

Déconstruction des idées reçues sur la violence: Une alternative à la violence.

Fabienne Kuenzli-Monard

Résumé: Dans cet article, je présente une différente approche du phénomène de la violence domestique. Je présente un panorama des onze théories de la violence les plus fréquemment utilisées. J'explique pourquoi en tant que psychothérapeute issue du mouvement socio-constructiviste, la recherche de la causalité me paraît peu utile. Je m'attacherai aussi à répondre aux questions suivantes: A quoi sert une explication causale de la violence? Que renforce-t-elle? Qu'empêche-t-elle? Je propose aussi une alternative à l'explications causale, m'inspirant de l'explication des limites (Bateson). Il est plus utile de considérer ce qui empêche un problème d'être résolu ou dissout (l'intérêt et l'attention sont portés sur les contraintes ou les limitations), plutôt que d'où provient un problème (l'intérêt et l'attention sont portés sur l'examen de la dynamique familiale ou individuelle ou la pathologie). J'offre des pistes quant au positionnement du psychothérapeute et au dilemme éthique, auquel il fait face. Je propose des idées aux psychothérapeutes qui veulent aider les "prisonniers de la violence".

Summary: In this article, I present a different approach to domestic violence. I first introduce the reader to a panorama of the eleven most commonly used theories of domestic violence. I explain why, as a socio-constructivist therapist, the search for causality is not helpful. I shall answer different questions: What is the use of a causal explanation? What is it that a causal explanation prevents and reinforces? I offer an alternative to the causal explanation, based on the theory of limitations (Bateson). It is more helpful to consider what prevents a problem from being dissolved, than to wonder where a problem comes from. I suggest ideas regarding the positioning of the therapist, and his ethical dilemma facing violence. I offer concrete help in helping the prisoners of violence.

Mots-clés: Violence domestique, systémique, socio-constructivisme, postmodernisme, explication causale, responsabilité, éthique, réflexivité.

Key-words: Domestic violence, System Theory, socio-constructivism, postmodernism, causal explanation, responsibility, Ethics and reflexivity.

Sous nos latitudes, on a tendance à penser que si l'on comprend la cause d'un problème, il est déjà à demi résolu. Le monde "psy" véhicule souvent l'idée que, chez le professionnel de la santé, on peut dans un premier temps déceler les causes de notre comportement et dans un second temps se sentir mieux. En ce qui concerne la violence, plus particulièrement la violence domestique, nous pensons que l'attribution causale est délicate. Dans bien des cas, l'explication causale induit dans son énoncé, qui est coupable et qui est victime. Cette attribution causale peut même, dans certains cas, induire des effets "pervers". Il n'en demeure pas moins que la majorité des clients restent sur leur faim (pour

le mieux) ou se sentent angoissés, "incomplets", déprimés, déboussolés, confus (dans le pire des cas) si le professionnel ne propose pas une explication qui permette à l'autre de mettre du sens sur ce qu'il vit. Le propos de cet article est d'offrir un compte-rendu des principales explications de la violence au travers la littérature. Les explications causales de la violence prennent souvent comme déclencheur de violence des causes externes à l'individu telles que: le stress, la paupérisation, une constitution psychologique ou une enfance malheureuse. Puis, j'examinerais l'effet de cette attribution causale sur la personne, les relations et sur la violence elle-même. Je propose une alternative à l'attribution causale, m'inspirant des théories de Bateson (1972, 1978, 1979) et de White (1984, 1986a, 1986b, 1990). Il faut souligner que Bateson n'a jamais écrit directement sur la violence. Je propose une application de ces théories à la violence. Le psychothérapeute australien, White reprend les concepts de Bateson: le contexte et la limite. Il les développe pour trouver des idées novatrices dans le champ de la thérapie. J'emprunte ces idées pour les appliquer au problème de la violence domestique.

Socio-constructivisme et postmodernisme.

Chaque point de vue est influencé par des idées ou des *a priori* qui transforment et modifient notre compréhension de la réalité. Cet article fait sans cesse référence à mes présupposés théoriques et philosophiques. Mon approche est socio-constructiviste ou postmoderne. Dérivée des thérapies systémiques les plus récentes (cybernétique de deuxième ordre), la position socio-constructiviste comprend le psychothérapeute comme faisant partie intégrante du système qu'il influence. Sa position n'est pas neutre. Le psychothérapeute influence le système qu'il approche et est transformé par celui-ci. La critique postmoderne remet en question la culture et la tradition des pratiques psychothérapeutiques. Elle questionne la dichotomie posée entre l'expert-psychothérapeute et le "non-expert-client. Elle explore les structures hiérarchiques qui en découlent. Elle questionne les structures sur lesquelles reposent les théories psychologiques, les pratiques, la recherche et la formation des psychothérapeutes. Elle est l'enfant rebelle de la psychologie.

