

Diplôme d'Université Paris-Diderot : 2020-2021 SANTÉ SEXUELLE ET DROITS HUMAINS

1ère année

Essai 2021

LA FORMATION À DISTANCE « CONTRE LES VIOLENCES SEXISTES ET SEXUELLES » PAR LE COLLECTIF #NOUSTOUTES : QUEL IMPACT SUR LES PERSONNES FORMÉES ?

Promotion Gisèle Halimi
Année universitaire 2020/2021

GROUSSIN LUCIE

Consultante-formatrice Egalité luciegroussin@gmail.com

SOMMAIRE

AVAN	T-PROPOS	3
INTRO	DUCTION	5
I – CO	NTEXTE GÉNÉRAL SUR LES VIOLENCES SEXISTES ET SEXUELLES EN FRANCE	6
1.	Les chiffres des violences sexistes et sexuelles en France	6
2.	Les stratégies de santé publique : quels enjeux en matière de violence sexuelle ?	6
3.	L'importance des formations dans les lois	9
4.	Education à la sexualité : quelle place pour la prévention des violences sexiste	s et
sexue	elles ?	9
5.	Le positionnement des organisations féministes	11
II – LA	PRESENTATION DE L'ENQUETE	14
1.	Les formations du collectif #NousToutes	14
2.	La méthodologie de l'enquête	17
3.	Les thèmes abordés dans les formations	19
4.	Le profil des personnes formées	22
5.	La satisfaction des personnes formées	24
III – L'	IMPACT DE CES FORMATIONS SUR LES PERSONNES	26
1.	Un outil d'empowerment	27
2.	La politisation du sujet	28
3.	Un outil de prévention	28
4.	Un outil de reconnaissance du statut de victimes	29
5.	Un levier pour l'action juridique	30
6.	Devenir personne ressource dans sa vie personnelle et/ou professionnelle	31
7.	La réflexion sur la vie amoureuse et/ou sexuelle	33
8.	L'engagement militant	35
CONC	LUSION	36
BIBLIC	OGRAPHIE	37
Résun	né	41

ANNEXES	. 42
I – LES RESULTATS DE L'ENQUETE	. 42
1. Les questions	. 42
2. Les réponses détaillées de 1578 répondant.e.s	. 43
II – LA SYNTHESE DES ENTRETIENS	. 61

AVANT-PROPOS

Dans ma vie professionnelle, cela fait plusieurs années que je crée et anime des formations sur les violences sexistes et sexuelles auprès d'agent.e.s de l'État, de salarié.e.s d'associations ou de travailleurs.euses sociaux.ales. Ces formations sont réalisées auprès d'un public de 15 personnes maximum en présentiel pour favoriser l'interactivité et les échanges de pratiques. Je constate très régulièrement, et suis encore surprise de constater, à quel point lorsque l'on explique les mécanismes de violences, la stratégie des agresseurs, la différence entre un conflit et une violence ou encore les troubles du stress post-traumatique, cela impacte les personnes formées et permet de porter un nouveau regard sur sa vie personnelle et professionnelle.

J'ai déjà eu l'occasion de suivre, en présentiel, des modules de formation du collectif #NousToutes. Néanmoins - et là réside l'originalité du sujet - quel est l'impact sur les participants.e.s lorsque cette formation ne dure que 2h30, est réalisée à distance et est dispensée auprès d'un très grand nombre de personnes (jusqu'à 3 000 personnes par session) ? D'autant plus que, lorsque #NousToutes a lancé ce format de webinaire en avril 2020 (pendant le premier confinement), il était assez novateur et encore peu usité.

Le sujet m'a semblé particulièrement pertinent dans le cadre de ce DU car la lutte contre les violences sexuelles se situe au carrefour des champs de la santé sexuelle et des droits humains. En effet, selon l'Organisation mondiale de la santé (OMS) : « La santé sexuelle est un état de bien-être physique, émotionnel, mental et social en matière de sexualité, ce n'est pas seulement l'absence de maladie, de dysfonctionnement ou d'infirmité. La santé sexuelle exige une approche positive et respectueuse de la sexualité et des relations sexuelles, ainsi que la possibilité d'avoir des expériences sexuelles agréables et sécuritaires, sans coercition, ni discrimination et ni violence. Pour atteindre et maintenir une bonne santé sexuelle, les Droits Humains et Droits sexuels de toutes les personnes doivent être respectés, protégés et réalisés »¹.

_

¹ TROUSSIER Thierry, « Les liens entre santé sexualité, santé sexuelle, santé reproductive et santé publique », p. 7. In MIGNOT Joëlle et TROUSSIER Thierry (sous la direction de.), *Santé sexuelle et droits humains, Un enjeu pour l'humanité*. Louvain : De Boeck Supérieur SA, 2015, 443 pages.

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 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 avec pour mission la lutte contre les violences sexistes et sexuelles comme la Fondation des femmes créée en 2016² ou le collectif #NousToutes créé en 2018. Au-delà de la vague de dénonciations des violences sexistes et sexuelles qui a déferlé dans le sillage du mouvement #MeToo, en creux, se pose la question d'une sexualité basée sur des désirs réciproques et de son impact sur la vie érotique et érogène.

Enfin, les conséquences sur la vie sexuelle des violences sexuelles ne sont pas encore assez pris en compte. Marie-Laure Gamet, sexologue, explique combien il est important de considérer les conséquences sexuelles des traumatismes sexuels. « 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 »³. Les conséquences des traumatismes sexuels sur la sexualité des victimes sont maintenant étayées comme en témoigne cet article « Les conséquences des traumatismes sexuels sur la sexualité des victimes : une revue systématique de la littérature » dont la conclusion est : « Si les troubles sexuels n'ont bien entendu pas tous une origine psychotraumatique, cette derrière piste mérite néanmoins d'être considérée par les sexologues comme une facteur étiologique à envisager »⁴.

-

² LA FONDATION DES FEMMES [en ligne]. URL : fondationdesfemmes.org/fondation-des-femmes/

³ GAMET Marie-Laure. *Quelle mise en œuvre des actions de prévention et de promotion de la santé en matière de violences sexuelles ?* [en ligne]. Paris : Audition Publique, 14-15 juin 2018, Auteurs de Violences Sexuelles : Prévention, évaluation, prise en charge.

⁴ DENIS, BRENNSTUHL, TARQUINIO. « Les conséquences des traumatismes sexuels sur la sexualité des victimes : une revue systématique de la littérature » [en ligne]. Sexologies : European journal of sexology. 2020. p.198-217. URL : https://www-sciencedirect-com.ezproxy.u-paris.fr/science/article/pii/S1158136020300578

INTRODUCTION

Selon les estimations de l'Organisation Mondiale de la santé, dans le monde, 35% des femmes, soit près d'1 femme sur 3, auraient été exposées à des violences physiques ou sexuelles de la part de leur partenaire intime ou de quelqu'un d'autre au cours de leur vie⁵. Dans un pays comme la France qui dispose d'un arsenal juridique important sur cette problématique, la formation à la lutte contre les violences sexistes et sexuelles est un des outils de prévention efficace.

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 à distance via l'outil de visioconférence *Zoom* 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 participants.e.s.

Mais, est-ce que former des milliers de personnes en même temps, par écran interposé, se révèle un outil vraiment efficace? Et quels impacts sur les personnes formées? Mon hypothèse était que cet outil pouvait avoir des répercussions sur la vie personnelle des personnes formées en tant qu'outil de prévention ou de prise de conscience des violences subies. L'hypothèse secondaire était que cela avait aussi des incidences sur la vie amoureuse et/ou sexuelle des personnes formées. Pour étayer ces hypothèses, j'ai réalisé un questionnaire en ligne auquel 1 578 personnes ont répondu.

Dans une première partie théorique, nous tenterons de faire un état des lieux des violences sexuelles en France: les chiffres des violences, les stratégies de santé publique, les conséquences des violences subies sur la sexualité et le positionnement des organisations féministes. Nous nous intéresserons ensuite aux principaux résultats de l'enquête menée dans le cadre de cet essai et enfin quel a été l'impact de ces formations sur les participants.e.s.

5

⁵ La violence à l'encontre des femmes. Principaux faits [en ligne]. Genève : Organisation Mondiale de la Santé, 9 mars 2021. URL : https://www.who.int/fr/news-room/fact-sheets/detail/violence-against-women

I – CONTEXTE GÉNÉRAL SUR LES VIOLENCES SEXISTES ET SEXUELLES EN FRANCE

1. Les chiffres des violences sexistes et sexuelles en France

En France, en 2017, **219 000 femmes majeures déclarent avoir été victimes de violences physiques et/ou sexuelles** par leur conjoint ou ex-conjoint sur une année. Les femmes qui sont victimes de violences conjugales, physiques ou sexuelles, ont souvent subi plusieurs fois ce type de violence au cours de l'année : 3 femmes sur 4 déclarent avoir subi des faits répétés. Et 8 femmes sur 10 déclarent avoir été également soumises à des atteintes psychologiques et/ou des agressions verbales⁶. L'auteur de ces violences est le mari, le concubin, le pacsé, le petit-ami, ancien ou actuel, cohabitant ou non.

En moyenne, le nombre de femmes âgées de 18 à 75 ans qui, au cours d'une année, sont victimes de viols et/ou de tentatives de viol est estimé à 94 000 femmes. Dans 91% des cas, ces agressions ont été perpétrées par une personne connue de la victime.

Longtemps oubliées des enquêtes, on sait aujourd'hui, grâce à l'enquête « Contexte de la sexualité en France » (CSF)⁷ que **59% des femmes et 67% des hommes victimes de violences sexuelles ont subi des premiers rapports forcés ou tentatives de rapports forcés avant l'âge de 18 ans.** L'enquête CSF indique par ailleurs que les « attouchements » — correspondant à ce que le code pénal définit comme des agressions sexuelles — se produisent dans la majorité des cas pendant l'enfance et l'adolescence et que « 50% des femmes concernées ont subi ces attouchements avant l'âge de 10 ans et 50% des hommes avant l'âge de 11 ans »⁸.

2. Les stratégies de santé publique : quels enjeux en matière de violence sexuelle ?

La violence sexuelle est un grave problème de santé publique. Elle est due à de nombreux facteurs et se manifeste dans des situations sociales, psychologiques, culturelles et économiques très variées. « La violence sexuelle a de profondes répercussions sur le bien-être

⁶ Rapport d'enquête « Cadre de vie et sécurité » 2017. L'enquête Cadre de vie et sécurité (CVS) [en ligne]. Paris : Ministère de l'Intérieur, 2017. URL : https://www.interieur.gouv.fr/Interstats/L-enquete-Cadre-de-vie-et-securite-CVS

⁷ BAJOS Nathalie et BOZON Michel (sous la direction de.). *Enquête sur la sexualité en France, Pratiques Genre et Santé*. Paris : Editions La Découverte, 2008. 605 pages.

⁸ *Ibid*.

physique, émotionnel, mental et social des victimes, en plus de générer un grand coût pour la société »⁹.

La stratégie nationale de santé sexuelle 2017-2030 couvre différents champs, dont la prévention des violences sexuelles. Dans l'introduction de l'axe 1 : Investir dans la promotion en santé sexuelle, en particulier en direction des jeunes, dans une approche globale et positive, il est bien précisé que « Les contenus doivent porter en priorité sur la promotion de l'égalité entre hommes et femmes, le respect de soi et d'autrui, la lutte contre les préjugés et les discriminations envers les lesbiennes, gays, bisexuelles, transgenres et intersexes (LGBTI), la lutte contre la sérophobie et contre les violences sexuelles... »¹⁰. Il est également précisé dans l'objectif 3 de cet axe 1, 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.

Dans le 5ème plan de mobilisation et de lutte contre les violences (2017-2019)¹¹, dans le premier des 3 principaux objectifs qui est: Assurer l'accès aux droits et sécuriser les dispositifs qui ont fait leurs preuves pour améliorer le parcours des femmes victimes de violences (violences conjugales, sexuelles, psychologiques, etc.) on retrouve le sous-objectif suivant : la formation des professionnel.le.s (médecins, policier.e.s, gendarmes et nouveau : sapeur-pompier.e.s) qui constituent le premier recours des femmes victimes de violences sera systématisée.

Ce plan est ensuite décliné en 38 objectifs. L'Objectif 12 insiste sur la formation : Renforcer le repérage des victimes de violences sexuelles et libérer la parole des femmes, notamment par la formation des professionnel.le.s. Il est également précisé les thématiques de ces formations : La formation des professionnel.le.s aux mécanismes et aux conséquences des violences sexuelles est une condition fondamentale pour permettre une meilleure révélation

⁹ BERGHEUL Saïd, FERNET Mylène, *Les violences à caractère sexuel, Représentations sociales accompagnement, prévention*. Québec : 2018. Presses de l'Université de Québec.

¹⁰ Stratégie nationale de santé sexuelle, Agenda 2017-2030 [en ligne]. Paris : Ministère des Affaires sociales et de la santé, 2017. URL : solidarites-sante.gouv.fr/IMG/pdf/strategie nationale sante sexuelle.pdf

¹¹ 5ème plan de mobilisation et de lutte contre les violences (2017-2019). Ministère des familles, de l'enfance et des droits des femmes. URL : www.egalite-femmes-hommes.gouv.fr/wp-content/uploads/2016/11/5e-plan-de-lutte-contre-toutes-les-violences-faites-aux-femmes.pdf

des violences par les victimes et une orientation vers les dispositifs de prise en charge. En effet, être formé aux mécanismes et comprendre les phénomènes d'emprise permet, par exemple, de comprendre pourquoi les victimes de violence conjugale font, en moyenne, 5 allers/retours, selon l'association « Solidarité Femmes » avant de partir définitivement du domicile conjugal. Zahia Manseur l'indique dans un article : « Mettre fin à une relation caractérisée par la violence n'est pas chose facile, c'est là un fait bien connu et reconnu, la femme restera souvent dans la même situation pendant des années (...) L'accumulation de comportements violents et humiliants ou un nouvel événement qu'elles jugent intolérable (par exemple de la violence contre leurs enfants), décident les femmes à partir »¹². Il était également prévu dans ce plan l'élaboration d'outils de formation par la Mission interministérielle pour la protection des femmes contre les violences et la lutte contre la traite des êtres humains (MIPROF). Ces kits de formation à destination des professionnel.le.s, créés par la MIPROF en collaboration avec les ministères et les instances professionnelles concernées, sont très utiles¹³.

La Haute Autorité de Santé (HAS) a travaillé à un document synthétique en 2020 pour mieux prévenir, repérer, protéger et accompagner les violences faites aux femmes¹⁴. Pour repérer les situations des violences, un des outils de prévention citée est « la formation de tous les collaborateurs ». Il est en effet important de chacun.e soit bien formé.e, de la personne qui effectue le premier accueil jusqu'au soignant.e. Le dépistage systématique constitue une des manières les plus efficaces de découvrir les violences, notamment au sein du couple dans un contexte de non-dit. Or, le dépistage systématique des violences n'est pas généralisé. Si les professionnel.le.s de santé ne pratiquent pas tous le dépistage systématique des violences, c'est dû, notamment, au manque de formation concernant les enjeux et l'utilité de ce dépistage. Les deux outils du dépistage systématique et de la formation sont donc intimement liés.

_

¹² MANSEUR Zahia, « Entre projet de départ et soumission : la souffrance de la femme battue », *Pensée plurielle*, 2004/2 (n° 8), p. 103-118. URL : https://www.cairn.info/revue-pensee-plurielle-2004-2-page-103.htm

¹³ Site du gouvernement « Arrêtons les violences ». URL: https://arretonslesviolences.gouv.fr

¹⁴ Violences faites aux femmes et aux mineures Prévenir, repérer, protéger, accompagner. Recommandations de bonnes pratiques. Paris : Haute autorité de santé, décembre 2020. URL : www.has-sante.fr/upload/docs/application/pdf/2020-07/violences_femmes_essentiel_en_4_pages.pdf

La formation des des professionnel.le.s sur ce champ est prioritaires dans les textes de santé publique. Qu'en est-il dans la loi ?

3. L'importance des formations dans les lois

L'article 51¹⁵ de la loi du 4 août 2014 sur l'égalité réelle entre les femmes et les hommes rend 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. Il est mentionné comme contenu « une formation sur les violences intrafamiliales, les violences faites aux femmes ainsi que sur les mécanismes d'emprise psychologique ». Je n'ai pas trouvé d'études sur l'évaluation de la mise en place de cette mesure mais sur le terrain on constate que, presque 10 ans plus tard, celle loi est insuffisamment appliquée et que de nombreux professionnel.le.s ciblé.e.s par celle loi ne sont pas encore (ou insuffisamment) formé.e.s à ces questions.

La loi n° 2018-703 du 13 août 2018¹⁶ renforçant la lutte contre les violences sexuelles et sexistes, prévoit à l'article 10 *une sensibilisation des personnels enseignants aux violences sexistes et sexuelles et une formation des élèves au respect du non-consentement.* Il est encore un peu tôt pour évaluer la mise en place de cette loi sur le terrain. Qu'en est-il aujourd'hui de la prise en compte du sujet des violences sexistes et sexuelles dans l'éducation à la sexualité en milieu scolaire ?

4. Education à la sexualité : quelle place pour la prévention des violences sexistes et sexuelles ?

Dans son rapport relatif à l'éducation à la sexualité¹⁷, le Haut Conseil à l'Égalité entre les femmes et les hommes observe que parmi les 12 millions de jeunes scolarisés chaque année, seule une petite minorité bénéficie tout au long de leur scolarité de séances annuelles d'éducation à la sexualité, comme la loi l'a prévu. Or, cette éducation est également un enjeu

¹⁵ LOI n° 2014-873 du 4 août 2014 pour l'égalité réelle entre les femmes et les hommes. URL : www.legifrance.gouv.fr/eli/loi/2014/8/4/2014-873/jo/texte

¹⁶ LOI n° 2018-703 du 3 août 2018 renforçant la lutte contre les violences sexuelles et sexistes. URL : https://www.legifrance.gouv.fr/eli/loi/2018/8/3/2018-703/jo/text

¹⁷ LAURANT Françoise et COLLET Margaux. *Rapport relatif à l'éducation à la sexualité, Répondre aux attentes des jeunes, Construire une société d'égalité femmes-hommes* [en ligne]. Paris : Haut Conseil à l'égalité entre les femmes et les hommes (HCE), juin 2016. URL : www.haut-conseilegalite.gouv.fr/IMG/pdf/hce_rapport_education_a_la_sexualite_2016_06_15_vf.pdf

d'égalité entre les filles et les garçons : « accès à l'IVG et à la contraception, prévention des grossesses à l'adolescence, prise en compte du désir et du plaisir des jeunes femmes, stigmate de la « réputation », inégalités et violences sexistes au sein d'un groupe ou au sein du couple, question du consentement, instrumentalisation des codes culturels et religieux justifiant l'inégalité filles-garçons, invisibilisation et intolérance vis-à-vis de l'homosexualité et notamment du lesbianisme »¹⁸. Comme le note une étude de l'INJEP, la question du consentement demeure fortement marquée par les normes hiérarchisées de masculinité et de féminité. Ainsi, « la frontière entre sexualité et violence parait très mince selon les propos de certains garçons »¹⁹.

