

1. VIOLENCES SEXISTES ET SEXUELLES: DE QUOI PARLE-T-ON ?

1 DÉFINITIONS



VIOLENCE AU TRAVAIL¹

« La violence au travail se produit lorsqu'un-e ou plusieurs travailleur-euse-s sont agressé-e-s dans des circonstances liées au travail. Elle va du manque de respect à la manifestation de la volonté de nuire, de détruire, de l'incivilité à l'agression physique. La violence au travail peut prendre la forme d'agression verbale, d'agression comportementale, notamment sexiste, d'agression physique... »

1— Ani du 26 mars 2010 sur le harcèlement et la violence au travail.

AGISSEMENT SEXISTE²

L'agissement sexiste se définit comme tout agissement lié au sexe d'une personne, ayant pour objet ou pour effet de porter atteinte à sa dignité ou de créer un environnement intimidant, hostile, dégradant, humiliant ou offensant.

Il s'agit d'un agissement désobligeant qui vise une personne en raison de son sexe. Comme par exemple, dire à une salariée qu'elle ne sera pas capable d'animer une réunion parce que les femmes manquent d'autorité, ou qu'il vaut mieux qu'elle laisse telle tâche à un homme parce qu'il faut avoir les épaules assez larges pour cela... Depuis 2015, le Code du travail prohibe ces comportements dans les relations de travail.

2— Article L. 1142-2-1 du Code du travail.

HARCÈLEMENT SEXUEL³

On retrouve la définition du harcèlement sexuel dans le Code pénal et dans le Code du travail. Depuis la loi du 3 août 2018 renforçant la lutte contre les violences sexistes et sexuelles, ces définitions sont sensiblement différentes.

Dans le Code pénal⁴, le harcèlement sexuel se caractérise par le fait d'imposer à une personne, de façon répétée, des propos ou comportements à connotation sexuelle ou sexiste :

- Qui portent atteinte à sa dignité en raison de leur caractère dégradant ou humiliant ;
- Ou qui créent à son encontre une situation intimidante, hostile ou offensante.

3— service-public.fr

4— Article 222-33 du Code pénal.

VIOLENCES AU TRAVAIL

5 % des viols et 25 % des agressions sexuelles se produisent sur les lieux de travail.¹

9 % des femmes ont subi un rapport sexuel forcé ou non désiré avec quelqu'un de leur milieu professionnel².

80 % des femmes salariées considèrent que dans le travail, les femmes sont régulièrement confrontées à **des attitudes ou comportements sexistes³.**

1— Enquête Insee Cadre de vie et sécurité, 2007.

2— Rapport Ifop pour la Fondation Jean-Jaurès et la Fondation européenne d'études progressistes (FEPS), 2019. ifop.com

3— Enquête du CSEP de 2013 conduite auprès de 15 000 femmes. femmes.gouv.fr

OUTRAGE SEXISTE⁸

Cette infraction s'inspire de la définition du délit de harcèlement sexuel en supprimant la condition de répétition des faits poursuivis.

Constitue un outrage sexiste le fait d'imposer à une personne tout propos ou comportement à connotation sexuelle ou sexiste qui soit porte atteinte à sa dignité en raison de son caractère dégradant ou humiliant, soit crée à son encontre une situation intimidante, hostile ou offensante. Cette infraction vise à sanctionner des comportements qui se caractérisent de différentes manières dans l'espace public : sifflements, propos sur l'habillement ou l'apparence physique de la ou des personnes visées, propos et verbes désignant des actes sexuels. Dans cette incrimination, entrent également dans ces comportements sanctionnés ceux relevant de compliments dits astreignants et faussement élogieux.

L'infraction est également constituée :

- *Lorsque ces propos ou comportements sont imposés à une même victime par plusieurs personnes, de manière concertée ou à l'instigation de l'une d'elles, alors même que chacune de ces personnes n'a pas agi de façon répétée ;*
- *Lorsque ces propos ou comportements sont imposés à une même victime, successivement, par plusieurs personnes qui, même en l'absence de concertation, savent que ces propos ou comportements caractérisent une répétition.*

Est assimilé au harcèlement sexuel le fait d'user (même de façon non répétée) de toute forme de pression grave dans le but réel ou apparent d'obtenir un acte de nature sexuelle, que celui-ci soit recherché au profit de l'auteur des faits ou au profit d'un autre.

La définition du harcèlement sexuel dans le Code du travail⁵ ne comprend pas la notion de sexisme, qu'un autre article du Code du travail interdit⁶. Elle ne comprend pas non plus la notion de « raid » concerté ou non, prévue en droit pénal⁷. Une autre différence : dans le Code du travail, il n'y a pas le verbe « imposer ». De plus, il faut avoir en tête que le Code pénal concerne les victimes et les auteurs d'infractions pénales, alors que le Code du travail concerne les employeurs et les salarié-e-s de droit privé.

5— Article L. 1153-1 du Code du travail.

6— Article L. 1142-2-1 du Code du travail.

7— Voir la définition de « raid » page suivante.

8— Article 15 de la loi n° 2018-703 du 3 août 2018 et est sanctionnée par l'article 621-1 du Code pénal.

VIOLENCES AU TRAVAIL



Plus d'une femme sur deux (55 %) a déjà subi **des violences sexistes ou sexuelles** au cours de sa vie professionnelle.

Près d'une femme sur trois a déjà été **harcelée ou agressée sexuellement** sur son lieu de travail¹.

Chut...