Les idées socio-constructivistes mettent en évidence la nature relationnelle et génératrice de la connaissance et du langage. Le langage est générateur de connaissance. Le langage crée d'autres réalités thérapeutiques. Il a le potentiel de transformer et de changer. Il est aussi vaste et infini en variété et en expression, que les personnes qui l'utilisent. Le lecteur peut être surpris par l'utilisation du langage qui peut paraître un peu lourde. Je n'utilise jamais les mots de "l'homme violent" ou de la "victime", mais toujours "l'homme ayant recours à la violence" ou "la femme victime de violence". Ces distinctions langagières sont essentielles dans ce qu'elles représentent. Elles séparent la personne de son action, lui laissant ainsi l'invitation au changement. L'homme est plus qu'un homme ayant recours à la violence. La femme est plus qu'une victime. Le vocabulaire des déficits psychologiques prévient souvent un changement. Différentes définitions donnent souvent lieu à différentes actions d'avancer et de changer. Penser l'homme "violent" ou la femme "victime", c'est penser l'être en terme stable, statique et définitifs.

Les théories systémiques, basées sur la cybernétique, remettent en question la recherche empirique et proposent des constructions différentes du problème. Le problème n'est plus basé sur une explication causale, linéaire du type: "Si A...alors B". Il n'y a pas d'explications "vraies" de la violence. Seules demeurent des constructions subjectives, créées par l'observateur en relation avec son contexte social. Aucune explication n'est *plus* vraie ou *plus* juste qu'une autre, certaines siéent mieux au contexte que d'autres. Certaines sont plus utiles aux clients que d'autres.

"De plus en plus, notre personne peut être comprise comme ayant simultanément plusieurs voix. Le "moi" (self) renferme une multitude d'autres voix, qui chantent chacun une autre mélodie, différents couplets et différents rythmes. Ces différentes voix ne sont pas forcément en harmonie. Parfois elle se rassemblent, parfois elle oublie de s'écouter, parfois elle crée une réelle cacophonie." ¹
(Gergen, 1991a, p. 83)

Au delà de l'explication de causalité linéaire: La théorie des limites.

Bateson prônait qu'une explication "négative" (ou en mouvement) d'un événement est préférable à une explication "positive" ou statique². Une explication négative est la suivante: *Les événements se produisent, parce qu'ils sont limités d'aller dans d'autres directions.* Appliqué à la violence, on trouve la proposition suivante: "Julien frappe, parce qu'il n'a pas essayé de communiquer autrement avec Sylvie³". L'explication non-cybernétique (explication positive ou statique) est du type: *Les événements arrivent, parce qu'une puissance intérieure à l'homme (une motivation ou une pulsion) pousse l'individu à agir de cette façon*". Appliquée à la violence, une explication positive est du type: *Julien frappe parce qu'il a toujours été violent, Julien frappe parce qu'il est rempli de colère*".

Il est fondamental de souligner qu'une explication non-systémique et dangereuse serait: *Julien frappe, parce que Sylvie l'a provoquée*". Elle est non-systémique, parce qu'elle localise la cause du comportement à l'intérieur de l'autre, plutôt que de l'attribuer au cœur de la relation. Elle rejette la responsabilité de l'action violente sur la victime, ce qui rends l'explication dangereuse. Cette explication souvent usitée induit une causalité linéaire, déplacée chez l'autre. Elle tend à justifier un comportement abusif et anéantir une prise de responsabilité, en rejetant la faute sur la personne qui subit l'acte de violence. Soit dit en passant, il n'est pas exclu que la personne subissant l'acte violent ait provoqué, mais cela ne justifie en rien la violence perpétuée sur le partenaire.

¹ Je traduis de l'anglais.

² Le terme "négatif" n'est pas à prendre dans son sens courant de mauvais, inutile, inefficace. Au contraire, pour Bateson, une explication négative est préférable à une explication positive en ce qu'elle offre une ouverture.

³ Il est clair que c'est exemple pourrait aussi être du type: "Sylvie frappe Julien parce qu'elle a pas essayé de lui parler autrement". La violence physique ou sexuelle perpétrée par les femmes existe. Elle est largement moins répandue, que la violence physique ou sexuelle perpétrée par les hommes.

Une explication négative est utile. Elle est utile en ce qu'elle génère du mouvement. On l'entend à l'énoncé: "*Qu'est-ce qui empêche Julien d'agir différemment?*" Cette question sous-entend une position de curiosité de la part du psychothérapeute, quant à ce qui empêche la personne d'agir différemment ou de trouver des alternatives à un comportement inadéquat ou à une interaction violente. Cette question invite l'autre à un mouvement, à une prise de responsabilité. L'explication négative empêche l'accès à l'explication causale.

Panorama de 11 théories de la violence.

