

# L'autodéfense féministe : portrait et enjeux



**Recherche :**

Equipe et bénévoles de l'Université des Femmes asbl

**Rédaction :**

Claudine Lienard

**Corrections et supervision :**

Valérie Lootvoet

**Photographie :**

Isabelle Van Campenhout

**L'Université des Femmes remercie pour leur participation à cette étude**  
GARANCE asbl, Femmes Prévoyantes Socialistes – Bruxelles.

**Soutien public**

La réalisation de cette étude est soutenue par la Fédération Wallonie-Bruxelles

**Editrice responsable**

Bérengère Marques-Pereira  
Université des Femmes asbl  
10 rue du Méridien 1210 Bruxelles

**Publication**

Décembre 2015

**Texte disponible**

En ligne sur [www.universitedesfemmes.be](http://www.universitedesfemmes.be)  
Sur demande au secrétariat de l'Université des Femmes  
02 2293825 – [info@universitedesfemmes.be](mailto:info@universitedesfemmes.be)

## TABLE DES MATIERES

|   |           |
|---|-----------|
| <b>1/ INTRODUCTION</b>  | <b>5</b>  |
| - DES VIOLENCES IMPORTANTES ET PERSISTANTES, DANS LES ESPACES PUBLICS ET PRIVES, INDIVIDUELLES ET COLLECTIVES | 5         |
| - UNE VIOLENCE INSCRITE DANS UNE ORGANISATION SOCIALE DE LA DOMINATION MASCULINE                              | 5         |
| - REACTIONS ET REPONSES D'INSTITUTIONS ET D'ASSOCIATIONS  | 6         |
| - L'AUTODEFENSE FEMINISTE, REPONSE DES FEMMES PAR ET POUR LES FEMMES  | 8         |
| <b>2/ LES VIOLENCES</b>   | <b>10</b> |
| - LA REALITE DES AGRESSIONS   | 10        |
| - CONSTRUCTION SOCIALE DU SENTIMENT D'INSECURITE DES FEMMES   | 14        |
| <b>3/ DANS L'ESPACE PUBLIC</b>  | <b>18</b> |
| - ESPACE PUBLIC : POUR QUI ?  | 18        |
| - L'ADF : UN ENJEU POUR DES POLITIQUES PUBLIQUES  | 20        |
| - UN RESSENTI FEMININ : LA RUE APPARTIENT AUX HOMMES, LA RUE N'EST PAS L'ESPACE DES FEMMES                    | 22        |
| <b>4/ DANS L'ESPACE PRIVE</b>   | <b>25</b> |
| - LES FEMMES N'ONT PAS DE MAISON  | 25        |
| - ENJEUX DES POLITIQUES PUBLIQUES : L'ADF ABSENTE   | 27        |
| - UN OUTIL UTILISE PAR LES REFUGES DE FEMMES BATTUES, APPROCHES COMPAREES                                     | 29        |
| <b>5/ L'ADF, PORTRAIT D'UN SECTEUR</b>  | <b>32</b> |
| - APERÇU PANORAMIQUE  | 32        |
| - FOCUS SUR QUELQUES ORGANISATIONS  | 35        |
| <b>6/ L'ADF, DES METHODOLOGIES DIVERSES ET PARTICULIERES</b>  | <b>47</b> |
| - DAVANTAGE QU'UNE PRATIQUE SPORTIVE  | 47        |
| - LES AMBIGUÏTES DE L'APPRENTISSAGE ET DE LA TRANSMISSION   | 48        |
| - LES TECHNIQUES D'AUTODEFENSE  | 51        |
| <b>7/ UNE APPROCHE DE TERRAIN : DEUX ATELIERS DE REFLEXION COLLECTIVE SUR « L'AUTODEFENSE FEMINISTE »</b>     | <b>55</b> |
| - LA METHODE D'ANALYSE EN GROUPE (MAG)  | 55        |
| - LE GROUPE « UNIVERSITE DES FEMMES »   | 57        |
| - LE GROUPE « FEMMES PREVOYANTES SOCIALISTES »  | 66        |
| - L'ADF POSE LA QUESTION DU MODELE DE SOCIETE   | 72        |
| <b>8/ CONCLUSION</b>  | <b>74</b> |
| - L'AUTODEFENSE FEMINISTE EXISTE, NOUS L'AVONS RENCONTREE   | 74        |
| - PLAIDOYER POUR UN AVENIR CONSOLIDE  | 76        |
| <b>9/ ELEMENTS BIBLIOGRAPHIQUES</b>   | <b>81</b> |