70 % des victimes de harcèlement sexuel au travail n'en ont pas parlé à leur supérieur ou à leur employeur, **30 %** n'en ont parlé à personne. Seules **5 %** déposent plainte. Lorsqu'elles en ont parlé à leur employeur, **40 %** des victimes estiment que le règlement leur a été défavorable².



85 % des personnes LGBT³ ont ressenti au moins une fois au cours de leur vie professionnelle **l'homophobie** au travail⁴.

11 % des actes homophobes signalés ont lieu au travail.⁵

1— Rapport Ifop pour la Fondation Jean-Jaurès et la Fondation européenne d'études progressistes (FEPS), 2019, ifop.com

2— Enquête sur le harcèlement sexuel au travail réalisée par l'Ifop (en 2014) pour le compte du défenseur des Droits, defenseurdesdroits.fr

3— LGBT : lesbiennes, Gays, Bisexuelles et Trans.

4— Observatoire des LGBTphobies, État des lieux 2019, ifop.com

5— Observatoire des LGBTphobies, État des lieux 2019, ifop.com

HARCÈLEMENT ENVIRONNEMENTAL¹

Le harcèlement sexuel peut consister en un harcèlement environnemental ou d'ambiance (photos pornographiques sur les écrans ou affiches), où, sans être directement visée, la victime subit des provocations et blagues obscènes ou vulgaires qui lui deviennent insupportables.

RAID²

On parle de « raid » quand le harcèlement moral ou sexuel commis sur Internet par plusieurs personnes contre une victime peut être poursuivi et condamné : quand les propos ou comportements sont imposés à une même victime par plusieurs personnes, de manière concertée ou à l'instigation de l'une d'elles, alors même que chacune de ces personnes n'a pas agi de façon répétée ; ou bien, quand les propos ou comportements sont imposés à une même victime, successivement, par plusieurs personnes qui, même sans concertation, savent que ces propos ou comportements caractérisent une répétition.

1— Cour d'appel d'Orléans, décision du 7 février 2017.

2— Article 222-33-2-2 du Code pénal.

UPSKIRTING³

En France, c'est l'article 16 de la Loi n° 2018-703 du 3 août 2018, renforçant la lutte contre les violences sexuelles et sexistes, qui définit et condamne l'upskirting (littéralement « sous la jupe ») : « *le fait d'user de tout moyen afin d'apercevoir les parties intimes d'une personne que celle-ci, du fait de son habillement ou de sa présence dans un lieu clos, a cachées à la vue des tiers, lorsqu'il est commis à l'insu ou sans le consentement de la personne* ».

AGRESSION SEXUELLE⁴

C'est une atteinte sexuelle commise avec violence, contrainte, menace ou surprise.

Il peut s'agir, par exemple, d'attouchements, de caresses de nature sexuelle. Par exemple, « une main aux fesses » est une agression sexuelle. Une agression sexuelle est qualifiée par le droit seulement si certaines parties du corps sont touchées. À ce jour, il faut être touchée sur les seins, ou les lèvres, ou les fesses, ou le sexe, ou les cuisses, ou que l'agresseur frotte son sexe quelle que soit la partie du corps, pour que l'on puisse qualifier l'agression de sexuelle.

3— Article 226-3-1 du Code pénal.

4— Article 222-22 du Code pénal.

VIOL⁵

Alors que le harcèlement sexuel et l'agression sexuelle sont des délits, le viol est un crime.

Il se distingue des autres agressions sexuelles en ce qu'il suppose un acte de pénétration sexuelle, de quelque nature qu'il soit, commis avec violence, contrainte, menace ou surprise. Tout acte de pénétration sexuelle est visé : vaginale, anale ou buccale, notamment par le sexe de l'auteur. Il peut aussi s'agir de pénétrations digitales (avec le doigt) ou de pénétration au moyen d'un objet. Depuis la loi du 3 août 2018 précitée, le fait de pratiquer une fellation avec violence, contrainte, menace ou surprise, sur un homme, est également un viol. Auparavant, il s'agissait d'une agression sexuelle.

VIOLENCES CONJUGALES

Les violences conjugales se définissent comme des situations où les faits de violence sont récurrents, cumulatifs, s'aggravent et s'accroissent et sont inscrits dans un rapport de force asymétrique et figé. Alors que dans des disputes ou conflits deux points de vue s'affrontent dans un rapport d'égalité (ou à peu près), les violences conjugales sont marquées par un rapport de domination et de prise de pouvoir avec volonté de contrôle et de destruction vis-à-vis de la personne victime qui s'inscrit, en général,

5— Article 222-23 du Code pénal.

VIOLENCES DANS LA VIE¹

**Tous les 2 jours
et demi,
une femme décède
sous les coups de son
partenaire ou de son
ex-partenaire.²**



**14 % des homicides
sont des violences
faites aux femmes.³**

1— Les chiffres de référence sur les violences faites aux femmes, stop-violences-femmes.gouv.fr

2— Ministère de l'intérieur : étude nationale relative aux morts violentes au sein du couple, 2019, interieur.gouv.fr

3— Ministère de l'intérieur : insécurité et délinquance en 2018 : premier bilan statistique, interieur.gouv.fr

VIOLENCES DANS LA VIE

**94 000 femmes
sont victimes
de viols ou
tentatives de viol
chaque année.¹**

**Environ
60 000 femmes
résidant en France
sont excisées.²**

1— Enquête « Cadre de vie et sécurité »,
2012-2018, INSEE-ONDRP, interieur.gouv.fr

2— D'après l'exposition *Violences, elles disent non !* Édition 2018 de Clara Magazine et Femmes Solidaires, source : « Excision, parlons-en ! ».

dans la durée¹. Elles peuvent être le fait du conjoint ou ex-conjoint.

