



## **IDENTIFIER ET ACCOMPAGNER LES VICTIMES DE VIOLENCES :**

### **Mieux comprendre les processus psychologiques et leurs conséquences**

**Anne RAZA - Psychologue au CIDFF 12**

**Amélie CASTANIER - Psychologue à l'ADAVEM**

---

#### **Intro violences générales faites aux femmes**

Quelques chiffres sur les violences faites aux femmes :

##### **Dans le monde :**

- Il manque 117 millions de femmes (avortement).
- Une femme est excisée toute les 15 secondes.
- Aujourd'hui, 1 femme sur 3 subit des violences (INSEE-ONDRP 2012-2017).
- 1 million et demi de femmes sont victimes de trafic sexuel.
- 5000 femmes par an assassinées au nom de l'honneur.

**En Europe**, 3500 femmes sont tuées par leur conjoint.

**En France**, 1 femme sur 10, signale avoir été victime de violence au cours de l'année.

**INTRO SI CHIFFRE DEJA DIT** En tant que professionnels vous constatez dans la pratique une prédominance des violences conjugales, cependant n'oublions pas les autres violences faites aux femmes

Rappelons que les violences physiques sont plus visibles et identifiables mais il ne faut pas oublier les violences d'ordre psychologique qui elles aussi ont des conséquences très lourdes sur les victimes directes ou exposées. Ses autres formes de violences sont les suivantes

## Formes de violences

### Psychologique

- × La plus subtile
- × La plus difficile à détecter par l'entourage

Les violences psy peuvent prendre la forme de chantage par exemple le chantage au licenciement d'un/e supérieur hiérarchique, ou encore de moqueries « Ça te boudine tes vêtements »...

### Verbale (insultes)

- × La plus banalisée
- × Découle souvent de la violence psychologique

### Physique :

- × La plus connue et la plus médiatisée
- × Blessures souvent déguisées en accident

### Sexuelle

- × La plus taboue, la plus cachée  
(attouchement sexuel, viol)

### Economique

- × Répandue mais méconnue

Par ex., votre partenaire prend le chéquier, la carte bleue et même change vos codes d'accès au compte à distance

Le mari qui donne une somme d'argent quotidienne à sa femme en lui interdisant l'accès au compte bancaire

### Administrative

- × Privation documents divers sur l'identité d'une personne (titre de séjour, documents d'accès aux comptes bancaires, acte de mariage, livret de famille).

(Passeport de sa femme (et des enfants) récupérés, diplôme bac détruit)

Lorsque les actes de violence se répètent quel que soit leur forme, il s'agit de **harcèlement moral et/ou physique**.

Toutes les formes de violence ont des conséquences similaires sur le processus psychologique de la victime.

Nous allons dans un premier temps vous présenter **les processus psy** et leurs conséquences et dans un second temps l'accompagnement des victimes de violences.

les processus psy et leurs conséquences

Quelles que soient les violences subies la victime va subir un traumatisme sur le plan psy et neuro qui engendrera des processus psy défensifs.

## DIAPO DSM

DSMIV « Personne ayant vécu un ou plusieurs événements traumatiques menaçant son intégrité physique et psychique, provoquant une peur intense, un sentiment d'impuissance et ayant développé des troubles psychiques. »

Les troubles psycho traumatiques sont des conséquences normales et universelles des violences.

Ils sont liés à la gravité de l'agression, au caractère insensé des violences, à l'impossibilité d'y échapper, ainsi qu'à la mise en scène terrorisante et à l'intentionnalité destructrice de l'agresseur.

**TRANSITION PROCESSUS PSY** L'identification des violences physiques est facilement constatable par contre en rappelant qu'une femme sur 10 est victime de violence au cours de sa vie, nous ne sommes pas en capacité de repérer les personnes victimes de violences psychologiques que nous croisons pourtant chaque jour sinon à travers les processus défensifs que nous allons vous présenter.

