

VIOLENCES, CULTURES ET DROITS DE L'HOMME

Un plaidoyer pour la prévention primaire et secondaire

Gisela Perren-Klingler, Suisse

1. Introduction

La violence laisse des marques, non seulement au niveau physique, mais aussi au niveau psychologique et social. Toute violence est commise dans un cadre socio-politique et dans une culture donnée. Pour que la violence explose, il y a besoin de quelques données sociales: Martin Baro les a appelées **destruction psychosociale** (1994). Il s'agit de la violence, de la marginalisation et du mensonge institutionnel. Ces trois éléments constituent une violation des Droits de l'homme, et je pense pour ma part que l'on ne peut intervenir pour aider les victimes que lorsqu'on est conscient de ce cadre socio-culturel.

Tout acte agressif est un acte de violence au sens strict. Cependant, la limite entre ce qui est encore acceptable et ce qui est violence dépend de la culture. D'un côté, c'est la culture de la victime, de l'autre celle de l'exécutant. N'oublions pas la Bible, qui dit que celui qui aime son fils le châtie, et que le temps de la gifle pédagogique n'est pas encore passé partout en Europe. Dans le cadre de la signature des Droits de l'enfant, on est en train de pénaliser les moyens éducatifs de violence, et dans certains pays aussi les parents...Où se trouve le seuil de violence au-dessus duquel une violence est perçue comme telle ? En quoi l'intention de l'acteur joue-t-elle un rôle, tant sur le plan juridique que dans le vécu de la victime ? Quand la violence devient-elle criminelle, et quand porte-t-elle le nom de "torture" ?

Tous ces aspects dépendent des présupposés culturels. Comme très souvent, ces présupposés sont inconscients; ils appartiennent à la culture et ne sont pas pris en compte.

J'ai eu l'occasion de visiter la Chine en tant que membre d'une délégation de l'International Society of Traumatic Stress". Après deux jours dans plusieurs hôpitaux psychiatriques et de médecine interne, j'ai commencé à avoir l'impression que mes collègues chinois ne pouvaient pas imaginer un tel concept. Avec mes yeux d'Européenne, je pouvais diagnostiquer par exemple un syndrome de stress post-traumatique chez un vieux général de Mao Tsé Toung. Il en présentait tous les symptômes, mais pour mes confrères, il souffrait d'une maladie de fatigue généralisée. A la fin de notre visite au Sud de la Chine, un responsable local m'a donné une réponse: il nous a montré, dans une contrée ravagée par les inondations, tout ce que le Parti avait fait pour aider les victimes de la catastrophe. Quand j'ai demandé si les gens

ne souffraient pas de séquelles psychologiques, il m'a répondu que avec tout ce qui avait été fait pour la population, souffrir aurait signifié ne plus avoir confiance dans le Parti, ce qui en clair voulait dire "rééducation"...

Ceci pour souligner combien la culture intervient dans l'interprétation de ce qu'est la violence, et dans la manière de "faire avec" (coping).

Les Droits de l'homme ne sont pas une invention de 1948, année de leur déclaration officielle par l'ONU. Les religions leur ont donné de l'importance par exemple dans le Décalogue, ou dans le commandement de l'Amour du prochain. La Révolution française les a appelés "Liberté. Egalité, Fraternité".

Ce qui est différent dans la Déclaration universelle des Droits de l'homme, c'est que ces Droits sont des droits pour tout un chacun, indépendamment de la culture, de la race, de l'origine, et que l'Etat en porte la responsabilité. Le **Droit à l'intégrité physique, psychologique et morale** est en plus minutieusement expliqué. La définition a passé du religieux au juridique et social.

2. Conséquences psychologiques de la violence

A part les blessures somatiques, la violence laisse aussi toujours des marques psychologiques et sociales: on peut distinguer les marques psychologiques non-spécifiques (Mollica, 1990) et spécifiques (APA, 1987). Ces deux catégories peuvent être mieux comprises quand on connaît leur origine.

