

Les groupes de parole pour les adultes ayant été victimes d'abus pendant l'enfance¹

Chantal Duchateau^{2 3}

1. Historique

La mise sur pied de groupes de parole est une initiative de l'équipe SOS Enfants de l'ULB développée dans le cadre de l'article 10 du décret du 12 mai 2004 relatif à l'aide aux enfants victimes de maltraitance.

Elle répondait à des demandes exprimées suite à l'éclatement de l'affaire Dutroux : de nombreuses personnes s'adressaient à l'équipe SOS en expliquant avoir été victimes d'abus pendant leur enfance. Elles pensaient que cette affaire constituait enfin une prise de conscience du monde judiciaire et désiraient entamer à présent des poursuites contre leur agresseur.

Malheureusement, et malgré le changement du délai de prescription en la matière⁴, ces poursuites n'étaient souvent plus possibles.

Les préoccupations de ces personnes étaient pourtant d'avoir la capacité de vivre avec « ça », ici et maintenant : elles avaient l'impression qu'elles n'avançaient pas dans la vie à l'inverse de leur agresseur, qui semblait mener une vie normale, « comme si de rien n'était ». Pour elles, au contraire, la vie n'était qu'une suite d'échec au niveau personnel et/ou professionnel.

Atteintes dans leur identité, elles manquaient d'estime d'elles-mêmes, ce qui se traduisait sur le plan physique par un dégoût et un mépris du corps, une négligence des besoins physiques (boulimie, anorexie, comportements autodestructeurs,...), une sexualité compulsive, la prostitution, la toxicomanie, l'alcool,... : lors des abus, en effet, l'enfant a pu apprendre que la seule manière de recevoir de l'affection était la sexualité et faire ainsi l'apprentissage d'une utilisation de son corps comme objet sexuel. A l'âge adulte, le rapport au corps peut alors être altéré, celui-ci servant de monnaie d'échange, une marchandise par lequel on peut obtenir du pouvoir ou de l'affection.

¹ Intervention à l'occasion des journées de formation organisées par l'ONE à l'attention des équipes SOS enfants le 6 décembre 2007

² Thérapeute familiale, équipe SOS Enfants Ulb. E-mail : grouparoles@hotmail.com

³ Propos recueillis par Anne Thiebault, responsable du Service SOS enfants de l'ONE

⁴ Introduite par Loi du 13 avril 1995 relative aux abus sexuels à l'égard des mineurs qui réforme la prescription en ne faisant courir celle-ci, pour les poursuites concernant les abus sexuels sur des enfants, qu'à partir du moment où la victime a atteint l'âge de la majorité et non à partir du moment où l'acte a été commis.

Peu confiantes dans les autres, les victimes avaient la croyance que ce qu'elles avaient vécu était honteux et provoquait le rejet des autres. C'est pourquoi, elles vivaient souvent isolées socialement, entre peur de parler et culpabilité.

Par ailleurs, ces difficultés semblaient s'accroître à la naissance d'un enfant, car des émotions enfuies jusque là ressurgissaient.

Face à ces difficultés majeures, se posait la question d'une prise en charge appropriée. En effet, les anciennes victimes de maltraitance n'en étaient pas à leur premier suivi et avaient progressivement perdu confiance en toute forme d'aide possible. Il s'agissait alors de proposer à ce public spécifique, une prise en charge spécifique. Le travail de groupe nous a paru être une alternative : la relation au thérapeute est modérée par la présence des autres participants. Présence qui peut, par ailleurs, être très rassurante pour un patient inquiet du déroulement du processus thérapeutique. Il constitue d'ailleurs une recommandation de l'Europe dans l'intervention auprès des femmes ayant subi un abus sexuel dans l'enfance⁵.

2. Les objectifs du groupe

Les groupes de parole permettent la mise en commun des épreuves, humiliations, émotions, permettent de reconnaître en l'autre une personne semblable à soi, confrontée à des problèmes personnels, familiaux, sociaux, souvent assez proches : « Ce qu'on pensait inutile pour soi apparaît dès lors nécessaire pour l'autre et, en s'aidant, chacun(e) s'aide elle-même à retrouver l'estime et l'amour de soi (Morbois, 1998) ».