La circulaire de l'Éducation Nationale n°2003-027 du 17 février 2003 mentionne : « L'éducation à la sexualité à l'école est inséparable des connaissances biologiques sur le développement et le fonctionnement du corps humain, mais elle intègre tout autant, sinon plus, une réflexion sur les dimensions psychologiques, affectives, sociales, culturelles et éthiques »²⁰. La lutte contre les violences sexuelles y est également clairement mentionnée. Néanmoins, malgré ces textes, lors des sessions d'éducation à la vie affective et sexuelle, l'accent est encore souvent plus mis sur dimension biologique avec la contraception ou la prévention des IST que sur la prévention des violences sexuelles, la formulation de la demande de consentement ou de l'affirmation de ses désirs. Certaines associations comme le Planning Familial s'emparent de ces thématiques dans leurs interventions à l'école en en précisant les objectifs : « Que chacun et surtout chacune puisse exprimer et faire reconnaître son désir et ses limites, dans une société marquée par les inégalités entre femmes et hommes (...) Comment dire son consentement ? Comment interroger l'autre sur le sien ? »²¹. Ce sont bien ces questions qui sont à travailler pour une éducation à la sexualité qui luttent contre les

_

¹⁹ AMSELLEM-MAINGUY Yaëlle (sous la direction de.). *Entrée dans la sexualité des adolescent·e·s : la question du consentement. Enquête en milieu scolaire auprès des jeunes et des intervenant·e·s en éducation à la sexualité* [en ligne]. Paris : Institut national de la jeunesse et de l'éducation populaire, 1^{er} août 2015. URL : injep.fr/publication/entree-dans-la-sexualite-des-adolescentes-la-question-du-consentement/

²⁰ CIRCULAIRE N°2003-027, *L'éducation à la sexualité dans les écoles, les collèges et les lycées,* [en ligne]. 17 février 2003. URL : www.education.gouv.fr/botexte/bo030227/MENE0300322C.htm

²¹ L'équipe du Planning Familial 69, « Liberté, Égalité, Sexualités ! L'accès de toutes et tous à la santé sexuelle, au-delà des inégalités » [en ligne]. *Rhizome*, 2016/2 (N° 60), p. 8-9. URL : www.cairn.info/revue-rhizome-2016-2-page-8.htm

violences sexuelles. Quel est le positionnement des organisations féministes depuis les années 1970 sur ce sujet ?

5. Le positionnement des organisations féministes

À partir de la fin des années 1970, en France notamment, des groupes féministes se spécialisent dans la lutte contre les violences envers les femmes. La perspective féministe est explicite: il s'agit d'une lecture des violences en termes 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 »²².

Les mouvements militants féministes, depuis ces années 1970, ont oscillé entre des pratiques pédagogiques (travail de formation et d'éducation au consentement) et une approche offensive (cours d'autodéfense, actions directes...). Cette approche radicale est expliquée dans un article de la revue *Mouvements*: « Elle est particulièrement bien résumée à travers le slogan "Parce qu'ils savent ce qu'ils font!" 7 des féministes libertaires autonomes allemandes des années 1990. Concrètement, elle amène à une confrontation directe, physique ou non, des agresseurs qui se traduisent le plus souvent par des actions d'intimidation et d'exposition : lancers de peinture ou d'œufs sur l'agresseur ; action de graffiti autour de sa maison ; actions d'intimidation verbales etc. »²³.

Les années 2000 marquent un tournant dans la lutte contre les violences. D'un côté, les violences faites aux femmes sont plus médiatisées et l'objet de nouvelles politiques publiques. De l'autre, est publiée l'*Enquête sur les Violences Envers les Femmes en France* (ENVEFF), première enquête nationale de victimation sur les femmes dans ce pays. En

-

²² EUL Saïd, FERNET Mylène, *Op. cit.*, p.52

²³ BREL Hanaline, FOURMENT Émeline, « Femmes, frappez en retour ! ». La lutte féministe contre les violences sexuelles en milieu militant, en France et en Allemagne » [en ligne]. *Mouvements*, 2017/4 (n° 92), p. 76-84. URL : www.cairn.info/revue-mouvements-2017-4-page-76.htm

prenant en compte l'ensemble du phénomène, cette enquête a permis de légitimer l'action des associations de lutte contre les violences envers les femmes²⁴.

Avec le développement de politiques publiques dans les années 1990 et 2000, la perspective féministe s'est trouvée contestée de plusieurs façons. De nouveaux acteurs institutionnels ont investi la problématique du traitement des violences en s'appuyant sur des référentiels différents - en particulier le milieu médical, juridique et du travail social : « Leur implication s'est accompagnée d'un réexamen permanent de la perspective féministe initiale et d'une potentielle dépolitisation de la question, en particulier avec l'idée selon laquelle la violence conjugale et sexuelle ne serait pas le produit des rapports de genre »²⁵ expliquent les autrices de cet article.

Avec l'apparition du hashtag #MeToo à la fin de l'année 2017, de nombreuses femmes se sont senties concernées et ont ainsi plongé en elles-mêmes pour se souvenir si elles avaient, oui ou non, 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, spécialiste de l'épistémologie politique 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 et soi-même »²⁶. Encore plus novateur, des hommes se sont également sentis concernés et revisitent leur passé pour relire leurs comportements à la lumière de ces récits. La philosophe a été la première surprise que des hommes lui demandent des conseils de lecture, avec une vraie envie de travailler sur ces thématiques et sur eux-mêmes, et ça, pour la première fois de sa vie. « En dehors des prédateurs eux-mêmes, dont certains ont le sentiment d'impunité, ils se demandent : "Comment me suis-je comporté ?", "Ai-je soutenu tel ou tel copain qui s'est mal comporté ?" »²⁷. En quoi l'irruption de cette question dans le débat public ces dernières années a fait réfléchir les femmes et les hommes sur les violences dont ils ont pu être témoins, victimes ou auteur.e.s ? Par effet de résonance, de nombreuses

⁻

²⁴ Violence envers les femmes, Actes du colloque du 26 février 2013 [en ligne]. Paris : Centre Hubertine Auclert, 2013. URL : https://www.centre-hubertine-auclert.fr/sites/default/files/fichiers/hub-actes-7-relaissenart-web.pdf

²⁵ DELAGE Pauline, LIEBER Marylène, CHETCUCI-OSOROVITZ Natacha, « Lutter contre les violences de genre. Des mouvements féministes à leur institutionnalisation. Introduction » [en ligne]. *Cahiers du Genre*, 2019/1 (n° 66), p. 5-16. URL : https://www.cairn.info/revue-cahiers-du-genre-2019-1-page-5.htm

²⁶ FRAISSE Geneviève. *Féminisme et philosophie*. Paris : Folio essais, 2019, p. 133. 361 pages.

²⁷ *Ibid.*, p. 123.

personnes ont relu leurs biographies sexuelles à l'aune de la question du consentement dans leur vie sexuelle et/ou amoureuse. **Ce phénomène n'a pas commencé après #MeToo mais avant**. C'est ce que souligne l'enquête CSF qui a remarqué que, entre 2000 et 2006, des femmes d'une même génération étaient passés de 8,4 à 17,3% à déclarer avoir subi des tentatives de rapports forcés ou des rapports forcés. L'explication avancée n'était pas ici une hausse des faits des violences mais **une plus grande propension à rapporter des événements de violence dans une enquête**²⁸.

-

²⁸ BAJOS Nathalie et BOZON Michel, *Op. cit.*, p. 397.

II – LA PRESENTATION DE L'ENQUETE

1. Les formations du collectif #NousToutes

En 2018, Caroline De Haas militante féministe et co-fondatrice de Egae²⁹ - qui a participé auparavant à la fondation de l'association Osez le féminisme en 2009 - crée avec d'autres le Collectif #NousToutes pour lutter contre les violences sexistes et sexuelles. Le premier objectif de ce collectif 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. Jusqu'ici en France, ces marches étaient plutôt confidentielles et rassemblaient à peine quelques milliers de personnes. Un faible nombre de personnes en décalage avec l'ampleur pris par ce sujet dans l'espace médiatique et politique ces dernières années. #NousToutes, soutenu par plus de 80 associations, organisations syndicales et politiques a organisé deux rassemblements à Paris et dans une trentaine de villes de France en 2018 et 2019. (Il n'y a pas eu de marche en 2020 à cause du COVID-19.) En 2019, les participant.e.s étaient 49 000 dans les rues de Paris, selon un décompte du cabinet indépendant Occurence, réalisé pour un collectif de médias ; 150 000 dans toute la France selon les organisatrices³⁰. #NousToutes avait imprimé de nombreuses pancartes violettes avec des slogans comme « Ras le viol », « A bas le patriarcat » ou « Féminicides pas une de plus ». Cette manifestation était située dans une actualité politique particulière à deux jours de la fin du Grenelle contre les violences conjugales.

#NousToutes a depuis diversifié ses actions. La pédagogie autour de la prévention, de la prise en charge des victimes, du décryptage du traitement médiatique des violences sexistes et sexuelles prend une place importante au moyen de formations, d'un site internet ou de messages diffusés sur les réseaux sociaux³¹. Dans sa charte, le collectif indique bien qu'un des enjeux principaux est « la formation des militant.e.s et la sensibilisation de toute la société ». Ce travail de sensibilisation s'appuie localement sur les antennes départementales du

²⁹ EGAE [en ligne]. Le groupe Egaé est une entreprise de conseils et de formations sur l'égalité femmes-hommes. Le groupe a été fondé par Caroline De Haas et Pauline Chabbert. URL : https://groupe-egae.fr/notre-groupe

³⁰ « Pas une de plus » : des dizaines de milliers de manifestants contre les violences faites aux femmes. *Le Monde* [en ligne]. 23 novembre 2019. URL : https://www.lemonde.fr/societe/article/2019/11/23/il-faut-que-ca-change-des-dizaines-de-milliers-de-manifestants-contre-les-violences-faites-aux-femmes 6020285 3224.html

³¹ NousToutes a 364 000 abonné.e.s instagram, 154 750 sur facebook et 61 700 sur twitter. Une newlsetter est envoyée régulièrement à 130 000 personnes

collectif. Par ailleurs, #NousToutes a fait un travail de recensement très complet des associations, avocat.e.s ou psychologues spécialisé.e.s sur le sujet et des coordonnées utiles par département sur une page dédiée³².

#NousToutes a publié également deux enquêtes³³. Une première #JaiPasDitOui qui portait sur le « Consentement dans les rapports sexuels hétérosexuels » en février 2020 et la seconde en février 2021 #PrendsMaPlainte sur l'accueil des femmes victimes de violences en commissariat ou en gendarmerie.

Quelles sont les valeurs de #NousToutes ? Dans sa charte de présentation, le collectif se définit ainsi : « NousToutes est un collectif féministe ouvert à toutes et tous. #NousToutes est constitué d'activistes dont l'objectif est d'en finir avec les violences sexistes et sexuelles dont sont massivement victimes les femmes et les enfants en France. #NousToutes est un collectif uniquement centré sur la lutte contre les violences sexistes ou sexuelles. #NousToutes se mobilise contre les violences économiques, psychologiques, verbales, physiques ou sexuelles, notamment quand ces violences sexistes et sexuelles visent les personnes qui, parmi nous, sont victimes en raison de leur situation de handicap, de vulnérabilité, de leur âge, de leur origine sociale, de leur situation économique, de leurs croyances, de leur statut de migrant.e.s, de leur orientation sexuelle, de leur identité de genre ou parce que racisé.e.s »³⁴. Une attention particulière est portée à l'inclusivité du combat.

En mars 2021, est sorti le livre de Caroline De Haas représentant le collectif #NousToutes « En finir avec les violences sexistes et sexuelles – Manuel d'action »³⁵. L'idée principale - qui est la même que celle à la genèse des formations - est de donner des informations sur la réalité des violences, de faire comprendre les mécanismes et de disposer d'outils pour agir dans son entourage et contribuer ainsi à faire cesser les violences.

_

³² https://www.noustoutes.org/trouver-de-laide/

³³ https://www.noustoutes.org/enquetes/

³⁴ https://www.noustoutes.org/nous-connaitre/

³⁵ DE HAAS Caroline, *En finir avec les violences sexistes et sexuelles – Manuel d'action*. Paris : éditions Robert Laffont, 2021. 219 pages.

Caroline de Haas explique qu'elle a eu l'idée de ces formations en ligne car elle « tournait en rond » durant le confinement et cherchait un moyen d'aider les femmes victimes de violences. Une réflexion a été menée afin d'adapter les supports et surtout d'essayer de rendre interactive une formation à distance. A cet effet, les formations étaient animées par au moins trois personnes : une à l'animation et deux autres bénévoles qui modéraient l'outil « Converser » en insérant des liens et en répondant aux questions des personnes formées. L'interactivité est rendue possible grâce au support de base diffusé sur écran qui alterne quiz, schémas explicatifs et vidéos. A titre d'exemple, une vidéo est montrée où Ernestine Ronai, responsable de l'Observatoire départemental des violences envers les femmes de Seine Saint-Denis, explique « la différence entre conflit et violence » et les personnes formées sont invitées dans l'onglet « converser » de l'application Zoom à : Résumez en une phrase ce qu'elles et ils retiennent de cette vidéo. Différents types d'exercices jalonnent ces temps de formation pour permettre une participation active et conserver l'attention du public. Le principal objectif de #Noustoutes avec ces formations était de favoriser une meilleure

Au printemps 2020, seule la formation « Violences sexistes et sexuelles niveau 1 » était proposée mais, dès septembre 2020 #NousToutes, qui favorise la montée en compétences de tou.te.s les militant.e.s, a commencé à offrir aux personnes intéressées la possibilité de se former pour devenir formateur.trice. Aujourd'hui, le pôle formation de #NousToutes compte 6 encadrantes qui coachent 70 personnes en charge de co-animer les formations.

détection des violences et donner des outils aux gens pour agir contre ces violences.

Des formations régulières sont organisées sur les thèmes « Violences sexistes et sexuelles niveau 1 », « Violences sexistes et sexuelles niveau 2 », « Culture du viol Partie 1 », « Culture du viol Partie 2 », « Eduquer à la non-violence », « Histoire des violences sexistes et sexuelles », « Violences sexistes, sexuelles ou LGBTIphobes dans l'enseignement supérieur ». D'autres formations sont en cours de création sur « les violences gynécologiques et obstétricales », « les micro-agressions » ou « la transphobie ». Des formations ou conférences plus ponctuelles sont organisées avec des intervenantes extérieures telles que « Révolution lesbienne : rompre le tabou de l'hétérosexualité » par Jules Falquet, Maîtresse de conférences en Sociologie à l'Université Paris Diderot ou « Soigner les femmes victimes de

victimes de violences sexuelles » par Ghada Hatem, gynécologue- obstétricienne qui a fondé en 2016 la Maison des femmes à Saint-Denis.

2. La méthodologie de l'enquête

L'enquête sur l'impact des formations de #NousToutes a été envoyée par messagerie le 21 avril 2021 à un fichier de 20 000 personnes ayant suivi les formations. Un message a été rédigé ainsi : « Vous avez participé à une formation #NousToutes sur les violences sexistes et sexuelles (niveau 1 ou niveau 2) ? Une étude est lancée pour avoir votre avis et mesurer leur impact. Prenez 5 minutes pour participer en cliquant ici » qui renvoyait vers un questionnaire en ligne³⁶. En 10 jours, 1578 personnes ont répondu³⁷. 22 questions étaient posées dans cette enquête³⁸. Pour valider les réponses, il fallait répondre à l'intégralité de l'enquête. Le temps moyen passé par personne pour répondre à l'enquête a été de 13 minutes.

L'enquête était découpée en 4 parties. La première partie (question 1 à 7) portait sur les formations #NousToutes suivies et le niveau de connaissance initiale des violences sexistes et sexuelles. La seconde partie sur l'expérience personnelle (en rapport avec les violences) (8 à 12). La troisième partie sur l'impact de ces formations (13 à 22). Et enfin, la dernière partie sur le profil socio-démographique des personnes.

Anticipant un grand nombre de répondant.e.s, j'ai posé presque exclusivement des questions à choix multiples pour éviter un échantillon de réponses exhaustif et faciliter l'analyse et la synthèse. Aux questions 2 et 6 : « Pourquoi avoir suivi ces formations Violences sexistes et sexuelles » ? « Qu'avez-vous ressenti juste après la(les) formations(s) » j'ai proposé une option « autre » où les personnes pouvaient ajouter et préciser une réponse différente des choix proposés. A la question 7 les répondant.e.s pouvaient préciser leurs sources de connaissances sur les violences sexistes et sexuelles. J'ai posé une seule question ouverte qui était la dernière : « Souhaitez-vous apporter des compléments d'information sur l'impact de

³⁸ Ce questionnaire a été réalisé sur la plateforme « Google Drive ». Il était précisé : *Concernant le respect de la protection de vos données, elles seront conservées le temps de l'enquête uniquement puis seront supprimées.* Les réponses et les résultats seront analysés de façon strictement anonyme.

³⁸ Cf. Annexe « Les résultats détaillés de l'enquête » pour la liste complète des questions et des réponses.

ces formations dans votre vie ? » Je me suis servie particulièrement de verbatims issus des réponses pour l'analyse de l'enquête (369 réponses à cette question).

