

La violence

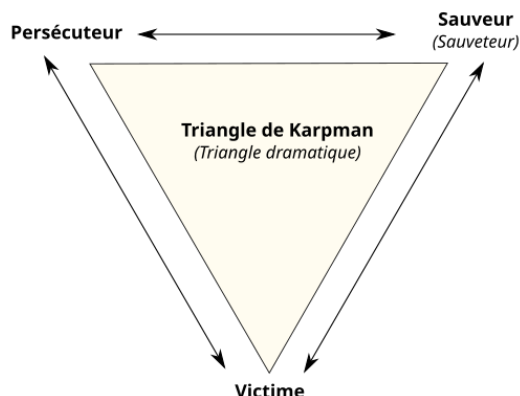
Lorsqu'un couple parental se sépare, il n'est pas facile de continuer à faire équipe. Et si la violence s'invite, la coparentalité devient un terrain miné. Et pourtant...l'enfant a besoin d'un climat de paix, de continuité, de repères et de ses deux parents. Ce n'est pas la séparation qui est délétère pour l'enfant : c'est le conflit parental qui est dévastateur pour l'enfant, et d'autant plus lorsque ce conflit perdure.

Alors, après une séparation, comment circonscrire la violence pour construire plutôt que démolir ? Mais d'abord, c'est quoi la violence ?

Ce court article n'est pas un traité sur la violence : il faudrait y consacrer un livre. Par ces quelques réflexions tirées de mon expérience et de mes formations, je tente de donner des pistes pour détecter, identifier et nommer la violence et, si possible, disposer de voies pour tenter d'y répondre.

1. Le triangle dramatique de Karpman

Le triangle dramatique de Karpman est une figure d'analyse transactionnelle qui met en évidence un scénario relationnel typique entre **victime, persécuteur et sauveur**.



Le triangle dramatique est à la base des jeux psychologiques qui se jouent entre deux personnes capables de jouer alternativement les trois rôles : si une personne utilise l'un de ces rôles, elle entraîne l'autre à jouer un rôle complémentaire. Ce schéma est à la base des « jeux psychologiques » de manipulation de la communication.

Adopter cette communication perturbée, c'est se coincer dans des rôles qui enferment et qui vont inmanquablement se répéter.

Pour en sortir, l'analyse transactionnelle propose aux protagonistes de prendre conscience de leurs dynamiques, d'exprimer leurs émotions, leurs besoins et/ou leurs idées en choisissant une communication assertive et non-violente (la CNV), de poser leurs limites de façon claire et saine, de tendre à l'autonomie émotionnelle. Tout un cheminement de transformation.

2. La violence selon la Thérapie Sociale :

La Thérapie Sociale, approche transdisciplinaire créée par Charles Rojzman, identifie quatre violences relationnelles :

- l'agression, physique et/ou verbale,
- le dénigrement et la disqualification,
- la culpabilisation et l'accusation,
- le rejet, l'abandon, l'exclusion.

L'expression, l'écoute et l'accueil sont, en Thérapie Sociale, les clés du cheminement.

Pour la personne cible de violence, le cheminement se fera de la victimisation à la responsabilisation, afin de sortir du sentiment d'impuissance et restaurer sa capacité d'action.