2.1 Réactions spécifiques

Dans l'exposition à la violence, c'est-à-dire dans le traumatisme, la personne humaine réagit toujours de la même manière quelle que soit sa culture. C'est la réaction de stress décrite plus d'un demi-siècle auparavant par Selye (1930). La réaction de fuite ou de combat est aujourd'hui connue avec toutes ses répercussions sur le cerveau: la première réaction est automatique, et la personne n'en est pas consciente: "l'*Appraisal*, l'évaluation préconsciente" (Horowitz, 1976), met en route un processus cortico-hypothalamo-hypophysaire qui active les glandes surrénales. La production des hormones de stress - adrénaline et noradrénaline - et, au niveau central, d'endorphines et de sérotonines, a des effets physiques et psychologiques:

Au niveau physique, une augmentation de la force musculaire et de la tension artérielle, une accélération de la respiration, du débit cardiaque et du pouls. La perception de la douleur baisse.

Au niveau psychologique, l'attention se focalise vers l'extérieur ou l'intérieur, l'émotion est anesthésiée, et la personne peut se dissocier.

Toutes ces réactions dues à la physiologie humaine sont observables quelles que soient les cultures, quoique, d'après mes observations personnelles, la "quantité" de réactions spécifiques dépende de l'apprentissage culturel (Perren-Klingler, 1995, 1998).

La réaction traumatique aiguë qui suit immédiatement l'exposition au traumatisme est caractérisée par la triade psychologique issue de ce que je viens de décrire: l'hyper-excitation somatique permanente, la focalisation de l'attention dirigée indépendamment de la volonté, comme par fixation, sur des souvenirs récurrents intrusifs (le jour sous forme de flash back, la nuit sous forme de cauchemars, et chez les enfants dans le jeu traumatique). La dissociation se poursuit dans des comportements évitatifs à l'égard de l'extérieur (évitement de lieux, de personnes ou de situations qui pourraient faire penser au traumatisme), ou à l'égard de l'intérieur, en anesthésiant les émotions.

Dans l'exposition traumatique, l'être humain n'a pas le temps de se poser des questions, d'interpréter ni de prendre conscience de ses émotions. Cette activité ne commence à se faire que lorsque la violence a passé, dès qu'une certaine sécurité a commencé à s'établir. C'est la réaction aiguë au stress qui s'installe alors. Les Américains l'appellent "Acute Stress Disorder" (APA, 1994), mais partout au moins en Europe, nous sommes d'accord pour reconnaître que cette réaction est **normale et naturelle**, face à une situation de violence traumatique qui doit être considérée comme anormale (Keilsson, 1979), ce qui est une prise de position éminemment politique.

2.2 Réactions non-spécifiques

Les réactions non-spécifiques sont les réactions liées à l'impuissance et à la perception chaotique ressenties pendant le moment traumatique. Ce sont des émotions insupportables et négatives, qui usent la personne dans le temps. C'est la honte (de l'impuissance), la rage, l'horreur, l'angoisse, la culpabilité, et toute autre émotion négative possible. Les réactions à la perte de quelque chose, la tristesse, le deuil, la confusion sont également observables. On les appelle "non-spécifiques" parce qu'elles apparaissent aussi dans des contextes indépendants d'un traumatisme.

3. Définition des types de traumatisme, manière de les gérer ("faire avec")

La définition du traumatisme doit être clairement posée surtout là où se trouvent des professionnels de la santé qui connaissent le grec; il faut bien mettre en évidence le fait que la définition posée par les Américains est différente de ce que l'on pourrait attendre. Le Trauma est un événement de violence **hors de la norme**, qui met en danger l'intégrité physique et / ou psychologique d'une personne ou d'un groupe de personnes. Implicitement se trouve dans cette définition une dimension politique et culturelle: "*Quelle est la norme de la violence dans ma culture ?*" Voilà la définition socio-politique de la violence.

Au niveau des effets, il faut faire une différence entre la violence due à un événement naturel, une catastrophe "God made", "voulue par Dieu", ou un événement causé par l'être humain, "Man made". L'interprétation d'un événement et la construction de son sens sont différents selon qu'il y a Dieu, la Nature ou l'homme comme responsable de la violence. L'interprétation d'une catastrophe dite "naturelle" est beaucoup plus facile que celle d'une persécution politique ou de la torture.