|   |    |
|---|----|
| 10/ ANNEXES   | 83 |
| - ANNEXE 1 : QUESTIONNAIRE UTILISE POUR L'ENQUETE AUPRES DES ASSOCIATIONS D'AUTODEFENSE FEMINISTE | 83 |
| - ANNEXE 2 : LISTE DES ASSOCIATIONS D'AUTODEFENSE FEMINISTE REPEREES POUR LA RECHERCHE            | 85 |
| - ANNEXE 3 : EVALUATION DES ATELIERS D'ANALYSE EN GROUPE  | 88 |

## 1/ Introduction

---

L'Université des Femmes asbl (UF) a décidé de mener une recherche portant sur la thématique de l'autodéfense féministe (ADF), les pionnières de cette pratique arrivant en fin de carrière, un moment propice à la transmission des expériences et des acquis. Acter cette mémoire du secteur permet, outre sa « photographie » de remettre en contextes historique et sociologique la manière dont est née l'autodéfense féministe en Belgique et dans certains autres contextes nationaux et quelles perspectives d'insertion sociale lui sont ouvertes. Sollicitée par l'association belge d'ADF *Garance* fin 2009 dans le cadre de la préparation de son dixième anniversaire, l'UF a mené différentes investigations dans la période 2010 – 2013 : entretiens et interviews de théoriciennes et de praticiennes pour les associations et personnes de Belgique, France et Suisse, questionnaire pour les organisations situées dans des pays plus lointains comme l'Espagne ou le Canada, mise en œuvre de deux programmes de recherche selon la Méthode de l'Analyse en Groupe (MAG) et recherche documentaire avec l'équipe de sa Bibliothèque Léonie La Fontaine.

### **- Des violences importantes et persistantes, dans les espaces publics et privés, individuelles et collectives**

L'autodéfense féministe est née de féministes désirant agir face à la violence masculine. La question des violences touche toutes les femmes, qu'elles soient blanches ou autres, hétérosexuelles ou lesbiennes, jeunes ou âgées, handicapées ou valides. Elle entrave la liberté des femmes dès lors qu'elle justifie leur confinement en lieu clos, du fait du danger affirmé comme venant de l'extérieur. Elle constitue donc un frein réel et concret à leur autonomie, à la fois, l'une des parties les plus visibles et le moyen du maintien des rapports sociaux de sexe. Il est donc impossible d'étudier l'ADF sans aborder le champ des violences faites aux femmes.

Malgré les études de plus en plus nombreuses et leur médiatisation, cette violence masculine subie par les femmes reste non-dite et donc sous-estimée, insuffisamment prise en compte voire normalisée. Ses mécanismes sociaux, économiques ne sont guère démontés hormis dans quelques (trop) rares travaux académiques tels ceux de la professeure en psychologie sociale Patrizia Romito<sup>1</sup>. Du côté policier et judiciaire, la résistance à traiter ces phénomènes en prenant en compte leur caractère sexué, l'impunité trop fréquente des agresseurs, découragent toujours les victimes de porter plainte et, surtout, freinent la perception collective d'un véritable scandale social, empêchant tout changement global symbolique et comportemental ainsi que l'émergence de mesures adéquates destinées à faire cesser ces violences.

