

Je suis la personne que tu aimes détester.

Rob Halford

L'histoire de Kati



Niveau 4



10-20



60 min



Complexité Niveau 4

Taille du groupe 10 à 20

Durée 60 minutes

Aperçu Cette courte activité de simulation vise à encourager l'empathie envers les victimes de violence interpersonnelle ou relationnelle, et explique que le processus de sortie d'une relation violente se fait généralement par étapes. Les participants écoutent une histoire et utilisent des couvertures pour symboliser les différentes étapes de l'entrée et de la sortie d'une relation violente.

Objectifs

- Identifier les étapes d'une relation violente typique et développer une compréhension du processus de sortie d'une relation violente
- Développer de l'empathie envers les victimes de violence interpersonnelle ou relationnelle
- Discuter du rôle que peuvent jouer les tierces personnes (amis, membres de la famille, aidants professionnels, etc.) pour aider une personne à sortir d'une relation violente

Matériels

- Un espace clos, avec des portes qu'il est possible de fermer, et de taille suffisante pour que le groupe entier puisse se tenir en cercle autour d'une chaise
- Une chaise à placer au milieu de la pièce
- Huit couvertures ou draps de lit légers, assez grands pour couvrir complètement une personne adulte



Préparation

- Avant de démarrer l'activité, familiarisez-vous avec la question de la violence dans les relations, y compris la violence physique. Le chapitre 1 de ce manuel vous aidera à clarifier les différences entre les différents types de violence, en particulier les sections traitant de la violence familiale et de la maltraitance.
- Assurez-vous de pouvoir compter sur un coanimateur - idéalement quelqu'un qui a déjà travaillé avec ce groupe. Si vous intervenez seul, demandez à un participant de remplir ce rôle.
- Avant de commencer l'activité, demandez à une personne que vous pensez « solide sur le plan émotionnel » si elle accepterait d'assumer le rôle de Kati. Présentez-lui l'activité dans son ensemble avant de solliciter sa réponse. Assurez-vous qu'elle comprend que les couvertures seront placées sur elle et qu'elle ne souffre d'aucune forme de claustrophobie ou d'anxiété.
- Préparez la salle en disposant une chaise au centre et en créant un espace de manière à ce que tous les participants puissent s'asseoir en cercle ou en demi-cercle autour de la chaise. Empilez les couvertures à portée de main.

Instructions

L'activité illustre les différentes étapes des processus d'entrée et de sortie d'une relation violente.

En tant qu'animateur, votre tâche consistera à lire à haute voix l'histoire de Kati (voir le document ci-dessous), en marquant une pause après chacun des épisodes qui la constituent.

L'histoire est divisée en deux parties :

- La première partie décrit les différentes étapes de la relation de violence, la deuxième traite de la sortie de la relation. Dans la première partie, après le premier paragraphe/épisode, votre coanimateur placera une couverture sur Kati. La couverture symbolise un événement susceptible d'entraîner ou d'être le résultat d'abus ou de violence. Les participants doivent comprendre ce qu'on attend d'eux après chaque épisode de l'histoire.
 - Dans la deuxième partie de l'histoire, votre coanimateur enlèvera la couverture placée sur Kati pour symboliser une étape de sortie de la relation violente. Les participants devront faire de même. Pour maintenir l'effet de surprise, il vaut mieux ne pas expliquer tout de suite au groupe ce que signifie le fait de placer des couvertures sur Kati ou de les enlever.
- 1) Expliquez aux participants que le but de l'activité est de développer leur empathie envers les victimes de violence interpersonnelle ou relationnelle, en utilisant un symbole pour représenter l'espace très limité et les possibilités offertes aux femmes battues.



- 2) Demandez à la personne que vous avez préparée au rôle de Kati de s'avancer. Présentez-la au reste du groupe en précisant que sa mission est difficile, mais qu'elle ne risque rien. Demandez-lui de s'asseoir sur la chaise au centre de la pièce. Présentez ensuite votre coanimateur au groupe en expliquant qu'il va vous assister dans le déroulement de l'exercice.

Répartissez ensuite les couvertures de façon égale entre les participants (une pour deux à trois participants), et remettez-en une au coanimateur.