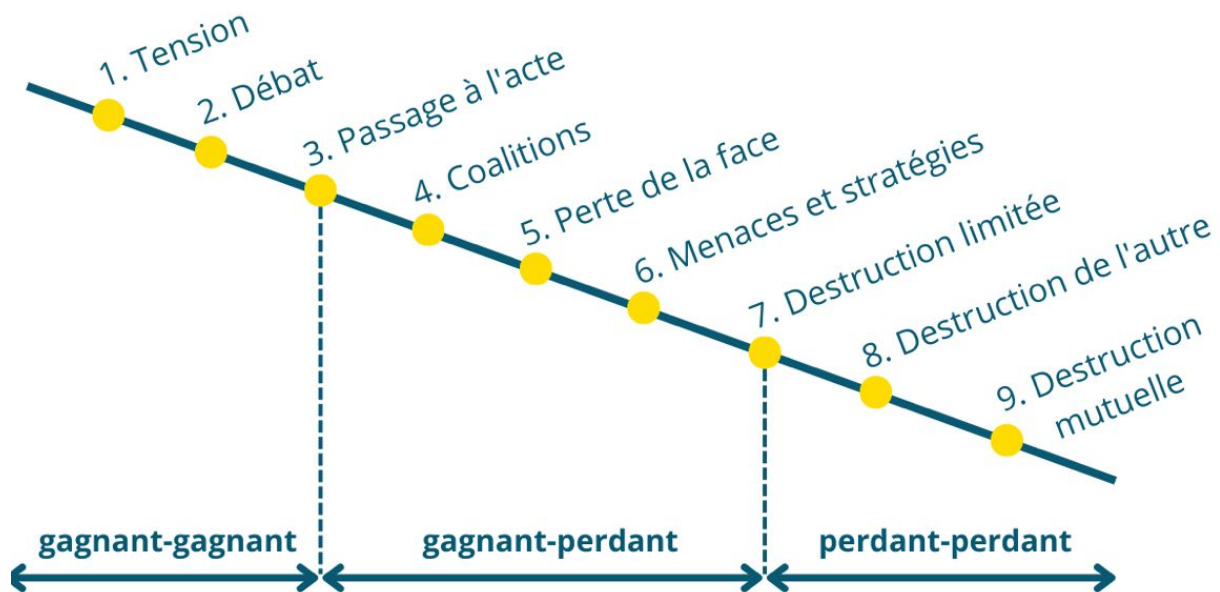
Pour l'auteur de violence, le cheminement l'amènera à considérer l'autre pour ce qu'il/elle est réellement, et non plus comme « le diable », afin de créer un esprit de collaboration.

La Thérapie Sociale propose donc un cheminement de transformation qui requiert des protagonistes une introspection et une réelle volonté de quitter des schémas établis recourant à la violence pour recréer du lien et de la coopération, et ainsi favoriser l'intelligence collective.

3. L'échelle de Glasl, la montée en conflit et les comportements de violence

Le mécanisme des conflits menant à une spirale infernale a été étudié et illustré par Friedrich Glasl. Il identifie 9 marches et 3 paliers : plus les protagonistes descendent les marches de l'escalier, plus ils se rapprochent d'une issue fatale.

Aux trois premiers échelons, les protagonistes résolvent leur différent sans dommage ou même avec un bénéfice (gagnant-gagnant) : ainsi le conflit peut se révéler être une opportunité.



Au deuxième palier, l'un des deux doit être le perdant (gagnant-perdant). Au troisième palier, il y a la recherche de la destruction et de la destruction de l'autre qui mène à des pertes des deux côtés jusqu'à l'anéantissement mutuel (perdant-perdant).

A partir du deuxième palier et plus les protagonistes s'enfoncent vers le dernier échelon, plus les méthodes avec lesquelles ils tentent de remporter la victoire deviennent violentes. C'est une descente en violence, en destruction.

Servant de base à ce schéma, ce sont les comportements violents qui sont ici identifiés. En voici une énumération non exhaustive : l'acte d'agression, la coalition avec des tiers, le dénigrement et la disqualification, le contrôle et la surveillance, l'accusation, les menaces et rétorsions, la mise en échec, le non-respect des engagements, le déni et le refus de questionnement personnel, le silence et le refus de dialogue, la domination et le recours au pouvoir, l'abus.

4. Plus spécifiquement : les écueils et violences auxquels fait face l'enfant

L'enfant présente deux fragilités intrinsèques dont nous, les adultes les entourant, devons être bien conscients.

D'une part, l'enfant est en situation de dépendance par rapport à nous, aux adultes.

D'autre part, l'enfant est un être en construction : sa personnalité et son mode d'interaction se dessinent selon ses expériences vécues. L'enfant est en apprentissage : il n'est pas un adulte miniature. Il a des besoins accrus de sécurité et protection, d'attention et de soin.

