

L'aide thérapeutique et la violence :
Où commence et s'arrête la répression ?

Steven Bélanger
Psychologue

Coordonnateur clinique
Pro-gam

Centre d'intervention et de recherche
en violence conjugale et familiale

1453, rue Beaubien Est
Montréal, Québec, H2G 3C6

Septembre 2005

Introduction

Dans les pays occidentaux en général, la violence fait de plus en plus l'objet de dénonciation et de condamnation morale. Diverses stratégies de contrôle de la violence sont mises en place afin d'assurer la sécurité des individus et l'ordre social. Dans ce contexte, pour ceux dont l'un des principaux symptômes reflétant des difficultés d'ajustement social est la violence, l'aide thérapeutique est devenue une forme supplémentaire de contrôle social.

Au-delà des discours et des positionnements sociaux qui marquent dorénavant la non tolérance sociale de la violence, il demeure pertinent et nécessaire de préserver les espaces thérapeutiques : des lieux le plus libre possible de pression et de contrôle, favorisant le partage de confidences et le travail des motivations individuelles sous-jacentes aux comportements violents. Parce que la violence est bien souvent plus qu'une simple « mauvaise habitude » qu'il faut changer.

Un instinct de conservation

Par rapport à l'histoire des civilisations, les préoccupations sociales concernant la violence et ses conséquences sur la qualité de vie des individus et des groupes constituent un phénomène récent. « Nos sentiments par rapport à la violence ont changé, les représentations qu'on s'en fait ont changé » (Michaud, Y., 2002).

Avant même l'arrivée d'*Homo Sapiens* et de sa forme plus évoluée, Cro-Magnon, la lutte pour la survie des individus et des espèces est d'ores et déjà une nécessité incontournable dans le règne animal. Mue par un instinct de conservation, la pulsion d'agression assume des fonctions de prédation et de protection, soit par l'attaque, soit par la fuite.

Résultat du processus d'« hominisation », l'homme, en tant qu'espèce, est tout de même demeuré un mammifère vertébré. Cet état de fait continue de l'assujettir aux mêmes lois naturelles qui régissent les animaux. Il est, lui aussi, soumis à la nécessité de survie et muni des mêmes prédispositions biologiques à l'assumer.

Du nécessaire à l'inacceptable

Mais qui dit homme, ne dit pas nécessairement « humain ». Au cours du processus d'évolution, s'est aussi enclenché un processus d'humanisation, de civilisation, de domestication des instincts. On impose progressivement aux individus de refouler leurs pulsions, de réprimer les conduites d'agression gratuites, injustifiées et inutiles sur le plan de la survie.

Parce que la violence comporte un lourd tribut de souffrance, parce que l'on accorde aussi de plus en plus de valeur aux personnes, on se dote d'un modèle plus raisonnable d'organisation sociale. On propose graduellement un contrat social plus respectueux de la vie et de la sécurité, plus soucieux de la dignité des personnes et plus empathique à la souffrance humaine.

Se sont donc établis au cours des siècles des principes plus pacifistes et plus humanistes soutenant la condamnation morale de la violence et militant pour des règles de droit axées sur le contrôle et la répression de celle-ci. On a assisté à une élaboration d'un code statuant sur le degré de légitimité de la violence en considérant les circonstances (atténuantes ou aggravantes), les moyens et les fins poursuivies. Dorénavant, la fin doit justifier moralement les moyens; la violence doit être jugée légitime et nécessaire pour ne pas être condamnée et punie.

La violence au statut de problème

En dépit de l'établissement d'un cadre légal visant à contenir les débordements de violence au cours des siècles, il est relativement nouveau que la société considère la violence comme étant un problème. Aussi, il est relativement récent dans l'histoire de la psychologie que l'on comprenne mieux les mécanismes psychologiques impliqués dans les comportements violents et surtout que l'on saisisse mieux les impacts nocifs de la violence sur les individus.