Je classifie en 7 niveaux les 11 théories (ou explications) de la violence qui sont le plus souvent utilisées dans la littérature. Ces niveaux peuvent être représentés, schématiquement, par des cercles concentriques successifs. Le niveau I représente la théorie qui localise les causes du comportement violent comme intérieure de la personne. Le niveau 7 localise les causes du comportement violent comme extérieur à la personne⁴. Les 11 théories présentées sont toutes, à l'exception de la théorie de Walker (1977) des explications causales (linéaire ou circulaires) de la violence. Ces niveaux ne sont pas à mettre en parallèle avec un jugement de valeur. Ces théories sont riches et reflètent l'énorme complexité du phénomène de la violence. Les recherches sur la violence sont extrêmement importantes. Elle sont une inspiration et des fondations pour une réflexion. La critique postmoderne dérive et s'inspire continuellement de ces recherches et de ces théories. Sans la modernité, le postmodernisme n'aurait pas lieu d'être. La critique postmoderne nous engage à être curieux, et non iconoclaste.

Niveau I. Les théories qui localisent la violence à l'intérieur de la personne.

1) La théorie de la violence par la santé mentale. (Levin & Stava, 1987). "Il est fou, c'est pour cela qu'il a agit comment ça". Cette explication causale de la violence est largement utilisée. Les femmes subissant la violence domestique l'expliquent souvent par la folie de leur conjoint (Queensland Domestic Violence Task Force Report, 1988). Cette explication propose comme cause du comportement un désordre psychiatrique. Cette explication de la violence par la maladie mentale est alléchante par sa simplicité. Elle est de type causal. Si A existe (désordre psychologique) alors B arrive (violence). Dans cette attribution causale, la responsabilité est souvent renvoyée au psychothérapeute, qui a comment mission de traiter la personne de son mal, de sa violence. Les explications de ce type limitent la prise de responsabilité chez la personne qui agit violemment. De nombreuses recherches ont tenté d'établir le portrait-type de la personnalité de celui qui "abuse" (Levin & Stava, 1987, Russel, 1988). Ces profils sont peu fiables. Ils n'ont qu'une petite validité en matière de prédire qui serait potentiellement "agresseur"⁵. Ces caractéristiques sont souvent reprises pour décrire la

⁴ La classification que je propose s'inspire de Jenkins (1990) bien qu'elle soit différente.

⁵ Dans les recherches sur la violence, on trouve des thèmes récurrents pour définir la nature de la personne qui agit violemment: une très faible estime de soi, un sentiment de manque

personnalité de celui qui agit violemment. Toutefois, si l'on réunit ces descriptions en un "profil de personnalité" et que l'on utilise ce dernier comme modèle explicatif de l'abus, ces caractéristiques deviennent tautologiques. Hélas, ce modèle explicatif ne fournit pas d'alternative à la violence. Les explications tirées de la caractérologie comportent une profonde lacune: elles manquent l'explication centrale qui est (sous-tendues par maintes recherches et statistiques) pourquoi les êtres agissant violemment le font dans un certain contexte seulement.

2) La théorie du manque de contrôle sur soi, la théorie de l'impulsivité (National Committee on Violence, USA, 1990). Cette explication de la violence, on peut le comprendre à l'énoncé, a le désavantage d'inférer que la personne qui agit violemment n'a que très peu de contrôle sur son action. Si l'homme n'a pas le contrôle de son impulsivité comment peut-il prendre responsabilité pour ses actions, voire même les changer?

Niveau II. Les théories qui localisent la violence dans le développement.

3) Les théories développementales de la violence et les théories de l'apprentissage expliquent l'abus comme une répétition au sein des familles de comportements pathogènes: "Il est violent, parce que son père était violent". Les mécanismes psychologiques qui soutiennent ces répétitions étant le "modeling" (répétition du rôle parental ou du modèle) et le renforcement du comportement violent. Ces théories se basent sur des recherches qui indiquent clairement que le pourcentage des personnes qui agissent violemment est significativement plus élevé chez des personnes qui ont elles-mêmes été abusées (Gelles 1980, 1985, Rosenbaum, 1986). Cette théorie a été élaborée sur la base de recherches qui montrent que le pourcentage des adolescents victimes de violence est anormalement élevé, quant il s'agit de reproduire des comportements violents (Groth & Burgess, 1979) sur leurs partenaires. Ces théories sont d'un intérêt certain, mais elles sont délicates. Dans certains cas, l'explication développementale peut inviter la personne à regarder la cause ("J'ai été moi-même abusé") comme une fatalité et quasiment comme le justificatif du comportement violent.

de confiance en soi, un sentiment d'être inadéquat, un sentiment d'infériorité, un sentiment d'insuffisance par rapport à l'identité de mâle, une compréhension rigide du rôle masculin et féminin, ainsi que du rôle de parent(s), des attentes très élevées voire irréalistes par rapport à leur partenaire et à leurs enfants, une dépendance émotionnelle (manifestée par de la jalousie, des peurs d'abandon exprimées,...). Les gens qui agissent violemment sont décrits comme se sentant constamment menacé et trahis. Ils ont l'expérience d'autrui comme des gens qui leur veulent du mal. Ils sont très critiques vis-à-vis d'autrui. Les recherches montrent que les personnes qui ont recours à la violence sont enclin à minimiser l'importance de leur abus et à projeter la faute sur l'autre. Ils sont présentés dans la littérature comme ayant deux personnalités du type "Dr. Jekyll et Mister Hide".