J'ai porté une attention particulière au fait de prévenir les personnes répondant à cette enquête qu'elles allaient être interrogées sur leur vécu personnel de violences. Il était ainsi précisé dans l'introduction du questionnaire « Cette enquête va porter sur les formations #NousToutes que vous avez suivies et sur votre expérience personnelle par rapport aux violences ». Dans la section qui portait plus précisément sur le consentement et les violences, il était rappelé les contacts du 3919 (Violences femmes info) et de la page du site de #NousToutes dédiée à « Trouver de l'aide ».

Pour les questions 11 et 12 portant sur le vécu personnel en lien avec les violences, lorsqu'une personne répondait « oui », des questions supplémentaires pour analyser le degré de violences subies étaient posées. Il était demandé si cela était arrivé : « Avec votre partenaire actuel », « Avec un ou plusieurs de vos anciens partenaires », « Les deux ». Puis, il leur était demandé si c'était arrivé : « Une fois », « Plusieurs fois », « A chaque fois ». Les répondant.e.s pouvaient systématiquement répondre aux questions de cette section : « Je ne sais pas » ou « Je ne souhaite pas répondre » si elles ne voulaient pas se confronter à ces violences et questionner leur vécu.

J'ai rédigé les questions et celles-ci ont été relues par trois personnes du collectif #NousToutes qui ont animé des formations. J'ai donné à #NousToutes l'accès aux données si elles le souhaitent poursuivre ce travail d'analyse sur un aspect en particulier. De surcroît, l'exercice imposé de l'essai ne me permet pas d'analyser et de recouper toutes les données de cette enquête de manière exhaustive.

En plus de ce questionnaire, j'ai mené cinq entretiens³⁹ semi-directif auprès de cinq femmes qui, dans leurs réponses à l'enquête avait mis en avant un impact qu'avait eu la formation sur leur vie particulièrement intéressant. Il était proposé de laisser son mail dans le questionnaire si on souhaitait être contacté pour des entretiens supplémentaires. J'ai axé ces

_

³⁹ Cf. les dernières pages des annexes.

entretiens sur les impacts sur la vie sexuelle et/ou amoureuse qui étaient peu présent dans le questionnaire.

3. Les thèmes abordés dans les formations

En introduction, outre les précisons techniques sur l'utilisation de l'outil numérique *Zoom* et de l'outil « Converser », une attention particulière a été portée par les formatrices au cadre de la formation et cela a été souligné de nombreuses fois, de manière positive dans les réponses à l'enquête :

« Déclamer en début de formation que le sujet des violences n'est pas anodin et que pour prendre soin de soi il peut être nécessaire de quitter la formation me semble bienvenu et fondamental, bravo! ».

« Dès l'introduction, **j'ai été très rassurée par la formatrice qui a pris le temps de poser le cadre**. J'avais peur d'être submergée par mes émotions mais le cadre a permis de mettre la bonne distance. Cela m'a convaincu d'aller au bout de la formation même quand j'ai été pas loin des larmes ».

En effet, #NousToutes a bien conscience que ce type de formation peut être suivie par des personnes victimes. D'où ce cadrage car #NousToutes n'est pas constitué de professionnel.le.s formées pour assurer de manière sereine et efficace une prise en charge des victimes. Par contre, les militant.e.s donnent des outils et orientent vers des ressources pouvant aider les victimes. Dans l'introduction, il est également expliqué pourquoi cette formation est centrée sur les femmes victimes de violences alors que les violences touchent également les hommes et les personnes trans.

Dans la formation de niveau 1, les thèmes abordés sont « la différence entre conflit et violence », « les définition et les types de violences », « savoir caractériser les violences », « les chiffres clés des violences »(séquence 1), « les conséquences des violences », « les mécanismes des violences », « le cycle des violences conjugales », « comment détecter les violences » (séquence 2) et enfin, « que dire à une femme victime ? » (séquence 3).

La première séquence, qui présente des chiffres sur l'ampleur des violences, permet de donner des repères chiffrés et de mieux identifier les violences. Il est rappelé le cadre juridique international relatif aux violences : Convention sur l'élimination de toutes les formes de discrimination à l'égard des femmes de l'ONU (1979) ou encore Convention du Conseil de

l'Europe sur la prévention et la lutte contre la violence à l'égard des femmes et la violence domestique, également connue comme la Convention d'Istanbul (2011).

La deuxième séquence permet de mieux appréhender les situations et d'améliorer ainsi la détection. Il y est notamment expliqué les conséquences multiples des violences. Dès 2002, l'OMS, dans son Rapport mondial sur la violence et la santé, précisait l'ampleur de l'impact qu'ont les violences : « La violence sexuelle a de profondes répercussions sur la santé physique et mentale de la victime. Outre les traumatismes physiques, elle est associée à un risque accru de nombreux problèmes de santé sexuelle et génésique, dont les conséquences se font sentir immédiatement, mais aussi des années après l'agression »40. Parmi les impacts on peut citer « les symptômes de stress post-traumatique, l'anxiété, la dépression, la perte de confiance et d'estime de soi, des difficultés dans les relations amoureuses ou sexuelles, dans l'intimité, la présence d'idéation suicidaire, l'isolement, etc. »⁴¹. Le contenu de cette partie se rapproche de ce qui est préconisé par la HAS. En effet, dans « Le guide de recommandations de bonne pratique » publié par la HAS il est écrit : « Les objectifs de la formation sont d'améliorer le repérage des violences (...) grâce à une culture commune : la connaissance de l'emprise, du cycle des violences, du psychotraumatisme, des conséquences physiques, psychologiques et somatiques permet d'adapter leur pratique »42. Ce sont ces éléments qui sont ici expliqués par #NousToutes.

Enfin, la troisième séquence porte sur les outils et les solutions à apporter à ces situations. « Donner des outils » est un des objectifs principaux énoncés par #NousToutes pour cette formation. Selon l'enquête, cet objectif semble atteint car à la question « *Qu'avez-vous ressenti juste après la(les) formations(s) ?* » parmi les 8 réponses possibles, la proposition qui a recueilli le plus de suffrages est, à **73%**, « Je me suis senti.e équipé.e / outillé.e pour aider

⁴⁰ KRUG Etienne G. [et al.] (sous la direction de.), *Rapport mondial sur la violence et la santé* [en ligne]. Genève : Organisation mondiale de la Santé, 2002. URL :

www.who.int/violence_injury_prevention/violence/world_report/en/full_fr.pdf

⁴¹ G BERGHEUL Saïd, FERNET Mylène, Op. cit. p. 52.

⁴² Repérage des femmes victimes de violences au sein du couple [en ligne]. Paris : Haute Autorité de Santé, juin 2019. URL : https://www.has-sante.fr/upload/docs/application/pdf/2019-09/170919_reperage_des_femmes_victimes_de_violences_au_sein_du_couple_argumentaire.pdf

les victimes » devant à 62% « J'ai ressenti une forte envie d'agir » et à 48% « J'ai éprouvé un sentiment de communauté avec #NousToutes et les personnes formées ».

Dans la formation de niveau 2, les thèmes abordés sont : « les procédures et les sanctions », « les 3 types de procédures », « le trouble de stress post-traumatique », « prendre en charge et accompagner une victime ». Les aspects psychologiques des violences (mémoire et dissociation traumatique, phénomène d'emprise) sont plus étoffés. D'ailleurs, 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, avec 46%, derrière, à 51%, « Savoir accompagner et orienter une victime ». 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'E.S.P.T. D'emblée, l'E.S.P.T. prend le contre-pied de l'approche dominante, d'inspiration psychanalytique, qui tend à considérer les « névroses traumatiques » comme le fruit de conflits intrapsychiques »43. Les troubles psycho traumatiques et leurs traitements ont été bien décrits depuis 2010 par Blake ou MacFarlane⁴⁴. D'ailleurs, l'état de stress posttraumatique est inclus à la 10ème 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 aigu⁴⁵. Néanmoins, ces connaissances sont encore trop peu diffusées auprès des professionnel.le.s comme du grand public.

A la fin de chaque formation sont envoyées aux participant.e.s le support de la formation (les slides de la présentation) ainsi qu'un document récapitulatif regroupant des textes de

⁴³ CESCHI Grazia, « STRESS POST-TRAUMATIQUE », Encyclopædia Universalis [en ligne], consulté le 24 juin 2021. URL : http://www.universalis-edu.com/encyclopedie/stress-post-traumatique/

⁴⁴McFARLANE, A.C. (2010), « The long-term costs of traumatic stress: intertwined physical and psychological consequences » [en ligne]. URL: https://doi.org/10.1002/j.2051-5545.2010.tb00254.x

⁴⁵ VACHER-BOULOGNE Sophie. *Troubles post-traumatiques chez des sujets ayant été victimes de violences sexuelles avant l'âge de 15 ans : aspects cliniques, thérapeutiques et médico-économiques. Médecine humaine et pathologie* [en ligne]. 2013, p. 22. URL : https://dumas.ccsd.cnrs.fr/dumas-01131521/document

lois, des liens vers des ressources pour approfondir la réflexion (sur par exemple des aspects comme les mécanismes des violences ou l'ordonnance de protection) ainsi que des outils pédagogiques pour sensibiliser autour de soi (ex : des affiches de prévention à coller dans son immeuble). En résumé, ces formations ont pour but d'identifier, de comprendre et d'agir.

4. 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 en immense majorité des femmes de moins de 35 ans. Le peu d'hommes présents qui ont écrit des commentaires sont tous positifs et ont compris le parti pris de centrer sur cette question des violences faites aux femmes :

« Celles-ci ont accentué encore davantage mon positionnement pro-féministe, **et à mettre en lumière des éléments de violence qui m'habite et qui habite mes amis hommes**. Celles-ci me motivent davantage à parler entre hommes de ces sujets et à être vigilant quant aux actes de violences dont je serais témoin ».

« Beaucoup de questionnements en tant qu'homme voulant partager avec d'autres hommes, sans que ces derniers soient dans une posture du type "on ne peut plus rien dire/faire" ou de se victimiser ».

Le public est également plutôt jeune : 4,9% a moins de 18 ans et 27% a entre 18 et 25 ans. Les moins de 30 ans représentent plus de la moitié du public (51,8%). Dans mon questionnaire, aux catégories socio-professionnelles habituellement définies par l'INSEE, j'ai ajouté « lycéen.nes / étudiant.e.s » sachant à l'avance que beaucoup de jeunes n'exerçant pas encore de profession avaient suivi ces formations. Les « cadres / professions intellectuelles » et les « lycéens.nes ou étudiant.e.s » représentent les deux catégories les plus représentées parmi les personnes formées avec respectivement 28,7% et 28,8%.

A la question 7 « Aviez-vous déjà des connaissances sur les violences sexistes et sexuelles avant de suivre la(les) formation.s ? » 89,5% de personnes ont répondu « oui ». On constate donc que les personnes formées sont un public averti qui s'intéresse déjà à cette problématique et souhaite affiner ses connaissances sur le sujet. Les principales sources de connaissances sont les médias (74%) et les réseaux sociaux (62,5%). Les sources précises les plus citées sont les 3 podcasts « Les couilles sur la table » de Victoire Tuaillon sur les

masculinités contemporaines, « Un podcast à soi » de Charlotte Bienaimé qui mêle intimité et expertise sur les questions de genre et d'égalité entre les femmes et les hommes ainsi que « Et peut-être une nuit » de Charlotte Pudlowski sur l'inceste et la structuration du silence. La quatrième occurrence la plus citée sont les travaux de la psychiatre Muriel Salmona. Cela rejoint d'ailleurs l'intérêt noté pour ces thématiques dans les réponses à la question 2 « Pourquoi avoir suivi ces formations Violences sexistes et sexuelles ? » dont la réponse majoritaire, à 93,2%, était « Le sujet m'intéresse ».

Quid du profil des personnes ayant un vécu de violences sexistes et sexuelles ? Il m'a semblé intéressant que les personnes puissent se questionner de nouveau quant à leur vécu, en lien avec les violences, car c'est un des objectifs de ces temps de formation. Cela permet également d'avoir des réponses plus justes aux questions suivantes sur le fait d'avoir déjà été victime de violence ou non.

Seulement 5,9% des enquêté.e.s ont répondu « jamais » à la question « Avez-vous 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. On peut par exemple y inclure « le harcèlement de rue » — qui correspond, en termes juridiques, à des injures sexistes ou à de l'outrage sexiste — et qui est très fréquent surtout chez les jeunes. Comme le montrent plusieurs enquêtes comme celle de Lebugle⁴⁶, les étudiantes sont quatre fois plus victimes de harcèlement que la moyenne des femmes.

16,1% des personnes répondent que leur 1er rapport sexuel n'était pas désiré. Ce chiffre se rapproche de celui de l'enquête de Santé publique France de 2016. Selon les chiffres recueillis dans le cadre de ce baromètre de santé effectué en 2016 (et réalisé auprès de 15 216 personnes de 15 à 75 ans), 11% des femmes interrogées affirment avoir, pour leur première expérience sexuelle, cédé aux attentes de leur partenaire (contre 6% des hommes) et 2%

_

⁴⁶ LEBUGLE A., « Les violences dans l'espace public touchent surtout les jeunes femmes des grandes villes », Populations et Sociétés, n° 550, déc. 2017.

déclarent même avoir été contraintes⁴⁷. 66,2 % disent avoir déjà ressenti une pression de la part d'un partenaire pour avoir un rapport sexuel (76,8% avec plusieurs partenaires parmi ces répondante.s).

5. La satisfaction des personnes formées

99,6% des enquêté.e.s sont prêt.e.s à recommander ces formations à d'autres personnes. Une des indices de satisfaction est également le fait d'avoir suivi d'autres formations. 64,7% ont suivi les 2 formations « Violences sexistes et sexuelles » niveau 1 et 2. 6 personnes sur 10 des répondant.e.s de l'enquête ont également suivi une des autres formations proposées par #NousToutes.

A la question 3 sur le ressenti après les formations, la 3ème occurrence est, à 48,4%, « le sentiment de communauté avec #NousToutes et les personnes formées ». A cette même question, 86,7% des répondant.e.s répondent que cette formation leur a donné confiance en eux :

« On comprend où est tellement le problème ça nous permet de nous affirmer plus intensément dans notre vie. On augmente notre estime de soi ».

« J'ai eu un sentiment d'appartenance à une communauté puissante et en mouvement ».

Sur le fait que ces formations soient à distance et sur l'efficacité de la pédagogie dans ce cadre particulier, les commentaires sont plutôt positifs. Beaucoup soulignant au contraire **un accès** facilité pour des personnes, habitant loin des grands centres urbains ou peu mobiles. Cela est d'autant plus vrai pour toutes les personnes – la majorité des enquêté.e.s – qui ont suivi les formations pendant le premier confinement. :

« Je suis handicapée motrice, quand j'ai fait la formation pendant le 1er confinement, j'ai eu l'impression d'une vie sociale qui reprenait grâce à cette formation sur Zoom. Cela crée un sentiment de communauté agréable où on sent qu'on est nombreuses. Cela permet à des gens d'y participer plus facilement et cela se suit très bien à distance. Je pense que c'est un sujet sensible et certaines personnes n'oseraient pas s'y confronter en présentiel. C'est très bien aussi pour les gens comme moi qui ont du mal à se déplacer ».

24

⁴⁷ Baromètre santé 2016. Genre et sexualité [en ligne]. Paris : Santé Publique France, 9 juillet 2019. URL : https://www.santepubliquefrance.fr/determinants-de-sante/sante-sexuelle/documents/enquetes-etudes/barometre-sante-2016.-genre-et-sexualite

« C'était une opportunité pendant le confinement alors que j'étais coincée chez moi. J'ai été hyper impressionnée par le nombre qu'on était, je me suis sentie reliée à quelque chose. C'était assez fort. J'ai aimé ce format court à suivre chez soi qui s'intercale dans la vie quotidienne ».

« J'habite dans « la cambrousse » **avec un jeune enfant donc le format en ligne en soirée est bien, il m'a permis d'avoir accès à ce genre de formations.** C'était en direct, c'est pas une vidéo qu'on regarde donc c'était quand même interactif ».

Néanmoins, une personne souligne les limites de l'exercice d'une formation à distance qui est le manque d'interactions humaines. Cela peut entraîner un sentiment de solitude voire de détresse, d'autant plus que pendant ces formations, certaines personnes ont réalisé qu'elles avaient été victimes de violences :

« À un moment donné, j'ai fondu en larmes, et je me suis retrouvée toute seule derrière mon écran, c'était vraiment pas agréable ».

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.

III – L'IMPACT DE CES FORMATIONS SUR LES PERSONNES

Le but principal de cette enquête était d'évaluer l'impact de ces formations sur les personnes qui les ont suivies. Je vais analyser ici seulement les chiffres qui m'ont semblé le plus pertinents des questions 13 à 22. Par exemple, les chiffres obtenus sur la prise de conscience d'avoir été auteur.e de violences sont très bas, que le répondant soit homme ou femme et il est difficile d'en tirer des conclusions.

Cette partie fera donc principalement l'objet d'une analyse qualitative grâce aux 5 entretiens menés et aux centaines de commentaires laissés dans le questionnaire relatif à l'impact de ces formations. Quelles sont les répercussions sur la vie personnelle des personnes formées en tant qu'outil de prévention ou de prise de conscience des violences subies ? Quelles incidences sur la vie amoureuse et/ou sexuelle des personnes formées ?

A la question 21 de savoir si les , après avoir suivi les formations, « portent un regard différent sur leur vie actuelle », les réponses sont positives à 65,3 pour la vie sentimentale et/ou sexuelle et autour de 50% pour les collègues, les ami.e.s et la famille. On constate donc un impact chez une personne sur deux pour son entourage amical, familial et professionnel et un peu plus important pour son vécu intime.