Les violences conjugales se rapprochent du harcèlement sexuel et moral dans l'idée de répétition, d'aggravation et de moments de calme (dits « lune de miel »). Les conséquences pour la victime sont la peur, la culpabilité, la perte de l'estime de soi et d'autonomie, l'isolement, le stress. (Attention cependant, la répétition n'est pas une condition pour caractériser des faits de violence conjugale). Les manifestations de ces violences peuvent prendre plusieurs formes : sexuelles, physiques, psychologiques, administratives, économique ou verbales, comme des intimidations, des bousculades, du chantage. Est également considéré comme une violence le fait de détériorer un objet qui appartient à la victime, de contrôler ses dépenses, de lui confisquer un document. Une ordonnance de protection peut être demandée et délivrée par le juge aux affaires familiales².

1— Convention du Conseil de l'Europe sur la prévention et la lutte contre la violence à l'égard des femmes et la violence domestique, dite « convention d'Istanbul ».
2— Voir dans la définition des violences intrafamiliales, page suivante.

VIOLENCES INTRAFAMILIALES ET VIOLENCES CONJUGALES

Ce ne sont pas des concepts juridiquement définis en tant que tels. Leurs contours peuvent donc être flous. Si nous tendons, dans nos communications, à combiner les deux, c'est pour assurer la visibilité sur tout le champ couvert. Le terme de violences conjugales renvoie aux violences commises au sein du couple ou ex-couple, qu'il soit ou ait été marié, pacé ou non. Et donc, qu'il s'inscrive ou non dans le cadre de la « famille ». Mais cette expression ne rend pas compte des effets sur les enfants qui y sont exposés. Par ailleurs, la famille étant un lieu de pouvoir et d'échanges économiques généralement inégaux entre les femmes et les hommes, elle génère des rapports de forces intrinsèques qui s'expriment souvent par la violence. Violence de parents vis-à-vis des enfants, violence de frères, cousins, oncles, pères vis-à-vis des filles et des femmes de la famille, voire de fils vis-à-vis de leur mère... Aussi, les textes internationaux utilisent-ils l'expression plus englobante de « *violences domestiques* » pour désigner « *tous les actes de violence physique, sexuelle, psychologique ou économique qui surviennent au sein de la famille ou du foyer ou entre des anciens ou actuels conjoints ou partenaires, indépendamment du fait que l'auteur de l'infraction partage ou a partagé le même domicile que la victime.* »³

3— Convention du Conseil de l'Europe sur la prévention et la lutte contre la violence à l'égard des femmes et la violence domestique, dite « convention d'Istanbul ».

VIOLENCES INTRAFAMILIALES

Ce sont des actes de violences exercés entre les membres d'une même famille. Elles peuvent aussi s'exercer directement ou indirectement sur les enfants du couple ou ex couple.

Concernant les violences conjugales :

Une ordonnance de protection peut être demandée et délivrée par le juge aux affaires familiales. Elle permet de prendre des mesures urgentes pour assurer la sécurité d'une victime de violences, par un conjoint ou concubin, mais aussi par un ancien conjoint. La notion de « violences » est examinée par le juge au regard des atteintes à l'intégrité physique et/ou psychique. À l'issue d'une procédure contradictoire, le juge peut notamment prendre des mesures d'urgence, organiser la situation matérielle (mesure d'éloignement, jouissance du logement...) et les relations avec les enfants (exercice de l'autorité parentale...).

CONSENTEMENT

« Tout acte sexuel doit être consenti par les deux partenaires. Le consentement peut être verbal ou non verbal. Le silence ne vaut pas consentement. Le consentement doit être libre, éclairé et donné personnellement. Le consentement doit être donné par la personne elle-même. Il n'y a pas consentement si :

- il est donné par un tiers ;
- la personne n'a pas la capacité de consentir (à titre d'exemple, la personne est inconsciente du fait notamment de l'alcool ou de drogues, de médicaments) ;
- Si [la personne] a subi des violences, des menaces, de la contrainte physique ou morale.

Une personne peut être d'accord pour un acte sexuel et en refuser un autre. Une personne peut, après avoir consenti à l'acte sexuel, exprimer ensuite son refus de poursuivre. Le consentement peut être retiré à tout moment»⁴.

Le harcèlement sexuel est notamment caractérisé par l'absence de consentement, soit quand une personne est victime d'actes imposés par son auteur. L'absence de consentement peut résulter du contexte dans lequel les faits ont été commis (un silence permanent face aux agissements par exemple).

4– Guide contre les violences sexistes et sexuelles : fonction-publique.gouv.fr

POUR ALLER PLUS LOIN SUR LE CONSENTEMENT

La circulaire circ. CRIM 2012-15, 7 août 2012 issue de la loi L. n° 2012-954 du 6 août 2012. Cette circulaire apporte des précisions sur les notions de pressions graves et sur la finalité des pressions.
textes.justice.gouv.fr

CONTRAINTES⁵

La contrainte peut être physique ou morale. Elle peut résulter de la différence d'âge existant entre l'auteur des faits et une victime mineure et de l'autorité qu'exerce celui-ci sur cette victime. Elle peut également être liée à la contrainte économique (nécessité de conserver son travail, d'obtenir de l'argent ou des revenus), ou psychologique (agresseur effrayant, manipulateur). ■

5– Article 222-22-1 du Code Pénal.