4) La théorie du blocage d'origine psycho-sexuel. (Finkelhor & Araji 1986, Gondolf, 1985, 1987) explique la violence comme tirant son origine du développement psycho-sexuel. La personne est bloquée à un stade de développement ou a régressé à un stade de développement antérieur. La théorie des blocages propose essentiellement comme traitement l'enseignement des qualités sociales manquantes. Ceci est utile, mais le risque est grand d'empêcher à la personne ayant recours à la violence de prendre responsabilité pour ses actions.

Niveau III. Les théories qui localisent la violence au sein des relations humaines.

5) La théorie du contenant (Storr, 1970) fait partie des explications courantes données à la violence. Les hommes sont comparés à de grands réceptacles qui peuvent tolérer une capacité donnée de frustrations, d'insatisfactions ou de colère. Passé un certain seuil et en réponse au stress, la personne perd son équilibre et libère le surplus par une décharge d'énergie en l'occurrence: un acte violent. La métaphore de la marmite à vapeur sous pression, ou de la goutte d'eau qui fait déborder le vase est utilisée fréquemment pour défendre la théorie du contenant. L'homme est comparé à un mécanisme fini et défini ne pouvant tolérer qu'une quantité prévue de tension. Passé ce cap, l'explosion de violence est irréversible. Le "remplissage" du contenant est dû à des facteurs externes: stress, travail, conjoncture économique, conflits conjugaux. La conséquence possible d'une telle explication est que l'homme se sent faiblement en contrôle de cette tension et qu'il n'a que très peu de responsabilité quand au remplissage de ce contenant.

6) Le modèle de la frustration-agression (Deschner, 1984, Segal & Marshall, 1985) est sous-tendu par un modèle classique et populaire, très similaire à la théorie du contenant. Ce modèle soutient qu'il y a une linéarité dans cette relation: "si je suis frustré... alors j'agresse." Dans ces deux modèles explicatifs de la violence (contenant et frustration-agression), l'approche thérapeutique se borne à vider le contenant par des techniques telles que: sport, décharges d'énergie, relaxation, ou catharsis. Pas une seule de ces techniques ne vise à prévenir le remplissage du contenant. Ces théories peuvent aussi amener une profonde confusion quant à la colère. Dans ce schéma, la colère est vue comme un facteur de remplissage et donc comme négative. De là, à convaincre que la solution est d'éliminer totalement la colère, il n'y a qu'un pas. C'est oublier que colère et même le conflit peuvent être exprimés de manière non-violente.

Niveau IV. Les théories qui localisent l'abus dans des blocages de communication.

7) La théorie des blocages de la communication. (Finkelhor & Araji, 1986) soutient que les processus normaux de communication et d'entrée en contact sont bloqués chez les personnes agissant violemment. Selon certaines recherches, la personne qui agit violemment souffre d'un pauvre développement des qualités sociales et

relationnelles (Levin & Stava 1987, Russel, 1988). Il est fréquent de lire dans la littérature sur la violence domestique, que les hommes qui agissent violemment ont peine à exprimer leurs sentiments, et beaucoup de difficultés à établir, avec l'autre sexe, des liens d'intimité (Segal & Marshall, 1985). Beaucoup d'auteurs s'entendent sur le fait qu'il est difficile pour un homme qui agit violemment d'établir des relations intimes durables. Ce modèle explicatif est intéressant, mais il n'offre pas d'alternatives pour apprendre aux personnes ayant recours à la violence d'autres stratégies.

Niveau V. Les théories qui localisent la violence comme l'effet d'un état chimique différent, de l'utilisation d'alcool ou de drogues.

8) La théorie de la désinhibition (Kantor & Strauss, 1987, Radan 1976, Walker, 1984) explique le recours à la violence facilitée par une substance altérant l'état de conscience: "J'étais ivre mort, je ne savais plus ce que je faisais, je n'aurai jamais fait cela à jeun." Ces explications ont gagné du gallon dans la littérature. En effet, les problèmes de dépendance et de violence coexistent souvent. Il faut se méfier. Ces problèmes sont co-morbides, pas inductifs. L'alcool *et* la violence, et non pas l'alcool cause la violence. Il y a des gens qui abusent de l'alcool ou de drogues, sans avoir recours à la violence. De même, il y des gens qui ont recours à la violence sans drogue, ni alcool. Même en état de forte ivresse, il est rare qu'une personne s'en prenne à un policier ou à un représentant de la loi. Ce qui tend à montrer que dans ces situations la personne peut encore distinguer le choix de la victime.

Niveau VI. Les théories circulaires de la violence.