Nous allons classer les différents impacts par thème mais bien sûr ces incidences sont multifactorielles. C'est le cas de cette personne pour qui ces formations ont eu des répercussions, que ce soit dans la compréhension de son vécu personnel, dans sa vie professionnelle de travailleuse sociale ou dans sa vie amicale :

« Je dirais que pour ma part, le travail de réparation entamé avant de me former m'a déjà apporté beaucoup d'éléments de compréhension de mon histoire. Pour autant, les formations Nous Toutes sont de véritables outils, que j'utilise pour mon activité professionnelle (travail social), et avec mes ami.e.s, et dont je fais la promotion. Plusieurs copines ont participé et appris beaucoup de choses sur les violences, je vois se réaliser de vraies prises de conscience qui pour moi avaient eu lieu plus tôt grâce à des copines féministes qui ont monté un planning familial. Nous Toutes fait un travail formidable, accessible au plus grand nombre, c'est un très très bel outil. Une fois que les personnes y ont gouté, elles y reviennent et ça, c'est top! »

1. Un outil d'empowerment

La promotion de la santé sous-entend la notion d'*empowerment*, comme il est écrit dans la Charte d'Ottawa : « le processus qui confère aux populations les moyens d'assurer un plus grand contrôle sur leur propre santé, et d'améliorer celle-ci »⁴⁸. 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 reconnaissance 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 »⁴⁹. Il s'agit bien là d'une prise de conscience individuelle pour faire changer la société dans son ensemble.

Les deux objectifs principaux de ces formations sont, d'après Caroline De Haas, améliorer la détection des violences et donner des outils afin que chacun, à son niveau, puisse agir contre les violences sexistes et sexuelles. Cette formation comme outil d'empowerment donne aux personnes la capacité d'agir, que ce soit gâce aux chiffres données ou à plus grande confiance en soi. En voici quelques exemples :

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

« Lors d'un trajet à pied, sur le chemin du travail, j'ai rencontré un couple d'adolescents. Le garçon tenait la jeune fille au cou, elle pleurait. Je me suis arrêtée et j'ai discuté calmement. Il m'a dit que c'était sa copine et que je ne devais pas m'en mêler. Je lui ai expliqué que ce n'était pas sa propriété et qu'elle était libre de faire ce qu'elle souhaitait. A la jeune fille, je lui ai demandé si elle allait bien, ou si elle avait besoin d'aide. Et que personne n'avait le droit de la traiter comme ça. Je n'aurai jamais osé faire ça sans la formation. Un grand merci! »

« Je pense qu'elles sont cruciales et devraient être la norme : tant qu'on ne connaît pas l'ampleur de ces violences, les conséquences qu'elles peuvent avoir, ni savoir les catégoriser (différences entre agression sexuelle, viol, etc.), il est trop compliqué de lutter contre. Avec les connaissances que m'ont apportées NousToutes (formations mais aussi sur les réseaux sociaux et avec le livre récemment sorti de Caroline De Haas), je me sens prête à affronter les discours sexistes de certain.e.s collègues, que je n'arrivais pas à contrer efficacement auparavant ».

⁴⁸ Charte d'Ottawa pour la promotion de la santé, 1986 [en ligne]. URL : Genève : OMS. URL : https://www.euro.who.int/fr/publications/policy-documents/ottawa-charter-for-health-promotion,-1986 ⁴⁹ BACQUE Marie-Hélène, BIEWENER Carole, « L'empowerment, un nouveau vocabulaire pour parler de

participation? » [en ligne]. *Idées économiques et sociales*, 2013/3 (N° 173), p. 25-32. URL: https://www.cairn.info/revue-idees-economiques-et-sociales-2013-3-page-25.htm.

2. La politisation du sujet

Comme Roland Coutanceau l'indique dans son ouvrage, la prévention des violences sexuelles « n'est pas stricto sensu sanitaire mais avant tout social 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 » 50. C'est pourquoi le but de la prévention de la violence ne se joue pas seulement à un niveau individuel mais a également pour but 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 permettent d'avoir des arguments scientifiques et de démontrer qu'au-delà des cas individuels, c'est bien un problème de société dans son ensemble :

« Cela a renforcé l'idée de ne plus laisser passer une réflexion sexiste et **d'utiliser des éléments** de réponses plus objectifs aux réflexions sexistes ».

« 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 ».

« Ce qui me semble bien dans cette formation, **c'est que cela reste très factuel, l'approche est imparable**. Cela permet d'avoir un regard extérieur systémique sur la société et de faire le lien avec les violences que l'on vit de manière intime ».

« J'ai été **marqué par la clarté des propos**. L'emploi des termes en nommant « le viol », « l'agression sexuelle » et toutes les définitions juridiques. J'ai découvert que blagues sexistes au « taf » n'étaient pas autorisée, ça m'a donné une assise, **oui le sexisme c'est illégal c'est pas juste culturel** ».

« Le fait de voir écrit noir sur blanc les définitions et les mécanismes des violences m'a aidée à changer le récit des violences que j'avais vécues. La définition de l'ONU qui met les violences psychologiques au même niveau que les violences sexuelles ou physiques m'a permis de ne pas dénigrer l'intensité des violences psychologiques que j'avais vécues. On a beau savoir que c'est systémique, là, je l'ai vraiment intégré, et je crois que ça a produit en moi une sorte de « ah oui vraiment, ce n'était pas de ma faute ».

3. <u>Un outil de prévention</u>

Quid des avis des personnes formées sur le rôle joué par ces formations comme outil de prévention des violences sexuelles ?

Les réponses à la question 15 sur l'efficacité de cet outil en tant que prévention des violences sont positifs à plus de 90% que ce soit au travail, au lycée/université, dans la vie

⁵⁰ COUTANCEAU Roland. Victimes et auteurs de violence sexuelle, p. 310. Paris : Dunod, 2016, 361 pages.

sentimentale et/ou sexuelle et à plus de 80% dans la famille et l'espace public. Un outil de prévention qui permet une meilleure détection :

- « J'ai l'impression **d'être beaucoup plus sensible aux signes possibles de violences** ».
- « Je suis **plus attentive à ce que me disent mes ami·e·s sur leur vie de couple** ».
- « C'est plutôt comme un prisme mieux aiguisé, une sensibilité plus grande à ce que je vois autour de moi (médias, espace public, fictions, histoires rapportées ...). Cela m'aide à avoir plus d'étayage pour regarder ces phénomènes non pas isolément mais comme un élément d'un ensemble ».
- « J'ai **ouvert les yeux et je vois beaucoup plus les discriminations partout** (pubs, relations couples, travail, famille, faits divers, langages...) ».

Un des reproches qui peut être fait à cette formation – même si le format n'est pas propice à l'exhaustivité – est de ne pas évoquer le sujet des auteur.e.s. En effet, dans les différentes recommandations de prévention des violences sexuelles, il est toujours indiqué que cela passe à la fois par la prise en charge des victimes mais aussi des auteur.e.s. Que ce soit dans la prévention primaire en intervenant le plus précocement possible, dans la prévention secondaire « en mettant en place des mesures et éducatives et thérapeutiques pour éviter que la situation ne perdure voire s'aggrave » ou la prévention tertiaire pour prévenir « la réitération criminelle chez l'auteur et la revictimisation chez la victime »⁵¹. C'est ce que souligne cette personne :

« Je regrette **ce discours centré exclusivement sur l'agressée sans prise en compte de l'agresseur dans sa propre difficulté**. Ne pas informer sur sa perception de la situation ne montre qu'une face du problème. Il faut voir les deux faces pour briser le cercle des violences ».

4. Un outil de reconnaissance du statut de victimes

Ces formations peuvent permettre de réaliser que l'on a été soi-même victimes de violences sexuelles. Comme énoncé dans la première partie, cela se situe dans la continuité du mouvement #MeToo où de nombreuses personnes ont relu leurs biographies sexuelles à l'aune de la question du consentement et des violences sexistes et sexuelles. A la question 17 : « Est-ce que les informations données lors des formations #NousToutes vous ont permis de réaliser que vous avez été vous-même victime de violences », les deux espaces de vie avec les réponses le plus positives sont dans l'espace public à 58,4% et dans la vie sentimentale et/ou sexuelle à 51,1%. Ils ne sont pas tous annexes mais ressortent de l'enquête des dizaines de témoignages très forts en ce sens. De nombreux commentaires insistent également sur le fait d'avoir réussi à ne plus se sentir coupable. On sait que dans la clinique de la victimologie,

⁵¹ COUTANCEAU Roland et DAMIANI Carole. *Victimologie : évaluation, traitement, résilience*, p. 64. Paris : Dunod, 2018, 253 pages.

en cas d'agressions sexuelles, la victime se sent à la fois victime et coupable. Coutanceau et Damiani distinguent 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 divulgation⁵².

On ne parle ici d'un questionnement sur soi et de son vécu, notamment grâce aux définitions juridiques des différentes infractions et crimes sexuels, qui permettent de clarifier les faits. En voici quelques exemples :

- « 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 post traumatique après 25 ans ».
- « C'est via ces formations que je me suis rendue compte du nombre de fois où j'avais subi une agression sexuelle voire des viols. Ces formations m'ont permis de me sentir légitime dans mon ressenti et c'est d'une aide immense pour pouvoir se réparer et avancer ! Encore merci. »
- « J'ai enfin compris ce qu'était un viol, toutes les formes qu'il pouvait prendre et ça m'a énormément aidé à accepter ce que j'ai vécu. J'ai eu l'impression d'avancer vraiment et je me sens beaucoup plus légitime et forte pour dire non ».
- « Ces formations m'ont confirmé ce que je savais déjà. J'ai été victime et c'était grave. Ça m'a permis de m'affirmer par rapport à ça alors que mon entourage et les services de police, pompiers et médicaux me faisaient douter. Grâce à la formation j'ai su que je n'étais pas seule et que je n'étais pas folle. Les faits étaient réels, graves, et ce n'était pas de ma faute ».
- « Ces formations m'ont permis de mettre les bons mots sur ce qu'il m'est arrivé au lycée, un de mes cousins éloigné m'a violée et je n'avais jamais compris que c'était un viol parce que le viol représentait autre chose pour moi ».

5. <u>Un levier pour l'action juridique</u>

Si les enquêtes de victimation ont permis une nette amélioration de la visibilité des victimes de violences sexuelles, cela ne se traduisait pas en plaintes juridiques jusqu'à il y a peu. La majeure partie des viols n'est pas portée à la connaissance de la police et de la justice puisqu'en France, seule une victime sur dix dépose plainte⁵³. Les résultats de certaines études ont notamment mis en évidence que le lien social (informel : amis, famille, etc. et formel :

.

⁵² Ibid.

⁵³ Ce taux ne correspond pas à la proportion des victimes de viol qui auraient souhaité déposer plainte puisqu'une part importante y renonce après s'être déplacée au commissariat ou à la gendarmerie. L'Observatoire national des violences faites aux femmes illustre ce propos en rapportant que 21 % des femmes victimes de viol ou tentative de viol se sont rendues au commissariat ou à la gendarmerie mais seules 10 % ont déposé plainte (Miprof, 2015).

institutions gouvernementales, associations, etc.) et plus particulièrement le soutien social était un élément déterminant dans la décision de déposer⁵⁴.

En 2021, est-ce que à la suite des prises de parole suite à #MeToo, aux essais d'amélioration d'accueil par les services de sécurité ou la possibilité nouvelle de signaler une violence conjugale, sexuelle ou sexiste en ligne⁵⁵ ont conduit à une hausse du nombre de plaintes enregistrée ? C'est ce que 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 »⁵⁶.

Les freins demeurent (peu de l'accueil, peur du classement sans suite, peu de ne pas être crue...) mais cette formation #NousToutes, dans le processus qui a suivi d'une plus grande confiance en soi des victimes qui a produit un déclic chez certaines personnes pour passer à 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 ».

« Elles m'ont aidée à aller porter plainte et connaître mes droits, savoir que la gendarmerie est obligée de prendre la plainte. Elles m'ont donné le courage de rappeler la loi à un gendarme qui me disait que ce qui est du harcèlement de rue n'était pas un délit mais juste de la drague ».

6. <u>Devenir personne ressource dans sa vie personnelle et/ou professionnelle</u>

A la question, « parmi les sujets abordés dans les formations, quels sont les plus importants pour vous dans votre vie personnelle et/ou professionnelle ? », parmi 10 propositions, les deux occurrences les plus cités sont à 61% « Les mécanismes des violences » et à 58% « Que dire à une femme victime ? ». Ces deux séquences dont les objectifs sont pour la première améliorer le travail de détection et pour la seconde améliorer la prise en charge des victimes. Ernestine Ronai, responsable de l'Observatoire départemental des violences envers les

⁵⁶ Insécurité et délinquance en 2020 : bilan statistique [en ligne]. Paris : Ministère de l'intérieur, 2020. URL : https://www.interieur.gouv.fr/content/download/127251/1017205/file/Eclairage%202.pdf.

⁵⁴ VANIER Camille, LANGLADE Aurélien, « Comprendre le dépôt de plainte des victimes de viol : facteurs individuels et circonstanciels » [en ligne]. *Déviance et Société*, 2018/3 (Vol. 42), p. 501-533. URL : https://www.cairn.info/revue-deviance-et-societe-2018-3-page-501.htm

femmes de Seine Saint-Denis, explique bien l'importance de connaître les mécanismes des violences : « Pour pouvoir aider les femmes victimes et leurs enfants à sortir de l'enfer des violences conjugales, il faut soi-même avoir acquis certaines connaissances sur le fonctionnement de ces violences. Souvent les femmes disent : *J'ai passé des années à essayer d'identifier ce que je vivais. J'avais besoin qu'on me le confirme ; on s'enferme dans le silence parce que personne n'a envie de nous écouter* ».⁵⁷ Cela aide parfois les victimes elle-même :

« L'élément **le plus important pour moi de cette formation a été les mécanismes des violences.** Je me suis dit : « ça y'est je comprends enfin ces différentes attitudes ».

Plusieurs personnes témoignent qu'elles se sentent maintenant « personne ressource » dans leur entourage sur ce sujet et prête à aider leur entourage sur ce sujet :

« La formation **m'a aidée à intervenir de façon bienveillante et non intrusive auprès de deux amies, pour l'une suite à un viol, pour l'autre suite à des violences conjugales cycliques**. Sans la formation, j'aurais été perdue et paniquée. Là j'ai pu aider de façon pragmatique, j'ai eu l'impression d'une forme d'agentivité dont ce genre d'événements semblent toujours nous priver ».

« Je suis très heureuse d'avoir suivi cette formation car **peu de temps après une amie proche m'a confié avoir été victime de viol et j'ai su quoi dire, être à l'écoute**, alors que d'autres ont eu les mauvais mots pour elle. Donc je vous en remercie beaucoup ».

« A l'issue de la formation, j'ai compris qu'une de mes meilleures amies était victime de violences conjugales. Je ne l'avais pas compris avant de suivre les formations. Alors que nous sommes toutes les deux très instruites, et renseignées, et féministes. Je lui en ai parlé, et après de nombreuses semaines très douloureuses, elle a fini par réussir à quitter son compagnon. Je ne vous remercierai jamais assez pour ça!! »

Concernant l'aide dans la vie professionnelle, dans cette enquête, on rencontre des témoignages de professionnel.le.s de la police, de l' Éducation nationale, de la médecine ou des travailleurs.euses sociaux.ales. Autant de professions citées comme prioritaires dans la loi et les politiques publiques concernant l'accès aux formations sur la prévention des violences. Faute d'une formation suffisante dans leur cadre professionnel, les personnes viennent trouver des ressources auprès de #NousToutes. C'est le cas de ce jeune médecin et de ce professeur :

_

⁵⁷ RONAI Ernestine, « Mécanismes de la violence conjugale et impacts sur les enfants et les adolescents », dans : Maryse Bonnefoy éd., *Ordres et désordres dans la sexualité, la conjugalité, la parentalité. Que peut la prévention ?* Toulouse : Érès « 1001 et + », 2019, p. 173-186. URL : https://www.cairn.info/ordres-et-desordres-dans-la-sexualite--9782749264493-page-173.htm

« 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 ».

7. <u>La réflexion sur la vie amoureuse et/ou sexuelle</u>

A la question 21 sur le domaine dans lequel l'impact des formations a été le plus important « la vie amoureuse et/ou sexuelle » a été citée en premier. Les réponses positives aux deux questions qui incitent à réfléchir à la notion de consentement et d' « autocontrainte » ou « d'obéissance sexuelle » sont élevées avec 66% qui disent « avoir déjà ressenti une pression de la part d'un partenaire pour avoir un rapport sexuel » et 65% qui ont « déjà eu l'impression d'avoir des rapports sexuels sans en avoir envie, même sans ressentir de pression directe de leur partenaire ».

A la question 19, « Est-ce que les informations données lors des formations #NousToutes vous ont incité à réfléchir à ces notions dans votre vie sentimentale et/ou sexuelle », les réponses sont positives à 86% sur le consentement aux actes sexuels ; à 84% sur le dialogue ; à 82% sur les violences psychologiques, à 79% sur le désir dans la vie sexuelle, à 72% sur plaisir dans la vie sexuelle et enfin à 65% sur Les violences physiques.

Ces chiffres sont très élevés. Si le contenu de la formation peur inciter directement à la réflexion sur le consentement, les violences psychologiques ou physiques, c'est moins vrai des interrogations sur le désir ou le plaisir. J'ai ajouté ces items afin de vérifier mon hypothèse secondaire qui était que ces formations avaient également des incidences sur la vie sexuelle des personnes formées et pas uniquement dans le registre des violences sexistes et sexuelles. Quid de la réflexion sur la réciprocité des désirs et des plaisirs ? Lors de mes entretiens, j'ai pu constater que ce n'est pas uniquement les formations mais bien le cheminement plus général féministe des personnes interrogées qui les fait réfléchir à ces notions.

Les impacts pour Annie et Madelaine ont été très forts dans leur vie amoureuse. Annie a réussi a changé son schéma de re-victimisation et a changé ses choix de partenaire. Madelaine, elle a quitté son compagnon depuis 10 ans suite à la formation :

Annie : « De fait, depuis que j'ai fait la formation, ça s'est calmé et les choix d'hommes que j'ai fait par la suite ont été bons pour tout le monde. 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 ».