LES PEINES ENCOURUES

L'agissement sexiste

Le Code du travail définit l'agissement sexiste¹, mais il n'est pas pénalement sanctionné. L'auteur risque une sanction disciplinaire et la responsabilité civile de l'employeur peut être recherchée.

L'outrage sexiste²

Il peut être puni d'une l'amende.

L'upskirting³

Il peut être puni d'un an d'emprisonnement et de 15 000 € d'amende.

Le raid⁴

Il est passible d'un emprisonnement pouvant aller de un à trois ans et d'une amende de 15 000 à 45 000 €.

Le harcèlement sexuel

C'est un délit pénal⁵. La peine encourue est de 2 ans d'emprisonnement et de 30 000 € d'amende. En cas de circonstances aggravantes (notamment en cas d'abus d'autorité ou de faiblesse) les peines peuvent être portées à 3 ans d'emprisonnement et à 45 000 € d'amende. L'auteur risque également une sanction disciplinaire et la responsabilité de l'employeur peut être recherchée. (« *L'employeur doit prendre toutes les dispositions nécessaires en vue de prévenir les faits de harcèlement sexuel, d'y mettre un terme et de les sanctionner.* »)⁶

L'agression sexuelle

Elle est pénalement sanctionnée⁷. La peine encourue est de 5 ans à 10 ans de prison et de 75 000 à 100 000 € d'amende, en cas de circonstances aggravantes. L'auteur risque également une sanction disciplinaire et la responsabilité de l'employeur peut être recherchée.

Le viol

Le viol est un crime⁸. La peine encourue va de 15 à 30 ans de réclusion criminelle, en cas de circonstances aggravantes. Ces peines visent l'auteur de l'infraction. L'employeur peut être condamné aux prud'hommes pour manquement à son obligation générale de sécurité⁹ ou spécifique .

Les violences conjugales¹⁰

Les violences psychologiques sont passibles de trois ans de prison et 45 000 € d'amende. En cas de viol au sein d'un couple, la peine maximale est de vingt ans de prison. En cas d'agression sexuelle autre que le viol, les peines sont de sept ans d'emprisonnement et de 100 000 € d'amende.

1— Article L. 1142-2-1 du Code du travail.

2— Article 15 de la loi n° 2018-703 du 3 août 2018 et est sanctionnée par l'article 621-1 du Code pénal.

3— Article 226-3-1 du Code pénal.

4— Article 222-33-2-2 du Code pénal.

5— Article 222-33 du Code pénal.

6— Article L. 1153-5 du Code du travail.

7— Articles 222-22 à 222-30 du Code pénal.

8— Articles 222-23 à 222-26 du Code pénal.

9— Article L. 4121-1 du Code du travail.

10— Direction de l'information légale et administrative (Premier ministre), Ministère chargé de la justice, service-public.fr

L'infraction de non-dénonciation d'un crime¹¹

C'est le fait, pour quiconque ayant connaissance d'un crime dont il est encore possible de prévenir ou de limiter les effets, ou dont les auteurs sont susceptibles de commettre de nouveaux crimes qui pourraient être empêchés, de ne pas en informer les autorités judiciaires ou administratives. Il est puni de trois ans d'emprisonnement et de 45 000 € d'amende. Sont exceptés des dispositions qui précèdent, sauf en ce qui concerne les crimes commis sur les mineurs :

- Les parents en ligne directe et leurs conjoints, ainsi que les frères et sœurs et leurs conjoints, de l'auteur ou du complice du crime ;
- Le conjoint de l'auteur ou du complice du crime, ou la personne qui vit notoirement en situation maritale avec lui.
- Les personnes astreintes au secret¹².

11— Article 434-1 du Code pénal.

12— Dans les conditions prévues par l'article 226-13 du Code pénal.

VIOLENCES DANS LA VIE



85 %
des personnes prostituées en France sont des femmes.

(30 000 personnes sont prostituées en France dont 93 % sont étrangères)¹.



55 %
des personnes LGBT ont déjà été victimes d'une forme d'agression

au cours de leur vie².



81 %
des femmes ont déjà été confrontées à au moins une forme d'atteinte ou d'agression sexuelle dans la rue ou les transports en commun³.

1— Chiffres clés de la prostitution du Ministère des Familles, de l'Enfance et des Droits des Femmes, egalite-femmes-hommes.gouv.fr

2— Rapport sur l'homophobie 2019 de SOS-Homophobie, sos-homophobie.org

3— Ifop (8–14 avril 2018) étude réalisée par son département « Genre, sexualités et santé sexuelle » à l'occasion de la semaine internationale de lutte contre le harcèlement de rue, ifop.com

1 fille sur 3
entre 15 et 20 ans
a été victime de **harcèlement en ligne**¹.

1 fille sur 5
entre 13 et 16 ans
a déjà reçu des **messages à caractère sexuel en ligne**.

9 % seulement de l'ensemble de ces victimes portent plainte. Sur ces 9 %, ensuite, seule **une plainte sur dix aboutit** à une condamnation de l'agresseur².

1— D'après l'exposition « Violence, elles disent non ! » Édition 2018 de Clara Magazine et Femmes Solidaires (sources : Centre Hubertine Auclert).

2— Rapport d'information de l'assemblée nationale sur le viol et les violences sexuelles faites aux femmes, 2018, assemblee-nationale.fr

2 COMPRENDRE LES STRATÉGIES DE L'AGRESSEUR

Il n'existe pas de profil type de l'agresseur au sein du couple et/ou d'auteur de violences sexuelles : tous les âges et les catégories professionnelles sont concernés. Contrairement à ce que l'on entend souvent, l'agresseur n'est pas toujours un malade ou un pervers, loin de là. Dans la très grande majorité des situations, il est conscient des actes qu'il commet. Il est totalement responsable de ses actes et de ses propos.