- 3) Expliquez aux participants que vous allez lire plusieurs épisodes d'une histoire, en marquant une courte pause entre chacun d'eux. Ils devront écouter attentivement et faire attention aux pauses, car chacun aura une mission à effectuer à ce moment-là. Demandez-leur aussi d'observer avec attention le coanimateur qui, durant la première pause, leur montrera ce qu'ils devront faire par la suite. Expliquez que la personne qui joue le rôle de Kati a reçu des instructions précises, qu'elle est parfaitement consciente de ce qui va se passer et a accepté de relever le défi.
- 4) Invitez les participants à rester parfaitement silencieux durant la lecture de l'histoire. S'ils ont des questions à poser, ils devront attendre la fin de cette partie de l'activité. Demandez-leur de noter leurs impressions au fur et à mesure. En revanche, s'ils ont besoin de précisions concernant le déroulement de l'activité, ils doivent les demander avant qu'elle ne débute.
- 5) Commencez la lecture doucement. À la première pause, demandez au coanimateur de couvrir Kati avec la première couverture. Assurez-vous qu'il sait comment s'y prendre. Poursuivez la lecture de l'histoire. À la prochaine pause, encouragez les participants à couvrir Kati d'une autre couverture. S'ils hésitent, vous pouvez lever les yeux, faire un signe de tête ou un signal au coanimateur afin qu'il apporte son aide aux participants.

Au point de l'histoire où vous posez des questions à Kati, lisez encore plus lentement.

À la première pause, faites signe à l'animateur de s'avancer pour enlever une première couverture. De nouveau, précisez aux participants qu'ils devront suivre l'exemple de l'animateur à la prochaine pause. Généralement, les participants n'hésitent pas à ôter les couvertures mais, le cas échéant, demandez au coanimateur de les guider.

- 6) Lorsque toutes les couvertures ont été enlevées, remerciez la personne qui a joué le rôle de Kati et demandez-lui de venir s'asseoir dans le cercle. Attendez que les participants se ressaisissent avant de commencer le débriefing.

Débriefing et évaluation

Commencez le débriefing en faisant le tour des participants pour obtenir leurs impressions et savoir comment ils se sentent. N'oubliez pas que, l'exercice étant une épreuve du point de vue émotionnel, certains peuvent se sentir mal à l'aise ou être bouleversés. Rappelez-leur qu'ils ont le droit de ne rien dire. Invitez



la personne qui a joué le rôle de Kati à exprimer en premier ses sentiments, et poursuivés par ceux qui désirent prendre la parole. Durant le débriefing, gardez en main l'histoire de Kati de manière à pouvoir rafraîchir la mémoire des participants sur certains détails, si nécessaire.

Les questions ci-après pourraient vous aider à orienter la discussion :

- Qu'avez-vous ressenti en couvrant Kati avec les couvertures ? Qu'avez-vous ressenti en observant les autres la couvrir de couvertures ?
- Qu'avez-vous ressenti lorsque les couvertures ont été retirées ?
- D'après vos observations, comment se sont comportés les autres participants lors de la pose et du retrait des couvertures ? Quelles différences avez-vous pu observer ?
- Qui est responsable du fait que Kati ait été couverte de tant de couvertures ? Est-ce Kati, son mari ou d'autres personnes dans l'histoire ?
- Pourquoi les couvertures ont-elles été enlevées par étapes ? Pourquoi ne les a-t-on pas toutes enlevées d'un coup ?
- À votre avis, quels étaient les différents rôles et responsabilités des personnes dans cette histoire s'agissant de mettre fin à la violence ? Auraient-elles pu jouer leur rôle différemment ?
- Quelle est, en général, la responsabilité des « tiers », c'est-à-dire des personnes qui ne sont ni d'un côté ni de l'autre ? Quelle est la responsabilité de la société ?
- Quels sont les droits humains violés dans les cas de violence domestique ? Comment cela affecte-t-il la lutte pour l'égalité entre les femmes et les hommes ?
- Que pensez-vous que les jeunes, les animateurs socio-éducatifs et les organisations de jeunesse peuvent faire pour prévenir ou stopper la violence dans ce type de relations ?

Conseils pour l'animation

Cette activité doit se dérouler dans un environnement sécurisant. Elle ne convient pas à un groupe dont les membres viennent juste de se rencontrer. En revanche, si les membres de votre groupe travaillent ensemble régulièrement, se connaissent déjà, se font confiance et ont confiance en vous (en tant qu'animateur), cette activité est pour eux. La confiance mutuelle entre les participants, et en l'animateur, est essentielle au succès de cette activité.