L'entraide et la création de liens sociaux constituent une dimension importante des groupes : la dynamique créée par le groupe permet de créer des relations et un mécanisme de soutien mutuel, entre personnes ayant vécu la même chose. Elle amène ainsi à restaurer l'estime de soi, l'affirmation de soi. Les participants apprennent à fonctionner ensemble et à faire mutuellement confiance. Les groupes luttent contre les sentiments de culpabilité, fréquents chez les personnes traumatisées, en attribuant les responsabilités aux auteurs et circonstances véritables; ils permettent de transformer la honte en colère qui, bien dirigée, constitue une puissante motivation.

C'est ainsi qu'une participante qui exprimait l'envie de mourir, a été soutenue par tous les autres qui avaient déjà vécu son expérience à une période de leur vie, et l'ont convaincue de le place fondamentale qu'elle occupait dans le groupe et des avancées qu'elle avait pu leur apporter.

⁵ Ces recommandations sont disponibles sur le site internet www.parole.be (fil d'ariane). Ce projet, co-financé par la Commission européenne (Initiative Daphné) avait un triple objectif :

- 1) Etablir un état des lieux des différentes pratiques belges et françaises dans la prise en charge des traumatismes, et plus spécifiquement les traumatismes sexuels subis par les femmes.
- 2) Elaborer des recommandations intégrant les pratiques identifiées concernant la prise en charge des femmes victimes d'abus sexuels dans leur enfance et/ou les mères d'enfants victimes d'abus sexuels;
- 3) Diffuser cette information au niveau belge et européen.

Si parler du passé et faire des liens avec le présent est nécessaire, construire un pont entre le présent et le futur est fondamental pour la bonne évolution de la personne⁶. C'est pourquoi, la dynamique se veut avant tout créative et positive : après avoir été reconnue comme victime, il y a lieu très vite de parler de sa vie ici et maintenant, en ne restant pas dans la victimisation.

Cette forme de thérapie regroupe donc à elle seule, tous les aspects recommandés dans le traitement des anciennes victimes d'abus⁷ à savoir :

- aider à percevoir une évolution positive de la situation par une approche orientée vers le futur ;
- mobiliser les ressources propres à la personne ;
- réduire le sentiment d'isolement, notamment par le soutien et la solidarité de la part de personnes qui ont un vécu similaire ;
- légitimer les difficultés, normaliser les conséquences relatives au vécu d'abus sexuel, sur l'influence encore actuelle de cet événement passé sur la vie de tous les jours ;
- travailler sur la reconnaissance de la souffrance vécue en reliant la personne à son vécu de victime ;
- travailler sur l'expression des émotions en mettant en mots les émotions perçues, l'ambivalence des sentiments (attachement – colère) par rapport à l'abuseur ;
- travailler le sens et la compréhension du vécu en donnant des repères sur le cycle de la violence ou les stratégies de l'abuseur ; en identifiant ses propres stratégies de défense les signaux d'alarme (somatique, ...) mis en place ;
- travailler sur l'estime de soi et la compréhension de soi
- travailler sur la relation mère-enfant, la plupart des victimes d'abus sexuel ayant développé un rapport très complexe et très ambivalent du rapport mère-fille.

3. La composition du groupe

Au départ restreint aux femmes victimes d'abus sexuels intrafamiliaux d'âge moyen, le groupe s'est adapté au cours des années à d'autres demandes, mais toujours avec ce dénominateur commun : le fait d'avoir été victime d'abus.

C'est ainsi que les groupes se sont ouverts au fil du temps aux abus extra familiaux, aux victimes plus âgées puis aux hommes.

En n'introduisant plus de limite d'âge, la moyenne se situe autour de 33 ans, le plus jeune participant ayant 18 ans et le plus âgé, 53 ans.

Les hommes ont ensuite été accueillis, en concertation avec le groupe ; le problème se posant était le fait que l'ensemble des victimes avait été confronté à un abuseur de sexe masculin et la participation d'un homme au groupe risquait de susciter des angoisses majeures pour les victimes.