9) Ces théories localisent la violence et la comprennent comme générée au sein d'interactions (Bowen, 1978, Bozormenyi-Nagy, 1973). Les familles dans lesquelles l'abus s'installe, ont souvent été taxées de: manquant d'individuation, de systèmes fermés, de familles ayant des représentations des rôles et des sexes rigides ou de familles n'ayant que peu de conscience des limites et de distinctions entre les générations. Dans cette conception circulaire de l'abus, on peut comprendre la violence comme servant une fonction homéostatique: elle maintient l'équilibre de la famille. La violence sert une fonction très particulière au sein du système familial. Le comportement abusif maintient un arrangement familial précaire. Pour la personne qui abuse, la violence est justifié par la notion de correction. Le comportement du partenaire victime est regardé comme inexcusable et mérite un châtiment. La violence est utilisée comme le dernier instrument pour faire régner l'ordre et pour maintenir l'équilibre. La fonction homéostatique serait, dans ce cas précis, de maintenir l'inégalité de pouvoir au sein d'une relation et de maintenir la relation de dominant-dominé (Weitzman & Dreen, 1982). L'autre fonction homéostatique permet, au sein du système (famille ou couple), de réguler la distance entre les membres (éloignement, proximité). Cette distance est

fréquemment polarisée soit dans la fusion, soit dans le retrait, mais rarement dans une interaction saine.

Niveau VII. Les théories féministes.

10) L'explication féministe ou l'explication socioculturelle de la violence comprend la violence comme prenant sa source dans les structures sociales. Les traditions, les normes et les idéologies propres à nos cultures fondent et maintiennent la violence. L'organisation d'une famille dans la société moderne ne peut être comprise indépendamment des facteurs sociaux tels le stress, la paupérisation, l'isolement. Autant de facteurs construits socialement, qui semblent prédisposer l'homme à agir violemment. La violence et le comportement abusif sont favorisés (voire encouragés) par le fonctionnement social. Les comportements sociaux sont sanctionnés par ces mêmes facteurs. Les théories féministes se sont principalement intéressées aux inégalités de pouvoir entre l'homme et la femme. Le privilège et le statut attribué à l'homme dans nos sociétés est une des principales causes de la violence masculine. (Dobash 1979, Klein 1981, Schechter, 1982). L'homme est systématiquement socialisé à développer un potentiel violent. La violence est utilisée comme le moyen de maintenir des privilèges dans une société sexiste. Etant donné l'impact de la société sur la répétition du processus victimaire, certains auteurs vont jusqu'à dire que la responsabilité individuelle n'a pas de sens. L'influence de la société est si forte qu'elle "programme" les hommes à agir violemment.

11) Une explication à part: La théorie fonctionnelle de Walker.

Dans la ribambelle des explications proposées par niveau, le lecteur avertit s'étonnera de ne voir nulle part mentionné le nom de Léonore Walker (1977). Cette avant-gardiste est un des plus grands noms de la violence conjugale. La formalisation qu'elle fait de la violence est une explication dynamique, fonctionnelle, et non pas causale. Walker a construit sa théorie, sur la base de quelque mille interviews de femmes ayant subi la violence conjugale. Elles ont toutes décrit des similarités dans le processus de la violence⁶. Son explication de la violence fonctionne selon un cycle avec trois phases distinctes (tension, épisodes violents, "lune de miel"). Walker n'explique pas le "pourquoi" de la violence. Elle explique "comment" la violence s'instaure, s'intensifie et augmente. Ce modèle explique pourquoi, il est si difficile de se sortir de la violence.

⁶ Cette explication fonctionnelle est plausible aussi de part son application clinique. Quand je mentionne, dans ma pratique, l'explication fonctionnelle de Walker à des femmes victimes de violences. Je reçois, à peu près chaque fois, la même réponse. "Comment avez-vous su? C'est exactement ce que je vis à la maison. Qui c'est cette Madame Walker?"(!)

Sous plusieurs aspects la théorie fonctionnelle de Walker sur la violence mimique certaines théories sur l'addiction. Ce parallèle rend cette théorie extrêmement intéressante. L'indice de co-morbidité est élevé entre alcoolisme addiction et violence. Walker montre à quel point, comme dans l'addiction, il est difficile de se sortir de ces transactions violentes. Pour la femme, c'est une des choses les plus difficiles au monde que de partir. L'abus a quasi éliminé toute la confiance que la femme avait en elle. La femme, comme l'homme, devient dépendant de ce cercle addictif qu'est la violence. Dépendant de cet instant de plus en plus rare et de plus en plus court, qu'est la lune de miel (comparable au "high" de l'addiction). Ce cercle de la violence est un cercle vicieux. Les épisodes violents augmentent en intensité et en fréquence au cours du temps. Les prisonniers de la violence sont bloqués dans cette spirale infernale.

Evaluation des théories sur la violence.

D'un point de vue socio-constructiviste, les explications du phénomène et de la genèse de la violence ne se jaugent pas en terme de juste ou de faux. J'invite le lecteur à évaluer les théories présentées en terme d'utilité thérapeutique. Certaines explications sont plus utiles que d'autres. Quel est le critère de sélection? Comment détecter une explication utile? Je propose des questions comme critères d'évaluation:

- L'explication proposée est-elle à même d'accompagner nos clients vers l'autonomie ou la prise de responsabilité?
- Quel est l'effet d'une théorie choisie sur nos clients (patients)?
- L'explication aide-t-elle nos clients à agir de façon non-violente, à refuser l'invitation de la violence?
- L'explication choisie aide-t-elle la personne agissant violemment à trouver une alternative à la violence?
- L'explication offre-t-elle des alternatives pour agir différemment?
- L'explication choisie prend-elle en compte les différents contextes dans lesquels la violence a lieu?
- Est-ce que l'explication choisie permet, favorise ou induit un mouvement?

