

Par Lucie Groussin

# LES VIOLENCES SEXISTES ET SEXUELLES :

QUEL IMPACT SUR LES PERSONNES FORMÉES PAR LE COLLECTIF#NOUSTOUTES ?

#### INTRODUCTION

Durant la première période de confinement due à l'épidémie de Covid-19 au printemps 2020, le collectif féministe #NousToutes a développé des modules de formation en visioconférence consacrés à la lutte contre les violences sexistes et sexuelles. Ces sessions de 2h30, gratuites et pensées pour le grand public,

ont permis de sensibiliser simultanément un grand nombre de participant.e.s.

Est-ce que former des milliers de personnes en même temps, par écran interposé, se révèle un outil vraiment efficace? Cette étude a été menée auprès de 1 578 personnes ayant suivi un module de formation, puis répondu à un questionnaire

en ligne. Quel a été l'impact de cette formation sur les participant.e.s et leur vie personnelle ? Et plus particulièrement sur leur volonté de participer à des actions de prévention et sur une prise de conscience de violences subies ? Quelles ont été les incidences sur la vie amoureuse et/ou sexuelle des personnes formées ?

## LE CONTEXTE POST-#METOO

En France, la lutte contre les violences faites aux femmes a été déclarée « Grande cause nationale 2018 » par le président de la République. Malgré des avancées législatives successives en lien avec la problématique des violences sexuelles, les chiffres demeurent élevés, et surtout ne baissent pas. Pour les associations féministes, la réponse des politiques publiques n'est pas à la hauteur des enjeux. Ce n'est donc pas un hasard si plusieurs organisations féministes ont vu le jour ces dernières années, dont la Fondation des femmes en 2016 et le collectif #NousToutes en 2018, avec pour mission principale la lutte contre les violences sexistes et sexuelles.

Au-delà de la vague de dénonciations des violences qui a déferlé dans le sillage du mouvement #MeToo, en creux se pose la question d'une sexualité basée sur des désirs non réciproques et l'impact que cela peut avoir sur la vie érotique et érogène. Les répercussions qu'ont les violences sexuelles sur la sexualité ne sont pas encore assez prises en compte. A ce sujet, Marie-Laure Gamet, sexologue, explique combien il est important de considérer les conséquences sexuelles de ces violences. « Elles sont aussi à l'origine de troubles psychiques et somatiques en lien

avec la double peine pour de nombreuses victimes d'être en difficulté sexuelle et ne pouvoir bénéficier des indicateurs de base de la santé sexuelle que sont la satisfaction, la sécurité, l'autonomie » <sup>(1)</sup>.

#### UN ENJEU DE SANTÉ PUBLIQUE

La violence sexuelle est un problème de santé publique. « La violence sexuelle a de profondes répercussions sur le bienêtre physique, émotionnel, mental et social des victimes, en plus de générer un grand coût pour la société » (2).

L'importance de la formation des professionnel.le.s de santé est mise en avant dans de nombreux textes relatifs à la santé publique. Il est ainsi précisé dans la stratégie nationale de santé sexuelle 2017-2030 l'importance de « renforcer la formation en santé sexuelle des professionnels de santé, du médico-social, de l'éducation et de la justice et des médias intervenant dans le champ de la santé sexuelle et de l'éducation à la sexualité ». L'article 51 de la loi du 4 août 2014 sur l'égalité réelle entre les femmes et les hommes rend même obligatoire la formation sur les violences faites aux femmes et leurs conséquences dans la formation initiale et continue des professionnel.le.s impliqué.e.s dans la prévention et la détection de ces violences. Toutefois, force est de constater que cette loi est insuffisamment appliquée et que de nombreuses personnes, qui devraient normalement en bénéficier, ne sont pas encore (ou insuffisamment) formées à ces questions. On retrouve d'ailleurs ces professionnel.le.s parmi les participant.e.s à la formation dispensée par #NousToutes.