Les études réalisées auprès de militaires de retour de la deuxième guerre mondiale ont conduit à l'identification de symptômes associés au « syndrome de stress post-traumatique », résultant d'une surexposition à la violence. De façon plus particulière, les écrits d'Alice Miller ont grandement contribué à mettre en évidence les conséquences des mauvais traitements et de la négligence sur les enfants dont divers problèmes d'adaptation, des difficultés relationnelles, des troubles de la personnalité, des troubles des conduites, de l'abus de substances, etc.

Nous concevons aussi beaucoup plus clairement aujourd'hui combien le contexte familial et conjugal peut constituer un terreau fertile à l'éclosion de relations abusives et de violence. Le contexte d'intimité, certaines valeurs religieuses et culturelles associées à l'éducation des enfants, à l'autorité parentale et aux relations de pouvoir entre conjoints peuvent porter gravement préjudice aux personnes et perpétuer le cycle de la violence et de la souffrance d'une génération à l'autre.

La violence conjugale et familiale a donc fait l'objet, elle aussi, de dénonciation et de répression. Le domaine du privé fait dorénavant l'objet de surveillance et de contrôle à cause des coûts humains qui en découlent. La violence, dans un contexte conjugal et familial, est dorénavant définie comme un problème social.

Violence et « contre-violence »

Les changements dans les mentalités ont abouti à un certain consensus social entourant la non tolérance de la violence dans les différents champs d'activité humaine, dans l'espoir d'une coexistence plus harmonieuse. On a assisté à une augmentation et à une sophistication des moyens de contrôle de la violence.

De façon générale, avec l'augmentation de notre sensibilité à la violence, du sentiment d'insécurité, augmentent aussi l'importance de la répression, des mesures de contrôle, des stratégies de protection et plus globalement, la sévérité de la condamnation morale de la violence. On en arrive aujourd'hui à des prises de position morales beaucoup plus catégoriques.

Cet état de fait soulève toutefois une contradiction fondamentale sur le plan moral. Des événements tragiques récents à l'échelle internationale nous ont démontré jusqu'à quel point la violence pouvait engendrer une obsession de la sécurité; que cette obsession de la sécurité pouvait à son tour engendrer une obsession de la violence. Bien qu'il soit généralement admis qu'il faut contenir les débordements de violence et favoriser le sentiment de sécurité, les stratégies développées pour y arriver comportent leur lot de violence : des contre-violences structurelles et institutionnelles, acceptées socialement.

De par son incidence sur les droits fondamentaux et sur les libertés démocratiques élémentaires (limitation de circulation et d'expression, privation de liberté), la répression de la violence n'est pas sans conséquences sur le plan humain. Un sur-contrôle social de la violence entraîne invariablement des effets pervers telles la « conformisation », la normalisation, la sujétion ou l'opposition violente.

Susceptible de fluctuer avec les événements, le « juste dosage » de la répression apparaît comme une préoccupation centrale et incontournable pour qu'elle soit acceptable, utile et bienfaisante en bout de ligne pour l'ensemble.

La thérapie contre la violence

Bien que la coercition puisse être utile pour contrôler les débordements de violence, elle ne peut à elle seule représenter une stratégie efficace à moyen et long terme sur le plan humain. La violence ne peut rester qu'endiguée. Elle trouve d'autres voies pour son expression, des voies plus stratégiques, plus sophistiquées et plus difficiles à contrôler. Il nous faut donc « nuancer les mesures de contrôle, complexifier les stratégies » (Michaud, Y., 2002). D'autres mesures, éducatives et préventives, peuvent aider à conscientiser et sensibiliser les individus et à favoriser une réelle réflexion sur le phénomène.

La psychothérapie, pour sa part, s'est vue peu à peu utilisée socialement comme stratégie supplémentaire de contrôle de la violence et de conformité sociale. Les systèmes correctionnels en général l'ont intégrée dans leurs programmes de réhabilitation avec les individus présentant des problèmes de violence.

