

FORMATION BARREAU DE PARIS FEVRIER 2023

Sonia PINO Psychologue Clinicienne
Co-fondatrice



PRÉSENTATION DE L'ASSOCIATION

Association créée en 2010, rejointe depuis par plusieurs dizaines de salariées et bénévoles. L'association Elle's Imagine'nt fait partie intégrante du réseau de la Fédération nationale Solidarité Femmes.

L'association se distingue par ses champs d'actions multiples. Composée d'équipes à la fois juridiques et psy, elle assure un suivi complet quelle que soit la situation des dames.

L'association a vocation à intervenir surtout pour les femmes hébergées ou domiciliées dans le sud de Paris (arrondissement 9, 14, 15, 16 et 17) mais lorsque c'est possible, toutes les femmes de Paris et banlieue peuvent être accueillies.

MISSIONS

ACCOMPAGNEMENT DES FEMMES

- Aide psychologique, juridique et sociale des femmes victimes de violences conjugales
- Animation de groupes de parole
- Programme estime de soi : activité théâtre et réflexologie/bien-être

FORMATION

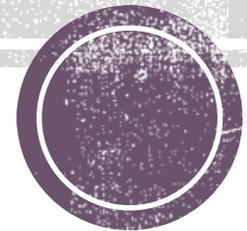
- Actions de prévention dans les collèges, lycées, FJ et FJT
- Formations des professionnel.le.s (institutions, médecins, RH, policier.e.s, assistant.e.s sociales, étudiant.e.s)
- Supervision pour les AS et médecins.

SOCIÉTÉ ET MÉDIAS

- Participation aux sous-commissions violences conjugales du TJ de Paris
- Signataire du protocole main courante (pour les 7, 15, 155, 16^{ème} arrondissements de Paris)
- Participation aux réseaux d'aide aux victimes du 14^{ème} et 15^{ème} arrondissements de Paris
- Campagnes diverses : #jJeNeSupportePasLesBleus et Les Rôles



MÉCANISMES D'EMPRISE ET CYCLE DES VIOLENCES CONJUGALES



DÉFINITION DES VIOLENCES CONJUGALES

- Les violences conjugales sont définies comme l'utilisation abusive d'un ***rapport de force***, une ***atteinte volontaire*** à l'intégrité de l'autre.
- Elles se caractérisent par un ***processus de domination*** où un partenaire, toujours le même, pose un « acte de violence au sein d'une relation intime qui cause un ***préjudice*** ou des ***souffrances*** physiques, psychologiques ou sexuelles. »

définition OMS



CYBERVIOLENCES : LES DIFFÉRENTES FORMES

Ex: Exiger de la personne qu'elle soit disponible permanence pour répondre au SMS/APPELS

Ex: utilisation de logiciels espion pour contrôler les déplacements, appels etc..

Surveillance

Contrôle

Economiques
Administratives

Ex: changer les mots de passes (caf, banque etc...)