### **- Une violence inscrite dans une organisation sociale de la domination masculine**

Pour les féministes, il est clair que les violences subies par les femmes constituent le moyen de conserver la domination masculine structurelle. Malgré les données révélées par leurs travaux et études, il est pourtant difficile de l'établir et de le mettre en débat public. Plusieurs éléments jouent pour favoriser cette « invisibilisation ». Dans les études, les données sur les auteurs des violences sont floutées : les chiffres concernant le sexe des responsables des agressions n'apparaissent pas ou très peu, ces responsables sont présentés comme relevant des

---

<sup>1</sup> ROMITO Patrizia, *Un silence de mortes. La violence masculine occultée*. Collection « Nouvelles. Questions féministes », Paris, Éditions Syllepse, 2006, 298 p.

deux catégories de genre et cela même dans les chapitres concernant le viol subi par des femmes<sup>2</sup>. L'égalité est utilisée pour donner l'impression que femmes et hommes sont égaux jusque dans la violence, subie ou pratiquée. Les actes de violence, leurs causes, leurs modalités et leurs conséquences sont présentés dans un souci de symétrisation qui occulte les rapports de pouvoir entre hommes et femmes. Il est ainsi toujours difficile d'évoquer ces violences en intégrant le caractère sexué qui les différencie. La démonstration du fait que, selon les statistiques et les observations sociologiques, elles ne sont pas comparables, est minimisée systématiquement. Leur nombre, leur nature, les mécanismes psychologiques et sociaux qui les amènent, sont pourtant différents pour la catégorie sociale des femmes et pour celle des hommes.

La violence pratiquée par les hommes sur les femmes relève bien d'une volonté générale de contrôle et de coercition des hommes pour obtenir des femmes soumission, services, etc. Comme le souligne Andrea Dworkin, « Le pouvoir des hommes en tant que classe repose sur le fait de maintenir les hommes sexuellement inviolés et les femmes sexuellement utilisées par les hommes »<sup>3</sup>. Le système prostitutionnel, le viol des femmes reconnu comme arme de guerre par la législation internationale, la persistance et l'étendue des violences conjugales, les crimes de viol, ... en constituent les tragiques illustrations et ne pourront disparaître si ne sont pas pris en compte les rapports sociaux de sexe marqués par la domination masculine non seulement à l'échelle de relations individuelles (le couple notamment) mais également à l'échelle des relations sociales entre hommes et femmes.

### **- Réactions et réponses d'institutions et d'associations**

Depuis les années 1990, la violence contre les femmes a été reconnue au niveau national, européen et international, non seulement comme un véritable problème politique, mais aussi comme une violation fondamentale des droits humains des femmes ainsi que comme un obstacle important à la réalisation de l'égalité entre les hommes et les femmes<sup>4</sup>.

L'appréhension officielle des violences reste toutefois marquée par une perception trompeuse des contextes de violence. Aux femmes, assignées à la reproduction (maternité, soins familiaux...), est dévolu prioritairement l'espace privé. Le domicile est donc présenté comme un espace de sécurité pour les femmes. Par contre, découragées d'user des espaces publics où les hommes s'affairent à la production, les femmes sont priées de percevoir l'extérieur comme dangereux pour elles. Ces distinctions patriarcales – présentées comme obsolètes mais pourtant bien ancrées encore dans nos mentalités – induisent, jusque dans les outils de prévention, des représentations erronées à la fois des agressions, des agresseurs et des

---

<sup>2</sup> Dans l'enquête européenne de 2014, la recherche concerne bien ce que les femmes subissent, mais la formulation des résultats induit un flou systématique sur le sexe des auteurs. Il est ainsi signalé que « Dans 97 % des cas, l'auteur des violences sexuelles subies dans l'enfance était un homme. En revanche, dans les cas de violences physiques, les hommes sont à peine plus nombreux que les femmes à en être les auteurs ».

<sup>3</sup> DWORKIN Andrea, *Je veux une trêve de vingt-quatre heures durant laquelle il n'y aura pas de viol*, labrys, études féministes, juillet-décembre 2013, en ligne : <http://radfem.org/category/andrea-dworkin/> - Discours prononcé à l'automne 1983 à la Midwest Regional Conference de la National Organisation for Changing Men à Saint Paul, Minnesota, USA.