⁶ *Ibidem*

⁷ *Ibidem*

Mais la présence d'un homme pouvait aussi permettre de restaurer une image positive de l'homme vis à vis des femmes du groupe, dont l'image est souvent détériorée : tous les participants ont en commun le fait d'être victime et cela pouvait modifier les représentations des femmes sur la figure masculine. Cet échange a été possible grâce à la dynamique de groupe qui s'est développée : les femmes du groupe ont pu exprimer leurs inquiétudes et leurs affects négatifs par rapport aux hommes en présence du participant. Et celui-ci a pu à son tour évoquer son histoire d'abus sexuel. Ayant lui-même été victime au même titre qu'elles, il pouvait être un interlocuteur de l'autre sexe tout en étant un allié, car victime des mêmes types d'actes.

Enfin, l'on a permis à certains participants de recommencer un groupe, composé autrement. Ils tiennent ainsi la place particulière d'« aînés » dans ce groupe : ils relancent les discussions, font le lien entre les histoires évoquées et se placent parfois en « guide ». C'est évidemment un facteur facilitateur / vecteur de parole des échanges, surtout au début, où il est souvent difficile pour les nouveaux de se présenter et de raconter leur histoire d'abus. Ou lorsqu'une phrase est trop douloureuse, qu'elle fait peser un silence lourd, les aînés interviennent souvent naturellement pour soulager l'atmosphère. L'on peut aussi compter sur un « recadrage » des aînés par rapport aux plus jeunes. Par exemple, ils interviennent souvent pour affirmer le côté positif du fait que ces plus jeunes aient pu parler aussi tôt des abus dont ils ont été victimes, contrairement à eux qui se sont tus pendant parfois des dizaines d'années. Il est à noter qu'un recadrage par un membre du groupe ayant vécu la même chose aura toujours plus de valeur que celui qui serait fait par le thérapeute.

4. Les thérapeutes

Quant aux thérapeutes, elles sont au nombre de deux et se qualifient d'« animatrices » plutôt que « thérapeutes ». Elles se donnent pour objectif de faire circuler la parole, en créant l'atmosphère la plus conviviale possible.

Dans ce but, il est important que les thérapeutes se connaissent bien, qu'il y ait une bonne entente entre eux. On peut aussi jouer sur la différence générationnelle qui existe entre eux en terme de richesse pour le groupe, en terme de projection : jeune / moins jeune, parent / non parent. L'idéal voudrait que l'un des thérapeutes soit un homme afin de favoriser un processus d'identification positive et de revaloriser ainsi la figure masculine.

Il est aussi important d'être à deux pour partager cette expérience, forte en émotions, et de pouvoir en parler entre eux, notamment juste après la séance.

Cette thérapie de groupe est en effet chargée émotionnellement tant pour les participants que pour les thérapeutes: un membre du groupe a ainsi à un moment donné ouvert la fenêtre et s'est placé sur la terrasse face au vide (peut être pour se suicider): les autres membres du groupe se sont levés et l'ont ramenées autour de la table.

Il est ainsi recommandé aux intervenants dans la prise en charge des anciennes victimes d'abus, de privilégier les aspects suivants⁸ :

- Connaître ses limites en tant qu'intervenant (dans ce qu'on peut entendre) ;
- Privilégier les supervisions et les réunions entre collègues. Cela permet au professionnel de l'aide d'avoir conscience de ses propres croyances qu'il véhicule face à la personne et de bénéficier du recul d'autres professionnels ;
- S'octroyer du temps en équipe pour mettre en mots les émotions que les patients font vivre à l'intervenant ;
- Ne pas se limiter à une seule manière de faire, bénéficier de l'équipe pour enrichir les points de vues ;
- L'authenticité du thérapeute est un facteur essentiel à la prise en charge thérapeutique de la victime ;
- Enfin, la personne ayant été victime d'abus sexuel a besoin de soutien, de réassurance et de confiance. Elle n'a pas besoin d'avoir en face d'elle des professionnels fonctionnant à la neutralité et au silence.