STRATÉGIES D'AGRESSION

Pour assurer sa domination et son emprise sur la victime, garantir son impunité et continuer les violences, l'agresseur met en place et développe des stratégies. Toutes les situations sont différentes, mais on retrouve toujours une structure commune qui constitue la « stratégie de l'agresseur », concept mis à jour par le Collectif féministe contre le viol (CFCV) après 30 ans d'expérience et le recueil de plus de 53 000 témoignages de femmes victimes. Ce concept est désormais repris par l'ensemble des institutions en charge de la lutte contre les violences¹. Plusieurs stratégies peuvent être utilisées. Les plus fréquentes sont présentées ci-après. Elles ne sont pas systématiques et peuvent parfois s'entremêler et/ou être concomitantes.

1— Voir notamment le « livret de formation à destination des agents et agentes en situation d'accueil ou de contact avec le public » réalisé par la mission interministérielle pour la protection des femmes contre les violences et la lutte contre la traite des êtres humains (MIPROF) et le site gouvernemental stop-violences-femmes.gouv.fr

Avant toute chose, il convient de distinguer conflits et violences. Dans les disputes ou conflits conjugaux, deux points de vue s'opposent dans un rapport d'égalité, chaque partie gardant son autonomie. De même, en principe, dans des rapports interpersonnels tels qu'entre camarades ou collègues.

Avec les violences, on a affaire à une prise de pouvoir de l'auteur sur la victime. Par ses propos et comportements, celui-ci veut contrôler et détruire sa partenaire. Il met en place et développe des stratégies visant à assurer sa domination, son emprise sur la victime.

Il est important de savoir identifier ces stratégies afin d'éviter d'être soi-même manipulé-e, et de pouvoir les déjouer auprès de la victime.

L'agresseur est avant tout un manipulateur habile. Il procède par la séduction, et pas seulement vis-à-vis de sa victime.

Ainsi, ces mécanismes d'emprise peuvent toucher potentiellement toute femme, quelles que soient sa catégorie socio-professionnelle, son niveau d'étude, son origine... Attention cependant, même si l'écrasante majorité des victimes sont des femmes et des filles et les auteurs des hommes, il existe également des cas où c'est l'inverse. Et des cas dans lesquels la victime et l'agresseur appartiennent au même sexe.

Les mécanismes décrits ci-dessous font principalement référence aux violences perpétrées en couple par le conjoint, mais ils sont largement valables aussi pour les violences dans d'autres milieux, tels que le travail.

Mise en place : l'agresseur cible, met en confiance et séduit, dans un contexte vulnérabilisant

Les femmes et filles évoluent dans un contexte vulnérabilisant en lui-même : le système patriarcal, qui les dévalorise, insécurise, divise et envahit psychologiquement. Le *continuum* des violences contre les femmes produit des leviers d'emprise : stéréotypes qui fragilisent les femmes dans leur représentation d'elles-mêmes et vis-à-vis de la société, inégalités professionnelles qui agissent contre leur autonomie, rôles genrés qui réduisent leur liberté individuelle... Si profils et histoires peuvent différer, si les valeurs personnelles, religieuses et culturelles de la victime peuvent conforter ces stratégies, le patriarcat fournit un cadre propice à leur mise en œuvre.

Voilà pourquoi l'écrasante majorité des victimes sont des femmes et des filles et les auteurs, des hommes. Et dans l'immense majorité des cas, l'agresseur cible ses victimes dans son entourage : couple, entourage familial, professionnel, amical, militant, voisinage... Il peut aussi être leur avocat, leur médecin... voire un artiste admiré.

D'autres éléments contextuels peuvent venir renforcer la situation de vulnérabilité d'une personne : maladie, handicap, précarité, entourage toxique, épreuve subie, psychotraumatisme antérieur, etc.

Dans un premier temps, l'agresseur va répondre à l'attente de sa victime en termes de reconnaissance et de valorisation. Il pourra même prévoir d'impliquer la victime potentielle dans le déroulement des faits, lui offrir quelque chose, lui demander de l'aide, lui fournir de l'aide... Après la phase de séduction et mise en confiance, l'agresseur va commencer à souffler alternativement le chaud et le froid, déstabilisant sa victime qui, déçue dans ses propres attentes, cherchera à satisfaire celles de l'agresseur. Et quel que soit le champ où s'exerce la violence, la forme qu'elle adopte et le statut de l'agresseur (proche ou inconnu), on identifie les mêmes mécanismes :

- l'isolement,
- la dévalorisation,
- l'inversion de culpabilité,
- la menace,
- l'organisation de l'impunité.

Il isole sa victime, géographiquement, socialement, affectivement, familialement, professionnellement...

« Tu vois trop souvent tes amies, à croire que tu les aimes plus que moi. » ; « Je n'aime pas les repas avec tes parents » ; « Tu as tout le temps des réunions syndicales » ; « Tu es tout le temps au téléphone » ; « Tu consacres trop de temps à ton travail » ; mais aussi : « Si tu ne travailles qu'avec moi, je te formerai, tu feras des choses plus intéressantes... » « Amour », « jalousie », « besoin d'une relation fusionnelle », « relation privilégiée », etc., autant d'alibis pour une même stratégie de contrôle et d'isolement.