Les explications utiles offrent des solutions ou des alternatives à la violence. Elles sont:

- Celles qui invitent à l'auteur de violence d'agir ou de *réagir* différemment.
- Celles qui incitent la personne qui a recours à la violence à reconnaître et à prendre responsabilité pour ce qu'il a fait et à agir différemment.
- Celles qui invitent à la personne subissant la violence soit à se sortir d'une telle relation, soit d'y mettre des limites claires et efficaces.

Réflexivité et questionnement: Mon postulat sur la violence.

La réflexivité est la pierre angulaire de mon postulat sur la violence. C'est la réflexivité qui invite à un constant questionnement des théories et de leurs effets. Cette réflexivité qui

permettra à l'homme qui a recours à la violence de se rendre compte qu'il a d'autres choix. La même réflexivité encore qui permettra à la femme victime de violence de se regarder vivre et de juger sa situation à telle point inacceptable et intolérable qu'elle décidera de s'en sortir, à n'importe quel prix.

"La réflexivité est une des formes de raisonnement les plus avancées. La réflexivité donne à l'homme la capacité de choisir, plutôt que de se laisser guider par ses instincts ou ses besoins. La réflexivité est la fascinante capacité qu'a l'être humain de réfléchir à une situation en même temps (avant ou après) qu'il vit cette situation. En thérapie, chaque thérapeute peut utiliser et entraîner cette fascinante capacité: la réflexivité. En la pratiquant, le thérapeute se place en position méta. La position réflexive implique et assure une continuelle capacité de décider de changer ou de maintenir la direction prise par le thérapeute avec son client. Dans l'effort du thérapeute pour co-construire des conversations potentiellement utiles avec son client, le thérapeute peut, à chaque instant, contrôler et évaluer la qualité du processus dans lequel il s'est engagé."

Kuenzli-Monard, 2001, p.2-3⁷.

Au travers des explications causales et linéaires de la violence, la personne qui a recours à la violence est souvent clivée comme victime ou comme bourreau, ou les deux à la fois. La personne qui perpétue la violence est vue, dans l'explication causale, comme n'ayant que peu d'emprise sur la violence. De peu d'emprise à peu de responsabilité, il n'y a qu'un pas, vite franchi. Une position victimaire est induite chez la personne ayant recours à la violence, comme chez celle subissant la violence. Levin & Stava (1987) montrent dans leurs recherches que les personnes qui ont recours à la violence sont enclin à minimiser l'importance de leur abus et à projeter la faute sur l'autre. C'est dangereux, quant on voit que dans la littérature sur la violence, certaines explications de l'abus ont comme effet d'inciter un évitement de la responsabilisation chez la personne agissant violemment. Le recours à ces explication peut encourager chez l'homme, comme chez la femme, des solutions peu utiles. Dans l'explication causale linéaire, la personne qui a recours à la violence n'a que peu de liberté d'agir ou de réagir à ce nouveau statut de victime. Victime de son mal ou victime de son passé, le bourreau devient alors victime et perd la capacité d'agir ou de réagir différemment.

La recherche d'une explication causale peut être limitative voire dommageable, lorsqu'elle sert à soulager ou à excuser l'agresseur de son acte violent. Le risque est que le besoin de "se" ou d'être pardonné dépasse la prise de responsabilité de ses agissements et l'effort pour agir différemment. La personne qui agit violemment doit, dans un premier temps, prendre conscience et prendre responsabilité pour ses actes.

Parallèlement, les femmes victimes de violence peuvent tomber dans le même travers. Leur cheminement sera motivée par l'inévitable: "pourquoi moi?". Cette question, on peut l'entendre à son simple énoncé tend à amplifier le processus victimaire. C'est bien là, le risque encouru par la recherche d'explication causale: amplifier le clivage entre bourreau et victime. La recherche de causalité pourrait, dans certains cas, empêcher les

⁷. En anglais dans le texte d'origine.

êtres souffrant de violence de découvrir des représentations (ou des histoires) différentes d'eux-mêmes, des représentations dépassant le rôle cloisonné du bourreau et de la victime. Même si ces questions: "Pourquoi moi? Pourquoi ai-je subi cela? Pourquoi en suis-je arrivé là?" sont inhérentes au processus de deuil, lié au thème de la violence. Ces questions ont le désavantage d'induire, fréquemment, une responsabilité partagée: "Si je suis dans cette relation, ça n'est pas par hasard, je dois bien y être pour quelque chose, moi aussi." La personne victime de violence se convainc qu'elle y est "pour quelque chose" dans l'abus, l'idée peut prendre la forme de: "Je l'ai provoqué, je provoque de la violence chez lui "Puis, l'idée est souvent généralisée: "Je provoque de la violence chez presque tout le monde". Ces idées peuvent sur le long terme entraîner d'autres idées du types: "Je suis une mauvaise personne. Je ne mérite rien de mieux. Je ne suis pas aimable". On comprend aisément comment ces idées limitent la femme victime de violence de se sortir de cette violence. Ces idées augmentent le statut de victime, en augmentant le sentiment de honte et de haine envers soi-même.

