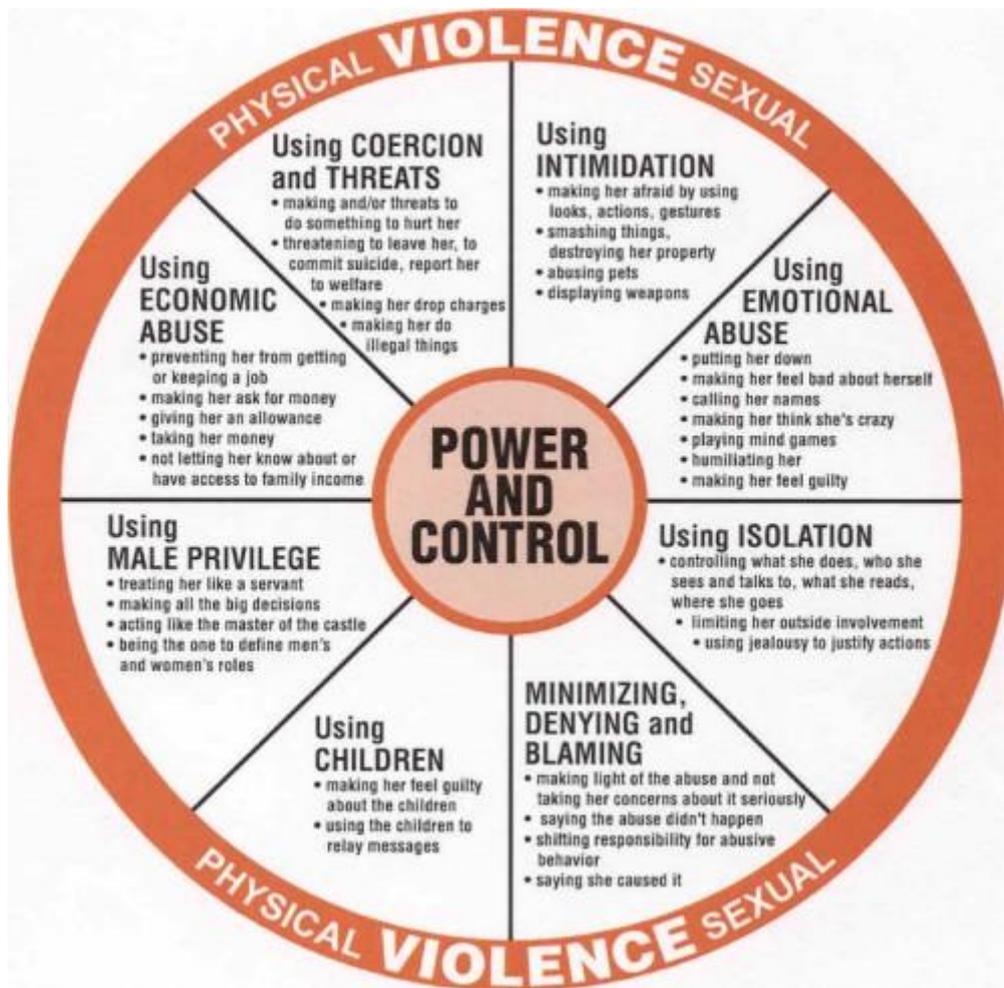
## Annexe 2: “power & control wheel”

Power & Control Wheel (<http://www.theduluthmodel.org/training/wheels.html> )

Sources : [http://www.lfcc.on.ca/HCT\\_SWASM\\_5.html](http://www.lfcc.on.ca/HCT_SWASM_5.html)

Cette « roue de la violence » peut aider les victimes à nommer les traitements qu’elles subissent — elles peuvent être dans le déni, ou tellement manipulées par leur agresseur qu’elles ne parviennent plus à savoir ce qui ressort de la violence.

This model helps some women put names to the behaviour of an abusive partner.



See E&D’s Workshop in Cambodia 2011 : Uma Panse’s (Inter Aide India) summary on the group work on **Violence and Family Development on Pratiques website**

<http://www.interaide.org/pratiques/content/enfants-et-d%C3%A9veloppement-atelier-sur-laccompagnement-familial-phnom-penh-novembre-2011>



## Annexe 3 : Comment réussir sa scène de ménage ?

Note Pratique inspirée par l'expérience d'ateliers pour les couples mis en place par le projet d'Accompagnement Familial à Manille : « *Husband & Wife workshop* »  
Partenariat Inter Aide / EnFaNCE

### Quelques mots sur le contexte

L'équipe d'EnFaNCE (Encouragement Families in Need and Care for Education<sup>98</sup>, petite ONG philippines créée avec l'appui d'Inter Aide) a mis en place des ateliers pour les couples en 2008, sur la zone du « *Dumpsite* » (décharge) à Tondo, Manille, après avoir observé à travers le lancement du projet « PPI » de promotion de la micro-épargne que les conflits de couples constituaient l'un des principaux freins à l'épargne.

Après une évaluation réalisée par l'équipe début 2009, et un travail d'amélioration des contenus avec Violeta Bautista, PhD, psychologue philippine et superviseuse de l'équipe, EnFaNCE a décidé de reprendre cette activité en 2009.

Le premier cycle d'ateliers 2009, commencé en avril, a dû être interrompu à cause de la démolition d'une partie des habitations attenantes à cette décharge.

Un nouveau cycle de *Husband & Wife workshop* a été relancé en août, toujours sur le *Dumpsite*, avec la 1<sup>e</sup> des 3 sessions le 26 août.

Chaque session a un thème spécifique :

- 1<sup>re</sup> session : la rencontre
- 2<sup>e</sup> session = les conflits
- 3<sup>e</sup> session = le projet conjugal / familial.