<sup>4</sup> Nations-Unies, Rapport de la Quatrième conférence mondiale sur les femmes, Beijing, 4-15 septembre 1995 / Convention sur l'élimination de toutes les formes de discrimination à l'égard des femmes du 18 décembre 1979 / ONU (2006), Étude approfondie de toutes les formes de violence à l'égard des femmes, Nations Unies, Assemblée Générale, A/61/122/Add.1, New York, ONU / Nations unies - Déclaration pour la prévention et l'élimination des violences faites aux femmes (15 mars 2013)



victimes dans lesquelles restent intégrés les stéréotypes sexistes. Bien que le constat posé dans le préambule de la *Convention du Conseil de l'Europe sur la prévention et la lutte contre la violence à l'égard des femmes et la violence domestique* (dite Convention d'Istanbul) indique que « la violence domestique affecte les femmes de manière disproportionnée » marquant l'importance de l'implication de personnes proches et connues des victimes, la fable du grand méchant loup-voleur posté en embuscade dans la rue sombre a encore de beaux jours devant elle.

Sur le plan de la société civile, les choses bougent. Après les tribunaux sur les violences faites aux femmes organisés par les mouvements féministes (comme en 1976 à Bruxelles), les organisations humanitaires telles *Amnesty International* ont pris le relais des dénonciations associatives. Des réseaux de femmes comme la Marche mondiale des Femmes, lancée en 2000, et dont l'un des objectifs vise explicitement la lutte contre les violences faites aux femmes, maintiennent leur vigilance et leur mobilisation. Des événements sont mis sur pied comme les *slutwalks*<sup>5</sup> ou « marches des salopes » du Canada, reproduites en Angleterre, France, Italie... Dans d'autres pays, des femmes se lèvent contre les violences sexuelles subies comme en Egypte suite aux agressions sexuelles du « printemps arabe ». Des sites de dénonciation fleurissent sur la toile à l'instar des campagnes françaises « Viols : la honte doit changer de camp »<sup>6</sup> ou « Stop harcèlement de rue »<sup>7</sup>. Des femmes s'organisent aussi pour répondre à la violence comme en Inde où des « gangs » se constituent en vigiles féminines armées de bâtons, les fameux « sari roses », pour intervenir pour la cause des femmes lorsqu'elles sont maltraitées par la justice et les forces de l'ordre<sup>8</sup>. Pour certaines organisations de femmes, dont les participantes ont été confrontées personnellement à des situations agressives ou qui accueillent des femmes victimes, il ne suffit pas d'attendre le changement des mentalités espéré par la mise en œuvre des nombreux plans de lutte contre ce phénomène social. Pour ces associations, il faut permettre aux femmes, tout de suite, de s'approprier les moyens de défense et de s'impliquer elles-mêmes pour réduire, sinon la violence des hommes, au moins son impact sur leur corps et leur esprit.

Sur le plan des institutions, cela fait plusieurs décennies que les grandes organisations internationales admettent l'existence des violences envers les femmes et reconnaissent l'impérative nécessité de leur suppression<sup>9</sup>. Comptabilisées, montrées et dénoncées mondialement grâce aux travaux et recommandations des Conférences internationales sur la situation des femmes démarrées à Beijing (Pékin) en 1995, les violences subies par les

---

<sup>5</sup> De philosophie libérale, les *slutwalks* ou « marches des salopes » ont démarré en avril 2011 au Canada où le constable Michael Sanguinetti, de la police de Toronto, avait suggéré que pour diminuer les chances de subir un viol, « les femmes devraient éviter de s'habiller comme des salopes ». En réaction, des femmes ont organisé des marches dans lesquelles elles s'habillent de manière provocante pour affirmer qu'il vaut mieux dire aux hommes de ne pas violer plutôt qu'aux femmes comment elles doivent s'habiller. Ce « retournement du stigmat » ne fait pas l'unanimité, car il peut être perçu lui-même comme une violence par certaines femmes.

<sup>6</sup> <http://www.contreleviol.fr/>

<sup>7</sup> <http://www.stopharcelementderue.org/>

<sup>8</sup> BOUISSOU Julien « Inde : la justice en sari rose », dans *Le Monde*, 8/05/2008.