Ces idées n'aident pas la personne à changer, à partir, à s'en sortir. Il est important au risque de choquer certains, d'affirmer que la femme qui subit la violence a elle aussi des responsabilités: celle de partir quand il y a violence. Celle de protéger les enfants de l'exposition directe ou indirecte à la violence. Les enfants ne peuvent pas s'en sortir seuls. Ils n'ont pas d'autre choix que de rester là où ils sont. Les femmes qui subissent la violence ont souvent (sauf quand elles sont séquestrées) la possibilité de s'en sortir, de quitter une relation trop abusive. C'est un choix extrêmement difficile et limité. Vu de l'extérieur on ne se rend pas bien compte de l'extrême difficulté de partir d'une relation violente. Pour un temps les femmes se mettent dans un plus grand danger. Le choix de partir peut et souvent implique une situation dramatique sur le point de vue économique social et psychologique. Les systèmes juridiques et pénaux (parfois sociaux) ne sont pas souvent des facilitateurs de ce départ. En se protégeant, les femmes victimes de violence protègent leurs enfants de la violence qu'ils subissent ou qu'ils observent. Dans bien des cas, elles empêchent la perpétuation de la violence pour des générations entières.

Les explications causales empêchent les gens aux prises avec la violence de trouver des solutions utiles ou constructives, tout occupés qu'ils sont à chercher le pourquoi, il en oublient le comment trouver le moyen d'agir différemment. Elles sont engendrées par des questions du type: "Pourquoi les hommes battent-ils les femmes? Pourquoi les femmes ne s'en sortent pas? Pourquoi Julien agit-il violemment avec Sylvie?" Les théories causales limitent. Elles prennent en compte une partie du champ omettant ainsi toute une autre partie de l'expérience de ceux qui vivent la violence.

Le grand danger pour le psychothérapeute qui décide de centrer le dialogue sur l'explication causale est que, souvent, il s'ensuit pour le patient (client) une recherche de l'attribution d'un coupable. Si la violence est considérée comme une réponse au stress ou aux conflits, ces facteurs peuvent devenir, involontairement, les causes de l'abus. Il y a alors création d'une causalité linéaire, éthiquement inacceptable, du type: "Si je subis du stress, alors j'use de violence". De ce présupposé à celui de la justification, il n'y a qu'un

pas. Le glissement à une justification du type: "Je n'y peux rien si je suis violent, c'est à cause de ..." est facile à effectuer.

Comment aider? La place et le positionnement du psychothérapeute. Une alternative à la violence.

Les psychothérapeutes qui partent de l'idée de faire accepter la responsabilité à ces personnes, ou de "casser le déni" auront probablement la malheureuse surprise de se retrouver nez à nez avec de la résistance. Ceux qui cherchent à comprendre comment et où l'idée (ou la représentation) de la violence est née (par un processus de déconstruction) risquent de créer un espace dialogique. Ce sera une invitation pour la personne sous l'emprise de la violence, de se raconter *autrement*, de se vivre autrement. Les psychothérapeutes auront peut-être la chance d'entrer avec leur patient dans une histoire alternative (White, 1984, 1991), une histoire à découvrir ensemble, au fil de ces conversations que nous voulons thérapeutiques. Une histoire où la violence ne mène plus l'histoire, où la personne redevient l'auteur de sa vie.

L'écoute de l'explication du client et de *son* attribution de causalité est pourtant essentielle. Pour engager nos clients dans une collaboration et éviter ce que nous, professionnels, appelons, craignons et souvent co-construisons: cette sacrée "résistance". Voir l'autre comme "résistant" est quasiment une garantie de non-succès. Nous créons souvent des résistances quand nous voulons rallier l'autre à notre point de vue, le ramener à la raison, (étant entendu d'avance qui est le détenteur de la raison!). Dans la dynamique de la violence, quant on sait à quel point les positions peuvent être rigidifiées et polarisées, il est essentiel de concentrer nos efforts à éviter cette résistance. L'écoute de l'explication du client (patient) est essentielle pour qu'une relation thérapeutique prenne naissance. Ce ne sont pas forcément *nos* explications de la violence qui vont être utiles à notre client.