Cyber
violences

Ex: Insultes, humiliations répétées par le biais du téléphone

Harcèlement

Sexuelles

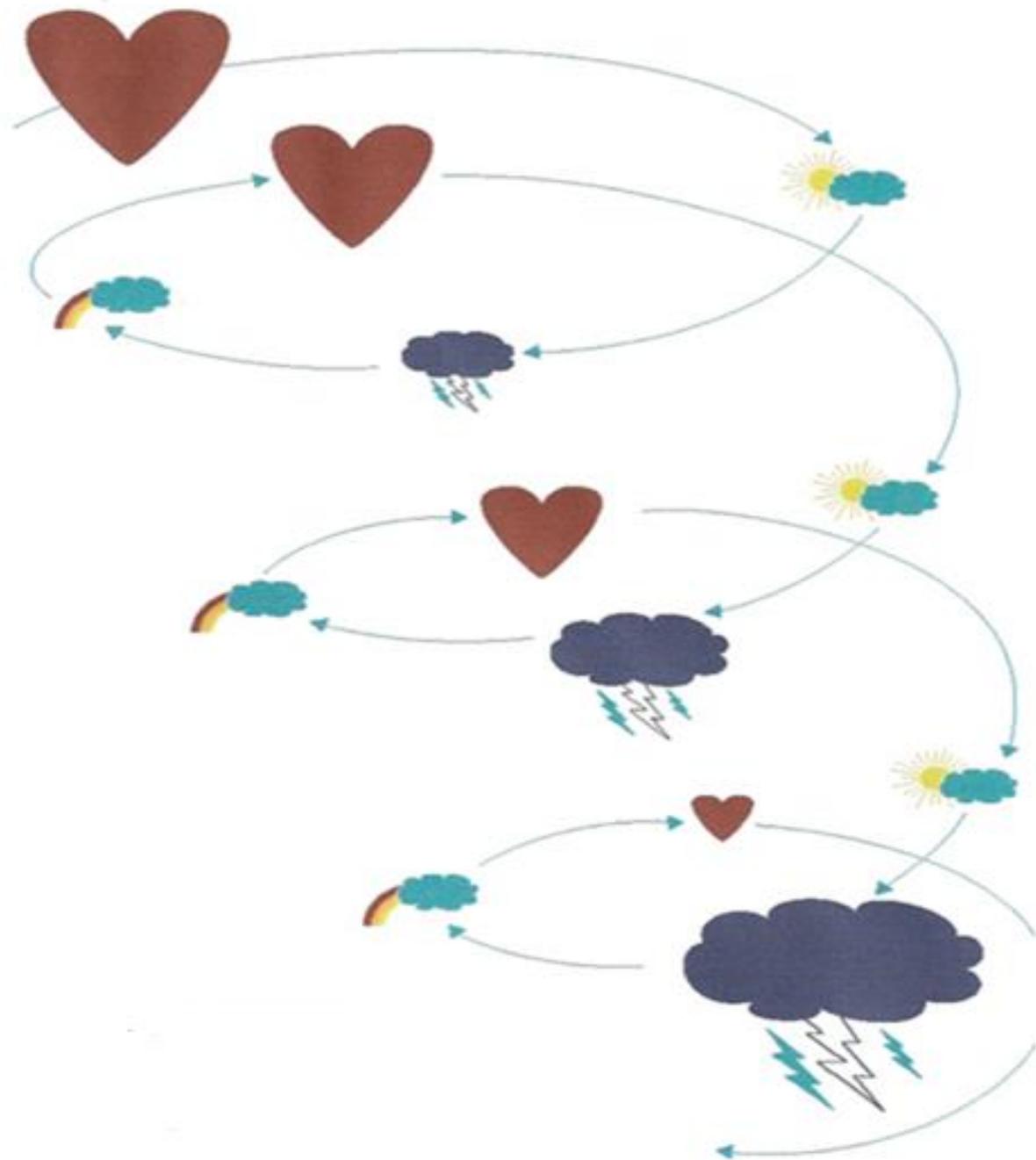
Ex: Prendre des photos intimes de force et/ou menacer et les diffuser (revenge porn)

Ex: interroger au téléphone les enfants sur les faits et gestes de la/ex compagne

Enfants



CYCLE DES VIOLENCES



-  Rémission/Lune de Miel
-  Climat de tension
-  Crise ou évènement violent
-  Justification



Phase 1 : Climat de tension

Tension du conjoint : Par ses paroles et ses attitudes, il installe un climat de tension à la maison. Il prétexte la soi-disant incompetence de la femme.

Peur de la conjointe : Elle doute d'elle-même, elle a peur de déplaire et de faire des erreurs. Elle est anxieuse et paralysée.

Phase 4 : Lune de miel

Rémission du conjoint : Il exprime des regrets et promet de ne pas recommencer. Il devient affectueux et attentionné.

Espoir de la conjointe : Elle croit que son compagnon peut changer, il est désormais tellement agréable...

Phase 2 : Crise

Agression du conjoint : N'ayant pas obtenu les résultats attendus, il pose un acte de violence psychologique, verbale et/ou physique. Il « éclate ».

Colère et tristesse de la conjointe : Elle est humiliée, désespérée, outragée, démolie...