La victime va peu à peu couper des liens amicaux, sociaux, familiaux... et se retrouver seule. Et donc sous l'emprise de son agresseur.

Il la dévalorise, la traite comme un objet

Par des mots, par des phrases, par des attitudes, l'agresseur critique, rabaisse et humilie. Il empêche ainsi peu à peu la victime de s'écouter et de résister. Il se moque en veillant à ce que d'autres rient avec lui, et il accuse les victimes d'exagérer : « Je te l'ai expliqué mille fois, mais tu te trompes encore ! Et après, les autres doivent corriger tes erreurs ! Mais tu vas encore dire que je te persécute... ». Ainsi, il s'assure du soutien de l'entourage.

Et ce dénigrement, comme tout mensonge répété, finit par sembler fondé et affaiblir la victime. Double conséquence : celle-ci, perdant l'estime de soi, ne réagit plus, ne réplique plus. Ne comprenant pas ce qui lui arrive, elle s'en croit responsable, facilitant la mise en place de la phase suivante...

Il inverse la culpabilité

L'inversion de la honte et de la culpabilité va emmurer les victimes dans le silence et dans la haine de soi. L'agresseur va toujours trouver une justification à ses violences verbales et physiques : « Tu as brûlé le repas, ça m'a énervé. » ; « Tu es trop coincée, je n'en peux plus » ; « Tu me pousses à bout. » ; « Elle est violente, hystérique, folle... elle m'a provoqué... » ; « Elle souhaitait que je fasse ça, elle m'a énervé. » ; « On a un projet à boucler, mais tu nous fais perdre un temps fou » ; « Déjà que j'avais le client sur le dos, et en plus elle vient m'annoncer ça ! ». « On n'a pas remporté l'appel d'offre et c'est de sa faute ! »

Le plus souvent, il en vient à se faire passer pour la victime de sa victime, volontiers considérée par l'entourage comme responsable de la situation qu'elle endure.

Ce comportement ainsi que la bienveillance qui l'entoure évoque le cas du violeur clamant que telle femme/fille l'aurait « allumé » et que c'était « un jeu ». Ou encore, qu'il ne se serait pas rendu compte, que c'est « un malentendu », qu'il n'avait « pas compris que c'était non ».

Ce mensonge d'agresseur tellement ancré dans nos cultures patriarcales instille une honte tenace et récurrente parmi les femmes et les filles, y compris avant même d'y avoir été confrontées directement.

Il menace, il fait peur, il insécurise

La peur est un des signaux les plus importants pour détecter les violences. Avoir peur de la personne avec qui on vit, travaille ou milite n'est pas normal. Les menaces peuvent viser les proches, les enfants, les animaux domestiques... Le conjoint agresseur utilise les enfants en menaçant de les enlever et dévalorise sa partenaire dans son rôle de mère.

Il faut savoir aussi qu'une personne victime a presque systématiquement tendance à banaliser les violences, à les excuser ou à les amoindrir. Elle doute de ses propres perceptions, ce qui la conduit à minimiser l'agression. Elle se sent responsable de la situation. Et puis, une femme victime sera probablement dans la confusion, confusion entretenue par le caractère imprévisible de l'auteur et par l'alternance de phases violentes et de phases dites de « lune de miel ». Si bien qu'elle-même, comme son entourage, pourra décrire son agresseur comme un homme « gentil et prévenant ».

L'agresseur tend à se présenter comme tout-puissant. Il contraint les victimes à se taire, notamment par la terreur, et utilise ses leviers de pouvoir : chantage au suicide, chantage affectif (« *Tu briseras la famille* », « *Tu discréditeras tout le collectif* »), financier (« *Je te laisserai sans ressources* »), chantage sur la carrière, la réputation, la bonne marche de l'organisation, l'entreprise etc.

Il assure son impunité et verrouille le silence

Précédemment, on a vu comment, tout en déployant chacun de ces mécanismes et quel que soit l'ordre chronologique, l'agresseur construit son impunité et s'attache à recruter des alliés, impliquant jusqu'à la victime dans le déroulement des faits (« C'est de sa faute »).

Quitte à faire passer la victime pour folle, il va la discréditer et tout faire pour que sa parole ne soit pas entendue. « *Ce n'est pas l'homme que nous connaissons* », « *C'était un si gentil voisin* »... L'agresseur vise à faire croire à un complot contre lui, contre le groupe, qu'il somme de serrer les rangs autour de lui.

Conséquences de cette stratégie sur le comportement de la victime

Savoir décrypter ces stratégies aide à comprendre leur impact sur la personne qui en est victime et ses difficultés à quitter son agresseur.

En effet, elles engendrent chez la victime des sentiments de honte, culpabilité, dévalorisation, perte de confiance et d'estime de soi. C'est aussi, pour cette dernière, la peur des représailles (pour elle-même et/ou ses enfants), la peur de ne pas être crue, d'être licenciée, la minimisation des violences, l'angoisse des obstacles qu'engendrerait la dénonciation des faits et/ou, le cas échéant, la séparation (logement, ressources, travail...), l'isolement, la méconnaissance de ses droits et des dispositifs de soutien.

Il est fréquent qu'une femme qui a subi des violences paraisse confuse et ambivalente. C'est le résultat, notamment, de l'emprise et des psychotraumatismes accumulés. Le processus de libération peut être long et sinueux, il s'effectue souvent par étapes, avec des va-et-vient.