#### LE POSITIONNEMENT HISTORIQUE DES ORGANISATIONS FÉMINISTES

Depuis la fin des années 1970, en France, des groupes féministes se sont spécialisés dans la lutte contre les violences envers les femmes. La perspective féministe est explicite : il s'agit d'une lecture des violences en terme de genre. Les violences reposent sur « les structures sociales, politiques, économiques et religieuses qui ont conféré aux hommes un statut supérieur à celui des femmes et contribuent, par des mécanismes de renforcement mutuel, à la perpétuation de cette inégalité » (2).

Les mouvements militants féministes oscillent, depuis les années 1970, entre pratiques pédagogiques (travail de formation et d'éducation au consentement) et approche offensive (cours d'autodéfense, actions directes...). Les années 2000, toutefois, marquent un tournant dans la lutte contre les violences. Celles-ci sont désormais plus médiatisées et font l'objet de nouvelles politiques publiques. En 2003, l'Enquête sur les violences envers les femmes en France (ENVEFF) est publiée. C'est la première fois qu'une enquête nationale de victimation est menée dans le pays. En prenant en compte les différents aspects du phénomène des violences envers les femmes, cette enquête a permis de légitimer l'action des associations.

L'apparition du hashtag #MeToo à la fin de l'année 2017 a permis une sensibilisation, à grande échelle, de la société et a invité les femmes à sonder leurs souvenirs et se remémorer si elles avaient,

ou non, déjà subi des situations de violences sexuelles, de harcèlement dans l'espace public ou de non-consentement. Des femmes ont pris la parole et toute la société a été appelée à les écouter. Geneviève Fraisse, philosophe de la pensée féministe, indique : « C'est la première fois que je vis une expérience féministe où tout le monde est concerné. par et pour soi-même » (3). Ce phénomène, toutefois, n'a pas débuté avec #MeToo. Comme le souligne l'enquête CSF (4), entre 2000 et 2006, la proportion de femmes d'une même génération avant déclaré avoir subi des tentatives de rapports forcés ou des rapports forcés est passée de 8,4 à 17,3 %. L'explication avancée ici n'est pas une hausse des faits des violences mais plutôt une plus grande propension à rapporter des événements de violence dans le cadre d'une enquête.

#### LE COLLECTIF #NOUSTOUTES

Le collectif #NousToutes a été créé en 2018 pour lutter contre les violences sexistes et sexuelles. Sa vocation première était de rassembler un nombre important de personnes à la marche organisée chaque année à l'occasion de la Journée internationale pour l'élimination de la violence contre les femmes le 25 novembre. #NousToutes a ensuite diversifié ses actions. La pédagogie autour de la prévention, de la prise en charge des victimes et du décryptage du traitement médiatique des violences sexistes et sexuelles, a pris une place de plus en plus importante, principalement au moyen de formations ou de messages de sensibilisation diffusés sur les réseaux sociaux.

En mars 2021, Caroline De Haas, représentante du collectif #NousToutes, publie En finir avec les violences sexistes et sexuelles. Manuel d'action (Robert Laffont), dont l'objectif principal (identique à celui des formations) est de donner des informations sur la réalité des violences, en expliquer les mécanismes et proposer des outils pour agir au quotidien et contribuer à leur diminution.

#NousToutes revendique 100 000 personnes formées depuis 2020. Le format en ligne ne semble pas poser problème aux participant.e.s et l'interactivité est rendue possible grâce à une présentation, diffusée en partage d'écran, alternant quiz, schémas explicatifs et vidéos. Ce type de formation pouvant mener à une prise de conscience ou à la réminiscence de violences subies ; dès l'introduction, la formatrice prend le temps de rappeler que, le sujet n'étant pas anodin, pour prendre soin de soi, il peut parfois être nécessaire de quitter la formation. Il est également expliqué dans le préambule les raisons pour lesquelles cette formation est centrée sur les femmes victimes de violences, bien que les violences touchent également les hommes et les personnes trans. Pour finir, des ressources sont partagées pour orienter les victimes.