<sup>9</sup> La *Convention sur l'élimination de toutes les formes de discrimination à l'égard des femmes* (en anglais *Convention on the Elimination of All Forms of Discrimination Against Women*, CEDAW) a été adoptée le 18 décembre 1979 par l'Assemblée générale des Nations unies. En Europe, la Convention sur la prévention et la lutte contre la violence à l'égard des femmes et la violence domestique (Convention d'Istanbul) a été votée en 2011 et est en cours de ratification par les pays membres.

femmes ont provoqué des réactions politiques<sup>10</sup> et citoyennes<sup>11</sup>. Peu à peu, les états mettent en place l'observation des violences et intègrent dans leur législation définition, plans de lutte, sanctions,...

### **- L'autodéfense féministe, réponse des femmes par et pour les femmes**

En Europe, des pionnières vont reprendre des techniques d'autodéfense des arts martiaux pour les adapter aux femmes et à leur socialisation autant qu'à leur morphologie, les compléter de procédés dissuasifs, les recadrer dans des options propres aux mouvements de femmes, d'émancipation et de solidarité féminine. L'autodéfense naît comme une réponse féministe à la violence faite aux femmes. Pour les associations d'autodéfense féministe qui se constituent, cette réponse s'est rapidement articulée en trois volets : dénoncer les violences, aider les victimes, pratiquer et promouvoir l'autodéfense féministe (ADF). Il se révèle donc très vite nécessaire de mettre en mots et en définitions les processus de violence auxquels les femmes sont invitées à réagir de manière lucide et efficace. L'ADF met en œuvre des méthodes mobilisant le corps, pour les gestes à pratiquer afin de se protéger, se défendre, contre-attaquer, mais aussi l'esprit, pour une observation entraînée de l'agresseur ou du risque, pour des stratégies d'évitement, de réponse ou de fuite. Sa spécificité, dans le monde de l'autodéfense, consiste également à intégrer les rapports sociaux de sexe. C'est donc à partir de ces distinctions que la violence est dite : agression physique quand la femme est bousculée, retenue, frappée ; agression sexuelle quand les gestes, les parties visées, les objectifs ont cette connotation ; agression verbale – parfois qualifiée de psychologique – quand ce sont les mots, les attitudes, qui blessent, humilient, détruisent.

Selon les groupes et les associations pratiquant et diffusant l'ADF, certains types de violences seront davantage « travaillés ». Ainsi, l'association belge *Garance* a, au fil du temps, élargi nettement dans ses formations la première approche concernant la violence verbale à partir du constat selon lequel très souvent, les épisodes de ce type précèdent la violence physique et confortent le sentiment d'insécurité ressenti par les femmes. Permettre aux femmes d'échanger sur ces agressions est important, car celles-ci sont souvent peu dénoncées et donc peu comptabilisées dans les statistiques<sup>12</sup>.

---

<sup>10</sup> En France, par exemple, le *Plan de lutte contre les violences faites aux femmes 2014-2016* est la 4ème édition. En Belgique, le premier *Plan d'action national contre la violence faite aux femmes* a été élaboré en 2001. ONU Femmes a d'ailleurs publié en 2012 un *Manuel sur les plans nationaux de lutte contre la violence à l'égard des femmes*.

<sup>11</sup> FREEDMAN Jane et VALLUY Jérôme (dir.), *Persécutions des femmes - Savoirs, mobilisations et protections*, Editions Du Croquant, novembre 2007.

<sup>12</sup> « L'enquête française sur les violences envers les femmes (Enveff) effectuée en 2000, s'intéresse pour la première fois dans le contexte francophone aux divers types d'agressions que subissent les femmes aussi bien dans l'espace public que privé. [...] elle comprend, à part les violences « classiques » et évidentes (menace avec une arme, vol, subir une brutalité physique), également des agressions et menaces moins visibles, telles que les insultes dans la rue, dans les transports ou les lieux publics, le fait d'être suivi avec insistance, des actes d'exhibitionnisme, le fait de se faire toucher contre son gré aux parties intimes du corps ou encore le fait de se faire coincer ou embrasser (cf. Lieber 2002). L'étude Enveff met ainsi en lumière la diversité d'agressions dont les femmes font l'objet quotidiennement, mais qui passent inaperçues dans les statistiques sur les violences courantes. En effet, rares sont les femmes qui dénoncent ce type de violence à la police. Il s'agit pourtant d'actes d'agressions dont les femmes sont le plus souvent la cible. Cette approche permet alors de mieux comprendre l'origine du sentiment d'insécurité des femmes dès lors que l'on ne se limite pas aux seules plaintes enregistrées mais que l'on considère les violences comme un « continuum d'actes divers qui peuvent importuner, humilier ou blesser » (Condon et al. 2005 : 282) » in GILLOW Marie Katharina, *Mobilité des femmes et sentiment d'insécurité en milieu urbain bruxellois : enjeu spatial, enjeu social*, Mémoire présenté en vue de l'obtention du