Sauf danger imminent, il faut respecter les choix et les rythmes de la victime et l'aider à prendre conscience de la réalité de sa situation et de l'emprise exercée sur elle. ■

3 COMPRENDRE LES MÉCANISMES DES VIOLENCES ET DES TROUBLES PSYCHOTRAUMATIQUES

En préalable, précisons que toutes les victimes ne souffrent pas de la même manière, avec la même intensité et ne développent pas les mêmes symptômes. Précisons également que si la gravité, au sens pénal, des violences, va généralement de pair avec la gravité des conséquences psychotraumatiques, cela n'est pas non plus toujours le cas.

Ainsi une victime de harcèlement sexuel peut-elle souffrir d'atteintes psychiques et physiques extrêmement importantes et une victime d'agression sexuelle mieux s'en sortir, alors que l'agression sexuelle est beaucoup plus sévèrement réprimée que le harcèlement sexuel. La répétition d'agissements humiliants et intimidants voire menaçants caractéristiques du harcèlement sexuel entame profondément les résistances des femmes, et leur santé. Il faut *a contrario* admettre que certaines femmes résistent mieux – nous sommes inégales face aux violences – et que, pour autant, cela ne retire rien à leur statut de victime : dans tous les cas il existe un agresseur, qui peut s'en prendre à une autre personne, moins armée. Cela dit, il est important de connaître l'effet produit par les violences sur le comportement et le récit des victimes pour les aider aux mieux.

Parfois, certains témoignages peuvent paraître confus, incohérents, irrationnels... La victime peut avoir une attitude physique et une expression verbale déconnectées de la gravité des

événements qu'elle évoque avoir subis. En effet, au-delà des atteintes et dommages physiques, des troubles psychotraumatiques peuvent apparaître chez les victimes.

Afin de combattre les violences sexistes et sexuelles, il est important que la victime puisse s'exprimer et être écoutée dans un environnement sécurisé, sans préjugé, et apaisé pour trouver des solutions aux problèmes de violences sexistes et sexuelles auxquels elle peut être confrontée.

La victime doit pouvoir s'exprimer librement, sans crainte d'être jugée ou incomprise. Avant d'accueillir une victime, il faut donc avoir une idée des conséquences psychiques d'une agression et d'une situation de violence sexiste ou sexuelle. Ces prérequis sont indispensables pour comprendre et sécuriser la situation de la victime, et l'orienter vers des spécialistes si un soutien psychologique est nécessaire.

CE QU'IL FAUT SAVOIR DES TROUBLES PSYCHOTRAUMATIQUES FACE AUX VIOLENCES

Une personne victime de violences peut ne pas avoir réagi, elle peut avoir été passive et incapable de se défendre et/ou de fuir pendant l'agression. Elle peut ne pas avoir parlé immédiatement et elle peut présenter des souvenirs flous, un récit confus, incomplet, incohérent voire contradictoire. Autant d'éléments qui disqualifient sa parole, alors même que de tels symptômes devraient au contraire accréditer son récit : la sidération empêche la victime de réagir, puis les troubles de la mémoire et les conduites d'évitement l'empêchent de parler, tandis que l'état de dissociation et d'anesthésie émotionnelle lui permettent au contraire de rapporter avec détachement et apparente déconnexion des événements graves. **Or, pour une femme ayant subi des violences, la reconnaissance du statut de victime est paradoxalement ce qui va lui permettre de sortir de cette position de victime. C'est donc capital pour sa reconstruction.** Voilà pourquoi, entre autres, accueillir une victime de violences pour l'écouter et l'orienter nécessite de comprendre et d'identifier les phénomènes d'amnésie, de conscience altérée et autres manifestations des troubles psychotraumatiques liés aux violences. Il faut comprendre pourquoi elle n'aura probablement pas eu la réaction attendue, ni pendant, ni après l'agression.

Car le cerveau n'est pas un organe qui fonctionne de façon désincarnée, répondant à nos seules volontés et intelligences. Au-delà même de l'impact psychologique, les conséquences des violences sont très sévères sur le plan neurologique, avec par ricochet des conséquences physiologiques et physiques de toutes sortes.

Que se passe-t-il, sur le coup, dans le cerveau d'une victime ?

Aujourd'hui, les neurosciences, avec le recours à des techniques telles que l'IRM, nous aident à comprendre les processus en œuvre lors d'une agression et ses conséquences en l'absence de prise en charge.

Sous le choc de l'agression, le système émotionnel est modifié et la mémorisation de l'agression elle-même est profondément perturbée. Cette paralysie psychique et motrice est visible sur les IRM : c'est la sidération, avec une série de conséquences en cascade dont l'impact de long terme sur la santé physique et mentale va être considérable. Sous l'emprise d'un stress aigu et pour se protéger, le cerveau met en place une procédure de sauvegarde et le circuit neuronal disjoncte comme un circuit électrique.

C'est la dissociation traumatique qui prive la personne de ses émotions d'où la sensation d'irréalité et de dépersonnalisation qui provoque anesthésie et tolérance à la douleur et aux violences. La victime se vit comme étrangère et spectatrice des événements.

Et par la suite ?

D'où, ultérieurement, l'impression d'indifférence et de distance que peuvent ressentir ses interlocuteur-ice-s, provoquant incompréhension et abandon de leur part. Tandis que les personnes victimes, anesthésiées ou dissociées, vont devenir des cibles de choix.

La déconnexion des différentes structures du cerveau entre elles, aura aussi empêché le traitement normal de la mémoire.