Madelaine: « J'ai fait part de mon enthousiasme à mon compagnon. Il s'en est suivi une dispute car j'en avais marre qu'il me donne son avis sur ce qui m'intéresse moi, et ça a été le début de la fin de notre relation de 10 ans. #NousToutes a une place particulière dans ma vie puisque j'ai décidé de stopper une relation toxique où je manquais de respect et de soutien. Depuis je suis nettement plus heureuse, comme quoi l'impact des formations peut aller au-delà de ce qu'on peut imaginer! »

Corinne a réfléchi à la notion de consentement dans le cadre du post-partum. Si les dysfonctions sexuelles du post-partum sont multifactorielles - les bouleversements physiques et psychiques, le changement de l'image de soi, le statut de parents qui prend le pas sur celui d'amants, la diminution des œstrogènes qui réduit la lubrification vaginale etc⁵⁸ - c'est parfois la première expérience de contrainte pour les femmes et l'occasion d'une réflexion sur le sujet. Annie a réussi à mieux dialoguer dans ces relations amoureuses. Jade et Madelaine ont plus affirmé leurs choix.

Corinne: « Cela m'a fait continuer à réfléchir sur mes relations sexuelles après mon accouchement où je me suis quelques fois un peu forcée. J'ai plus de respect envers mon propre corps et mes envies, plus de dialogue avec mon conjoint sur ses envies également. Avant la grossesse, j'étais plus demandeuse, il n'y avait jamais eu ce problème. Cela reste de la violence sexuelle d'accepter des relations sexuelles en mode « je sais pas trop si j'ai envie ou pas mais je le fais quand même ». C'était pas de la pression de mon partenaire directement mais plus de la société, etc. J'ai pas osé lui dire « non ». On se fait un peu violence sur soi-même pour avoir des rapports ».

Annie: « Cette dernière année, après la formation, j'ai eu des relations où j'ai eu envie de mettre les hommes à l'épreuve du consentement. Même si j'ai couché le premier soir, j'ai verbalisé le fait que peut-être il ne se passerait rien même si on dormait ensemble. La réaction des hommes a été bonne ».

Jade: « Ces 5 dernières années et particulièrement aujourd'hui depuis la formation, je me suis beaucoup intéressée à la sexualité. Sur le consentement, j'ai appris à dire non et surtout à identifier ce que je veux, où je suis là-dedans. Sur le désir j'ai longtemps répondu à celui de l'homme qui me désirait sans penser au mien. Je suis vraiment plus à égalité dans mon couple aujourd'hui ».

Madelaine: « Aujourd'hui, je m'interroge beaucoup sur le couple, l'affirmation du désir féminin. On a fait une émission de radio sur « être féministe en couple hétérosexuel: est-ce compatible? ». J'affirme plus mon désir pour des hommes depuis la séparation. Je fais plus le premier pas. Pour la première fois, un homme m'a demandé: « est-ce que je peux t'embrasser? » et j'ai trouvé ça bien. Aujourd'hui, j'affiche la couleur de suite sur mes désirs ».

34

⁵⁸ MANDELBROT Laurent, RAIFFORT Cyril. « Grossesse et santé sexuelle, avant, pendant et après », p. 231-240. In : MIGNOT Joëlle, TROUSSIER Thierry (sous la direction de.) *Santé sexuelle et droits humains, Un enjeu pour l'humanité*. Louvain : De Boeck Supérieur SA, 2015, 443 pages.

Ces réflexions sur le consentement ou sur le choix des partenaires font référence au « bienêtre sexuel » comme facteur de la réalisation d'une sexualité humaine satisfaisante d'après la définition de l'OMS de 2006. Il s'agit ici d'une amélioration de la capacité individuelle à faire des choix éclairés en matière de sexe et de sexualité.

8. L'engagement militant

Ce n'est pas le but principal mais de nombreuses personnes formées témoignent à la suite de ces formations de leur implication dans de actions de terrain de #NousToutes, de la sensibilisation de leur proche ou de la poursuite de cette sensibilisation avec des formations de plus longue durée sur ce sujet avec d'autres organismes. C'est le cas de Annie et de Myriam :

Annie: « A la suite, je me suis engagée pour devenir formatrice moi-même pour #NousToutes. Je me suis dit: si ça a autant d'impact que pour moi – même si c'est seulement 3 personnes – ça vaut le coup. Ma mère [victime de violences conjugales] a suivi la formation que j'ai animé et m'a dit: Concernant les violences psychologiques, ça me fait penser à tu-sais-qui. Vous êtes une génération qui ne laisse plus rien passer et vous avez bien raison. Cette réaction m'a beaucoup touchée ».

Myriam : « Je me suis inscrite à plusieurs formations #NousToutes et j'ai même acheté le livre « En finir avec les violences sexistes et sexuelles » de Caroline De Haas. J'ai été jusqu'au bout de la démarche puisque j'ai créé un groupe de formations avec des proches sur un format de 1 heure J'ai retranscrit le livre à d'autres gens et cela les a fait beaucoup réfléchir et a permis de mettre les bons mots ».

CONCLUSION

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 en avril 2020. Quels sont les résultats de cette étude quantitative et qualitative menée auprès de 1 578 personnes ?

Quels impacts sur les personnes formées? L'hypothèse principale est confirmée car les réponses à la question sur l'efficacité de cet outil en tant que prévention des violences sont positifs à plus de 90% que ce soit au travail, au lycée/université, dans la vie sentimentale et/ou sexuelle et à plus de 80% dans la famille et l'espace public. Concernant la prise de conscience des violences subies suite aux informations données durant ces formations, les deux espaces de vie avec les réponses le plus positives sont dans l'espace public à 58,4% et dans la vie sentimentale et/ou sexuelle à 51,1%

« La vie amoureuse et/ou sexuelle » arrive en tête des domaines cités concernant l'impact dans la vie des gens. De plus, une réflexion a été entamée par 86% des participant.e.s sur le consentement aux actes sexuels; à 84% sur le dialogue; à 82% sur les violences psychologiques, à 79% sur le désir dans la vie sexuelle, à 72% sur plaisir dans la vie sexuelle et enfin à 65% sur Les violences physiques. Cela vérifie bien mon hypothèse secondaire qui était que cela avait également des incidences sur la vie amoureuse et/ou sexuelle des personnes formées.

L'enquête montre que ces formations sont aussi 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 chez certaines personnes.

Ces formations contribuent à améliorer la capacité individuelle à faire des choix éclairés en matière de sexe et de sexualité. On peut souligner également que ces formations ne sont pas complètes dans leur contenu, notamment vis-à-vis des auteur.e.s et qu'elles ne peuvent pas 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.

BIBLIOGRAPHIE

Ouvrages

- BAJOS Nathalie et BOZON Michel (sous la direction de.). *Enquête sur la sexualité en France, Pratiques Genre et Santé*. Paris : Editions La Découverte, 2008. 605 pages.
- BERGHEUL Saïd, FERNET Mylène, Les violences à caractère sexuel, Représentations sociales accompagnement, prévention. Québec : 2018. Presses de l'Université de Québec.
- COUTANCEAU Roland et DAMIANI Carole. *Victimologie : évaluation, traitement, résilience*. Paris : Dunod, 2018, 253 pages.
- COUTANCEAU Roland. *Victimes et auteurs de violence sexuelle,* p. 310. Paris : Dunod, 2016, 361 pages.
- DE HAAS Caroline, En finir avec les violences sexistes et sexuelles Manuel d'action. Paris : éditions Robert Laffont, 2021. 219 pages.
- FRAISSE Geneviève. *Féminisme et philosophie*. Paris : Folio essais, 2019, p. 133. 361 pages.
- MANDELBROT Laurent, RAIFFORT Cyril. « Grossesse et santé sexuelle, avant, pendant et après », p. 231-240. In : MIGNOT Joëlle, TROUSSIER Thierry (sous la direction de.) Santé sexuelle et droits humains, Un enjeu pour l'humanité. Louvain : De Boeck Supérieur SA, 2015, 443 pages.
- RONAI Ernestine, « Mécanismes de la violence conjugale et impacts sur les enfants et les adolescents », dans : Maryse Bonnefoy éd., Ordres et désordres dans la sexualité, la conjugalité, la parentalité. Que peut la prévention ? Toulouse : Érès « 1001 et + », 2019, p. 173-186. URL : https://www.cairn.info/ordres-et-desordres-dans-lasexualite--9782749264493-page-173.htm
- TROUSSIER Thierry, « Les liens entre santé sexualité, santé sexuelle, santé reproductive et santé publique », p. 7. In MIGNOT Joëlle et TROUSSIER Thierry (sous la direction de.), Santé sexuelle et droits humains, Un enjeu pour l'humanité. Louvain : De Boeck Supérieur SA, 2015, 443 pages.

Enquêtes et rapports

- AMSELLEM-MAINGUY Yaëlle (sous la direction de.). Entrée dans la sexualité des adolescent·e·s : la question du consentement. Enquête en milieu scolaire auprès des jeunes et des intervenant·e·s en éducation à la sexualité [en ligne]. Paris : Institut national de la jeunesse et de l'éducation populaire, 1^{er} août 2015. URL : injep.fr/publication/entree-dans-la-sexualite-des-adolescentes-la-question-duconsentement/
- GAMET Marie-Laure. Quelle mise en œuvre des actions de prévention et de promotion de la santé en matière de violences sexuelles ? [en ligne]. Paris : Audition Publique, 14-15 juin 2018, Auteurs de Violences Sexuelles : Prévention, évaluation, prise en charge.
- KRUG Etienne G. [et al.] (sous la direction de.), Rapport mondial sur la violence et la santé [en ligne]. Genève: Organisation mondiale de la Santé, 2002. URL: www.who.int/violence injury prevention/violence/world report/en/full fr.pdf
- LAURANT Françoise et COLLET Margaux. Rapport relatif à l'éducation à la sexualité, Répondre aux attentes des jeunes, Construire une société d'égalité femmes-hommes [en ligne]. Paris : Haut Conseil à l'égalité entre les femmes et les hommes (HCE), juin

- 2016. URL: www.haut-conseil-
- egalite.gouv.fr/IMG/pdf/hce_rapport_education_a_la_sexualite_2016_06_15_vf.pdf
- Baromètre santé 2016. Genre et sexualité [en ligne]. Paris : Santé Publique France, 9 juillet 2019. URL : https://www.santepubliquefrance.fr/determinants-desante/sante-sexuelle/documents/enquetes-etudes/barometre-sante-2016.-genre-et-sexualite
- Charte d'Ottawa pour la promotion de la santé, 1986 [en ligne]. URL : Genève : OMS. URL : https://www.euro.who.int/fr/publications/policy-documents/ottawa-charter-for-health-promotion,-1986
- Rapport d'enquête « Cadre de vie et sécurité » 2017. L'enquête Cadre de vie et sécurité (CVS) [en ligne]. Paris : Ministère de l'Intérieur, 2017. URL : https://www.interieur.gouv.fr/Interstats/L-enquete-Cadre-de-vie-et-securite-CVS
- Violence envers les femmes, Actes du colloque du 26 février 2013 [en ligne]. Paris : Centre Hubertine Auclert, 2013. URL : https://www.centre-hubertine-auclert.fr/sites/default/files/fichiers/hub-actes-7-relaissenart-web.pdf*
- La violence à l'encontre des femmes. Principaux faits [en ligne]. Genève :
 Organisation Mondiale de la Santé, 9 mars 2021. URL :
 https://www.who.int/fr/news-room/fact-sheets/detail/violence-against-women
- Stratégie nationale de santé sexuelle, Agenda 2017-2030 [en ligne]. Paris : Ministère des Affaires sociales et de la santé, 2017. URL : solidaritessante.gouv.fr/IMG/pdf/strategie_nationale_sante_sexuelle.pdf
- 5ème plan de mobilisation et de lutte contre les violences (2017-2019) [en ligne]. Ministère des familles, de l'enfance et des droits des femmes. URL: www.egalitefemmes-hommes.gouv.fr/wp-content/uploads/2016/11/5e-plan-de-lutte-contretoutes-les-violences-faites-aux-femmes.pdf
- Insécurité et délinquance en 2020 : bilan statistique [en ligne]. Paris : Ministère de l'intérieur, 2020. URL :
 https://www.interieur.gouv.fr/content/download/127251/1017205/file/Eclairage%2 02.pdf.
- Repérage des femmes victimes de violences au sein du couple [en ligne]. Paris : Haute Autorité de Santé, juin 2019. URL : https://www.hassante.fr/upload/docs/application/pdf/2019-09/170919_reperage_des_femmes_victimes_de_violences_au_sein_du_couple_argu mentaire.pdf
- Violences faites aux femmes et aux mineures Prévenir, repérer, protéger, accompagner. Recommandations de bonnes pratiques [en ligne]. Paris : Haute autorité de santé, décembre 2020. URL : www.has sante.fr/upload/docs/application/pdf/2020-07/violences_femmes_essentiel_en_4_pages.pdf

Articles

- BREL Hanaline, FOURMENT Émeline, « Femmes, frappez en retour ! ». La lutte féministe contre les violences sexuelles en milieu militant, en France et en Allemagne » [en ligne]. *Mouvements*, 2017/4 (n° 92), p. 76-84. URL : www.cairn.info/revue-mouvements-2017-4-page-76.htm

- CESCHI Grazia , « STRESS POST-TRAUMATIQUE », Encyclopædia Universalis [en ligne], consulté le 24 juin 2021. URL : http://www.universalis-edu.com/encyclopedie/stresspost-traumatique/
- DELAGE Pauline, LIEBER Marylène, CHETCUCI-OSOROVITZ Natacha, « Lutter contre les violences de genre. Des mouvements féministes à leur institutionnalisation. Introduction » [en ligne]. *Cahiers du Genre*, 2019/1 (n° 66), p. 5-16. URL : https://www.cairn.info/revue-cahiers-du-genre-2019-1-page-5.htm
- DENIS, BRENNSTUHL, TARQUINIO. « Les conséquences des traumatismes sexuels sur la sexualité des victimes : une revue systématique de la littérature » [en ligne].
 Sexologies : European journal of sexology. 2020. p.198-217. URL : https://www-sciencedirect-com.ezproxy.u-paris.fr/science/article/pii/S1158136020300578
- LEBUGLE A., « Les violences dans l'espace public touchent surtout les jeunes femmes des grandes villes », Populations et Sociétés, n° 550, déc. 2017.
- MANSEUR Zahia, « Entre projet de départ et soumission : la souffrance de la femme battue » [en ligne]. *Pensée plurielle*, 2004/2 (n° 8), p. 103-118. URL : https://www.cairn.info/revue-pensee-plurielle-2004-2-page-103.htm
- McFARLANE, A.C. (2010), « The long-term costs of traumatic stress: intertwined physical and psychological consequences » [en ligne]. URL: https://doi.org/10.1002/j.2051-5545.2010.tb00254.x
- VANIER Camille, LANGLADE Aurélien, « Comprendre le dépôt de plainte des victimes de viol : facteurs individuels et circonstanciels » [en ligne]. Déviance et Société, 2018/3 (Vol. 42), p. 501-533. URL : https://www.cairn.info/revue-deviance-et-societe-2018-3-page-501.htm
- L'équipe du Planning Familial 69, « Liberté, Égalité, Sexualités ! L'accès de toutes et tous à la santé sexuelle, au-delà des inégalités » [en ligne]. Rhizome, 2016/2 (N° 60), p. 8-9. URL : www.cairn.info/revue-rhizome-2016-2-page-8.htm

Travaux universitaires

VACHER-BOULOGNE Sophie. Troubles post-traumatiques chez des sujets ayant été victimes de violences sexuelles avant l'âge de 15 ans : aspects cliniques, thérapeutiques et médico-économiques. Médecine humaine et pathologie [en ligne].
 2013, p. 22. URL : https://dumas.ccsd.cnrs.fr/dumas-01131521/document

Lois

- LOI n° 2014-873 du 4 août 2014 pour l'égalité réelle entre les femmes et les hommes [en ligne]. URL : www.legifrance.gouv.fr/eli/loi/2014/8/4/2014-873/jo/texte
- LOI n° 2018-703 du 3 août 2018 renforçant la lutte contre les violences sexuelles et sexistes [en ligne]. URL : https://www.legifrance.gouv.fr/eli/loi/2018/8/3/2018-703/jo/text
- CIRCULAIRE N°2003-027, L'éducation à la sexualité dans les écoles, les collèges et les lycées [en ligne]. 17 février 2003. URL:
 www.education.gouv.fr/botexte/bo030227/MENE0300322C.htm

Articles de presse

 « Pas une de plus » : des dizaines de milliers de manifestants contre les violences faites aux femmes. Le Monde [en ligne]. 23 novembre 2019. URL : https://www.lemonde.fr/societe/article/2019/11/23/il-faut-que-ca-change-des $dizaines-de-milliers-de-manifestants-contre-les-violences-faites-aux-femmes_6020285_3224.html$

Sitographie

- LA FONDATION DES FEMMES [en ligne]. URL : fondationdesfemmes.org/fondation-des-femmes/
- GOUVERNEMENT FRANÇAIS. « Arrêtons les violences » [en ligne]. URL : https://arretonslesviolences.gouv.fr
- EGAE [en ligne]. Le groupe Egaé est une entreprise de conseils et de formations sur l'égalité femmes-hommes. Le groupe a été fondé par Caroline De Haas et Pauline Chabbert. URL : https://groupe-egae.fr/notre-groupe/

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 en avril 2020. Cette étude quantitative et qualitative menée auprès de 1578 personnes montre que ces temps de formations 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 chez certaines personnes

Mots-clés : violences ; violence sexiste et sexuelle ; formation, victime ; féminisme ; santé sexuelle ; détection ; sexualité ; E.S.P.T ; #MeToo.

ANNEXES

I – LES RESULTATS DE L'ENQUETE

1. Les questions

- 1. Avez-vous suivi la formation "Violences sexistes et sexuelles"?
- 2. Pourquoi avoir suivi ces formations "Violences sexistes et sexuelles"?
- 3. Avez-vous suivi une autre formation de #NousToutes?
- 4. Est-ce que vous recommanderiez ces formations à d'autres personnes ?
- 5. Parmi ces propositions, lesquelles caractérisent le mieux, selon vous, les formations #NousToutes ?
- 6. Qu'avez-vous ressenti juste après la(les) formations(s)?
- 7. Aviez-vous déjà des connaissances sur les violences sexistes et sexuelles avant de suivre la(les) formation.s #NousToutes ?