## DIAPO AMNESIES

- 1) **Amnésie traumatique lacunaire** : phénomène de stress extrême. Survolage émotionnel → trous noirs pendant une durée indéterminée. ex : Une victime qui souffre de t lacunaire pourra paraître incohérente car il y a des parties manquantes dans son histoire.
- 2) **Amnésie physiologique** : normal âge 2-3 ans, prise de toxique à haute dose ou personne atteinte de démence → pas de souvenir autobiographique (dysfonction hippocampe) seulement mémoire traumatique somatique, émotionnelles et sensorielles (amygdale) Ex a physio certains stimuli comme une odeur, un parfum, un bruit, vont déclencher un mal-être diffus ou provoquer une crise d'angoisse ou de panique.
- 3) **Amnésie psychogène** : déni et/ou silence de l'entourage de la victime ou pression psychologique exercée par l'entourage → Victime va douter de la réalité et mettre en place des stratégies défensives (voir à la suite) pour supprimer sa réalité à elle qui est insupportable Ex psychogène, l'entourage parents amis collègues vont nier l'agression, la victime va jusqu'à douter de la réalité de son agression
- 4) **Amnésie traumatique dissociative** : surtout chez les victimes de violences sexuelles durant l'enfance → mécanisme dissociatif de sauvegarde, le cerveau fait disjoncter le circuit mémoriel et ne permet pas à la mémoire traumatique de fonctionner. Ça entraîne des phases d'amnésies dissociatives et des phases d'hypermnésie traumatique (= souvenirs très précis reviennent de façon brutale et non contrôlée.) cette disjonction fait revivre à la victime le traumatisme avec un sentiment de dépersonnalisation c'est-à-dire sans émotion comme si elle était spectatrice de la scène. La mémoire traumatique va pouvoir fonctionner quand la victime se sentira en sécurité (distance agresseur, violences) ou qu'une circonstance la renverra à l'événement traumatique. Cela engendrera une grosse souffrance pour la victime qui va revivre les violences qu'elle a subies. Ex victimes de viol en bas âge celle des mains de l'agresseur qui revit le viol
- 5) **Hypermnésie** : La mémoire traumatique qui fait revivre la violence par des réminiscences (=souvenirs) sous forme de flash-back, de sensation et/ou d'hallucination sensorielles, de cirse d'angoisse, sentiment d'insécurité la victime va revivre ses violences → provoquer des crises d'épilepsie partielle, des paralysies psychiques et motrices

**TRANSITION STRATEGIE SURVIE** Toutes ces amnésies permettent à la victime d'oblitérer de sa mémoire le traumatisme vécu. Cependant, l'amnésie qu'a mis en place la victime peut réengendrer le traumatisme comme on l'a vu précédemment alors la victime va mettre en place des stratégies de survie afin de contrer la réapparition du traumatisme.

## DIAPO STRATEGIE DE SURVIE

- 1) Les conduites à risque** désigne un nombre de comportements très différents les uns des autres avec une mise en danger de soi net une gravité plus ou moins volontaire avec un objectif plus ou moins conscient de mettre en jeu sa vie.

Pour exemple de conduite à risque : alcoolisation, drogue, prise de médicaments conduite dangereuse, pratique de sports extrêmes, violences contre soi-même (automutilation) contre autrui, etc...

- 2) Conduites dissociantes** la victime pour éviter l'hypermnésie c'est à dire de revivre le traumatisme va provoquer l'état de dissociation (disjonction, amnésie émotionnelle) par différentes conduites à risques afin d'éviter son mal être, sa souffrance. Les conduites dissociantes par la recherche de l'amnésie émotionnelle (en provoquant la disjonction du cerveau) aggravent le risque d'addiction aux conduites à risques.

- 3) Les conduites de contrôle** comme l'anorexie

- 4) L'hypervigilance** : C'est un état d'alerte et de surveillance permanent de tout ce qui se passe autour de la victime. Cette hypervigilance a pour but d'éviter tout danger. Ex : Un téléphone sonne la personne sursaute. La personne est hypersensible au ton que peut prendre son interlocuteur afin d'évaluer si elle est en danger ou non.