Il est central que l'histoire de chacun soit écoutée (et surtout entendue). Les femmes qui subissent la violence souffrent de ne pas avoir de voix, de ne pas être entendues, reconnues, comprises et aimées. Les femmes souffrant des assauts de la violence se sentent souvent invisibles et seules au monde. Ecouter leur histoire et les laisser se raconter est aussi une façon de les laisser être. Il arrive fréquemment que pour mettre du sens sur le vécu, les personnes subissant des violences aient recours à la recherche de causalité. Nulle n'est besoin de démanteler cette causalité, si elle est utile pour la personne. Il faut prendre un soin extrême avant de décider de remettre en question l'attribution causale de l'autre. Cette démarche peut vite être perçue comme irrespectueuse, voire même violente. Remettre en question les idées de l'autre peut prendre le parfum amère du jugement (non seulement vous souffrez, mais vous souffrez mal, vous ne comprenez pas votre propre situation). Les personnes subissant le lourd fardeau de la violence ont besoin d'être comprises, écoutées, validées et accompagnées dans leur expérience, mais pas forcément d'être excusées.

Les psychothérapeutes peuvent aussi devenir obnubilés par la recherche d'explications causales. Que ce soit parce que l'acte violent est à tel point intolérable, qu'il faille y trouver une cause ou pour une quelconque autre raison. Ce faisant, ils peuvent, par inadvertance, inciter leur clients à s'intéresser à des modèles de causalité qui pourraient induire la déresponsabilisation de l'agir, plutôt que des solutions concrètes pour éviter la répétition de l'acte violent.

Inspirée de la théorie des limites (Bateson 1972) reprise par White (1980), je propose son application à la violence et offre au clinicien des questions utiles pour sortir de transactions violentes:

- Comment Julien pourrait-il agir ou réagir différemment?
- Si Julien ne frappait pas Sylvie, que ferait-il de différent?
- Si au lieu de frapper Sylvie, son poing s'ouvrait et pouvait soudain parler, qu'est-ce que ce poing dirait?
- Qu'est-ce qui serait différent dans la vie de Julien et de Sylvie, s'il n'y avait pas de violence?

Cette théorie de la violence par les limites se base sur le présupposé suivant: tout être humain a la capacité de se comporter avec respect avec l'autre, sauf s'il en est empêché (par une limite, une contrainte). Les limites peuvent être des traditions, des habitudes, des croyances ou des idées qui influencent la façon dont l'être humain se représente le monde et lui-même. **Les contraintes ne causent pas le comportement abusif.** Elles influencent la vie d'un homme ou d'une femme et peuvent, momentanément, empêcher la personne de se réapproprier la responsabilité de ses actions. En aucun cas, la présence d'idées limitatives implique que l'homme agisse violemment. Il peut être capable d'entretenir avec ses proches une relation respectueuse et ouverte. S'il commet des actes violents, il sera tenté de développer des idées contraignantes et non-utiles. Ces idées restreignent l'accès à la prise de responsabilité. Elles favoriseront l'attribution d'une causalité extérieure à la personne.

Conclusion.

Il est essentiel de faire la distinction entre une explication causale et une limitation. Il y a une différence entre le fait de proposer des causes du comportement et de proposer à l'individu des facteurs qui peuvent empêcher (momentanément) la personne de prendre responsabilité pour ses actes. Souvent, l'explication causale clive la dynamique déjà polarisée entre victime et bourreau. Souvent, elle maintient la violence, plutôt que de l'éliminer. Il peut y avoir hélas une rupture entre l'intention et l'effet du psychothérapeute, entre l'action du psychothérapeute et la réponse du client. Je propose une alternative à la violence. Par l'utilisation de questions et la pratique de la réflexivité, je m'intéresse à comprendre ce qui a empêché la personne qui a recours à la violence de sortir de la violence et ce qui empêche la personne dans une transaction violente de s'en sortir. Le clinicien influence et est influencé par les questions qu'il pose (Tomm, 1983, 1987, 1988). Sa

pensée est influencée non seulement par ses présupposés mais aussi, en retour, par certaines formulations. En règle générale, les questions linéaires tendent à produire des raisonnements linéaires. De même, les questions circulaires tendent à favoriser des raisonnements circulaires. Les questions réflexives ont un effet libérateur. Les prisonniers de la violence sont invités à créer leurs propres connections entre les événements, sans y être poussé par le psychothérapeute.

La réflexivité et le questionnement créent de nouvelles possibilités. La réflexivité permet une réévaluation de la situation sans violence, sans dureté, et sans menacer la perception actuelle de la personne, aux prises avec la violence. Les effets de nos questions ne se matérialisent pas toujours au moment de l'entretien par une réaction immédiate du client. Certaines questions restent en gestation dans la tête de nos clients des jours durant, parfois des années. Mais quand elles créent un effet, ces sacrées questions... elles continuent de provoquer un effet. Que nous le voulions ou non, en tant que psychothérapeute, le choix de nos a priori et nos intentions sont matérialisés par nos questions. Elles préfigurent, dans une large mesure la réponse et la réaction de nos clients. L'espace thérapeutique est une co-création. Il est de notre devoir et de notre responsabilité en tant que psychothérapeutes de donner le meilleur de nous-même à ces relations que nous voulons thérapeutiques.