Les principes d'organisation de l'ADF évoluent également. Les techniques de défense se perfectionnent et se singularisent. Certaines organisations ont décidé de ne plus travailler uniquement en non-mixité et la confidentialité des débuts s'assouplissent pour toucher de nouveaux publics et assurer une meilleure diffusion. Intégrer des garçons, des hommes, leur semble-t-il, permet de travailler les raideurs et réflexes patriarcaux afin que les femmes les prennent mieux en compte et que les hommes induisent un changement d'attitude qui se généralise. Les associations d'ADF se font connaître par voie informatique, par des rencontres, des publications et des études. Des réseaux s'ébauchent pour faire face aux défis de l'avenir : trouver sa place, rester utile, garder ses objectifs, évoluer sans perdre son âme féministe.

## 2/ Les violences

---

### - La réalité des agressions

#### *Une guerre mondiale contre les femmes*

A partir de la reconnaissance du caractère collectif des exactions commises en Bosnie notamment, le viol systématique des femmes a été qualifié internationalement comme « arme de guerre » grâce aux travaux de spécialistes du droit comme Ruth Abril Stoffels<sup>13</sup>. L'association de défense des droits humains *Amnesty international* y consacre régulièrement des campagnes et des actions et le confirme sur son site : « Les guerres qui ont eu lieu en Bosnie-Herzégovine et au Rwanda dans les années 1990 ont attiré l'attention sur le niveau des atrocités commises contre les femmes. Les meurtres, les viols systématiques et généralisés ainsi que les autres formes de violence sexuelle ont été utilisés dans le but de démoraliser l'ennemi et de l'exterminer »<sup>14</sup>.

En Belgique, ces violences s'exercent dans un continuum qui connaît diverses déclinaisons. Par exemple, les crimes d'honneur, qui atteignent les femmes parfois bien loin du pays où ils sont encore en vigueur, ont été mis au jour en 2007 à l'occasion du meurtre de la jeune Sadia Sheikh qui refusait un mari imposé par sa famille. Celle-ci n'a pas hésité à appliquer le *Kanun*, code de loi édicté par les califes et sultans de l'ancien empire ottoman persistant dans des pratiques traditionnelles de régions majoritairement musulmanes de l'Europe balkanique, Albanie et Kosovo. Evoquant cette mécanique de l'honneur, Josiane Coruzzi, directrice du *Refuge pour femmes battues* de l'asbl *Solidarité Femmes* de La Louvière, soulignait que si des hommes peuvent aussi en être victimes par l'imposition de mariages non désirés, « ce sont toujours les femmes qui sont bel et bien victimes des crimes d'honneur »<sup>15</sup>.

Ce sont les féministes qui ont mis à jour l'inscription des violences subies par les femmes du fait des hommes dans le rapport social qui les lie. En 1977, la sociologue anglaise Jalna Hanmer, considère « l'universalité de la subordination des femmes » assurée par la violence des hommes. Pour elle, « une définition sociologique de la violence envers les femmes doit tenir compte de l'usage de la force et de la menace comme moyen d'obliger les femmes à se comporter ou à ne pas se comporter de telle ou telle façon. La mort se situe à un extrême et la menace à l'autre »<sup>16</sup>. La force exercée sur les femmes dans ces maltraitements fonctionne comme un discours répété : « Toi, femme, tu dois rester à ta place et dans ton rôle, disponible et docile ». Etudier la violence permet au mouvement féministe de faire le lien entre deux luttes menées par les femmes : celle contre leur exclusion (de l'éducation, du travail, des lieux

---

<sup>13</sup> ABRIL STOFFELS Ruth, « La sanction du viol comme arme de guerre: un progrès récent » dans COENEN Marie-Thérèse et HUART France (dir.) *Femmes et Justice*, Bruxelles, Université des Femmes asbl, 2009, pp. 211-234.