Si oui:

- Avant ces formations, quelles ont été vos sources de connaissances sur les violences sexistes et sexuelles ?
- Pouvez-préciser vos sources de connaissances sur les violences sexistes et sexuelles ?
- 8. Avez-vous déjà été victime de violences (physiques, verbales, psychiques, sexuelles) au cours de votre vie ?
- 9. Avez-vous déjà été victime de harcèlement sexuel ou d'agressions sexuelles dans le cadre de votre travail ou de vos études ?
- 10. A propos de votre premier rapport sexuel : diriez-vous que celui-ci était désiré ?
- 11. Au cours de votre vie, avez-vous déjà ressenti une pression de la part d'un partenaire pour avoir un rapport sexuel ?
- 12. Avez-vous déjà eu l'impression d'avoir des rapports sexuels alors que vous n'aviez pas envie, même sans ressentir de pression directe de votre partenaire (actuel ou passé) ?
- 13. Parmi les sujets abordés dans les formations, quels sont les plus importants pour vous dans votre vie personnelle et/ou professionnelle ?
- 14. Sur quels sujets auriez-vous aimé en apprendre davantage?
- 15. De façon générale, pensez-vous que les informations données lors des formations #NousToutes peuvent contribuer à prévenir les violences...
- 16. Est-ce que les informations données lors des formations #NousToutes vous ont permis de réaliser que vous avez été vous-même témoin de violences...
- 17. Est-ce que les informations données lors des formations #NousToutes vous ont permis de réaliser que vous avez été vous-même victime de violences...
- 18. Est-ce que les informations données lors des formations #NousToutes vous ont permis de réaliser que vous avez été vous-même auteur.e de violences...
- 19. Est-ce que les informations données lors des formations #NousToutes vous ont incité à réfléchir à ces notions dans votre vie sentimentale et/ou sexuelle (passé ou actuelle) ?

- 20. Diriez-vous que, à la lumière de ces formations, vous portez un regard différent sur votre vie PASSÉE ?
- 21. Diriez-vous que, à la lumière de ces formations, vous portez un regard différent sur votre vie ACTUELLE ?
- 22. Souhaitez-vous apporter des compléments sur l'impact de ces formations dans votre vie ?

2. Les réponses détaillées de 1578 répondant.e.s

Vous vous considérez comme...

93,5% Une femme 4,6% Un homme 1,9% Autre

Votre âge :

4,9% Moins de 18 ans 27% 18-25 ans 19,9% 25-30 ans 26% 30-40 ans 11,2% 40-50 ans 11% Plus de 50 ans

Votre catégorie socio-professionnelle :

28,8% Lycéen.ne ou Etudiant.e
28,7% Cadre et profession intellectuelle supérieure
18,4% Employé.e
8% Profession libérale
7,5% Sans emploi
5,3% Profession intermédiaire
3,3% Artisan, Commerçant.e, Chef.fe d'entreprise
0% Agriculteur.trice exploitant

1. Avez-vous suivi la formation "Violences sexistes et sexuelles"?

64,7% Oui, niveau 1 et 2 35,3% Oui, niveau 1 seulement

2. **Pourquoi avoir suivi ces formations "Violences sexistes et sexuelles" ?** (Plusieurs réponses possibles)

93,2% Le sujet m'intéresse

70,3% Je pense que cela peut m'aider dans ma vie personnelle

67,9% Je pense que cela peut m'aider dans ma vie professionnelle

63,8% Les actions de l'association #NousToutes m'intéressent

47,5% Je me sens concernée car j'ai déjà été victime de violences

34,7% Je me sens concernée car j'ai déjà été témoin de violences

9,9% Un.e ami.e me les a recommandées

1,3% Je me sens concernée car j'ai déjà été auteur.e de violences

Autres: Pour agir en cas de violences dans mon entourage; Ça me permet de mieux en parler à mon entourage surtout aux hommes qui m'entourent et sous estiment les violences contre les femmes; C'est d'utilité publique comme privée!; Je suis enseignante et référente égalité fille/garçon dans mon établissement donc cette formation me semblait judicieuse; Je me sens responsable en tant qu'homme d'aider celles qui sont agressées par d'autres hommes; Je pense que cela peut m'aider à repérer des situations de violences dans mon entourage plus ou moins proche; Je me sens motivée, car j'ai une fille, une belle fille, 5 petites filles et toutes les autres; Je fais partie d'une asso du réseau FNSF et suis accompagnante de femmes victimes de violences conjugales...

3. Avez-vous suivi une autre formation de #NousToutes ? (Plusieurs réponses possibles)

54,4% Oui, j'ai suivi la formation "Culture du viol"

40,7% Non, je n'ai pas suivi d'autres formations

21% Oui, j'ai suivi la formation "Eduquer à la non-violence"

19,9% Oui, j'ai suivi la formation "Histoire des violences sexistes et sexuelles"

4. Est-ce que vous recommanderiez ces formations à d'autres personnes ?

89,9% Oui, tout à fait

9,7% Oui, plutôt

0,4% Non, plutôt pas

0% Non, pas du tout

5. Parmi ces propositions, lesquelles caractérisent le mieux, selon vous, les formations #NousToutes ?⁵⁹

Elles sont utiles

91,8% Oui, tout à fait d'accord 8,2% Oui, plutôt d'accord 0% Non, plutôt pas d'accord 0% Je ne sais pas

Elles donnent confiance en soi

42,1% Oui, tout à fait d'accord 44,6% Oui, plutôt d'accord 6,6% Non, plutôt pas d'accord 6,2% Je ne sais pas

⁵⁹ Les occurrences non écrites sont à 0%.

Elles sont instructives

89,2% Oui, tout à fait d'accord 10,8% Oui, plutôt d'accord 0% Non, plutôt pas d'accord 0% Je ne sais pas

Elles donnent matière à réflexion

80,4% Oui, tout à fait d'accord 18% Oui, plutôt d'accord 1,2% Non, plutôt pas d'accord 0% Non, plutôt pas d'accord 0% Je ne sais pas

6. Qu'avez-vous ressenti juste après la(les) formations(s) ? (Plusieurs réponses possibles)

72,6% Je me suis senti.e équipé.e / outillé.e pour aider les victimes

61,7% J'ai ressenti une forte envie d'agir

48,4% J'ai éprouvé un sentiment de communauté avec #NousToutes et les personnes formées

34% Je me suis senti.e plus fort.e

27,6% J'ai été sous le choc des informations données

23,9% J'ai eu l'impression d'ouvrir les yeux sur les violences

5,3% Je me suis senti.e découragé.e

3,9% Je n'ai rien ressenti de particulier

Autres: J'ai mis des mots sur les violences que je vivais; J'ai mis des mots sur ce qu'il m'est arrivé et ça m'a montré des possibilités de recours; J'ai mis des mots sur les propres violences que j'ai subies; Cette formation a été une étape importante pour ma reconstruction; J'ai réussi à mettre des mots sur des situations et comportements vécus ou dont j'ai été témoin, ce qui aide à mieux les comprendre; Un peu bouleversée et triste; J'ai dû prendre du temps pour me remettre de mes émotions; J'ai passé en revue tous les couples qui m'entourent; Au départ un peu abattue mais je me suis ensuite sentie plus forte; J'ai voulu hurler "COMMENT RENDRE CETTE FORMATION OBLIGATOIRE A TOUT LE MONDE ENTIER ?!!"; Cela a engendré d'autres questions; Beaucoup de questionnements en tant qu'homme voulant partager avec d'autres hommes, sans que ces derniers soient dans une posture du type "on ne peut plus rien dire/faire" ou de se victimiser. Je pense que la formation se combine bien avec des approches du type CNV afin de rester dans le dialogue avec des hommes et pas dans le rapport de force, qui ne servirait à pas grand-chose...

7. Aviez-vous déjà des connaissances sur les violences sexistes et sexuelles avant de suivre la(les) formation.s #NousToutes ?

39,3% Oui, plutôt 35,8% Oui, un peu 14,4% Oui, beaucoup 9,2% Non, assez peu

1,3% Non, pas du tout

Si oui, avant ces formations, quelles ont été vos sources de connaissances sur les violences sexistes et sexuelles ? (Plusieurs réponses possibles)

74% Les médias (presse, podcast, radio, documentaire...)

62,5% Les réseaux sociaux en général

56,5% Les livres

54,8% Les discussions avec mes ami.e.s

54,6% Les réseaux sociaux de #NousToutes

49% Les autres associations féministes

20,9% Les discussions avec mes camarades de lycée / université

19,4% Les discussions avec mes collègues de travail

16,1% Les discussions avec ma famille

11,1% Les cours ou sensibilisations à l'université

3,3% Les cours ou sensibilisations au collège/lycée

Pouvez-préciser vos sources de connaissances sur les violences sexistes et sexuelles ?

Occurrences les plus fréquentes (qui renvoient à une source précise) :

(80) Le podcast « Les couilles sur la table » de Victoire Tuaillon

(36) Le podcast « Un podcast à soi » de Charlotte Bienaimé

(24) Le podcast « Et peut-être une nuit » de Charlotte Pudlowski

(24) Les travaux de la psychiatre Muriel Salmona

- Le sexisme : une affaire d'hommes de Valérie Rey-Robert, Pour elles toutes de Gwenola Ricordeau, le podcast Les couilles sur la table de Victoire Tuaillon, Mediapart, les comptes Twitter de nombreuses militantes féministes (Caroline de Haas, Rokhaya Diallo, Daria Marx, Lénaïg Bredoux...).
- Je suis fonctionnaire de police et intéressée par le sujet depuis mes études de droit. Je lis beaucoup d'études et de livres sur le sujet.
- Les cours, c'est un des nombreux sujets que l'on aborde car je suis en formation d'éducateur spécialisé. Le livre, ça a commencé par celui sur le clitoris de Julie Azan. Les discussions en famille, c'est notamment avec ma maman qui suit des formations via son travail. Les discussions entre ami(e)s, c'est surtout quand un quelqu'un entend/lit un fait de violence dans des médias/réseaux sociaux/cours (donc assez souvent).
- Recherche en tant qu'intervenante théâtre forum sur les inégalités discriminations entre hommes et femmes, recherche sur réitération des violences dans les classiques littéraires comme L'Illiade et L'Odyssée et Olivia Gazalée La mythe de la virilité, un piège pour les deux sexes.
- Témoignages / fanzines infokiosque (net) / des bouquins de réappropriation qui mettent en exergue les violences (ex: JOUIR en quête de l'orgasme féminin, qui revisite le rapport au corps et donc aux autres) / une SUPER installation qu'il y avait à un festival féministe Clito'Rik à Trégunc (une boîte à laquelle sont reliés pleins de téléphones que

- l'on peut saisir afin d'écouter des témoignages de femmes qui se sont faites agresser en soirée)
- Surtout les podcasts (*Les couilles sur la table, La poudre*), les livres (*King Kong Théorie* et autres) et des comptes instagram féministes (Mécréantes, Olympereve, Orgasme_et_moi, Noustoutes....)
- Sources qui me viennent à l'esprit : Documentaires : Sexe sans consentement, Féminicides ; Podcast : Enquête disclose violences sexuelles dans le sport, Yesss, Les couilles sur la table, Un podcast à soi, Violé.e.s (France Culture) ; Livres : Valérie Rey-Robert
- Pas de sources très précises, quand on commence à s'y intéresser on distingue beaucoup d'exemple de violence et aussi de lutte autour de nous
- Non c'est non manuel d'auto-défense à l'intention des femmes qui en ont marre de se faire emmerder; Le podcast Les couilles sur la table; Le podcast Un podcast à soi; La série de podcasts Intime & politique; Le travail d'autodéfense féministe de l'association Faire Face à Toulouse et de l'association Riposte à Marseille; Le travail d'éducation communautaire fait dans les groupes féministes sur Facebook; l'Observatoire des inégalités; Les page Facebook du type Paye ta schneck
- D'abord les récits de femmes, mes expériences, puis les groupes non-mixtes, puis les livres féministes, et maintenant la presse.
- DIU Sante sexuelle Paris 7, mon travail d'éducatrice et praticienne en santé sexuelle, des podcast *Les couilles sur la table, Un podcast à soi*, DIU Etudes sur le genre Rennes 2, des livres sur ce sujet

8. Avez-vous déjà été victime de violences (physiques, verbales, psychiques, sexuelles) au cours de votre vie ?

6,3% Très fréquemment

28,8% Plutôt fréquemment

37,9% Plutôt pas fréquemment

18,4% Pas du tout fréquemment

5,9% Jamais

1,6% Je ne sais pas

1,1% Je ne souhaite pas répondre

9. Avez-vous déjà été victime de harcèlement sexuel ou d'agressions sexuelles dans le cadre de votre travail ou de vos études ?

1,6% Très fréquemment

8,7% Plutôt fréquemment

21,9% Plutôt pas fréquemment

20,2% Pas du tout fréquemment

43,7% Jamais

4,8% Je ne sais pas

0,8% Je ne souhaite pas répondre

10. A propos de votre premier rapport sexuel : diriez-vous que celui-ci était désiré ?

52,4% Oui, tout à fait

23,3% Oui, plutôt

8,5% Non, plutôt pas

7,6% Non, pas du tout

8,2% Pas concerné.e

11. Au cours de votre vie, avez-vous déjà ressenti une pression de la part d'un partenaire pour avoir un rapport sexuel ?

41,4% Oui, tout à fait

24,8% Oui, plutôt

12,5% Non, plutôt pas

14,5% Non, pas du tout

2% Je ne sais pas

4,8% Je ne souhaite pas répondre

Si oui, est-ce que cela est arrivé?

9,1% Avec votre partenaire actuel

76,8% Avec un ou plusieurs de vos anciens partenaire(s)

12% Les deux

0,3% Je ne sais pas

1,8% Je ne souhaite pas répondre

Si oui, est-ce que cela est arrivé?

14,1% Une fois

79,1% Plusieurs fois

2,9% A chaque fois

3,3% Je ne m'en souviens plus

0,7% Je ne souhaite pas répondre

12. Avez-vous déjà eu l'impression d'avoir des rapports sexuels alors que vous n'aviez pas envie, même sans ressentir de pression directe de votre partenaire (actuel ou passé) ?

35,7% Oui, tout à fait

29,2% Oui, plutôt

13,8% Non, plutôt pas

13,3% Non, pas du tout

2,2% Je ne sais pas

5,8% Je ne souhaite pas répondre

Si oui, est-ce que cela est arrivé?

12,7% Avec votre partenaire actuel

65,9% Avec un ou plusieurs de vos anciens partenaire(s)

19,8% Les deux

0,5% Je ne sais pas

1,1% Je ne souhaite pas répondre

Si oui, est-ce que cela est arrivé?

7,5% Une fois

87,4% Plusieurs fois

1,4% A chaque fois

3,3% Je ne m'en souviens plus

0,4% Je ne souhaite pas répondre

13. Parmi les sujets abordés dans les formations, quels sont les plus importants pour vous dans votre vie personnelle et/ou professionnelle ? (Trois réponses maximum)

?

61% Les mécanismes des violences

58,1% Que dire à une femme victime?

49,7% Les différents types de violences et leur caractérisation

49,6% Savoir accompagner et orienter une victime

39,3% Comment détecter les violences ?

35.2% Les chiffres clés des violences

33,5% Les idées reçues sur le viol

26,4% Les procédures et les sanctions

25,7% Le trouble de stress post-traumatique

23,8% Le cycle des violences conjugales

14. Sur quels sujets auriez-vous aimé en apprendre davantage ? (Jusqu'à trois choix possibles)

50,9% Savoir accompagner et orienter une victime

46% Le trouble de stress post-traumatique

38,2% Comment détecter les violences ?

24,1% Que dire à une femme victime?

22,9% Les procédures et les sanctions

23% Les mécanismes des violences

14,6% Les idées reçues sur le viol

13,9% Le cycle des violences conjugales

11% Les différents types de violences et leur caractérisation

5,3% Les chiffres clés des violences

15. De façon générale, pensez-vous que les informations données lors des formations #NousToutes peuvent contribuer à prévenir les violences...

Au travail

62,5% Oui, tout à fait

33,1% Oui, plutôt

2,6% Non, plutôt pas

0% Non, pas du tout

1,8% Je ne sais pas

Au lycée / à l'université

56,7% Oui, tout à fait

33,3% Oui, plutôt

6,2% Non, plutôt pas

0% Non, pas du tout

3,8% Je ne sais pas

Dans votre famille

50,1% Oui, tout à fait

33,5% Oui, plutôt

10,9% Non, plutôt pas

2% Non, pas du tout

3,5% Je ne sais pas

Dans votre vie sentimentale et/ou sexuelle

64,3% Oui, tout à fait

27,8% Oui, plutôt

4,2% Non, plutôt pas

1,8% Non, pas du tout

1,9% Je ne sais pas

Dans l'espace public (transport, rue...)

54,6% Oui, tout à fait

33,4% Oui, plutôt

9,5% Non, plutôt pas

0,7% Non, pas du tout

1,8% Je ne sais pas

16. Est-ce que les informations données lors des formations #NousToutes vous ont permis de réaliser que vous avez été vous-même témoin de violences...

Au travail

18,4% Oui, tout à fait

24% Oui, plutôt

23,7% Non, plutôt pas

25,5% Non, pas du tout

8,4% Je ne sais pas

Au lycée / à l'université

18,5% Oui, tout à fait

25,3% Oui, plutôt

25,3% Non, plutôt pas

21,7% Non, pas du tout

9,2% Je ne sais pas

Dans votre famille

17,1% Oui, tout à fait

19,9% Oui, plutôt

26,3% Non, plutôt pas

30,1% Non, pas du tout

6,6% Je ne sais pas

Dans votre vie sentimentale et/ou sexuelle

21,4% Oui, tout à fait

23,4% Oui, plutôt

23,6% Non, plutôt pas

25,3% Non, pas du tout

6,3% Je ne sais pas

Dans l'espace public (transport, rue...)

36,7% Oui, tout à fait

30,4% Oui, plutôt

15,1% Non, plutôt pas

12,9% Non, pas du tout

4,9% Je ne sais pas

17. Est-ce que les informations données lors des formations #NousToutes vous ont permis de réaliser que vous avez été vous-même victime de violences...