Phase 3 : Justification

Déresponsabilisation du conjoint : Il invalide et minimise son comportement. Il se déresponsabilise et accuse sa conjointe : « J'étais stressé! », « Si tu m'avais écouté ! »

Culpabilisation de la conjointe : Elle se sent responsable des gestes posés précédemment. Elle se dit que si elle change, la violence cessera : « Il a peut-être raison, c'est moi qui ne comprends rien », « J'exagère, je suis trop sensible ». Plus le cycle se répète, plus la femme se perçoit comme incompetente et se responsabilise de la violence du conjoint.

CYCLE DES VIOLENCES

Désigné par Léonore Walker, psychologue, dans son étude

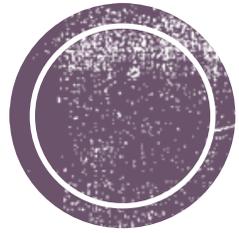
« the Battered woman », publiée en 1979, fondée sur 120 témoignages.



L'EMPRISE

Appropriation totalitaire de l'autre.
L'autre comme tel est nié.

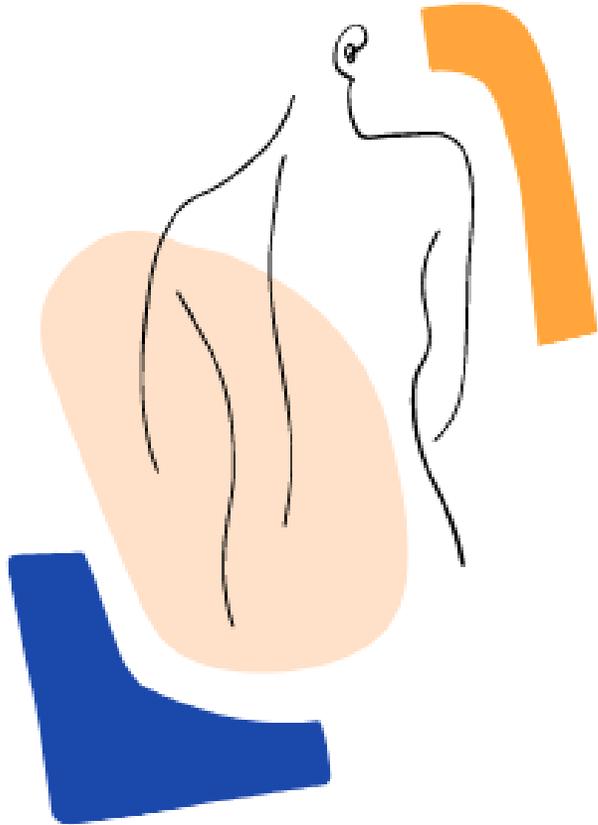




CONSEQUENCES DES VIOLENCES SUR LES VICTIMES

ETUDE DE CAS : CE QUI RETIENT LISA

Des effets sur la santé physique



- ↗ La traumatologie
- ↗ Les pathologies chroniques (VIH, SEP, Diabète, dérèglement thyroïdien)
- ↗ Les troubles gynécologiques, obstétriques
- ↗ Les décès : diminution de l'espérance de vie en bonne santé de 1 à 4 ans (*OMS, 1997*)
- ↗ Risque de suicide 5 fois plus élevé (*Rapport Henrion, 2001*)



Des conséquences psychologiques

↗ **Troubles émotionnels** : colère, honte, sentiment de culpabilité, anxiété, état de panique

↗ **Troubles de l'alimentation**

↗ **Les dépressions**

↗ **Les abus de substances psychoactives, consommation abusive**

↗ **Troubles psychosomatiques** : douleurs chroniques, céphalées, asthénie, engourdissements, fourmillements, palpitations, difficulté à respirer, eczéma,...

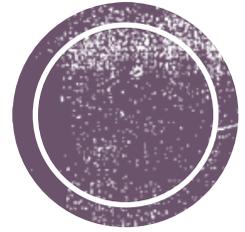
↗ **Troubles cognitifs** : trouble concentration, mnésique,...