5. Les règles de fonctionnement

Des entretiens préliminaires avec les thérapeutes sont nécessaires pour intégrer un groupe. Ceux-ci évalueront l'état du participant et s'assureront qu'il est pris en charge adéquatement parallèlement au groupe. En effet, le groupe amène de tels bouleversements que le participant doit être capable de le supporter tant dans le groupe qu'à l'extérieur du groupe et de ne pas être débordé psychologiquement.

Une participante a ainsi décroché pendant le groupe car elle a pu parler pour la première fois de ce qu'elle taisait depuis plusieurs dizaines d'années, ce qu'elle n'a pu supporter. Aujourd'hui, grâce à cette expérience, elle dit avoir avancé dans son histoire et se sentir prête à intégrer un autre groupe.

12 séances sont prévues pendant 5 mois, à concurrence d'une séance tous les quinze jours et se déroulent depuis octobre jusque mai, hors congés scolaires.

Les séances sont payantes (10 €), même si ces tarifs sont souples et négociables.

9 participants maximums peuvent participer au groupe, sachant que le nombre idéal est de 8 et que le groupe déplore en général la défection d'un participant. **L'engagement** est pourtant une demande/exigence préalable, le départ d'un des participants étant souvent vécu douloureusement par les autres. C'est ainsi que l'un des participants ayant décidé de quitter le groupe, a laissé littéralement parlant sa place vide pendant toute la durée du groupe, sa chaise restant inoccupée par les autres.

⁸ *Ibidem*

Les séances sont lourdes en charge émotionnelle et c'est pourquoi, il est fortement recommandé que les patients soient **suivis par ailleurs en individuel**. De nombreux changements se révèlent en effet au cours du déroulement du groupe, qui doivent pouvoir être intégrés par le participant : aborder le vécu traumatique peut faire émerger des flash-backs ou d'autres symptômes. Par ailleurs, cette reprise de pouvoir personnel peut faire émerger de nouveaux souhaits. Par exemple, un participant en s'entendant parler au groupe de sa vie extraordinaire, de son métier passionnant et de son mari formidable, a réalisé que tel n'était pas le cas en réalité et a décidé de quitter emploi et époux pour suivre une toute autre voie.

Un autre a décidé de parler à ses parents de l'abus dont il avait été victime et a arrêté le groupe aussitôt, celui-ci étant parvenu à ce qu'il voulait.

Ce suivi individuel peut parfois avoir lieu auprès de la thérapeute-animatrice elle-même, mais tout ce qui se dit en individuel par rapport au groupe sera partagé avec le groupe.

En tous les cas et à tout moment, lorsque les choses sont trop lourdes, chaque participant a la possibilité de demander un entretien individuel avec l'une des thérapeutes.

La **confidentialité** est une autre règle de fonctionnement du groupe, mais elle est souvent inutile à rappeler : ces personnes qui n'ont à ce point pas été respectées ont développé inversement un très grand respect des autres, de telle sorte qu'il n'est souvent pas nécessaire de rappeler cette règle.

La **convivialité** est importante pour que des liens se créent et que le mécanisme de soutien mutuel se mette en place. C'est ainsi que le rituel du « café, biscuits » a été instauré, afin de créer un lien entre les participants: chacun est tenu d'apporter une collation pour le groupe. Cette convivialité dans le groupe se reporte souvent à l'extérieur du groupe : il n'est pas rare que les participants se voient après et en dehors du groupe.

De manière générale, la **clarté du contrat thérapeutique** contribue à instaurer une relation de confiance avec le participant: « Définir des objectifs clairs, expliquer le cadre de la prise en charge, mettre la transparence à l'avant plan dans la relation constituent autant de repères nécessaires à la victime pour conserver de la maîtrise et retrouver un sentiment de contrôle dans la relation thérapeutique »⁹. Toutefois, s'il doit être clair, le cadre doit cependant rester flexible et doit pouvoir s'adapter à l'expression des besoins des participants. « Le risque, si le professionnel use d'autorité et impose un mode trop directif est de faire revivre une relation de ce type à la personne traumatisée »¹⁰.