Veillez à ce que personne ne perturbe le déroulement de l'activité. Évitez les entrées et sorties de la salle. Après une pause, vérifiez que tous les participants sont présents pour poursuivre.

Nous vous recommandons fortement, avant l'activité, d'expliquer à la personne volontaire qu'elle sera totalement recouverte de plusieurs couvertures. La personne ne doit pas souffrir de claustrophobie et être prête à endurer une



véritable épreuve physique. Vous pouvez également décider de faire jouer le rôle de Kati par le coanimateur ; c'est la formule que nous vous conseillons si, à ce stade, vous n'avez pas encore pu instaurer un niveau suffisant de confiance et de sécurité au sein du groupe.

Certains participants peuvent hésiter au moment de recouvrir Kati d'une couverture, ou préférer la disposer sur ses genoux plutôt que sur sa tête. Durant l'exercice, l'animateur et le coanimateur doivent rester silencieux. Essayez donc d'encourager les participants à recouvrir complètement Kati et de les guider en vous servant de vos yeux. Rapportez dans le débriefing toute hésitation ou réticence à agir de la façon proposée.

N'oubliez pas que vous ne savez pas nécessairement « qui est dans la salle ». Certaines personnes peuvent avoir vécu une relation violente. Vous devez donc éviter de mettre ces personnes sous pression en les obligeant à révéler une expérience qu'elles ne veulent pas évoquer.

Lors du débriefing, essayez de formuler les questions d'une manière « générale », de sorte que les participants concernés par une telle expérience ne se sentent pas obligés de répondre de façon personnelle. Sachez que de telles expériences peuvent être douloureuses pour les participants et que, en tant qu'animateur, il vous incombera de gérer les conséquences psychologiques de l'activité. En d'autres termes, et d'un point de vue pratique, si un participant s'énerve ou commence à pleurer, vous devez être prêt à gérer la situation avec lui et avec l'ensemble du groupe. Cela peut être aussi simple que de prendre une pause, de demander à la personne concernée si elle veut aller dans sa chambre pour se rafraîchir et de dire au reste du groupe que la personne a besoin d'une pause et qu'elle s'exprimera quand elle sera prête. Vous pouvez également envisager d'aborder avec l'ensemble du groupe les raisons pour lesquelles la personne est aussi bouleversée, avec bien évidemment le consentement préalable de l'intéressée.

Il existe des variantes de cette activité. Vous pouvez modifier l'histoire pour l'adapter à l'environnement dans lequel vous travaillez. Vous pouvez également opter pour six à sept épisodes plutôt que huit. Cependant, assurez-vous d'avoir un nombre égal d'épisodes pour la première et la deuxième partie de l'histoire (mettre et ôter les couvertures). Ne dépassez pas huit épisodes : rester sous les couvertures est loin d'être une partie de plaisir !



Suggestions de suivi

Il est possible de travailler avec des variantes sur cette activité en utilisant une histoire différente pour illustrer la situation de Kati.

Jetez un coup d'œil à « Questions de vie privée » pour approfondir le thème de la violence domestique et à « La centrale électrique » pour réfléchir à la relation

entre le pouvoir et la violence ; ces deux activités sont tirées de *Repères – Manuel pour la pratique de l'éducation aux droits humains avec les jeunes*.

Idées d'action

Envisagez de fournir à votre groupe cible des informations sur la violence domestique et la violence dans les relations. Si vous n'avez jamais été actif dans le domaine de la violence sexiste, consultez une ONG qui s'occupe de ces questions pour obtenir des conseils sur la meilleure façon d'informer votre groupe et de l'aider à comprendre comment il peut s'aider lui-même ou aider d'autres personnes concernées. Impliquez votre groupe dans la préparation des ressources documentaires (par exemple, dépliants, blogues, etc.). Consultez internet ou les organisations locales qui proposent des services d'intervention d'urgence aux femmes battues ou à d'autres personnes exposées à la violence relationnelle continue. Renseignez-vous sur le soutien qu'elles apportent aux victimes. Si possible, invitez une personne d'une telle organisation à expliquer ce qu'ils font pour aider à « débarrasser Kati de ses couvertures ».





L'HISTOIRE DE KATI

PARTIE I

Kati a 28 ans. Elle a épousé Jan à 20 ans ; lui en avait 23. Ils ont deux enfants de 3 et 7 ans.