Le Type I (Terr.1989) définit un traumatisme unique et imprévu, avec un commencement et une fin clairs et nets. Il est plus facile à surmonter par une personnalité saine que

Le type II, événement répétitif et prévisible, mais auquel on est livré avec toute l'impuissance de celui qui prévoit sans pouvoir éviter. Le type II laisse des traces plus insidieuses, surtout lorsqu'il survient pendant l'enfance. Il est connu dans la violence et les abus sexuels intra-familiaux; les professionnels de l'aide sont également susceptibles d'être victimes d'un traumatisme de ce type ("traumatisme vicariant", "vicarious Traumatization").

Face à des catastrophes naturelles, les "God made catastrophes", la solidarité humaine se met aisément en place; le soutien du voisin ou des proches est facile à mobiliser. Normalement, la honte en tant que réaction non-spécifique n'apparaît que très marginalement, tandis que l'horreur, l'angoisse et peut-être une certaine culpabilité sont des sentiments observables.

Dans les violences dues à des êtres humains, la solidarité et l'aide spontanée deviennent souvent plus compliquées. La violence structurale (Galtung) fait croire que tout a été fait pour les victimes et que, si elles ne se sentent pas bien, c'est de leur faute (comme dans l'exemple des Chinois). En médecine, cela a abouti au concept de névrose de rente après des accidents plutôt anodins et bien traités.

Si la violence est due à la destruction psychosociale, avec marginalisation, précarisation et dans l'extrême la persécution, alors l'aide devient encore plus hésitante, et cela pour deux raisons:

- l'étranger, celui qui n'est pas comme moi, sur le plan culturel, social, ethnique, religieux, politique, ou de sexe, en quoi a-t-il droit à ma solidarité ? Quel est le risque que je cours en lui apportant mon soutien ? Cette hésitation sociale peut aller jusqu'à l'intimidation totale par le terrorisme d'Etat, où l'on risque de se faire torturer ou tuer soi-même si l'on ose lever la voix pour défendre l'intérêt des victimes.
- la victime, après avoir tenté de parler de ce qui lui est arrivé, pense que l'on ne veut pas l'entendre. Elle se tait, soit par honte, soit par peur de faire du mal à l'autre (Pennebaker, 1993, Becerra, 1995, Dyregrov, 1992).

C'est le soutien social qui s'avère être le plus important pour toute victime de violence. Qu'il s'agisse de la femme violée, prise au sérieux par son entourage, entourée par sa famille et ses amis, ou bien le torturé, compris et accepté moralement par ses amis politiques et sa famille. La victime d'un accident intègre mieux son vécu lorsque le soutien social fonctionne. Presque toutes les religions ont développé des rituels qui aident à intégrer le vécu de la violence. Ces rituels présentent souvent une structure similaire: parler, ordonner les événements, en faire une histoire avec un "fil rouge", du commencement à la fin, avec tous les faits qui le composent. Ce n'est que de cette façon que l'interlocuteur pourra se faire sa propre image ou film des événements, et compatir en conséquence. La tendance à ne pas vouloir parler, mais aussi le refus d'écouter parce que cela fait trop mal est une tendance dangereuse et pernicieuse (Semprun). Elle permet l'installation de ce silence pathogène que nous connaissons si bien, celui de l'Holocauste (Klein, 1970), et des abus sexuels intra-familiaux (Madanes, 1990). Nous avons appris entre-temps que ce silence tendait à marquer les générations suivantes de façon très spécifique.

Une fois l'histoire établie, ordonnée et partagée au niveau du discours, il faut absolument parler aussi des émotions et de la manière dont on comprend et interprète ce vécu violent. Les émotions sont aussi importantes que l'histoire, et elles sont plus facilement gérables une fois l'histoire établie. On peut les retravailler d'après la technique du "Focusing" (Gendlin, 19), ou avec l'aide des techniques d'hypnose contre la douleur (Bandler, 19). Il ne suffit jamais de les nommer seulement, mais il faudra toujours les ressentir dans le corps, en un sens les revivre mais dans un cadre différent, c'est-à-dire dans un autre lieu et entouré par des personnes différentes. Tout cela a déjà été élaboré dans l'histoire établie auparavant. Ce travail est spécifique à chaque personne et chaque culture.