*« Pour que la personne puisse se reconstruire et dépasser le traumatisme qu'elle supporte, la relation thérapeutique demande donc de la part du professionnel beaucoup d'encadrement et de contenance pour aider la personne à se reconstruire progressivement ».*¹¹

⁹ *Ibidem*

¹⁰ *Ibidem*

¹¹ *Ibidem*

6. Les thèmes abordés au cours des séances

Séances 1 et 2 :

Ces premières séances sont souvent les plus difficiles pour les participants : celui qui le souhaite se présente et explique son histoire d'abus. Il s'agit d'un moment souvent pénible, où l'émotion est à son comble mais où la présence des « aînés » facilite grandement les échanges, n'hésitant pas à prendre l'initiative de se présenter.

Séance 3 :

Chacun s'observe et s'écoute, les rôles implicites de chacun se mettent en place sur base de la dynamique de groupe : une participante se positionne en « observatrice » mais ponctue de manière adéquate les interventions des autres. Le « leader » (souvent un aîné) supplée l'animation, tandis qu'un autre lance les débats, etc....

Séances 4 et 5 :

C'est vers cette séance que commencent réellement les discussions :

Ce qui préoccupe souvent les participants en général, c'est plutôt la difficulté de vivre au quotidien avec « ça ». Les participants ont souvent l'impression qu'ils n'avancent pas dans la vie alors qu'elles constatent que l'abuseur mène une vie parfaitement normale.

Par ailleurs, ces difficultés semblent s'accroître à la naissance d'un enfant. Le thème de la parentalité est donc régulièrement abordé, avec des soucis tels que: comment être parent quand on a été victime d'abus ? Comment gérer sa relation avec ses propres parents ? Pour les participants de sexe masculin essentiellement, comment ne pas craindre de reproduire sur leurs enfants les faits d'abus dont ils ont été victimes ?

L'insatisfaction par rapport aux thérapies individuelles est également un thème récurrent : les victimes n'ont pas toujours été crues par leur thérapeute et généralement, les mots n'avaient pas été trouvés pour leur parler / entrer en relation avec elles. Il est vrai que ces victimes qui ont survécu à ces actes si graves, ont adopté des modes de protection ou on développé une personnalité si affirmée, qu'elle peut s'avérer déroutante pour certains thérapeutes.

Une liste de thèmes est également proposée par les animatrices, tels que: *l'hostilité face à l'agresseur, l'impact sur ma vie personnelle, conjugale et familiale, la réaction du réseau social, mon corps, la sexualité, ma sexualité, mes origines, mon enfance, le regard des autres, la honte, la peur, la culpabilité, les questions légales de type « Je veux punir l'abuseur », les questions relatives à « Pourquoi ai-je besoin de ce groupe », et d'autres...* mais il doit rarement y être fait appel, les débats émergeant généralement tout à fait spontanément:

Il est évident qu'aborder ces thèmes en groupe est vécu de manière moins menaçante par la victime ; des choses qui n'ont jamais pu être dites le sont enfin, parce qu'elles peuvent être comprises par les autres participants :

Le désir de vengeance vis à vis de l'abuseur peut être partagé, même dans son expression la plus choquante: une participante décrivait par exemple par quel moyen sadique elle rêvait de se venger de son abuseur

L'ambivalence par rapport à l'abuseur peut être exprimée: les deux sentiments comme l'amour et la colère à l'égard de l'abuseur peut être reconnu comme cohabitant : un participant expliquait qu'il attendait impatiemment le retour de vacances de son abuseur, qui témoignait affection et cadeau à son égard. Un autre l'a conforté en ce sens, en expliquant qu'il éprouvait du plaisir à l'égard du sien.

Il est évident que le thérapeute ne pourra jamais apporter un soutien de la sorte que celui apporté par le groupe.

Séance 6 (moitié de la session) et suivantes:

Dès la 6^{ème} séance, on constate la mise en place d'une réelle dynamique de groupe : des liens commencent à s'établir entre les participants, la confiance s'installe, ils commencent à partager: ils expliquent les uns aux autres comment ils apprennent à « vivre avec ça », s'échangent des trucs et astuces de survie, amènent des choses personnelles telles que dessins, poèmes, articles de presse relatifs aux faits subis, etc....