Au travail

12,7% Oui, tout à fait

15,6% Oui, plutôt

26,7% Non, plutôt pas

38,6% Non, pas du tout

6,4% Je ne sais pas

Au lycée / à l'université

10,6% Oui, tout à fait

15,3% Oui, plutôt

29,8% Non, plutôt pas

37% Non, pas du tout

7,3% Je ne sais pas

Dans votre famille

12,3% Oui, tout à fait

13,2% Oui, plutôt

25,5% Non, plutôt pas

43,7% Non, pas du tout

5,3% Je ne sais pas

Dans votre vie sentimentale et/ou sexuelle

24,4% Oui, tout à fait

26,7% Oui, plutôt

19,2% Non, plutôt pas

25,7% Non, pas du tout

4% Je ne sais pas

Dans l'espace public (transport, rue...)

31,4% Oui, tout à fait

27% Oui, plutôt

17,2% Non, plutôt pas

21,3% Non, pas du tout

3,1% Je ne sais pas

18. Est-ce que les informations données lors des formations #NousToutes vous ont permis de réaliser que vous avez été vous-même auteur.e de violences...

Au travail

1,1% Oui, tout à fait

2,5% Oui, plutôt

18,7% Non, plutôt pas

72,9% Non, pas du tout

4,8% Je ne sais pas

Au lycée / à l'université

1,2% Oui, tout à fait

4,2% Oui, plutôt

18,7% Non, plutôt pas

70,5% Non, pas du tout

5,4% Je ne sais pas

Dans votre famille

1,4% Oui, tout à fait

5% Oui, plutôt

18,6% Non, plutôt pas

70,6% Non, pas du tout

4,4% Je ne sais pas

Dans votre vie sentimentale et/ou sexuelle

1,8% Oui, tout à fait

8,5% Oui, plutôt

20,1% Non, plutôt pas

64,7% Non, pas du tout

4,9% Je ne sais pas

Dans l'espace public (transport, rue...)

1% Oui, tout à fait 2% Oui, plutôt 17,7% Non, plutôt pas 75,5% Non, pas du tout 3,8% Je ne sais pas

19. Est-ce que les informations données lors des formations #NousToutes vous ont incité à réfléchir à ces notions dans votre vie sentimentale et/ou sexuelle (passé ou actuelle) ?

Le dialogue

51,3% Oui, tout à fait 32,6% Oui, plutôt 8,6% Non, plutôt pas 5,6% Non, pas du tout 1,9% Je ne sais pas

Les violences physiques

37,6% Oui, tout à fait 27,8% Oui, plutôt 18% Non, plutôt pas 14,3% Non, pas du tout 2,3% Je ne sais pas

Les violences psychologiques

49,9% Oui, tout à fait 32% Oui, plutôt 9,2% Non, plutôt pas 7,3% Non, pas du tout 1,6% Je ne sais pas

Le consentement aux actes sexuels

59,8% Oui, tout à fait 26% Oui, plutôt 6,7% Non, plutôt pas 6% Non, pas du tout 1,3% Je ne sais pas

Le désir dans la vie sexuelle

51,3% Oui, tout à fait 28% Oui, plutôt 12,2% Non, plutôt pas 6,9% Non, pas du tout

1,6% Je ne sais pas

Le plaisir dans la vie sexuelle

45,6% Oui, tout à fait

26,1% Oui, plutôt

16,6% Non, plutôt pas

9,8% Non, pas du tout

1,9% Je ne sais pas

20. Diriez-vous que, à la lumière de ces formations, vous portez un regard différent sur votre vie PASSÉE ?

Votre vie sentimentale et/ou sexuelle

33,9% Oui, tout à fait

33,3% Oui, plutôt

20,3% Non, plutôt pas

10,1% Non, pas du tout

2,4% Je ne sais pas

Vos relations avec vos camarades de lycée / université

20,3% Oui, tout à fait

25,7% Oui, plutôt

32,2% Non, plutôt pas

17% Non, pas du tout

4,8% Je ne sais pas

Vos collègues

18,6% Oui, tout à fait

26% Oui, plutôt

31,1% Non, plutôt pas

19,5% Non, pas du tout

4,8% Je ne sais pas

Vos ami.e.s

23,3,% Oui, tout à fait

28,1% Oui, plutôt

28,3% Non, plutôt pas

17,9% Non, pas du tout

2.8% Je ne sais pas

Votre famille

22,3% Oui, tout à fait

25% Oui, plutôt

29,3% Non, plutôt pas

20,5% Non, pas du tout

2,9% Je ne sais pas

21. Diriez-vous que, à la lumière de ces formations, vous portez un regard différent sur votre vie ACTUELLE ?

Votre vie sentimentale et/ou sexuelle

35,7% Oui, tout à fait

29,6% Oui, plutôt

20% Non, plutôt pas

12,8% Non, pas du tout

1,9% Je ne sais pas

Vos relations avec vos camarades de lycée / université

20,7% Oui, tout à fait

17,5% Oui, plutôt

29,9% Non, plutôt pas

23,9% Non, pas du tout

8% Je ne sais pas

Vos collègues

24,4% Oui, tout à fait

26,7% Oui, plutôt

25,6% Non, plutôt pas

18,5% Non, pas du tout

4,8% Je ne sais pas

Vos ami.e.s

26,7% Oui, tout à fait

28,4% Oui, plutôt

25,9% Non, plutôt pas

17% Non, pas du tout

2% Je ne sais pas

Votre famille

25,8% Oui, tout à fait

26,6% Oui, plutôt

24,6% Non, plutôt pas

20,5% Non, pas du tout

2,5% Je ne sais pas

22. Souhaitez-vous apporter des compléments sur l'impact de ces formations dans votre vie ? (Question non obligatoire – 369 réponses)

L'impact sur la vie sentimentale et/ou sexuelle :

- Cela m'a fait continuer de réfléchir à mes relations sexuelles après mon accouchement où je me suis quelques fois un peu forcée sans en avoir envie avant. Et sur plus de respect envers mon propre corps et mes envies, plus de dialogue avec mon conjoint sur ses envies aussi.
- Grâce aux formations mais plus généralement grâce à tout ce que j'ai (et un peu mon conjoint) lu et écouté, et de longues heures de débat, nous avons déconstruit et reconstruit pas mal de choses dans notre relation notamment dans les rapports sexuels. Le travail n'est pas fini, mais on avance bien vers quelque chose de beaucoup plus satisfaisant pour nous deux.
- Pour l'anecdote, le lendemain de la 1ere formation NousToutes que j'ai suivie où j'ai découvert les agissements sexistes au travail, le lendemain matin j'ai parlé de ma "joie" d'avoir suivi cette formation à mon compagnon. Et lui m'a rembarrée (un militant tellement utopique que les actions de terrain ne valent jamais le coup), qu'il s'en est suivi une dispute, car j'en avais marre qu'il me donne son avis sur ce qui m'intéresse moi, et ça a été le début de la fin de notre relation (de 10 ans, avec son lot de trahisons de sa part...) . Du coup Noustoutes a une place particulière dans ma vie. Puisque j'ai décidé de stopper une relation toxique où je manquais de respect et de soutien. Depuis je suis nettement plus heureuse!...Comme quoi l'impact des formations peut aller audelà de ce qu'on peut imaginer!
- Elles m'ont permis de prendre plus encore conscience d'à quel point...j'étais dans une relation sentimentale merveilleuse depuis le début car je n'ai jamais été forcée à faire quoi que ce soit, et qu'il y a une véritable égalité dans mon couple. Prendre pleinement conscience de ça au regard des expériences d'autres personnes c'est aussi très bien à mon avis. Je pense que c'est bien que des formations nous fassent prendre conscience qu'il y a des choses positives dans notre vie, sans toujours se concentrer sur les choses négatives qu'on découvre.

La reconnaissance du statut de victimes de violences sexuelles :

- Le fait de voir écrit noir sur blanc les définitions et les mécanismes des violences m'a aidée à changer le récit des violences que j'avais vécues. On a beau savoir que c'est systémique, là, je l'ai vraiment intégré, et je crois que ça a produit en moi une sorte de "ah ouais vraiment, ce n'était pas de ma faute". Depuis, mes relations amoureuses sont saines (avant je reproduisais le schéma toxique), quelque chose a fini de se guérir en moi (la formation arrive au terme d'un long processus de thérapie et travail sur moi). L'impact a été très puissant!
- Ces formations m'ont confirmé ce que je savais déjà. J'ai été victime et c'était grave. Ça m'a permis de m'affirmer par rapport à ça alors que mon entourage et les services de police, pompiers et médicaux me faisaient douter. Grâce à la formation j'ai su que je n'étais pas seule et que je n'étais pas folle. Les faits étaient réels, graves, et ce n'était pas de ma faute.
- J'ai réalisé dans ma vie personnelle que ce que je prenais pour de simples agressions étaient en réalité des "viols" et dans le travail que des personnes pouvaient être violentes sans que cela soit repéré par la hiérarchie.

- Les formations Nous Toutes font partie, pour moi, d'un cheminement féministe depuis plusieurs années, je ne pense pas que c'est seulement elles qui m'ont ouvert les yeux mais elles en font partie c'est certains. Spécialement sur la connaissance technique des violences (chiffres, procédures, comment réagir avec une victime) et surtout elles m'ont aidée car depuis ces formations j'ai été moi-même victime, malgré toutes mes connaissances du sujet et ça m'a aidée à savoir que j'étais une victime. Et ça c'est très très important. Merci encore. Continuez, on a besoin de vous.
- Les notions abordées sont venues conforter mes intuitions par rapport à un passé récent de violences conjugales.
- Ces formations m'ont permis de mettre les bons mots sur ce qu'il m'est arrivé au lycée, un de mes cousins éloigné m'a violée et je n'avais jamais compris que c'était un viol parce que le viol représentait autre chose pour moi.
- J'ai pris conscience avoir été victime de violences dans le cadre familial. J'avais déjà conscience que j'avais été victime de violences dans une précédente relation amoureuse, mais la formation Nous Toutes a renforcé cette conscience et confirmé mes ressentis.
- Cela a précisé des choses que je savais déjà, en particulier en ce qui concerne le cadre juridique (au travail, et donc ça m'a aidée à me défendre). Cela m'a éclairée avec d'autres sources d'info concernant ma vie de couple de l'époque. Cela m'a aidée à poser les mots concernant une agression sexuelle que j'ai subie enfant (je crois) tout en m'aidant à réfléchir au contexte (incestueux) de la famille élargie, mais je travaillais par ailleurs sur la question en thérapie. Ça entrait en congruence avec un ensemble de lectures féministes pour une interprétation globalement sociale de ces difficultés.
- J'ai enfin compris ce qu'était un viol, toutes les formes qu'il pouvait prendre et ça m'a énormément aidé à accepter ce que j'ai vécu. J'ai eu l'impression d'avancer vraiment et je me sens beaucoup plus légitime et forte pour dire « non ».
- Je reçois à 52 ans des informations qui m'auraient été bien utiles étant petite lorsque j'ai été plusieurs fois victime de violences.
- Sur l'acceptation que j'ai moi-même été victime de viol et prendre conscience que je suis victime et non responsable
- Je souhaite continuer ma lutte en tant que victime de violences psychologiques, physiques et sexuelles. Je souhaite continuer à partager et informer les personnes dans mon entourage et au travail des conséquences des violences et d'abus sexuels dont j'ai été victime car ça détruit notre vie et la reconstruction est très longue mais bénéfique malgré les moments de douleur, le stress post traumatique, les hauts et les bas successifs.

L'aide à l'action pour entamer des démarches juridiques :

- Elles m'ont aidée à aller porter plainte et connaître mes droits, savoir que la gendarmerie est obligée de prendre la plainte etc. Elles m'ont donné le courage de rappeler la loi à un gendarme qui me disait que ce qui est du harcèlement de rue n'était pas un délit mais juste de la drague.
- Je suis plus motivée dans mes démarches de plainte juridique.

- Grâce aux formations j'ai découvert mes droits et cela m'a aidé dans ma plainte pour viols. J'ai découvert la culture du viol et grâce aux différents livres conseillés je continue de me former aux violences exercées sur les femmes. Merci pour votre travail, ceci devrait être étudié dans les écoles.
- 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. Ça m'a donné cette force. Merci infiniment.
- 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.

L'aide pour accompagner personnellement des victimes de violences :

- La formation m'a aidée à intervenir de façon bienveillante et non intrusive auprès de deux amies, pour l'une suite à un viol, pour l'autre suite à des violences conjugales cycliques. Sans la formation, j'aurais été perdue et paniquée. Là j'ai pu aider de façon pragmatique, j'ai eu l'impression d'une forme d'agentivité dont ce genre d'événements semblent toujours nous priver. La formation m'a aussi aidée à réfléchir sur moi-même et à prendre la mesure de certains traumas passés que je minimisais ou occultais. J'ai commencé une thérapie peu de temps après la formation et j'en suis bien contente.
- Je suis très heureuse d'avoir suivi cette formation car peu de temps après une amie proche m'a confié avoir été victime de viol et j'ai su quoi dire, être à l'écoute, alors que d'autres ont eu les mauvais mots pour elle. Donc je vous en remercie beaucoup.
- A l'issue de la formation, j'ai compris qu'une de mes meilleures amies était victime de violences conjugales. Je ne l'avais pas compris avant de suivre les formations. Alors que nous sommes toutes les deux très instruites, et renseignées, et féministes. Je lui en ai parlé, et après de nombreuses semaines très douloureuses, elle a fini par réussir à quitter son compagnon. Je ne vous remercierai jamais assez pour ça !! (Depuis, elle a également suivi vos formations.)
- Les formations m'ont aidée à apporter de l'aide à une amie victime de violences que ce soit sur le plan psychologique autant que juridique.

L'aide pour accompagner professionnellement des victimes de violences :

- Je pense que j'étais déjà assez au clair sur les violences que j'ai subies ou dont j'ai pu être témoin. 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.
- Ça contribue à améliorer ma réponse de professionnel face à une victime, et d'apporter des compléments dans les sensibilisations que j'effectue.
- Le côté très pratique vivant et pertinent de vos informations est un bon outil pour moi dans le cadre des 2 jours de théâtre forum que j'anime dans 3 lycées professionnels différents dans l'année auprès de jeunes (beaucoup de filles) de 15/17ans, en leur transmettant le nom de votre asso et site, avec l'espoir que le travail de réflexion et prévention continue. Merci beaucoup à vous de toute cette belle énergie constructive !
- 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.
- Meilleur accueil de la parole des élèves, meilleures médiations entre filles et garçons au lycée, plus grande vigilance face aux "petites agressions" anodines ("violence ordinaire"), relever systématiquement toute remarque déplacée du type "et en plus elle est jolie" ou "cours comme un homme" etc ... au lieu de juste serrer les dents.
- Cela contribue à améliorer ma réponse de professionnel face à une victime, et d'apporter des compléments dans les sensibilisations que j'effectue.
- Merci beaucoup pour ces formations, mine de rien cela m'a renforcée et je relis parfois les présentations si j'ai un doute. Comme je me suis mise à mon compte en tant qu'historienne de l'art, spécialisée sur les représentations des violences, cela m'aide à trouver les bons mots et ça m'incite à ne pas lâcher.

L'aide à la prévention des violences :

- C'est vraiment d'une importance colossale pour sentir un mouvement général, qui a un effet fédérateur. Cela amène à se questionner sur l'éducation des enfants, l'éducation au respect de son corps, de son potentiel, de son plaisir et comme le disent beaucoup de psys c'est très tôt que cela doit se faire.
- J'ai l'impression d'être beaucoup plus sensible aux signes possibles de violences.
- Dans ma précédente entreprise, j'étais déjà consciente de certaines actions de collègues hommes envers les collègues femmes, que j'avais remonté à la direction, mais je ne savais pas comment les qualifier. Les formations #NousToutes m'ont permis de savoir cela et désormais je saurais avec plus de précision comment en parler et j'en discute autour de moi pour que les gens s'informent.
- Merci pour ces formations très pédagogues dont les infos clés m'ont permis de mieux intégrer le consentement à chaque niveau de ma vie : pro comme perso. Et j'ai également convaincu mon partenaire mais aussi plusieurs membres de ma famille de suivre vos formations ce qui a engendré des dialogues très constructifs et positifs.
- Cette formation me semble importante pour mettre des mots sur ce qu'on a vécu ou vu et pour reconnaître les violences et pouvoir aider un minimum ensuite. Bien qu'on ait souvent entendu ces mots (harcèlement sexiste et/ou sexuel, agression sexuelle, viol etc...) on ne sait pas forcément à quoi ça correspond dans le détail, donc c'est moins facile de les reconnaître surtout quand autour de nous, les gens ont l'habitude de minimiser la violence.
- Je suis plus attentive à ce que me disent mes ami·e·s sur leur vie de couple.
- C'est plutôt comme un prisme mieux aiguisé, une sensibilité plus grande à ce que je vois autour de moi (médias, espace public, fictions, histoires rapportées ...). Cela m'aide à avoir plus d'étayage pour regarder ces phénomènes non pas isolément mais comme un élément d'un ensemble.
- J'ai trouvé que les formations étaient formidables pour "enfoncer le clou". Mais surtout ce qu'elles m'ont apporté c'est la connaissance juridique. Je trouve que c'est vraiment le point de bascule : une fois qu'on connaît la loi, on ne peut plus parler de "zone grise". La découverte des textes de lois, des devoirs des employeurs et des sanctions encourues a vraiment changé mon rapport aux violences. C'est beaucoup

plus clair et limpide, je me sens beaucoup mieux armée. Et je trouve les quizz super, pour se rendre compte de ce qui relève de la drague et de ce qui relève du harcèlement. Cela permet de clarifier totalement des situations où, je pense, une grande majorité des femmes / personnes victimes continuent de se demander si elles exagèrent face au "mec relou".