En ce qui concerne la gestion de la violence conjugale, des pressions sociales et politiques, principalement exercées par les groupes de femmes, ont abouti dans les années 1980 à la judiciarisation et à la criminalisation de ce type particulier de violence. Se sont parallèlement développés des centres de thérapies pour les conjoints manifestant des comportements violents comme stratégie de contrôle de la violence conjugale.

La thérapie pour les conjoints aux comportements violents fait désormais partie des conditions de remise en liberté à la suite d'une arrestation, des conditions de libération après une incarcération, des mesures imposées dans les plans de réinsertion sociale en milieu carcéral ainsi que des conditions imposées par la DPJ pour regagner ou garder les droits de contact avec les enfants.

En Amérique du Nord en général, à l'exception du Québec, les services d'aide pour ces hommes relèvent des systèmes de justice et de sécurité publique. Ils travaillent donc en étroite collaboration avec le système judiciaire. Les services sont généralement structurés, en tout ou en partie, en programmes éducatifs ou rééducatifs en cohérence avec une théorie de la violence conjugale basée essentiellement sur l'apprentissage des croyances et des valeurs patriarcales qui la

soutiennent, la légitiment et l'encouragent, l'apprentissage social d'une « mauvaise habitude ».

Les programmes ont ainsi pour objectif l'apprentissage de bonnes valeurs et de bonnes habitudes. Ces approches ont démontré leur efficacité à atteindre des objectifs éducatifs, pour aider à acquérir des comportements plus acceptables socialement par la transmission d'information et l'apprentissage d'habiletés sociales.

Des solutions relationnelles aux problèmes relationnels

Une difficulté réside cependant dans le fait que la violence conjugale ne se réduit pas toujours à une mauvaise habitude. On a pu constater que cela ne représente qu'une proportion relativement faible de notre clientèle. L'observation clinique nous amène à conclure à la présence d'une dimension relationnelle importante reliée au phénomène. La violence conjugale s'exprime d'abord dans un contexte d'intimité, un contexte propice à la mise à nu des difficultés personnelles et relationnelles associées à des carences affectives, des traumatismes psychologiques, des vulnérabilités narcissiques qui réfèrent à des expériences vécues dans le tout premier contexte d'intimité qu'est la famille d'origine.

Les composantes psychologiques et affectives individuelles qui façonnent les dynamiques de violence doivent donc être intégrées dans les programmes de thérapie afin de mettre en scène les enjeux relationnels conflictuels propres à chacun. Cependant, entrer dans l'intimité des gens, accéder aux zones de vulnérabilité personnelles, risque de soulever des appréhensions légitimes. Une telle entreprise ne peut être possible que dans des conditions qui favorisent un lien de confiance et un accord réel de la part du client.

Déjà que la demande d'aide se fait dans un contexte de contrainte légale dans une proportion de 70 % (statistiques de Pro-gam), qu'elle est souvent perçue comme une punition, qu'elle suscite une méfiance à l'égard des thérapeutes, nous devons faire en sorte qu'elle soit le moins possible vécue comme une violation de l'intimité, une répétition de l'abus, afin de prévenir une réactivation néfaste mais légitime de mécanismes de protection habituellement mis en place pour composer avec les situations de menaces appréhendées, souvent associés à une dynamique de violence.

L'alliance thérapeutique : possible et nécessaire

L'aménagement d'un espace thérapeutique, d'un lieu propice au partage de confidences dans un climat de respect et de confiance nous apparaît donc comme une condition prioritaire dans une démarche thérapeutique auprès de personnes ayant un problème de violence. D'ailleurs, l'ensemble des recherches portant sur le processus thérapeutique, toutes orientations théoriques confondues, démontre que les éléments constituant la qualité de la relation thérapeute-client « ... comptent pour 70 % de la variance associée au résultat du traitement » (Duncan, B.L. et Miller, S.D., 2000).