- 5) Les conduites d'évitement** : La victime cherche à éviter (volontairement ou involontairement) tout ce qui pourrait lui rappeler de près ou de loin le traumatisme. Exemple : Une femme s'est faite agressée verbalement dans une rue par un homme et est traumatisée par cet événement. Elle ne passera plus par cette rue, préférera faire un détour pour ne pas prendre le risque de réitérer ce traumatisme.

Ces deux conduites décrites juste avant, sont des conduites que la victime met en place afin d'éviter au maximum les situations susceptibles de déclencher la mémoire traumatique.

**TRANSITION** Ces processus défensifs n'ont pas de durée prévisible, peuvent durer plusieurs années.

Ils font partie des conséquences des violences et engendrent des effets directs sur la victime et indirects sur l'entourage.

## DIAPO FEMME CONSEQUENCES PSYCHOLOGIQUES ET PHYSIQUES

Les troubles psycho-traumatiques sont à l'origine :

- d'une très grande souffrance mentale et d'un possible risque vital (suicide, conduites à risque) mais aussi de troubles anxieux, dépressions, troubles du sommeil, troubles cognitifs, troubles alimentaires, addictions, etc...

- de conséquences sur la santé physique (troubles liés au stress et aux stratégies de survie)

Les éléments que nous venons de voir précédemment (les processus psychologiques) conduisent la personne à s'enfermer dans le statut de victime.

Il nous semble essentiel de souligner l'importance de considérer qu'une personne est ou a été victime à un moment donné de son histoire ne le reste pas à vie.

L'objectif de l'accompagnement d'une victime est de l'aider à avancer dans son cheminement afin de sortir de sa victimisation et de reprendre le contrôle de sa vie.

## DIAPO POSTURE PROFESSIONNELLE

Une posture professionnelle respectant certains principes est essentielle pour une prise en charge constructive de la victime.

## DIAPO SUR EMPATHIE, COMPASSION, SYMPATHIE

**Premier principe : Empathie** : distinction de ces trois termes et description et importance de l'empathie

**La sympathie** et la compassion font partie des affects personnels. La sympathie c'est l'accord que nous avons avec le(les) sentiment(s) d'autrui. Nous participons à vivre les peines et/ou les joies des autres. **La compassion** quant à elle, c'est la pitié qui nous fait partager les malheurs, les peines des autres.

**L'empathie** est un principe d'influence psychique interpersonnelle qui permet au professionnel d'avoir envers autrui une attitude caractérisée par un effort de compréhension intellectuelle de l'autre. Autrement dit, c'est la capacité à comprendre l'autre, ressentir ses sentiments ou à se mettre à sa place sans entraîner ses affects ou tout jugement moral. L'empathie permet au professionnel de comprendre la situation de la victime avec une part d'objectivité plus importante que si les émotions entraient en compte complètement ce qui pourrait empêcher la compréhension et l'ouverture de tous les outils possibles pour aider la personne.

## **Deuxième principe : la distance**

Il faut savoir qu'il n'y a pas de distance précise défini à mettre en place entre le professionnel et la victime. Evidemment, il ne faut pas être trop proche avec la victime cela signifierait qu'une relation de sympathie s'est installée, ce qui ne permettrait pas d'aider la personne de manière objective et dans de bonnes conditions. Il faut aussi éviter une distance éloignée entre le professionnel et la victime car cela ne permettrait pas d'établir une relation entre les deux personnes. De plus, la victime pourrait avoir l'impression que le professionnel ne s'intéresse pas à elle et n'a pas le désir de lui venir en aide.

L'empathie pourra permettre la bonne distance entre les deux individus. Celle-ci permettra de créer une relation où la victime se sentira en confiance, écouté et surtout non jugée par le professionnel.

Cette bonne distance qui est en lien avec l'empathie comme l'on vient de le dire permet au professionnel de ne pas s'engager personnellement, ni émotionnellement dans les choix, les désirs propres à la victime, ce qui lui permet de rester objectif et de maintenir ses compétences et sa neutralité dans un cadre professionnel sans sortir de celui-ci.