#### LE PROFIL DES PERSONNES FORMÉES

Les personnes formées sont en très grande majorité (94 %) des femmes. Cette formation n'est pas réservée aux femmes, mais leur forte présence s'explique par l'auditoire de #NousToutes, composé très majoritairement de femmes de moins de 35 ans. De fait, les moins de

30 ans représentent également plus de la moitié du public de l'étude (51,8 %). Il m'a semblé intéressant que les participant.e.s puissent se questionner dans le cadre de la formation, puis dans celui de l'étude, quant à leur vécu, en lien avec les violences. 16,1 % des répondant.e.s à l'étude indiquent que leur premier rapport sexuel n'était pas désiré. Ce chiffre est le même que celui de l'enquête « Baromètre santé 2016. Genre et sexualité » de Santé publique France.

Seulement 5,9 % des enquêté.e.s ont répondu « jamais » à la question « Avezvous déjà été victime de violences (physiques, verbales, psychiques, sexuelles) au cours de votre vie ? ». Deux faits peuvent expliquer ce chiffre : le niveau de conscientisation et de verbalisation des personnes formées qui se reconnaissent plus facilement victime que la population générale et la définition très large des violences sexistes et sexuelles. En résumé, les participant.e.s sont plutôt jeunes, éduqué.e.s et déjà conscientisé.e.s sur le sujet des violences sexistes et sexuelles.

#### LE CONTENU DES FORMATIONS

Les deux modules de formation, régulièrement organisées par le collectif, s'intitulent « Violences sexistes et sexuelles niveau 1 » et « Violences sexistes et sexuelles niveau 2 ». Les principaux objectifs de ces modules sont à la fois d'améliorer la détection des violences et de fournir des outils, afin que chacun.e, à son niveau, puisse agir contre les violences sexistes et sexuelles.

• Dans la formation de niveau 1, les thèmes abordés sont : la différence entre



conflit et violence ; les définitions et les différents types de violences ; la caractérisation des violences ; les chiffres clés ; les conséquences ; les mécanismes ; le cycle des violences conjugales ; la détection et les propos à tenir à une femme victime.

• Dans la formation de niveau 2, les thèmes abordés sont : les procédures et les sanctions ; les trois types de procédures ; le trouble de stress post-traumatique et l'accompagnement d'une victime. Les aspects psychologiques des violences (mémoire et dissociation traumatique, phénomène d'emprise) sont plus approfondis dans ce second niveau. D'ailleurs, dans l'étude à la question « Sur quels sujets auriez-vous aimé en apprendre davantage ? », parmi les 10 propositions de thèmes « le trouble de stress post-traumatique » arrive en seconde proposition. On parle d'ESPT (l'état de

stress post-traumatique) pour les victimes de violences sexuelles depuis les années 1970, grâce à l'apport des mouvements féministes.

Grazia Ceschi, docteure en psychologie, l'explique ainsi : « Dès les années 1970, les vétérans de la guerre du Vietnam et les mouvements féministes, donnant voix aux survivantes de la violence conjugale et des abus sexuels, se mobilisent pour appuyer la définition d'une pathologie mentale d'origine traumatique : l'ESPT. D'emblée, l'ESPT prend le contre-pied de l'approche dominante, d'inspiration psychanalytique, qui tend à considérer les « névroses traumatiques » comme le fruit de conflits intrapsychiques » (5). D'ailleurs, l'état de stress post-traumatique est inclus à la 10e édition de la Classification internationale maladie (CIM-10) de l'Organisation mondiale de la Santé en 1992, et en 1994, le DSM-IV a intégré la notion d'état de stress aigu (6). Néanmoins, ces connaissances sont encore trop peu diffusées auprès des professionnel.le.s comme du grand public.