↗ **Troubles du sommeil**



Un syndrome post-traumatique

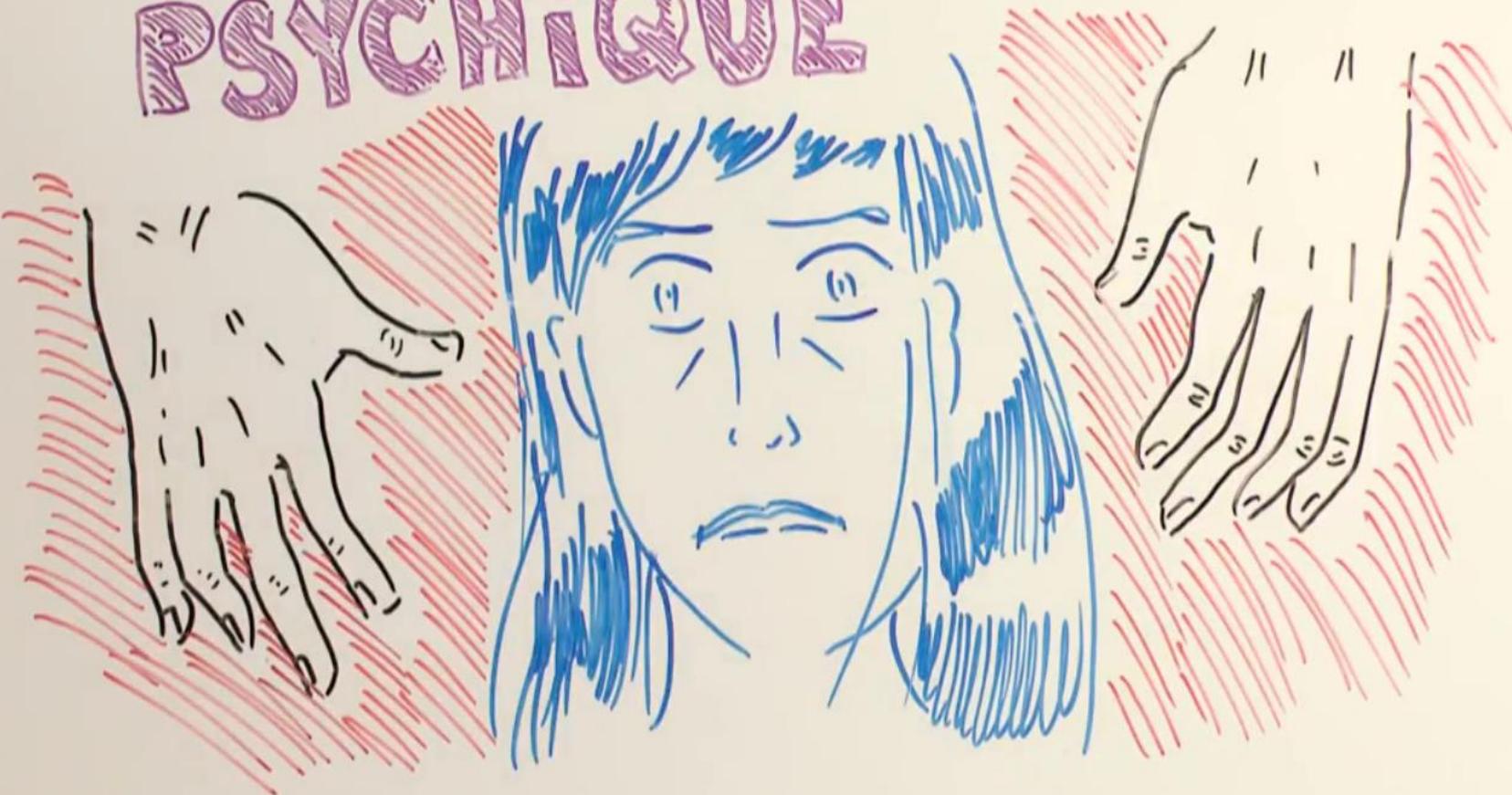




APPROCHE NEUROBIOLOGIQUE DU PSYCHOTRAUMA



SIDÉRATION PSYCHIQUE



**LA SIDÉRATION
PSYCHIQUE :**

**UN MECANISME
DE SURVIE !**



ETAT DE STRESS ADAPTE

- ❖ La réponse est **moins rapide** qu'en tant normal.
- ❖ Le cortex traite les **informations sensorielles**.
- ❖ Grâce à **l'hippocampe** (centre de la mémoire déclarative), le cortex compare l'événement à des souvenirs.
- ❖ Il apporte une **réponse adéquate**.