Sur le plan linguistique, il ne fait aucun doute que les mots exprimant les émotions ne sont jamais traduisibles totalement. L'"impuissance" n'est pas exactement "helplessness" ou "Ohnmacht" ou "impotencia". La rage n'est pas exactement "rage", ou "Wut", ou "rabia". La honte n'est pas exactement "shame", "Scham" ou "vergogna".

En outre, l'aspect psycholinguistique doit tenir compte de chaque personnalité qui est différente: chacun d'entre nous aura une autre description au niveau physique de ce qu'est l'impuissance dans son corps. La technique du "Focusing" ou la description à l'aide des sous-modalités sensorielles s'y prête à merveille. Et ce n'est qu'à partir de cette description somatique que l'individu peut trouver un mot qui corresponde à ce qu'il ressent, parfois plusieurs émotions. A travers la parole, l'individu crée un nouveau contrôle cognitif de ses émotions, qui sont la plupart du temps des émotions négatives.

Pendant la reconstitution de l'histoire et des émotions impliquées, la réponse empathique de l'interlocuteur s'élabore automatiquement, par exemple sous la forme de sentiments partagés d'horreur, mais aussi par la solidarité, l'appui et le soutien, la dénonciation et la demande de justice. Toutes ces réactions ont une place importante dans le processus qui permet de donner un sens au vécu de violence, et par là-même de l'intégrer.

De nouvelles recherches en psycholinguistique ont permis de mettre en évidence chez des femmes violées tous les signes d'un syndrome de stress post-traumatique. Edna Foa (1998) et Pennebaker (1997) ont montré que, dans une thérapie - pour l'occasion cognitivo-comportementale - les symptômes perdent de l'importance en même temps que le récit du vécu traumatique change dans sa structure linguistique. Foa a refait cette expérience avec des survivants de l'Holocauste, ce qui lui a permis de dégager les mêmes éléments caractéristiques.

Cela signifie que le traumatisme met le désordre et le chaos dans la manière dont le souvenir est gardé, et que ce désordre se manifeste aussi au niveau du langage. Comme l'être humain n'est pas un être dans un sens unique de ce terme, cela expliquerait comment la structuration de l'histoire au niveau cognitif et émotionnel jouent un rôle important dans le debriefing psychologique. Le debriefing psychologique historique (Shalev et al., 1998), est une mesure de **prévention secondaire** après une exposition traumatique.

La prévention primaire par contre travaille à prévenir la violence elle-même, tant par l'éducation à la paix que par la médiation ou la négociation pacifique. Elle dépend avant tout de la volonté politique.

4. Trois exemples tirés de trois milieux différents

4.1 La première illustration vient de mon travail chez les **jeunes détenus dans les prisons** d'Europe. Je leur rends visite en tant que membre suisse du CPT (Comité pour la Prévention de la Torture, Strasbourg).

Quand j'ai le temps de parler un peu plus longuement avec les jeunes délinquants, je suis chaque fois frappée de constater combien de violences ils ont vécues dans leur enfance. La relation causale avec leur délinquance est au moins en partie évidente. Ils ont par

exemple grandi dans une famille dont le père était violent quand il avait bu; il était peut être au chômage, ou lui-même en prison. La mère, dépassée par cette violence, est absente. C'est elle qui travaille pour apporter à la famille une part de subsistance minimale. Ces jeunes, sans aucune chance scolaire ou même au chômage, commencent très jeunes à commettre des crimes. Habituellement, cela commence par des infractions à la propriété; ils sont alors détenus pour être "réhabilités" ou "rééduqués". Ce qui frappe, c'est que la violence et les mensonges institutionnels continuent en prison. Si les détenus ne se comportent pas "comme il faut", ils sont punis par l'isolement, ce qui a un effet néfaste, souvent traumatisant, sur leur développement psychosocial. Les jeunes sont très conscients des mensonges institutionnels, et les appellent plutôt injustice sociale. Au niveau de l'individu, on peut reconnaître l'hyperexcitation, qui perturbe toute concentration et rend agressif, la dissociation émotionnelle, non-reconnaissance de la souffrance de la victime qu'ils ont agressée, exactement comme ce qu'ils ont vécu eux- même comme enfants de la part de leur entourage. Ils reproduisent dans le jeu traumatique ce qu'ils ont vécu et subi de la part de la société.