#### QUELS ONT ÉTÉ LES IMPACTS DE LA FORMATION SUR LES PARTICIPANT.E.S ?

- Un outil d'empowerment

« J'ai repris contact avec la personne qui m'a violée pour lui parler des conséquences de ses actes avec des chiffres et du courage. »

Cette notion d'empowerment est mobilisée depuis les années 1970 par les mouvements féministes comme expression d'une critique sociale et féministe. « Les enjeux de l'empowerment sont la recon-

naissance des groupes pour mettre fin à leur stigmatisation, l'autodétermination, la redistribution des ressources et les droits politiques. (...) L'enjeu principal est dès lors de faciliter une prise de conscience qui permette de développer des "subjectivités de résistance" et des "subjectivités radicales", et de travailler ensemble identités du sujet et positions sociale et de genre » (7). Il s'agit bien là d'une prise de conscience individuelle pour faire changer la société dans son ensemble.

Cette formation comme outil d'empowerment donne aux personnes la capacité d'agir, que ce soit grâce à une meilleure connaissance des chiffres ou à une confiance en soi renouvelée.

#### - Une politisation du sujet

« Elles m'ont permis de me rendre compte que ce que j'ai vécu et que ce que beaucoup de personnes vivent encore est la résultante d'un système plus complexe que juste un individu isolé qui se comporte mal. »

Comme Roland Coutanceau l'indique dans son ouvrage, la prévention des violences sexuelles « n'est pas stricto sensu sanitaire mais avant tout sociale et éminemment sociétale. En fait, prévenir les violences sexuelles est l'affaire de l'ensemble des citoyen.nes référence faite à la structure, au fonctionnement et à l'organisation de notre société » (8). C'est pourquoi le but de la prévention de la violence ne se joue pas seulement à un niveau individuel mais a également pour objectif d'améliorer la vie de l'ensemble de la communauté. D'où le fait que la société civile – incarnée ici par une association féministe – s'empare de ce sujet.

De nombreux commentaires dans l'enquête soulignent l'importance de cette objectification des faits qui permet d'avoir des arguments scientifiques et de démontrer qu'au-delà de cas individuels, c'est bien d'un problème de société dans son ensemble qu'il s'agit.

# - Un outil de reconnaissance du statut de victimes

« Entendre énoncer clairement la définition légale des violences et crimes sexuels et que ce n'était pas normal et puni par la loi m'a permis de sortir d'amnésie posttraumatique après vingt-cinq ans. »

A la question : « Est-ce que les informations données lors des formations #NousToutes vous ont permis de réaliser que vous avez été vous-même victime de violences », un tiers des partici-pant.e.s ont répondu « oui ». Les deux espaces de vie dans lesquels les répondant.e.s ont le plus souvent été victimes de violences sont l'espace public (pour 58,4 %) et la vie sentimentale et/ou sexuelle (pour 51,1 %).

De nombreux commentaires soulignent également que la formation a aidé certain.e.s participant.e.s à ne plus se sentir coupables. Dans la clinique de la victimologie, en cas d'agressions sexuelles, la victime se sent à la fois victime et coupable. Coutanceau distingue trois types de culpabilités : « la culpabilité sexuelle » qui s'exprime au moment des faits, « la culpabilité réactionnelle » liée à la trahison du secret, et enfin « la culpabilité résiduelle » qui s'attache plus aux mécanismes de responsabilisation et aux conséquences de cette divulgation (9).

Elles m'ont sauvé la vie. J'étais dans le déni et grâce à ces formations je suis aujourd'hui dans une démarche de plainte judiciaire.

La formation a permis aux participant.e.s de se questionner sur leur vécu, et, notamment grâce aux définitions juridiques des différentes infractions et crimes sexuels, de clarifier et requalifier des souvenirs.

- Un levier pour l'action juridique

« Elles m'ont sauvé la vie. J'étais dans le déni et grâce à ces formations je suis aujourd'hui dans une démarche de plainte judiciaire. Cela m'a donné cette force. Merci infiniment. Suite à la formation, j'ai commencé un parcours judiciaire. Je me posais des questions car j'étais alcoolisée lors de cette soirée et je n'avais pas dit "non". La formation m'a aidée à comprendre que j'avais bien été victime de viol. »

Des freins demeurent quant au dépôt de plainte (peur de l'accueil, peur du classement sans suite, peur de ne pas être crue...), mais cette formation a permis un déclic chez certaines personnes qui sont depuis passées à l'action juridique.