<sup>14</sup> SPRIET Zoé, *Le viol comme arme de guerre*, en ligne le 1/08/2013 sur <http://www.amnesty.be/jeunes/spip.php?article2255>.

<sup>15</sup> PAUWELS Martine, « Entretien avec Josiane Coruzzi. Des menaces de mort bien réelles », dans *La Nouvelle Gazette*, Edition du Centre, 23/11/2011, p.5.

<sup>16</sup> HANMER Jalna, « Violence et contrôle social des femmes », dans *Questions féministes*, No. 1, Novembre 1977, p. 72.

de décision) et celle contre l'obligation d'assumer les tâches domestiques<sup>17</sup>. L'usage de la force ou de la menace est en effet le moyen exercé par les hommes sur les femmes tant pour les tenir éloignées de lieux, de métiers, de fonctions que pour les contraindre au travail domestique et au soin des enfants.

Ainsi les femmes ont bien compris le message des viols collectifs répétés perpétrés sur des étrangères en Inde et mondialement médiatisés en 2013 : dans les mois qui ont suivi, les médias ont noté une baisse de 35% de l'afflux des touristes étrangères dans ce pays. L'épisode a toutefois permis de montrer l'étendue du phénomène et les dangers courus par les femmes autochtones et pas seulement en Inde. Une enquête de l'ONU dans la région Asie-Pacifique publiée le 10 mars 2013<sup>18</sup>, basée sur les témoignages de plus de 10.000 hommes de 18 à 49 ans interrogés dans 6 pays, indique qu'un quart des hommes ont déjà commis un viol !

### ***Recherches et études sur les violences : quels diagnostics ?***

En 2000, l'enquête Enveff<sup>19</sup> commanditée par le Service des Droits des femmes et le Secrétariat d'État aux Droits des femmes veut cerner, par un échantillon de femmes questionnées représentatif de la population française, les violences subies par les femmes. Elle montre que 18,8% ont subi au moins une forme de violence dans l'espace public au cours des douze derniers mois, la moitié des violences étant des insultes. Dans 30 % des cas, les femmes avaient subi d'autres formes de pressions, menaces ou agressions physiques ou sexuelles et 20 % d'entre elles avaient été victimes à la fois des deux formes d'agressions, verbales et physiques.

En 2010, le CEFA lance une enquête<sup>20</sup> auprès d'étudiantes sur leur vécu au sein d'un campus universitaire belge : 48% des répondantes disent avoir déjà été « emmerdées », 14% agressées et 9% témoins d'agression. La plupart des réactions sont de l'ordre de l'évitement, précise la chercheuse Lara Lalman.

En 2013, la recherche « La rue, la nuit, femmes sans peur ? » menée à Lille indique que les femmes interrogées sur leurs déplacements nocturnes se sentent toujours observées, la moitié signale avoir été insultée ou suivie, un quart a été touchée. Les femmes signalent des invitations sexuelles et une tentative de viol.

Une importante étude européenne, publiée en mars 2014 et basée sur des entretiens avec 42 000 femmes des 28 États membres de l'Union européenne indique que « 33 % des femmes, soit 62 millions, ont été victimes de violence physique et/ou sexuelle depuis l'âge de

---

<sup>17</sup> HANMER Jalna, op. cit. p. 86.