Voici quelques idées pour animer le contenu de la 2<sup>e</sup> session.

### Comment réussir sa scène de ménage ?

Pour illustrer les conflits, les travailleurs sociaux peuvent jouer une saynète. Pour que cette séquence ne finisse pas sur une note trop négative, et pour donner des billes aux participants, il serait intéressant de jouer une « scène de ménage » en négatif (avec un peu d'humour toutefois...) puis de rejouer la scène sur le même sujet de désaccord mais sans que ce désaccord ne dégénère en « scène de ménage ». En guise d'exemple, une scène assez typique que l'on retrouve, à quelques variantes près, à travers les âges et à travers le monde... (et l'abus d'alcool est assez répandu parmi la population masculine des bidonvilles philippines).

Par exemple : 1<sup>e</sup> saynète, version scène de ménage :

« t'es encore allé te saouler avec tes copains, (jugement) t'es vraiment un bon à rien (mépris + insulte non fondée), tu as dépensé tout l'argent du ménage et nous on va crever de faim parce que monsieur préfère picoler avec ses copains plutôt que prendre soin de sa famille (reproche + critique + sarcasme)»...

A ce cocktail détonnant (jugement + insulte + reproche, critique et ironie : c'est la recette absolue de la scène de ménage... et à haute dose, une bonne assurance vers la rupture...) l'autre ne peut répondre que par la contre-attaque... (« t'es tout le temps en train de crier et de te plaindre, espèce de mégère, c'est à cause de toi que je sors boire avec mes copains »...) ou par la fuite (*fight or flight*)...

Puis l'équipe peut rejouer la scène dans un style « communication non-violente », par exemple :

<sup>98</sup> EnFanCE Foundation <http://enfancefoundation.webs.com/>



« Je comprends que tu aies besoin de te distraire après ta journée de travail (elle montre qu'elle comprend les besoins de son mari), mais quand tu sors le soir avec tes copains (observation objective, elle ne le juge pas), je me sens seule et négligée et je m'inquiète (elle parle de ses sentiments à elle, et ne parle pas sur son mari) de ne pas avoir assez d'argent pour acheter à manger pour les enfants. J'aurais besoin que tu rentres à la maison d'abord et que tu me donnes de l'argent pour acheter à manger (elle fait une demande claire), avant de sortir avec tes copains ».

Il peut aussi être intéressant de **partir du point de vue de l'homme** (comme le programme travaille plus souvent avec les femmes, puisque lorsque les travailleurs sociaux visitent les familles à leur domicile, ce sont elles qui sont généralement à la maison, pour garder les jeunes enfants non encore scolarisés — il n'y a pas de crèches permettant de faire garder les enfants de moins de 3 ans, dans ses bidonvilles) :

« Quand je rentre à la maison, t'es toujours en train de me crier dessus espèce de vieille harpie ! (insulte / mépris) J'ai travaillé comme un forcené, pour gagner de l'argent pour madame-qui-geint-tout-le-temps (sarcasme), alors que toi tu restes là toute la sainte journée à rien faire (reproche + critique non-fondée + mépris). Cet argent c'est moi qui l'ai gagné, je peux bien le dépenser comme je veux et sortir avec mes copains. Eux au moins, ils me comprennent. Toi, t'es tout le temps en train de te plaindre, tu sais faire que ça (jugement). C'est moi le boss ici, c'est moi qui décide. Alors ferme-là, autrement c'est moi qui vais te fermer le caquet (menace). Si t'es pas contente, t'as qu'à retourner vivre chez ta mère avec tes mômes ! »

**A rejouer de manière non-violente**, par exemple :

Quand j'arrive après une longue journée de travail et que tu me cries dessus, je me sens méprisé et maltraité (il parle de ses propres sentiments, il ne parle pas sur sa femme) et je n'ai plus qu'une envie, sortir avec mes amis et dépenser tout l'argent que j'ai gagné. Quand je rentre à la maison après une dure journée, j'aimerais que tu m'accueilles gentiment (il fait une demande claire). Si tu veux que je te donne de l'argent pour toi et les enfants (il montre qu'il pense à sa famille), c'est OK, mais j'ai besoin d'un minimum de considération.



...et se souvenir que les hommes et les femmes viennent bien de la même planète...



Anne Carpentier - 28.12.09

**Pour aller plus loin :**

GOTTMAN John-M & Nan Silver *The Seven Principles for Making Marriage Work*, Three Rivers Press 2000 <http://www.gottman.com/>

en français : *Les couples heureux ont leurs secrets - les sept lois de la réussite*, Pocket 2001.

On trouve un résumé de ce livre sur <http://tecfa.unige.ch/tecfa/teaching/UVLibre/9900/bin71/conflit.htm>

**A lire aussi :**

ROSENBERG Marshall B. *Non Violent Communication, a Language of Life*, Puddledancer Press 2003 (remis à l'équipe d'EnFaNCE Manille en juillet 2012)

Traduction française : *Les mots sont des fenêtres (ou bien ce sont des murs) Introduction à la communication non-violente* (CNV) Editions de la Découverte, 2004

**Et l'amour alors ?**

ALBERONI Francesco *Le choc amoureux*, Pocket 1993 (on trouve la version anglaise sur <http://www.alberoni.it/pdf/Falling-in-love-and-loving.pdf>) *Je t'aime*, Pocket 1998: l'amour vu par un sociologue

FROMM Erich *L'art d'aimer*, Edition Desclée de Brouwer 2007 : l'amour d'un point de vue plus philosophique (on trouve des extraits sur <http://www.erichfromm-blog.com/>)

VINCENT Lucy *Comment devient-on amoureux*, Edition Odile Jacob 2007 : l'amour vu par les neurosciences