Si les enquêtes de victimation ont permis une nette amélioration de la visibilité des victimes de violences sexuelles, cela ne s'est pas traduit immédiatement par une augmentation des plaintes juridiques. En France, seule une victime de viol sur dix porte plainte. En 2021, peut-être grâce à la possibilité nouvelle de signaler une violence conjugale, sexuelle ou sexiste en ligne, le nombre de plaintes enregistrées a augmenté. Comme le souligne le ministère de l'Intérieur en 2020 : « Le nombre de plaintes pour violences sexuelles augmente pour toutes les catégories de délais d'enregistrement, y compris pour les faits récents, ce qui peut être le signe d'un changement durable du comportement de dépôt de plainte des victimes » (10). Reste à améliorer le traitement judicaire car les plaintes sont majoritairement classées sans suite dès le stade de l'enquête préliminaire, en raison d'une « infraction insuffisamment caractérisée ».

- Une aide dans sa vie professionnelle

« Cette formation m'intéressait d'un point de vue professionnel en tant que médecin généraliste fraîchement diplômée et elle m'a apporté des informations sur la manière de répondre aux victimes de violences. Merci beaucoup pour votre travail. » « Je suis professeur et ces formations m'ont permis de commencer des séances sur le consentement avec toutes les classes de seconde. Je sentais qu'il y avait urgence mais je n'étais pas suffisamment armée. Grâce à ces formations je me suis lancée! Merci beaucoup. »

Dans cette étude, on trouve des témoignages de professionnel.le.s de la police, de l'Éducation nationale, de la santé ou des travailleurs.euses sociaux.ales. Autant de professions, citées comme prioritaires dans la loi et les politiques publiques sur l'accès à la formation pour la prévention des violences, qui faute d'une formation suffisante dans leur cadre professionnel, viennent trouver des ressources auprès de #NousToutes.

## Une réflexion sur sa vie amoureuse et/ou sexuelle

« De fait, depuis que j'ai fait la formation, mes relations amoureuses sont saines alors qu'avant je reproduisais un schéma toxique. Depuis mai dernier, un truc s'est réparé chez moi, j'ai remis les choses dans la bonne case et par conséquence les personnes que j'attire sont beaucoup plus justes et saines. »

« #NousToutes a une place particulière dans ma vie puisque j'ai décidé de stopper une relation toxique de dix ans où je manquais de respect et de soutien. Depuis je suis nettement plus heureuse!»

L'impact sur la vie amoureuse de certaines personnes formées a été très fort. L'une d'elles a réussi à changer son schéma de re-victimisation et une autre a mis fin à une relation amoureuse de dix ans.

« La vie amoureuse et/ou sexuelle » arrive en tête des domaines cités s'agissant de l'impact qu'a eu la formation sur la vie des participant.e.s. Les chiffres sont élevés : 86 % des participant.e.s disent avoir entamé une réflexion sur la notion de consentement aux actes sexuels ; 84 % sur la place du dialogue ; 82 % sur les violences psychologiques ; 79 % sur le désir dans la vie sexuelle ; 72 % sur le plaisir dans la vie sexuelle ; et enfin 65 % sur les violences physiques.

# CONCLUSION

L'étude montre que ces formations sont un outil d'empowerment, un levier pour l'action juridique, une aide pour devenir « personne ressource » dans sa vie personnelle et/ou professionnelle et un déclic pour un engagement militant.

Ces formations ont également des incidences sur la vie sexuelle des personnes formées et pas uniquement concernant les violences sexistes et sexuelles. Une réflexion est amorcée sur la réciprocité des désirs et des plaisirs. Cela s'explique notamment par le profil féministe des participant.e.s qui multiplient les sources d'informations sur la sexualité.