C'est dire que le lien de confiance a un effet rassurant qui encourage le client à prendre le risque de se dévoiler, de donner libre accès à des parties fragiles de lui-même et de faire face à sa réalité. Parce que les risques sont multiples : ne pas être écouté, entendu et compris, être jugé, condamné et puni, se sentir nié, discrédité, rejeté et, possiblement, encore une fois abusé d'une certaine façon. Parce qu'il nous faut appréhender la violence par la voie des dispositions et des motivations affectives qui la sous-tendent. « La violence contemporaine ne peut être envisagée en dehors des sentiments qui la modulent » (Michaud, Y., 2002).

Une place centrale doit donc être accordée à l'établissement d'un lien de confiance entre le thérapeute et le client. Celui-ci doit avoir la certitude que ce qu'il confie à son thérapeute va être utilisé dans le sens de ses intérêts, c'est-à-dire dans le sens de l'alliance de travail sur laquelle ils se sont mis d'accord en début de démarche. Il doit aussi avoir la certitude que ses confidences resteront entre eux, quoi qu'il arrive, à l'exception des situations où il consent librement que certains renseignements soient communiqués à certaines personnes en particulier, dans des buts très précis, et qu'il en sera informé; à l'exception aussi des situations prévues par la loi.

L'alliance positive est aussi tributaire de l'impression du client que les stratégies thérapeutiques sont adaptées à ses besoins, à sa situation, à son rythme et à ses propres ressources. Le traitement qui lui est imposé de l'extérieur doit être vécu de l'intérieur comme étant libre de pression et de menace. De plus, s'il se sent partie prenante de son processus de changement et que ses compétences sont mises à contribution, son engagement dans sa démarche est en partie acquis.

Vers une théorie du changement

Si, à l'instar des stratégies de contrôle social de la violence, l'on ne veut pas restreindre l'intervention thérapeutique à l'élimination du symptôme par des stratégies de contrôle des conduites d'agression et risquer d'engendrer une sophistication de la violence, la psychothérapie se doit de proposer une autre voie.

En dépit d'une parenté génétique de 98,4 % avec les primates supérieurs (Kahn, A., 2000), les humains sont dotés d'un niveau de conscience d'eux-mêmes et de leur environnement leur permettant de réfléchir et d'inventer des solutions adaptées aux diverses situations auxquelles ils sont confrontés. Pourvus d'imagination et de créativité, ils ont accès à un ordre plus complexe de réponses à des situations aversives, en plus des réactions d'attaque, de fuite ou de soumission observées chez les animaux (Laborit, H., 1976).

L'humain est capable de réfléchir par lui-même. Une entreprise thérapeutique a donc tout avantage à miser sur cette faculté exceptionnelle pour aider la personne à trouver des solutions adaptées à ses besoins et à sa situation, à se réapproprier ses propres ressources, à développer son potentiel de manière à ce qu'elle en vienne à mieux s'assumer comme personne et à être un peu moins souvent malheureuse.

Dans nos politiques de gestion judiciaire et psychosociale de la violence conjugale, on met beaucoup l'accent sur la « responsabilisation » quand il s'agit d'intervention auprès des auteurs de violence. On s'attend généralement à ce qu'un individu cesse d'être violent s'il en vient à assumer « l'entière » responsabilité de sa violence. Bien que l'on puisse questionner le réalisme d'un tel projet, que signifie vraiment cette « responsabilisation » ? Comment peut-on aider un individu à se responsabiliser ?

Les réponses à ces questions sont probablement multiples. Toutefois, plus on s'acharne à inculquer, de l'extérieur, des principes vertueux et plus acceptables socialement, plus on force le changement de mentalité par des pressions morales, idéologiques ou légales, moins on s'adresse au potentiel et aux compétences individuelles et moins on aide les gens à se prendre réellement en main, à se responsabiliser. S'ils cessent toutefois d'être violents c'est possiblement beaucoup plus par conformisme et pour éviter les conséquences de leurs gestes que parce qu'ils ont évolué dans leur mentalité et dans leur humanité.