- J'ai ouvert les yeux et je vois beaucoup plus les discriminations partout (pubs, relations couples, travail, famille, faits divers, langages...)
- Elles ont renforcé mes acquis et je les conseille régulièrement autour de moi. Je viens d'ailleurs de faire un envoi mail à tou.te.s les étudiant.e.s de mon école pour leur en donner le lien d'inscription!
- Je n'ai pas les mots, je suis très reconnaissante pour ces formations qui nous ouvrent les yeux, nous poussent à nous remettre en question et notre rapport aux autres, et créent un si beau sentiment de sororité <3
- Je pense qu'elles sont cruciales et devraient être la norme : tant qu'on ne connaît pas l'ampleur de ces violences, les conséquences qu'elles peuvent avoir, ni savoir les catégoriser (différences entre agression sexuelle, viol, etc.), il est trop compliqué de lutter contre. Avec les connaissances que m'ont apporté NousToutes (formations mais aussi sur les réseaux sociaux et avec le livre récemment sorti de Caroline De Haas), je me sens prête à affronter les discours sexistes de certain.e.s collègues, que je n'arrivais pas à contrer efficacement auparavant.
- Les cas pratiques, les mises en situation, avoir des phrases d'approche types pour amorcer l'accompagnement d'une victime, ou intervenir pendant une agression et pour la stopper, sont les éléments qui ont le plus d'impact pour moi. Du concret pour se mettre en action et se sentir armée, après le choc des chiffres clés...
- Merci, le fait d'avoir des données chiffrées permet vraiment d'argumenter sur des bases solides en repas de familles / soirées avec les amis... et aussi de détecter les petites phrases et autres pas forcément volontaires qui renforcent la culture du viol et permet d'intervenir en montrant le problème de ce genre de réflexions.
- Je me suis rendue compte que peu de personnes autour de moi avaient de réelles connaissances sur les violences sexistes et sexuelles. Grâce à la formation NousToutes, je peux contredire les idées reçues et être plus vigilante à ces violences.

L'aide à l'action pour militer sur le sujet :

- Ça m'a donné envie de suivre une formation de 2 jours avec l'association Stop aux violences sexuelles et de lire des ouvrages sur ces sujets pour être vraiment outillée, et ça a nourri mon projet d'exposition artistique (prévue pour octobre dans la Drôme, Le cri de la vulve ça s'appelle). Je me sens personne ressource sur ces questions désormais.
- Cela m'a donné envie de m'engager... Maintenant je suis formatrice NousToutes. Merci pour tout !
- Participation avec le collectif #NousToutes à l'opération de distribution de sacs à pain avec les violentomètres.

II – LA SYNTHESE DES ENTRETIENS

Annie

34 ans, sans emploi, Ille-et-Vilaine

Dans une relation amoureuse depuis 5 mois sans cohabitation.

Victime de violences psychologiques de la part de son père. N'a plus de contact avec ce dernier depuis 3 ans.

A suivi les formations « Violences sexistes et sexuelle » niveau 1 et 2 et « Culture du viol ».

Avis sur les formations #NousToutes

Ce qui me semble bien dans cette formation, c'est que cela reste très factuel, l'approche est imparable. Cela permet d'avoir un regard extérieur systémique sur la société et de faire le lien avec les violences que l'on vit de manière intime. Caroline De Haas est très forte pour mettre de l'humour dans ces formations.

A la suite, je me suis engagée pour devenir formatrice moi-même pour #NousToutes. Je me suis dit « si ça a autant d'impact que pour moi – même si c'est seulement 3 personnes – ça vaut le coup ». Ma mère a suivi la formation que j'ai animé et m'a dit : « Concernant les violences psychologiques, ça me fait penser à tu-sais-qui. Vous êtes une génération qui ne laisse plus rien passer et vous avez bien raison ». Cette réaction m'a beaucoup touchée.

Impact de ces formations dans la vie en général

J'ai mis des mots sur les propres violences que j'ai subies. Cette formation a été une étape importante de ma reconstruction, elle m'a permis de comprendre que, ce que j'avais vécu, c'était de la violence psychologique. L'impact de cette formation a été très puissant!

Le fait de voir écrit noir sur blanc les définitions et les mécanismes des violences m'a aidée à changer le récit des violences que j'avais vécues. La définition de l'ONU qui met les violences psychologiques au même niveau que les violences sexuelles ou physiques m'a permis de ne pas dénigrer l'intensité des violences psychologiques que j'avais vécues. On a beau savoir que c'est systémique, là, je l'ai vraiment intégré, et je crois que ça a produit en moi une sorte de « ah oui vraiment, ce n'était pas de ma faute ». Il y a une partie de moi qui savait tout ça et une partie de moi un peu inconsciente et traumatisée qui n'en avait pas conscience. Dans les semaines qui ont suivi la formation, la partie de moi rationnelle a pris le dessus et a compris l'autre partie de moi traumatisée qui me mettait dans des situations qui n'étaient pas les bonnes.

Impact de ces formations dans la vie sentimentale et/ou sexuelle

De fait, depuis que j'ai fait la formation, ça s'est calmé et les choix d'hommes que j'ai fait par la suite ont été bons pour tout le monde. 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.

Quelque chose a fini de se guérir en moi. La formation arrive au terme d'un long processus de thérapie et de travail sur moi. En effet, une thérapie de 2 ans m'a permis de couper les ponts avec mon père et en parallèle, depuis 4 ans, je fais de la danse axée sur l'empouvoirement. C'est un peu de l'art thérapie qui m'a permis de sortir pas mal d'émotions de mon corps.

Cette dernière année, après la formation, j'ai eu des relations où j'ai eu envie de mettre les hommes à l'épreuve du consentement. Même si j'ai couché le premier soir, j'ai verbalisé le fait que peut-être il ne se passerait rien même si on dormait ensemble. La réaction des hommes a été bonne. C'est plus global que #NousToutes mais je me suis posé des questions comme « Pourquoi dans un rapport hétérosexuel le rapport s'arrête quand l'homme éjacule ? ». Je verbalise davantage quand il y a de la gêne ou de la douleur. J'ai aussi plus de facilités à sortir des sex-toys et à montrer que mon plaisir est aussi important que celui de l'autre, qu'il n'y a pas que la pénétration. Cela bouscule certains hommes mais au moins, ça filtre, cela permet de voir si la personne est ouverte ou pas.

Jade

37 ans, enseignante-documentaliste, Vienne
Dans une relation amoureuse depuis 3 mois sans cohabitation.
Victime d'inceste enfant, de violences psychologiques et d'un viol adulte.
A suivi les formations « Violences sexistes et sexuelle » niveau 1 et 2.

Avis sur les formations #NousToutes

J'ai suivi la formation la veille de ses 36 ans au printemps dernier. Je me souviens de la date car c'était l'anniversaire de mon agresseur de quand j'étais petite. J'étais donc dans cette émotion et j'appréhendais un peu cette formation. Je me suis dit 2H30 ça va être long, je craignais aussi le format « visio » et finalement ça s'est très bien passé. Dès l'introduction, j'ai été très rassurée par la formatrice qui a pris le temps de poser le cadre. J'avais peur d'être submergée par mes émotions mais le cadre a permis de mettre la bonne distance. Cela m'a convaincu d'aller au bout de la formation même quand j'ai été pas loin des larmes.

L'élément le plus important pour moi de cette formation a été les mécanismes des violences. Je me suis dit : « ça y'est je comprends enfin ces différentes attitudes ». La définition juridique du viol, je ne l'avais pas non plus et cela m'a aidée à comprendre que j'avais été victime de viol. Dans la formation de niveau 2, le module sur le stress post traumatique a été édifiant pour moi.

Aujourd'hui, ce sujet me tient à cœur, je parle de ce sujet à mes ami.e.s. Dans mon établissement scolaire, je mène des actions sur le plaisir et la sexualité avec l'infirmière. Les élèves aiment beaucoup le ton du blog de Cy léger et libérateur⁶⁰.

Impact des formations dans la vie en général

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. Cette idée de soutien inconditionnel m'a été très utile. Cela m'a également donné de la force pour dénoncer mon agresseur à son syndicat.

⁶⁰ http://maistaistoidonc.blogspot.com/

La première chose que les militants m'ont dit a été « on te croit ». Cela a fait écho en moi, ils ont demandé la démission immédiate de tous ses mandats et 5 jours après je suis allée porter plainte. Avoir le bon vocabulaire pour qualifier les faits m'a aidée quand j'ai porté plainte. Je me suis décidée pour mieux me reconstruire. Malgré la peur du non-lieu, je l'ai fait pour qu'il n'y ait pas d'autres victimes, c'était également pour moi un acte militant.

Impact des formations dans la vie sentimentale et/ou sexuelle

A cause de l'inceste vécu à 10 ans, j'ai été bloquée jusqu'à mes 20 ans. Ces 5 dernières années et particulièrement aujourd'hui depuis la formation, je me suis beaucoup intéressée à la sexualité. Sur le consentement, j'ai appris à dire non et surtout à identifier ce que je veux, où je suis là-dedans. Sur le désir j'ai longtemps répondu à celui de l'homme qui me désirait sans penser au mien. Je suis vraiment plus à égalité dans mon couple aujourd'hui. J'ai découvert le porno féministe comme Erika Lust, on en parle aussi entre copines.

Mon ex a eu double-vie pendant 8 ans. Il y a eu des années sans sexe du fait des deux mais je pensais que j'avais un problème alors que, j'avais juste étouffé mon propre désir. Il ne me caressait jamais, j'ai découvert l'intérêt pour mon clitoris ensuite avec d'autres hommes. Un partenaire m'a fait mon 1^{er} cunnilingus et c'était le meilleur de toute ma vie. Mon partenaire actuel est capable de me faire jouir même si lui se retire et ne va pas jusqu'au bout. J'ai toujours été pas trop timide, toujours été vers l'autre en tentant des choses mais je prends encore plus d'initiatives maintenant.

Myriam

34 ans, chercheuse en chimie, Paris En couple depuis 10 ans.

Pas victime de violences.

A suivi les formations « Violences sexistes et sexuelle » niveau 1 et 2, « Culture du viol », « Histoire des violences sexistes et sexuelles ».

Avis sur les formations #NousToutes

Je suis handicapée motrice, quand j'ai fait la formation pendant le 1^{er} confinement, j'ai eu l'impression d'une vie sociale qui reprenait grâce à cette formation sur Zoom. Je me suis dit que j'en savais déjà pas mal mais c'est un sujet où il faut repasser pour que ça s'imprègne. Cela crée un sentiment de communauté agréable où on sent qu'on est nombreuses. Cela

permet à des gens d'y participer plus facilement et cela se suit très bien à distance. Je pense que c'est un sujet sensible et certaines personnes n'oseraient pas s'y confronter en présentiel. C'est très bien aussi pour les gens comme moi qui ont du mal à se déplacer.

Je me suis inscrite à plusieurs formations #NousToutes et j'ai même acheté le livre « En finir avec les violences sexistes et sexuelles » de Caroline De Haas. J'ai été jusqu'au bout de la démarche puisque j'ai créé un groupe de formations avec des proches sur un format de 1 heure 1 fois par mois par Zoom. J'avais envie de partager tout ça et je suis donc allée jusqu'à

retranscrire le livre à d'autres gens. Cela les a fait beaucoup réfléchir et a permis de mettre les bons mots.

Impact des formations dans la vie en général

Cela m'a fait réfléchir en général - et pas que dans ma vie de couple — à qu'est-ce qu'une relation égalitaire, qu'est-ce qu'une relation avec domination ? Je suis beaucoup à l'hôpital en ce moment et ça m'a fait réfléchir au rapport de domination soignant.e/patient.e. Parfois, les médecins peuvent êtres hyper violents face aux patient.e.s.

Bien connaitre les mécanismes des violences, cela permet également de mieux aider les gens. J'ai pu aider une personne en lui disant que oui c'était normal si sa sœur (victimes de violences conjugales) ne partait pas tout de suite et que cela prenait habituellement du temps. J'ai pu aider ainsi indirectement quelques personnes.

Impact des formations dans la vie sentimentale et/ou sexuelle

Grâce aux formations mais plus généralement tout ce que j'ai (et un peu mon conjoint) lu et écouté, et de longues heures de débat, nous avons déconstruit et reconstruit pas mal de choses dans notre relation notamment dans les rapports sexuels. Le travail n'est pas fini, mais on avance bien vers quelque chose de beaucoup plus satisfaisant pour nous deux. C'est pas encore 100% naturel et comme on aimerait toujours mais la différence c'est que maintenant on en parle tout de suite.

Je me masturbais mais pas hyper fréquemment avant de rencontrer mon compagnon. Il m'a fait prendre conscience de ce qui pouvait me faire plaisir. Il m'a encouragé à me découvrir par moi-même. Ça allait de mieux en mieux, j'arrivais mieux à être détendue surtout, ça devenait plus facile d'avoir un orgasme et d'en profiter à fond. Mais j'ai dû reconstruire ma sexualité avec mon handicap depuis 1 an ½. Je repars un peu de zéro et ça commence à revenir, c'est bien, ça nous force à explorer toutes les zones du corps. Il fait attention à faire des caresses dans la zone où j'ai des sensations, à plus explorer. Cela commence à revenir en termes de sensation au niveau des zones génitales. A l'hôpital, on ne parle jamais sexualité sauf une personne qui m'a conseillé de consulter un neuro-sexologue. Ils se concentrent sur la motricité et le fait de pouvoir remarcher.

Madelaine

42 ans, responsable administrative et financière d'une recyclerie et artiste, Drôme Célibataire, a rompu avec le partenaire avec qui elle était depuis 10 ans suite à la formation. Se questionne sur le fait d'avoir fait une amnésie traumatique suite à une éventuelle violence sexuelle lorsqu'elle avait 10 ans.

A suivi les formations « Violences sexistes et sexuelles » niveau 1 et 2 et « Culture du viol ».

Avis sur les formations #NousToutes

Suivre cette formation s'inscrivait pour moi dans une démarche plus globale féministe et artistique. En décembre 2019, j'ai fait des insomnies créatives suite à une furie contre le

patriarcat. J'ai imaginé 40 installations féministes. J'ai aussi suivi cette formation dans un but documentaire pour mes projets artistiques.

C'était une opportunité pendant le confinement alors que j'étais coincée chez moi. J'ai été hyper impressionnée par le nombre qu'on était, je me suis sentie reliée à quelque chose. C'était assez fort. J'ai aimé ce format court à suivre chez soi qui s'intercale dans la vie quotidienne. J'ai été marquée par la clarté des propos. L'emploi des termes en nommant « le viol », « l'agression sexuelle » et toutes les définitions juridiques. J'ai découvert que les blagues sexistes au « taf » n'étaient pas autorisées, ça m'a donné une assise, oui le sexisme c'est illégal, c'est pas juste culturel. Sur le moment ça ne m'avait pas marquée mais en relisant, j'ai trouvé important l'explication sur la différence entre conflit et violence.

Impact des formations dans la vie en général

Cela a été un déclencheur dans ma vie personnelle pour développer des projets comme une émission de radio féministe. Cela a également nourri mon projet d'exposition artistique « Le cri de la vulve » prévue pour octobre 2021 dans la Drôme. Cela m'a donné aussi envie de suivre une formation de 2 jours (Stop aux violences sexuelles) et de lire des ouvrages sur ces sujets pour être vraiment outillée. Je me sens « personne ressource » sur ces questions désormais.

Impact des formations dans la vie sentimentale et/ou sexuelle

J'ai fait part de mon enthousiasme à mon compagnon. Et lui m'a rembarrée, m'a parlé de justice restauratrice et était dans des propos très utopique. Il ne croit pas aux actions de terrain. Il s'en est suivi une dispute car j'en avais marre qu'il me donne son avis sur ce qui m'intéresse moi, et ça a été le début de la fin de notre relation de 10 ans. #NousToutes a une place particulière dans ma vie puisque j'ai décidé de stopper une relation toxique où je manquais de respect et de soutien. Depuis je suis nettement plus heureuse, comme quoi l'impact des formations peut aller au-delà de ce qu'on peut imaginer!

Avec mon ex, j'ai pas eu d'autre choix que de dire oui à sa « proposition de polyamour » mais c'était d'une violence inouïe. Il avait décidé de ne plus mettre de capote avec ses autres partenaires sans m'en informer et je l'ai ressenti, mon corps m'a donné une alerte.

Aujourd'hui, je m'interroge beaucoup sur le couple, l'affirmation du désir féminin. On a fait une émission de radio sur « être féministe en couple hétérosexuel : est-ce compatible ? ». J'affirme plus mon désir pour des hommes depuis la séparation. Je fais plus le premier pas. Pour la première fois, un homme m'a demandé : « est-ce que je peux t'embrasser ? » et j'ai trouvé ça bien. Aujourd'hui, j'affiche la couleur de suite sur mes désirs.

Corinne

30 ans, étudiante en master handicap, Deux-Sèvres

En couple depuis 8 ans, pacsée, 1 fille de 3 ans. S'est forcée à avoir des relations sexuelles après son accouchement.

A suivi les formations « Violences sexistes et sexuelle » niveau 1 et « Culture du viol ».

Avis sur les formations #NousToutes

Je réfléchis au féminisme depuis que je sais que je suis enceinte d'une fille, dans quel monde elle va grandir, c'est pour ça que j'ai suivi cette formation. J'habite dans « la cambrousse » avec un jeune enfant donc le format en ligne en soirée est bien, il m'a permis d'avoir accès à ce genre de formations.

C'était en direct, c'est pas une vidéo qu'on regarde donc c'était quand même interactif. J'ai envie de suivre d'autres formations #NousToutes cet été.

Impact des formations dans la vie en général

On essaie de faire de la pédagogie auprès de toute la famille sur le consentement de notre fille qui n'est pas obligée de faire la bise à tout le monde. J'ai envoyé le lien de la formation à des copines qui l'ont suivie.

Impact des formations dans la vie sentimentale et/ou sexuelle

Cela m'a fait continuer à réfléchir sur mes relations sexuelles après mon accouchement où je me suis quelques fois un peu forcée. J'ai eu plus de respect envers mon propre corps et mes envies, plus de dialogue avec mon conjoint sur ses envies également. Avant la grossesse, j'étais plus demandeuse, il n'y avait jamais eu ce problème.

Cela reste de la violence sexuelle d'accepter des relations sexuelles en mode « je sais pas trop si j'ai envie ou pas mais je le fais quand même ». C'était pas de la pression de mon partenaire directement mais plus de la société, etc. J'ai pas osé lui dire « non » sinon il ne l'aurait pas fait. On se fait un peu violence sur soi-même pour avoir des rapports. J'étais pas bien informée sur l'allaitement qui pouvait assécher les muqueuses. J'ai mis 1 an à me dire « oui il faudrait mettre du lubrifiant, pourquoi j'ai pas envie ? », je ne ressentais pas grand-chose. Depuis la fin de l'allaitement et l'arrêt de la pilule, cela va beaucoup mieux.

Je n'en ai pas encore parlé à mon compagnon du fait que je me suis forcée, mais il faudrait.