Les réminiscences vont affluer de façon intrusive, sous forme de flashes incontrôlables, réveillés par des couleurs, odeurs, par des contextes ou par des détails parfois anodins... En revanche, la personne ne pourra pas mobiliser par elle-même ses souvenirs, puisqu'ils n'auront pas été enregistrés sur le disque dur de la mémoire, et elle n'aura pas accès à des paramètres tels que le temps et l'espace. D'où l'amnésie, la confusion, l'incapacité de décrire et d'où aussi des manifestations physiques, des sensations corporelles anormales et des conséquences très sévères, à long terme, sur les processus de mémorisation, même pour les actes de la vie quotidienne.

La psychiatre et psychotraumatologue Muriel Salmona explique que ce grave trouble appelé « mémoire traumatique », agit « comme une bombe à retardement, fait revivre toutes les violences subies et la mise en scène terrorisante et culpabilisante créée par l'agresseur. C'est une torture qui oblige les victimes à mettre en place des stratégies de survie coûteuses pour leur santé et leur estime de soi (conduites d'évitement et conduites à risque pour s'anesthésier: mises en danger, addictions). »¹

Tant que la personne est dissociée, elle ne ressent pas la douleur. Ainsi, c'est souvent lorsqu'elle est mise à l'abri, qu'elle va revivre les moments les plus atroces. D'où des retours de victimes de violences conjugales avec leur agresseur, qui va provoquer à nouveau la dissociation anesthésiante. Mais le fait de ne pas sentir la douleur n'empêche pas les atteintes graves.

Cela explique ce cercle vicieux de conduites irrationnelles, qui visent à déclencher à nouveau la disjonction du circuit émotionnel: soit en consommant des drogues dissociantes (alcool, cannabis, héroïne...), soit en augmentant le niveau de stress pour recréer le phénomène de survoltage. Ce peut être par des conduites agressives contre soi-même (tentatives de suicide, automutilations) ou contre autrui, par des conduites à risque, ou encore, par des prises de

produits excitants (amphétamines).

Douloureuses et incompréhensibles pour les victimes, ces conduites sont entretenues par les sentiments de culpabilité et de honte qu'elles génèrent, ainsi que par une vulnérabilité accrue face au monde extérieur.

Voilà aussi pourquoi des victimes peuvent rester si longtemps avec un agresseur. Et pourquoi cela expose à revivre des violences tout au long de la vie. Plutôt que de se laisser envahir par des souvenirs atroces, par des douleurs qui reviennent à l'identique, on provoque une douleur que l'on contrôle. ■

POUR ALLER PLUS LOIN SUR LES TROUBLES PSYCHOSOMATIQUES

Lire les travaux de :

- **Muriel Salmona, psychiatre spécialisée en traumatologie et victimologie.**
- **Ernestine Ronai, responsable de l'Observatoire des violences envers les femmes du Conseil départemental de la Seine-Saint-Denis.**
- **Carole Azuar, neurologue et chercheur en neurosciences, CHU de la Salpêtrière et Institut de la mémoire.**



Pour aller plus loin

- **Des outils de formation sur les violences:** arretonslesviolences.gouv.fr
- **Rapport de l'OMS (2002):** who.int
- **Rapport de santé publique France (2019):** santepubliquefrance.fr

1— Muriel salmona, « La réalité des violences sexuelles est l'objet d'un déni massif », Entretien réalisé par Anna Musso, *L'Humanité*, 6 Septembre, 2013.

POURQUOI UNE PRISE EN CHARGE THÉRAPEUTIQUE EST-ELLE VITALE ?

En l'absence de prise en charge thérapeutique, les violences vont être à l'origine de toute une série de pathologies chroniques.

Une étude de l'OMS (2013) confirme que les femmes victimes de violences conjugales ont une probabilité deux fois plus élevée de connaître des problèmes de consommation d'alcool, de dépressions et de recours à l'avortement.

Les tentatives de suicide sont quatre fois plus fréquentes chez les victimes de viol que dans le reste de la population féminine¹. Mais au-delà de la sphère psychologique, il faut comprendre que c'est tout l'organisme, qui est atteint, avec des conséquences au niveau cardiaque, endocrinologique, immunitaire, hématologique...

Et par ricochet, les victimes peuvent avoir des difficultés sur les plans scolaire, familial, relationnel, judiciaire, financier, professionnel (retards répétés, absences répétées et/ou non prévues, manque de concentration, arrêt maladie, défaut de motivation, perte de mémoire, problèmes relationnels...)

1– Enquête sur les violences sexuelles de la Fondation Jean-Jaurès, 2018, jean-jaures.org

La corrélation entre violences au travail et violences dans la vie conjugale est d'autant plus cruelle que le travail est une condition de cette autonomie qui peut être décisive dans une décision de séparation.

Il est donc dramatique de constater que 95 % des femmes qui subissent des violences psychologiques au travail perdent leur emploi, par licenciement ou démission².

Les conséquences des violences touchent potentiellement toutes les victimes, mais aussi leurs enfants, qui peuvent être touché-e-s dès avant la naissance. Et on n'en finit pas de mesurer l'ampleur du phénomène, alors que l'on commence à entrevoir que les mécanismes de traumas transgénérationnels peuvent s'inscrire jusque dans le génome ! Et pourtant, la récupération est possible sur le plan psychologique, de même que le tissu neurologique peut se réparer.

L'absence de prise en charge est donc un véritable scandale de santé publique. Il est plus que temps de briser cette spirale infernale !

2– Combattre les violences faites aux femmes dans les outre-mer, Avis du Conseil économique, social et environnemental sur le rapport présenté par M. Dominique Rivière, rapporteur et Mme Ernestine Ronai, co-rapporteuse, 2017, lecese.fr