#### DIAPO PROPOS PROFESSIONNELS ET VICTIME

##### **Troisième principe : Authenticité des propos**

En tant que professionnel, il est important de ne pas douter des propos que rapporte la victime. Le professionnel qui accompagne la victime n'est pas là pour juger ou chercher à savoir si elle dit la vérité ou non. Il est là pour accueillir la parole de la victime et l'accompagner dans son cheminement afin qu'elle puisse reprendre sa vie en main (éviter de minimiser ou banaliser) il faut trouver comment expliquer

##### **Quatrième principe : Questionnement systématique**

#### DIAPO MAINS ALLIANCE

Ces principes fondamentaux permettront de mettre en place une alliance entre le professionnel et la victime qui est nécessaire pour un accompagnement suffisamment soutenant et sécurisant dans la préparation aux prises de décision et à la volonté de changement dans la vie de la victime. On pourrait imaginer cette alliance par la main tendue du professionnel vers la victime qui la saisie afin qu'elle puisse avancer sur son chemin semé d'embûches qu'elle pourra passer les uns après les autres avec la volonté d'arriver à son oasis sans avoir le désir de retrousser chemin.

Dans l'accompagnement, il est essentiel de ne pas seulement prendre en compte le moment ou la période des violences qu'a subi la victime car le professionnel disposerait uniquement d'une vision réductrice victime/coupable. Pour comprendre et connaître au mieux la personne et sa situation, il est important de travailler avec celle-ci à travers la globalité de sa vie : son travail, sa famille, ses relations, son entourage, etc.. Cela permettra d'apporter un soutien et tous les outils nécessaires qui seront essentiels à la reconstruction de la vie de ces personnes victimes. Donc l'accompagnement des victimes est personnalisé car chaque situation, chaque individu est singulier à travers son histoire de vie.

## Conclusion

Il faut savoir qu'en cas de violence, les victimes peuvent interrompre leur accompagnement à plusieurs reprises pour différentes raisons :

- **L'emprise de l'agresseur sur la victime** : l'emprise est une relation dominant-dominé où le dominé intériorise des représentations, des croyances qui rendent la soumission normale. Le dominant contrôle la dominée dans la contrainte et la force qu'elle soit psychologique (ex : sans moi tu n'es rien ; menace par exemple si tu en parles à quelqu'un je te tue ou je vais faire du mal à ton entourage...) ou physique (ex : brutalité, coups...)
- **La victime n'est pas réellement prête à se faire aider** pour plusieurs raisons :
  - \*s'il s'agit de violences conjugales, la victime peut être toujours amoureuse de son agresseur. Elle souhaite seulement que ça ne recommence pas, ne veut pas que son agresseur ait des problèmes d'ordre judiciaire et ne souhaite pas non plus de séparation.
  - \*La crainte qu'aucune aide ne puisse apporter une protection suffisante.
  - \*La durée et le coût que son affaire va engendrer à la victime.
  - \*Le sentiment que peut avoir la victime à ne pas être cru dans sa parole
  - \*Le sentiment de peur : la peur des représailles de la part de son agresseur, s'il vient à être au courant de ce que met en place la victime pour s'en sortir. La peur de l'inconnu (nouvelle vie, nouvelle situation : si je quitte mon travail vais-je en trouver un autre, vais-je avoir un aussi bon salaire ? Si je quitte le domicile conjugal et mon mari, où vais-je aller, vais-je attirer ce même genre d'homme violent ? Ai-je le droit à l'amour ?...)

En tant que professionnel, si cela arrive, il ne faut pas considérer que notre accompagnement a été un échec mais simplement que ce n'était pas le moment pour la victime ou que l'on était peut-être pas le bon interlocuteur à ce moment donné. C'est pourquoi pour éviter au mieux ce sentiment d'échec et pour faire en sorte que l'accompagnement se fasse jusqu'au bout il est important d'accueillir la personne dans une posture professionnelle bienveillante comme vu auparavant mais surtout de prendre en compte la globalité de la vie de la personne et non pas seulement le moment ou la période des faits de violences afin de prendre connaissance de toutes les informations utiles à l'accompagnement de la victime. D'où l'importance de travailler en réseau et d'orienter au mieux la victime.