C'est ainsi que dans ce milieu très particulier, la théorie de Baro sur la marginalisation, la violence et les mensonges institutionnels se vérifie. L'Etat qui punit et se targue de réhabiliter et de rééduquer joue un jeu qui fait que le jeune n'y aura qu'une chance minimale de sortir de cette culture marginalisée, ce qui conduira la génération suivante dans le même cercle de problèmes. Sur le plan individuel, on peut remarquer que l'hyperexcitation, le jeu traumatique, la dissociation des émotions sont présents, et sont peut-être la cause de la délinquance.

La prévention primaire passe par une prise de conscience politique, le respect des Droits de l'homme et de l'enfant, la lutte contre la pauvreté, le chômage, la précarité et la marginalisation. Une éducation adaptée et adéquate s'impose pour permettre à ces jeunes de faire des apprentissages en rapport avec leur culture et leurs capacités. Il est clair que les besoins de

ces enfants sont différents de ceux de nos enfants. Avant toute chose, il faut pouvoir tabler sur une base sociale, politique et pédagogique. Ce n'est qu'après que la psychologie et la psychothérapie ont peut-être une place.

4.2 La deuxième illustration vient des milieux de la police : la police est un groupe de professionnels exposés à toutes sortes de violence dans leur travail :

Détenir un criminel, mener des enquêtes dans des affaires de mœurs, avoir affaire avec des blessés et des morts lors de catastrophes de la route ou de l'air, devoir se servir d'armes à feu ou être menacé par des armes à feu, toutes ces situations et bien d'autres ne peuvent être gérées que par la réaction de stress avec tous ses aspects psycho- physiologiques. Mais elles peuvent engendrer des réactions traumatiques aiguës qui durent plus d'une journée. Avec le cumul de diverses expositions traumatiques, un trop- plein se fait à un certain moment chez tout être humain. Et c'est alors que la réaction aiguë traumatique se transforme en syn-

*drome de stress post-traumatique, c'est-à-dire en une affection qui dure. Un policier hyper-excité et dissocié est un danger pour la population, pour lui-même et pour sa famille. Plus il est dissocié et hyperexcité, plus grand est le risque qu'il viole les Droits de l'homme. Ce risque s'accroît avec l'intensité du développement permanent des réactions au stress. Mais comme on ne peut pas avoir la prétention de prévenir la violence à laquelle le policier a dû faire face, il faut envisager la **prévention secondaire**. Aux Etats-Unis, mais aussi de plus en plus en Europe, on a commencé à offrir un soutien aux policiers sous la forme de support psychosocial, defusing, debriefing etc. après une exposition traumatique grave. Il est clair qu'un policier n'a pas besoin de cela tous les jours; il faut aussi tenir compte d'une certaine accoutumance à la violence, et de professionnalisme, qui fait partie de la culture de la police. Mais le Droit de l'homme à la santé mentale s'exprime aussi dans les interventions préventives à l'intention des policiers. La procédure pour motiver des hommes comme les policiers est bien sûr différente de celle qui est appliquée dans d'autres contextes. Il est très important que soit donnée toute l'information sur le fait que ces réactions sont normales et naturelles, pour qu'ils puissent se sentir aussi concernés. Il faut les persuader que l'accès aux émotions est nécessaire pour qu'ils soient de bons pères et maris. Le travail de motivation, de formation et de debriefing doit donc être adapté à leur propre culture.*