Le format en ligne est plébiscité et permet à la fois de former des milliers de personnes simultanément et de donner un accès facilité pour des personnes habitant loin des grands centres urbains ou peu mobiles. 99,6 % des enquêté.e.s sont prêt.e.s à recommander ces formations à d'au-tres personnes. 86,7 % répondent que cette formation leur a donné plus confiance en e.ux.lles. Le sentiment d'appartenance à une communauté puissante et en mouvement est particulièrement visible dans l'étude.

Pour conclure, de par leur format ces formations n'ont pas vocation à être exhaustives (notamment en ce qui concerne le rôle et la prise en charge thérapeutique des auteurs de violences) et ne peuvent se substituer à des formations de plus longue durée dans un cadre professionnel. Il s'agit bien ici d'une première sensibilisation pour lutter contre les violences sexistes et sexuelles auprès du grand public.

#### **Lucie GROUSSIN**

Consultante, formatrice égalité et lutte contre les violences sexistes et sexuelles. Paris

**CE QU'IL FAUT RETENIR** 

Les formations en ligne de #NousToutes contribuent à améliorer la capacité individuelle à faire des choix éclairés en matière de sexe et de sexualité. Cette sensibilisation pour lutter contre les violences sexistes et sexuelles est à recommander à tous.tes.

#### » RÉSUMÉ

Les violences sexistes et sexuelles sont un problème de santé publique. Le collectif féministe #NousToutes a mis en place des formations en ligne « Contre les violences sexistes et sexuelles » durant le premier confinement dû au Covid-19 en mai 2020. Cette étude quantitative et qualitative menée auprès de 1 578 personnes montre que ces temps de formation contribuent à une meilleure prévention de ces violences ainsi qu'à une réflexion personnelle sur la vie sexuelle et amoureuse des personnes formées. C'est également un outil d'empowerment, un levier pour l'action juridique, une aide pour devenir

« personne ressource » dans sa vie personnelle et/ou professionnelle et un déclic pour un engagement militant.

#### **MOTS CLÉS**

VIOLENCE SEXUELLE; FORMATION; FÉMINISME; DÉTECTION; SEXUALITÉ; ESPT; #METOO.

#### **BIBLIOGRAPHIE**

1. Gamet M.-L. (2018), « Quelle mise en œuvre des actions de prévention et de promotion de la santé en matière de violences sexuelles ? », Audition publique, 14-15 juin 2018, « Auteurs de violences

publique, 14-15 juin 2018, « Auteurs de violences sexuelles : Prévention, évaluation, prise en charge ».

- 2. Bergheul S., Fernet M. (2018), « Les violences à caractère sexuel. Représentations sociales accompagnement, prévention », Presses de l'Université de Québec.
- 3. Fraisse G. (2019), « Féminisme et philosophie », Folio Essais.
- 4. Bajos N., Bozon M., (2008), « Enquête sur la sexualité en France. Pratiques, Genre et Santé », La Découverte, p. 397.
- 5. Ceschi G., Van der Linden M. (2012), « *Traité* de psychopathologie cognitive : Etats psychopathologiques », Tome 2, Solal, pp. 55-108.
- 6. Vacher-Boulogne S. (2015), « Troubles posttraumatiques chez des sujets ayant été victimes de violences sexuelles avant l'âge de 15 ans : aspects cliniques, thérapeutiques et médicoéconomiques », Thèse de médecine, p. 22.
- 7. Bacque M.-H., Biewener C. (2013),
- « L'empowerment, un nouveau vocabulaire pour parler de participation ? », « Idées économiques et sociales », n°173, pp. 25-32.
- 8. Coutanceau R. (2016), « Victimes et auteurs de violence sexuelle », Dunod, p. 310.
- 9. Coutanceau R., Damiani C. (2018),
- « Victimologie : évaluation, traitement, résilience », Dunod, p. 64.
- 10. Ministère de l'Intérieur (2020), « Insécurité et délinquance en 2020 : bilan statistique », Paris.