Pour se construire, l'enfant a besoin de ses deux parents. Et ce n'est pas la séparation de ses deux parents qui lui est potentiellement dommageable, mais bien le conflit parental d'autant plus si ce conflit s'envenime et perdure.

Ainsi, la Fondation suisse Astrame identifie les écueils et violences dont l'enfant peut être le sujet ou l'objet lors d'une séparation parentale :

- l'auto-culpabilisation,
- le trop-plein émotionnel,
- la perte de repères et l'insécurité affective & matérielle,
- la parentification (inversion des rôles : l'enfant prenant soin de son parent),
- le conflit de loyauté,
- l'enfant messenger,
- l'enfant qui cherche à réunir ses parents.

5. Détection de la violence et la ligne rouge

Dans notre société, l'agression physique constitue une ligne rouge.

Les violences relationnelles, psychologiques et comportementales sont potentiellement tout autant dommageables, si ce n'est parfois plus. Mais elles sont encore relativement méconnues et difficiles à détecter.

Au-delà de l'épisode violent en lui-même, c'est également le caractère répétitif d'une violence qui marque et qu'il faut considérer. Détecter la violence c'est également s'intéresser à son processus, souvent initialement violence psychologique avant de mener à la violence physique.

Avec l'attention accrue que notre société porte de plus en plus aux violences domestiques, il apparaît que, statistiquement, c'est dans le huis clos familial que se jouent nombre de violences.

Les huis clos familiaux dysfonctionnels sont souvent régis par des comportements de silence, de déni et de détournement de la réalité, d'accusation et culpabilisation, de dévalorisation ou survalorisation, de mise en échec, de menaces et terreur, d'isolement et de formation de coalitions.

Pour détecter ces violences « invisibles », les intervenants doivent redoubler d'attention aux symptômes qui transparaissent. Ces intervenants doivent également aller au-delà des discours pour plonger dans la réalité concrète des interactions, verbales et comportementales.

Pour l'intervenant, détecter ces violences invisibles demande de disposer de temps, de se montrer accessible et de travailler en équipe avec la famille. Tout en se protégeant et en gardant une saine distance, pour ne pas devenir lui-même un maillon de cette violence.

Attention : détecter la violence n'est pas condamner la personne ! L'intervenant n'est pas juge : ce sont deux places et deux rôles bien distincts.

6. La violence doit être nommée

Toute violence doit être dite, nommée, reconnue.

A toute violence, il est impératif de dire stop.

Ceci, même si l'auteur est dans le déni, même si l'auteur est lui-même / elle-même en souffrance.

Ne pas le faire, c'est rendre la violence acceptable.

Dans bien des situations, l'intervention d'un tiers est nécessaire pour nommer la violence et dire son côté inacceptable. Passer la violence sous silence, c'est infliger une double peine à la victime.

La victime a besoin d'être écoutée, d'un bout à l'autre de son expression, et ses souffrances doivent être reconnues. D'autant plus si cette victime est un enfant.

Pour envisager une poursuite relationnelle sereine entre l'auteur et sa victime, l'intercompréhension est clé. Cette intercompréhension n'est pas une négociation, mais une réelle plongée dans l'univers de l'autre. Cette intercompréhension doit impérativement mener au changement comportemental : la violence ne peut en aucun cas perdurer. La dernière étape de ce processus d'intercompréhension est la réparation.

En quelques mots, quelle est la différence entre un conflit et une violence ? Un conflit porte sur des faits concrets. La violence porte atteinte à l'être de l'autre.

Encore une fois : détecter, nommer, dire stop à un comportement, n'est pas condamner la personne ! L'intervenant n'est pas juge : ce sont deux places et deux rôles bien distincts.

7. Médiation et violence

En tant que médiatrice, je suis une facilitatrice de dialogue. J'aide et je soutiens l'expression, l'écoute et le dialogue, je questionne, je reformule. Je suis responsable du cadre et de la sécurité des personnes. Mais je n'interviens pas sur le contenu.

Dès lors, si la situation présente des traces de violence, je vous encouragerai à questionner et à reformuler vos blâmes / agressions et accusations / dénigrement / menaces et rejets en besoin. Si la violence persiste comme mode d'interaction, la médiation n'est pas l'outil d'accompagnement adéquat.