4.3 La troisième illustration vient de la lutte politique d'Amérique Latine :

Lors des dictatures militaires dans le Cône Sud, particulièrement au Chili et en Uruguay, les activistes torturés avaient fait leur propre prévention. Avant tout, ils étaient préparés et prêts à la torture, et ils savaient qu'ils ne pouvaient compter que sur eux-mêmes. Ensuite, en prison, ils se racontaient en détail ce qui s'était passé, ils se consolaient et se donnaient mutuellement appui. Le réseau social politique continuait d'exister et de fonctionner en prison dans les structures des partis, le réseau familial de l'extérieur apportait un soutien solidaire, malgré la terreur et la précarité. Ces personnes sont bien sûr marquées par leur vécu de violence, mais ont un discours ordonné sur ce qui s'est passé, et les émotions sont calmées même dans des moments spécifiques. J'ai pu m'en rendre compte lors d'une visite à Montevideo cet été, où j'ai revu de nombreux ex-prisonniers politiques que j'avais visités dans le cadre du CICR au commencement des années 80.

Ici, la prévention secondaire a été faite directement par les individus concernés. Ils en avaient les moyens, même si les Droits de l'homme n'avaient pas été respectés par des gouvernements non démocratiques.

Dans ce cas, la prévention primaire aurait été le respect et la mise en application des Droits de l'homme par les Etats concernés, même si les détenus politiques étaient considérés comme des terroristes. Ce sont eux qui ont fait de la prévention secondaire après avoir été soumis à la torture.

5. Conclusion

La violence est en relation avec des aspects politiques, sociaux et culturels. C'est une affaire qui nous concerne tous en tant que citoyens. Ce n'est pas uniquement une affaire médico-psychologique. Il est clair que la violence laisse aussi des séquelles psychologiques, mais celles-ci ne sont traitables par nous, professionnels médico-psychologiques, que si nous sommes capables de les comprendre dans un contexte culturel et socio-politique, et si la société entreprend d'apporter un soutien global aux victimes. Comme nous ne sommes pas encore capables de faire de la prévention primaire, c'est-à-dire de prévenir la violence, de protéger l'individu et de faire respecter les Droits de l'homme, soyons au moins attentifs à la prévention secondaire. C'est notre responsabilité de faire savoir aux professionnels de l'aide, policiers, pompiers, ambulanciers, mais aussi aux enseignants et à toute la population qu'après une exposition traumatique, les réactions éprouvées sont normales et naturelles, mais que l'on peut apprendre à les gérer. Il faut affirmer clairement que ce qu'ont fait les détenus d'Amérique latine est nécessaire: être présent, écouter, aider à lever le secret et le silence, faire une histoire cohérente, dénoncer, prendre en compte les émotions concomitantes et les valeurs lésées, demander justice. Nous devrions ouvrir les yeux des personnes concernées sur leurs propres ressources ainsi que sur les ressources culturelles, familiales et sociales, sur les réseaux de solidarité qui existent presque partout. Et si dans un contexte précis nous n'en voyons aucun, restons conscients que l'ethnologue Turnbull (197), qui a décrit la tribu africaine des Iks, "Mountain people", en propose une vision erronée. Ce fut l'étude d'une situation momentanée pour une population en extrême détresse. Or cette population a trouvé des ressources suffisantes pour lui permettre de survivre et de réintroduire ses rituels de réconciliation et ses fêtes religieuses.

Tant qu'une personne ou un groupe de personnes est vivant, les ressources sont présentes. Si nous n'en voyons pas, c'est à cause de notre propre manque de ressources et de notre regard non adapté à une culture différente. C'est notre manque de respect face à l'autre, que nous ne connaissons pas assez bien. Le respect à l'égard des victimes n'est qu'une autre facette des Droits de l'homme.

Les Droits de l'homme seront, à long terme, la meilleure prévention primaire. Avant d'avoir atteint cette utopie - et tout en encourageant le respect de ces Droits - soyons attentifs à la prévention secondaire, soutien immédiat et aussi complet que possible pour les victimes de violences de toutes sortes.

La bibliographie peut être obtenue auprès de l'auteur