Tout commence à changer littéralement: les choses bougent : les participants se lèvent et se mettent en mouvement par exemple, pour montrer leurs créations, passer d'une chaise à l'autre, etc.... La bonne humeur, l'humour, prennent le pas sur la tristesse. Des jeux de rôle s'organisent : un participant propose de rendre la situation vivante en demandant autres membres du groupe de jouer la scène où il révélera les abus à sa famille, pendant que l'un d'entre eux représentera le frère abuseur, etc....

Parallèlement au groupe, des changements s'opèrent dans leur vie personnelle : même si tout changement est positif en soi, ils sont parfois lourds de conséquences : certains n'hésitent pas à changer de voie personnelle ou professionnelle, des secrets sont levés avec les proches, avec les conséquences que cela implique. Ils s'encouragent les uns les autres à apporter des changements à leur vie. C'est l'effet miroir : en encourageant les autres, ils s'encouragent d'eux-mêmes.

Mais tous les participants n'évoluent pas de la même manière ou au même rythme, ce qui peut se révéler frustrant voire décourageant pour certains. C'est ainsi que les « aînés », ceux qui recommencent un groupe (les « aînés ») jouent encore un rôle positif à cet égard, amenant l'idée que si ce n'est pas maintenant, ce sera avec l'aide du groupe suivant. La vitesse d'évolution de chaque participant est donc respectée, en fonction de sa capacité de changement et avec le soutien des autres.

C'est ainsi qu'au fur et à mesure, les animatrices ont de moins en moins un rôle à jouer. Leur fonction consiste à ce moment à apporter de l'information quand l'émotion retombe. Et elles continuent bien entendu à veiller à l'équilibre de la prise de parole dans le groupe.

Il est à noter que chaque groupe annuel fonctionne différemment d'un autre, évolue, vit grâce à la flexibilité du cadre.

7. Vers un mieux être....quelques constats

On a pu constater que de nombreux participants du groupe se sont transformés littéralement pendant la session:

- Ces êtres souvent marqués physiquement se transforment : un homme devenu SDF a ainsi rasé sa barbe, s'est habillé, est devenu soigné ;
- Une participante a pu parler pour la première fois au sein du groupe de ce qu'elle taisait depuis 40 ans ;
- J. a quitté mari et emploi pour vivre une autre vie ;
- Un jeune garçon a pu parler à ses parents de l'abus qu'il avait subi ;
- V. a reparlé à ses parents (abuseurs) et les a confronté à l'histoire d'abus ;
- N. est retournée vivre chez elle après plusieurs mois d'hospitalisation ;
- Une participante a écrit un livre ;
- Plusieurs d'entre eux ont témoigné dans le cadre d'une exposition qui leur était consacrée¹²;
- Etc...

Quelques séances équivalent parfois à vingt années de thérapie individuelle inopérante, bien qu'elles soient complémentaires.

A l'inverse, si le thérapeute individuel ne parvient pas à aider la personne à parler de son vécu, ou si la personne ne se sent pas autorisée à en parler, le risque est de définir la relation selon les caractéristiques mêmes de l'abus sexuel : le secret, le silence voire le déni. La personne reste enfermée dans son vécu de victime, persuadée que l'intervenant en face de lui n'est pas prêt à l'entendre. Il s'agit d'un véritable traumatisme secondaire véhiculé par une prise en charge inadéquate.

Ainsi que le recommande la commission européenne, « *Il est primordial que la prise en charge se fonde sur les besoins de la personne et non pas ceux du thérapeute* »¹³.

A cet égard, les groupes de parole constituent une prise en charge tout à fait adéquate : ces rencontres avec d'autres personnes qui parcourent le même chemin avec les mêmes obstacles permettent à ces anciennes victimes d'abus, de trouver des repères et des pairs et ainsi enfin pouvoir s'exprimer jusqu'au bout de certaines souffrances, quelles qu'elles soient.

¹² Exposition « Parlons-en » - Un événement artistique qui aborde le tabou de l'inceste – était organisée du 9 au 28 novembre 2006 au Centre Culturel l'Escale du Nord, rue du Chatelain, 1 à 1070 Bruxelles à l'initiative notamment de Youen Arts (youenarts@yahoo.fr)

¹³ *Op. Cit.*