Quand Kati était enfant, elle a souvent vu son père battre sa mère. Cela se produisait plusieurs fois par semaine. Kati se souvient que, parfois, sa mère devait aller à l'hôpital faire soigner ses blessures.

(Pause)

Le coanimateur couvre Kati de la première couverture.

Immédiatement après leur mariage, Jan déclare à Kati qu'il s'occupera de l'argent de la famille, car elle ne sait pas faire d'économies. Il lui explique qu'il lui donnera ce qu'il faut pour acheter à manger et tout le nécessaire pour la maison. Il lui dit encore qu'elle devra lui présenter les factures de ses achats pour prouver que l'argent a effectivement servi à ce pour quoi il a donné son accord.

(Pause)

Kati tombe enceinte la première année de leur mariage. Jan commence à répéter à Kati qu'elle ne sait pas tenir une maison et qu'elle a de la chance de l'avoir, car personne d'autre n'aurait voulu d'elle pour femme.

(Pause)

Après la naissance de leur premier enfant, Jan commence à battre Kati, l'accusant d'aimer l'enfant plus que lui.

(Pause)

Kati va voir sa mère pour lui dire que Jan la bat. Sa mère lui répond que cela fait partie du mariage et qu'elle doit apprendre à faire avec. D'après sa mère, « une femme doit rester auprès de son mari quoi qu'il arrive ».

(Pause)

Son premier fils commence à grandir. Jan le menace et le bat lui aussi. Kati est inquiète mais, en même temps, elle pense qu'il doit être très douloureux de séparer un enfant de son père.

(Pause)

Kati explique à l'une de ses collègues de travail que Jan la bat régulièrement et qu'elle a besoin d'aide. Sa collègue raconte son histoire autour d'elle. Maintenant, tout le monde en parle sur son lieu de travail.

(Pause)

Kati commence à être absente de son travail de plus en plus souvent, sans excuse valable, pour finalement être renvoyée. À présent, elle n'a plus ni travail ni salaire.

(Pause)



PARTIE II

(Question à la personne au centre de la pièce pour faire la transition avec la phase suivante : maintenant, les couvertures vont être ôtées)

Kati, pourquoi devrais-tu t'imposer de vivre comme cela ?

(Pause)

Pourquoi ne quittes-tu pas ton mari ?

(Pause)

Dans un magazine, Kati lit l'histoire d'une femme battue qui parvient à quitter son partenaire violent. L'article indique les numéros de téléphone de lignes d'aide, les coordonnées de foyers d'hébergement ainsi que de centres d'accueil pour femmes maltraitées. Kati décide alors qu'elle ne veut plus subir de violence et appelle une ligne d'aide. Lors d'une longue discussion, son interlocutrice lui explique qu'elle fait partie des nombreuses victimes de la violence domestique.

(Pause)

Le coanimateur ôte la première couverture

Pour la première fois, Kati a une discussion franche avec l'aîné de ses fils, avec qui elle partage la peur d'un mari et d'un père violents.

(Pause)

Après quelques semaines passées à réfléchir et à planifier la suite, Kati appelle sa sœur et lui demande si elle pourrait venir s'installer chez elle avec ses fils pour une courte période. Sa sœur n'espérait plus depuis bien longtemps que Kati quitterait un jour son mari violent. Aujourd'hui, elle est très heureuse de pouvoir l'aider.

(Pause)

Un après-midi, Kati met dans une valise tout ce qui lui appartient et se rend chez sa sœur.

(Pause)

Ensuite, elle commence à rechercher du travail. Sa sœur l'aide en demandant à ses amis s'ils ont connaissance d'opportunités professionnelles. Ensemble, elles consultent les offres d'emploi.

(Pause)

Kati se rend chez un avocat pour se renseigner sur les questions de garde et de visite aux enfants, et se faire conseiller sur la façon de dénoncer les violences de Jan. Ils discutent également des procédures de divorce.

(Pause)

Kati trouve enfin un emploi qui lui convient et s'installe avec ses fils dans un appartement loué. Elle se rend aux Services de protection de l'enfance et découvre que l'aîné de ses fils peut participer à un groupe de soutien pour les enfants qui ont fui un foyer violent.

(Pause)

Kati trouve un groupe d'entraide de femmes rescapées de la violence domestique. Grâce au partage et à l'écoute, elle comprend comment sa relation romantique s'est transformée en une relation violente. Elle décide qu'une fois sur pied, elle se joindra à un groupe pour aider à son tour les femmes battues.

(Pause)