Ainsi, au cours d'une médiation, si je détecte de la violence non contenue et non élaborée, ne pouvant être élaborée, je mets fin à la médiation. A tout moment, moi comme les coparents, l'un d'entre nous peut mettre fin à une médiation pour toute raison qui nous appartient.

La confidentialité de la médiation est une pierre angulaire de cet accompagnement : aucune dénonciation auprès d'instances de protection n'est à l'ordre du jour, sauf si je suis informée d'un risque majeur de mise en danger.

7. Coaching coparental et violence

En tant que coach coparentale, je suis non seulement une facilitatrice de dialogue mais j'ai également un rôle plus directif sur le cadre et le déroulement du processus. De même qu'en médiation, en tant que coach, j'aide et je soutiens l'expression, l'écoute et le dialogue, je questionne et je reformule. Je suis responsable du cadre et de la sécurité des personnes. Mais je n'interviens pas sur le contenu.

Si la situation présente des traces de violence, je vous encouragerai à reformuler, je vous encouragerai à questionner et à reformuler vos blâmes / agressions et accusations / dénigrement / menaces et rejets en besoin. Peut-être, vous proposerai-je une séance individuelle pour évoquer et tenter d'élaborer le sujet entre quatre yeux.

Le coaching coparental est un outil d'accompagnement familial adéquat si la conflictualité est basse ou modérée, pouvant être référée aux paliers un et deux de l'échelle de Glasl.

Ainsi, au cours d'un coaching coparental, si je détecte une violence récurrente ne pouvant être canalisée ou élaborée, je mets fin au coaching. A tout moment, moi comme les coparents, l'un d'entre nous peut mettre fin à un coaching familial pour toute raison qui nous appartient.

La confidentialité du coaching coparental est une pierre angulaire de cet accompagnement : aucune dénonciation auprès d'instances de protection n'est à l'ordre du jour, sauf si je suis informée d'un risque majeur de mise en danger.

8. Coordination parentale et violence

La coordination parentale s'adresse aux coparents qui, dans l'échelle de Glasl, se trouvent dans un haut conflit s'apparentant au troisième palier de l'échelle de Glasl dominé par la notion de destruction.

En tant que coordinatrice parentale, je suis à l'écoute des coparents tout en portant une attention particulière à l'observation et à la compréhension de leurs interactions pour détecter la violence au-delà des discours.

Je nomme cette violence et je leur proposerai d'élaborer le sujet entre quatre yeux. Ensemble, nous viserons à poser un cadre co-construit pour circoncire cette violence et tenter d'autres moyens d'expression, d'autres moyens d'exister au sein de la relation.

Je reste la partenaire privilégiée des co-parents : je nomme la violence mais je ne condamne pas la personne. Ordonner et condamner, ce n'est pas mon rôle : c'est le rôle du juge.

Ainsi, en tant que coordinatrice parentale, je suis au chevet des coparents pour les aider à avancer vers la coexistence, à travers des petits pas du quotidien, en tentant la pacification de la communication et la conciliation.

L'accompagnement en coordination parentale est non confidentiel : les observations et le cheminement sont consignés dans les bilans que je rédige, en informant les coparents et en discutant le contenu avec eux.

8. Ces accompagnements en coparentalité ne sont pas des thérapies

Il est important de noter que les démarches d'accompagnement par la médiation, le coaching coparental ou la coordination parentale ne sont pas des thérapies. Certains comportements et difficultés personnelles, relationnelles ou systémiques peuvent être observés et discutés en séances, mais il n'entre pas dans l'objectif de ces démarches d'offrir un espace de traitement.

Pour avancer sur le sujet de la violence, voici quelques pistes :

En suisse, plusieurs associations proposent des accompagnements ciblés et de riches pistes de réflexions :

Sur Vaud, l'association « Violence, que faire ? » : www.violencequefaire.ch

En Valais, Caritas Valais : www.caritas-valais.ch/fr/depasser-violence-2.html

Une association québécoise propose un site internet fort instructif : www.aceurhomme.com