L'action de l'amygdale est freinée et les réactions émotionnelles s'atténuent.



ETAT DE STRESS DEPASSE

Face au **trauma** qui menace l'intégrité physique et/ou psychique de l'individu, l'événement devient **corticalement incontrôlable** :

- ❖ L'**activité corticale** se paralyse et provoque un **état de sidération**.
- ❖ Le **discours conscient** qui analyse ce qu'une personne est en train de vivre est **interrompu**.
- ❖ Il n'y a **plus d'accès** à la parole et à la pensée.

La **sidération psychique empêche l'atténuation de l'action de l'amygdale**, ce qui entraîne :

- ❖ Une réponse émotionnelle **maximale** avec **excès de sécrétion** d'adrénaline et de cortisol.
- ❖ **RISQUE VITAL** pour l'organisme avec possibles **infarctus du myocarde, épilepsie ou perte de connaissance** pouvant aller jusqu'au **coma**.

=> MISE EN PLACE D'UN MECANISME DE SAUVEGARDE



DISJONCTION

La production de neurotransmetteurs, dont des endorphines, fait DISJONCTER le circuit limbique du stress. L'amygdale se déconnecte et s'éteint.

« La déconnexion de l'amygdale entraîne un arrêt du risque vital et une analgésie émotionnelle et physique au prix de symptômes dissociatifs importants et de troubles de la mémoire. »

Dre Muriel SALMONA

www.memoiretraumatiques.fr

DISSOCIATION

Les victimes se trouvent en état d'asthénie émotionnelle et physique :

- ❖ Insensibilité à la douleur.
- ❖ Perte de la notion du temps.
- ❖ Impression d'irréalité.
- ❖ Sensation de vivre les choses en spectateur.
- ❖ Impression que tout se passe au ralenti.



MÉMOIRE TRAUMATIQUE

La **mémoire traumatique** des événements violents est **piégée dans l'amygdale**. Le cortex et l'hippocampe ne pouvant rien moduler, la mémoire émotionnelle et sensorielle ne peut s'intégrer dans la **mémoire autobiographique**.

De fait, l'amygdale est **hypersensible** et peut s'activer **de façon inopinée** (informations fantômes types **flashback**) ou **à l'occasion d'un stimulus**. La victime revit à l'identique l'expérience sensorielle et émotionnelle des violences avec le même effroi.

LES CONSEQUENCES :

- ❖ Des **conduites de contrôle** accompagnées d'une **hypervigilance**.
- ❖ Des **conduites d'évitement** destinées à éviter l'allumage de l'amygdale et le déclenchement de la mémoire traumatique.

« **Quand les conduites d'évitement sont mises en échec malgré tout, l'amygdale s'allume, la mémoire traumatique se déclenche avec sa souffrance et sa détresse extrême. Dans ce cas, souvent, seules des conduites dissociantes, conduites d'auto-traitement dont on a fait le plus souvent par hasard l'expérience de leur efficacité, peuvent calmer la détresse. Il s'agit de redéclencher la disjonction initiale pour obtenir un état d'anesthésie affective et physique et une dissociation.** »