À trop vouloir responsabiliser, on peut facilement tomber dans l'instrumentalisation, dans la répression et dans l'infantilisation. Au bout du compte, cela ne fait pas nécessairement des individus plus responsables.

Vouloir inventer ne veut pas dire non plus mettre de côté ce qui a déjà été inventé. À une époque où peu d'individus réfléchissaient sur l'esprit humain et sur la condition humaine, le vieux Socrate nous avait déjà fait toute une démonstration d'intelligence et d'humilité. Sa mère ayant été sage-femme, il transposa la maïeutique (l'art de l'accouchement) en « l'art d'aider à accoucher les esprits de pensées justes », l'art de l'accompagnement; parce que c'est un processus naturel qui ne peut ni se forcer ni s'empêcher.

Il croyait qu'il ne fallait pas trop chercher à enseigner mais plutôt à aider la personne à réfléchir. Selon lui, « la vraie connaissance ne peut venir que de l'intérieur de soi, (...) personne ne peut nous l'asséner » (Gaarder, J. 1991). Il est bien évident qu'on a beaucoup plus d'ouverture à accepter ce qui vient de soi-même que ce qui est imposé par les autres. Ceci prend toute son importance lorsqu'il est question d'aide auprès de personnes contraintes à consulter.

Conclusion

On dit souvent que la violence est un « manque de vocabulaire » (paroles célèbres de Gilles Vigneault), l'expression d'une difficulté de mettre en mots une expérience émotionnelle déstabilisante. On connaît les vertus thérapeutiques de la parole dans un processus de changement, lorsque celle-ci est connectée avec l'expérience émotionnelle extériorisée. On a aussi démontré l'importance de la relation en contexte thérapeutique pour favoriser les confidences et les résultats positifs. De plus, le respect du client et la protection de l'espace thérapeutique font partie intégrante des codes de déontologie des professionnels en psychothérapie.

Malgré toutes ces évidences, il devient de plus en plus difficile de préserver ce lieu privilégié lorsqu'il est question de violence. Avec la montée du terrorisme international, la sécurité est devenue un enjeu prioritaire et sa préoccupation a un effet domino sur tous les secteurs d'activité, y compris le thérapeutique. Les droits et les libertés individuels risquent de perdre encore plus de chemin à l'avantage des intérêts collectifs.

Les services thérapeutiques peuvent jouer un rôle complémentaire dans le système de contrôle social de la violence conjugale dans la mesure où ils parviennent à prévenir la récurrence de la violence. C'est dans cette optique qu'ils constituent des partenaires indispensables dans l'atteinte de l'objectif de protection et de sécurité des personnes.

Si l'on ne veut pas assister à une plus grande dérive du thérapeutique et risquer de le voir travesti en instrument de contrôle social et dépossédé gravement de sa fonction première, nous nous devons de réaffirmer son importance et les conditions de sa réussite. Comme l'exprime bien et de façon si typique le poète Richard Desjardins dans l'un de ses textes, il est « impossible de déménager un lac sans déranger les canards ».

S'il devait y avoir une idéologie sur laquelle appuyer des principes d'intervention thérapeutique, elle ne pourrait véhiculer des valeurs allant à l'encontre du respect de la personne, de sa dignité, même quand il s'agit de violence.

Bibliographie

DUNCAN, B. L., MILLER, S. D., *Le client héros de la thérapie : Pratique de la thérapie orientée par le client et guidée par les résultats*, Éditions Satas, Belgique, 2003.

GAARDER, J., *Le monde de Sophie*, Édition du Seuil, Paris, 1991.

KAHN, A., *Et l'Homme dans tout ça ? Plaidoyer pour un humanisme moderne*, Nil Éditions, Paris, 2000.

LABORIT, H., *L'Éloge de la fuite*, Collection Folio Essais, Paris, 1976.

MICHAUD, Y., *Changements dans la violence : Essai sur la bienveillance universelle et la peur*, Éditions Odile Jacob, Paris, 2002.