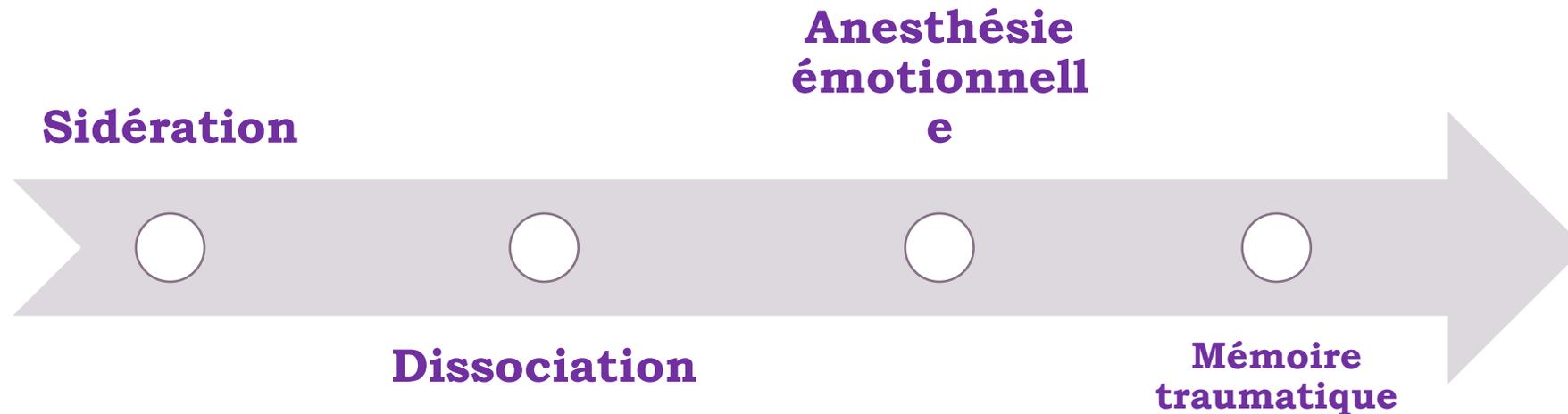
Dre M. Salmona

- ❖ Conduites dangereuses
- ❖ Conduites auto-agressives
- ❖ Conduite hétéro-agressives (système agresseur)
- ❖ Prises directes de drogues, alcool, psychotropes.



LE PSYCHOTRAUMATISME

- Vécu d'événements qui vont menacer l'intégrité physique ou psychique. On parle d'effraction psychique
- Face à ces événements des mécanismes psychotraumatiques sont mis en place



FAIRE LA DIFFERENCE

VIOLENCES CONJUGALES

Avoir le
pouvoir **sur**
l'autre

Le conjoint violent cherche à **obtenir le pouvoir** en intimidant, menaçant, infériorisant sa partenaire.

La situation a finalement peu d'importance.

CONFLIT CONJUGAL

Avoir le
pouvoir **sur**
une
situation
précise

Le ou les conjoint(s) cherche(nt) à **obtenir le pouvoir sur une situation précise** et non sur l'autre.

Recours aux arguments et non à un rapport de force.



FAIRE LA DIFFERENCE

VIOLENCES CONJUGALES

Aspect
cyclique et
récurrent

Le conjoint violent est *toujours le même*. La répétition de la violence lui permet *d'établir sa domination*.

La victime ne peut pas donner son opinion et va tout tenter pour *éviter le conflit*.

Il y a un *rapport de domination* qui instaure une *relation d'emprise*.

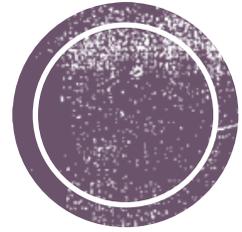
CONFLIT CONJUGAL

Occasionnel
et égalitaire

Les deux partenaires sont à égalité, *libres de réagir et de s'exprimer*. L'un comme l'autre peuvent être à l'initiative d'une dispute.

On parle de *violences réciproques* quand les disputes s'accompagnent de violences physiques.





ADAPTER SA POSTURE PROFESSIONNELLE

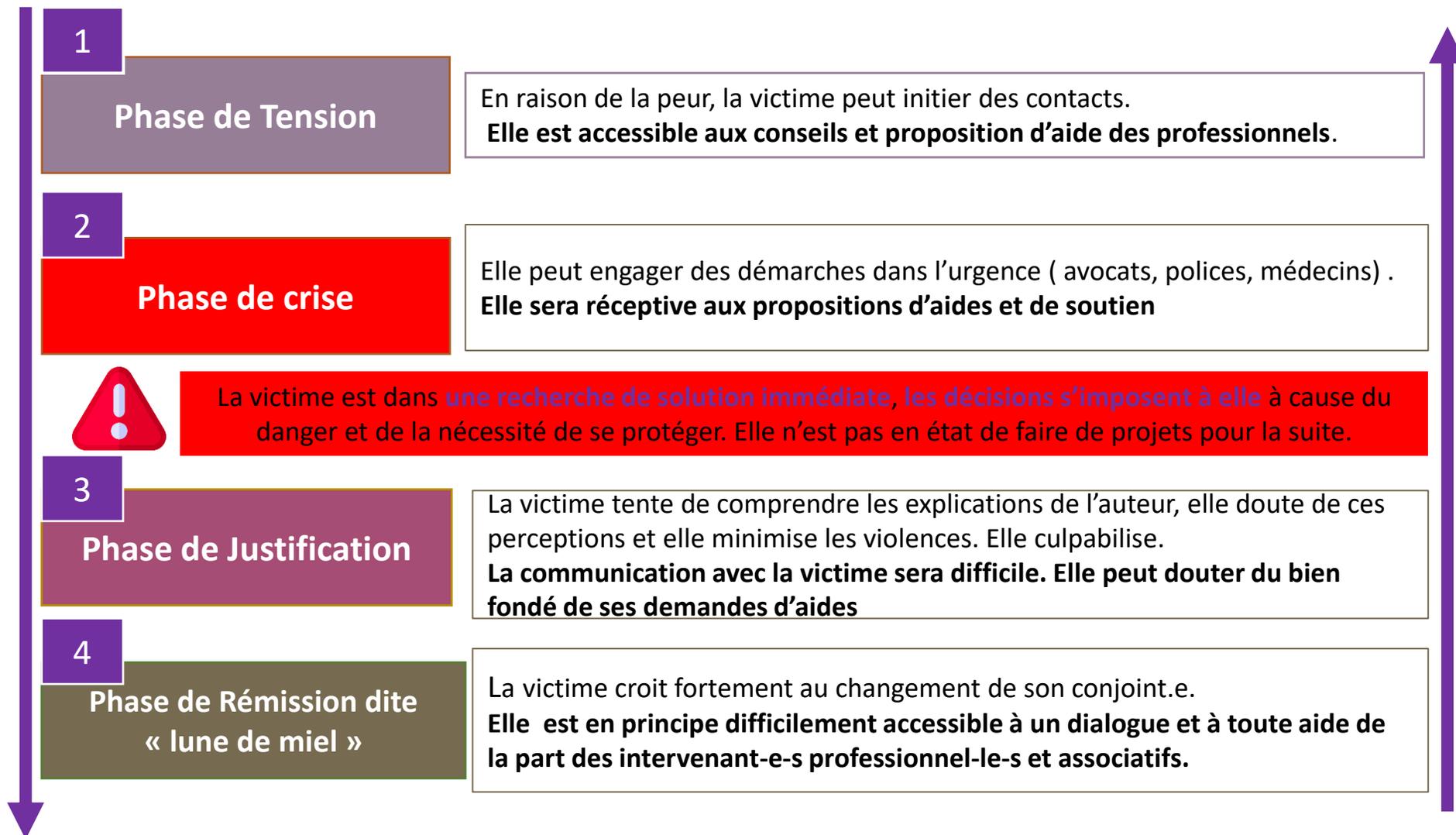


STRATEGIES D'AUTEURS	ACCOMPAGNEMENT DU PROFESSIONNEL
Isoler socialement	Renouer le lien social
Faire régner la peur	Créer un climat d'écoute et de confiance
Dévaloriser	Soutenir et valoriser la victime dans ses démarches
Inverser la culpabilité	Réaffirmer l'interdiction des violences
Verrouiller le secret	Poser systématiquement la question des violences
Désinformer	Informier et Orienter

NE PAS TRAVAILLER SEUL.E



Adapter sa posture au cycle des violences



LE TRIANGLE DE KARPMAN



Enjeux relationnels

“En effet, les victimes projettent des représentations souvent fantasmées sur le rôle de défense de leur avocat.e et répètent, à leur insu également, la mise en place de relations dominant.e/dominé.e ou plus précisément la répétition du triangle dit de Karpmann : sauveur-bourreau - victime. L’avocat.e de la victime, très souvent « élu.e », fantasmée en tant que sauveur ou sauveuse sera ensuite vécue comme bourreau lorsque les éléments de réalité effective réapparaissent : audience, jugement, règlement, ... “

Sonia PINO, argumentaire projet de supervisions barreau de Paris



Sortir du Triangle Dramatique

- Observer : soi et les autres
- Nommer le phénomène
- Prendre conscience de sa place dans le triangle
- Replacer ses valeurs au centre de la relation