<sup>18</sup> Dr FULU Emma PhD, Prof Rachel Jewkes MBBS MD, Tim Roselli BSc, Claudia Garcia-Moreno MD. 2013. "Prevalence of and factors associated with male perpetration of intimate partner violence: findings from the UN Multi-country Cross-sectional Study on Men and Violence in Asia and the Pacific" dans *The Lancet Global Health*, Volume 1, Issue 4, Pages e187 - e207, October 2013. Site Web sur Internet. doi:10.1016/S2214-109X(13)70074-3. <[http://www.thelancet.com/journals/langlo/article/PIIS2214-109X\(13\)70074-3/abstract](http://www.thelancet.com/journals/langlo/article/PIIS2214-109X(13)70074-3/abstract)>. Dernière consultation : le 5-03-2014.

<sup>19</sup> MAILLOCHON Florence et Équipe Enveff, « Violences dans l'espace public », in DENEFFLE Sylvette (dir.), *Femmes et villes*, Presses Universitaires François Rabelais - Maison des Sciences de l'Homme, Tours, 2004, p. 207-223.

<sup>20</sup> LALMAN Lara, *Petit aperçu du sentiment d'insécurité et des violences sexistes sur un campus universitaire*, analyses du CEFA, Louvain-La-Neuve, 2010.

15 ans ; 22 % ont fait l'objet de violence physique et/ou sexuelle perpétrée par un(e) partenaire intime ; 5 % des femmes ont été violées. Près d'une femme sur 10 qui a fait l'objet de violences sexuelles perpétrées par une personne autre qu'un-e partenaire indique que l'incident le plus grave a été perpétré par plusieurs auteurs ; 43 % des femmes interrogées ont vécu une certaine forme de violence psychologique perpétrée par un-e partenaire actuel-le ou ancien-ne telle que l'humiliation en public, l'interdiction de sortie ou la séquestration, l'obligation de regarder du matériel pornographique, et des menaces de violence ; 33 % ont été victimes de violences physiques ou sexuelles commises par un-e adulte pendant leur enfance. Parmi les victimes de violence sexuelle pendant l'enfance, 12 % ont vécu des actes dont la moitié étaient commis par des hommes qu'elles ne connaissaient pas. Ces formes d'abus impliquent généralement des actes tels que l'exhibition des parties génitales par un(e) adulte, les caresses sur les parties génitales de l'enfant ou l'effleurement de la poitrine ; 18 % des femmes ont été victimes de traque furtive (« *stalking* ») depuis l'âge de 15 ans, et 5 % au cours des 12 mois précédant l'entretien. Ceci correspondrait à 9 millions de femmes dans l'UE. 21 % des femmes qui en ont fait l'objet ont dit que la traque a duré plus de deux ans ; 11 % des femmes ont reçu des avances déplacées sur les réseaux sociaux ou des courriels ou textos (SMS) à caractère sexuellement explicite. 20 % des jeunes femmes (18-29 ans) ont été victimes d'un tel cyberharcèlement ; 55 % des femmes ont été victimes d'une forme quelconque de harcèlement sexuel. 32 % des victimes de harcèlement sexuel ont déclaré que l'auteur était un(e) supérieur(e) hiérarchique, un(e) collègue ou un(e) client(e) ; 67 % n'ont pas signalé à la police ou à un autre organisme l'acte le plus sévère de violence commise à leur égard par un(e) partenaire ».<sup>21</sup>

En avril 2015, le Haut conseil français à l'égalité entre les femmes et les hommes publie un « Avis<sup>22</sup> relatif au harcèlement sexiste et aux violences sexuelles dans les transports : pour un Plan national d'action » dans lequel il indique que l'intégralité des utilisatrices de transports en commun y ont subi au moins une fois du harcèlement sexiste ou une agression sexuelle.

Comme le soulignent les professionnel-le-s en charge du suivi des victimes et le résumé l'association Garance, « les différentes formes de violences peuvent causer des blessures, des incapacités de travail, des troubles psychologiques et des symptômes psychosomatiques, parfois même la mort »<sup>23</sup>. Elles pénalisent les femmes dans leur confiance en elle, dans leurs relations sociales et leurs séquelles peuvent entraîner un repli sur soi dommageable pour leurs vies professionnelle et familiale. La psychotraumatologue Muriel Salmona évoque une « mort psychique » pour des femmes victimes de viol, soulignant que les violences subies constituent un déterminant principal de la santé d'une personne<sup>24</sup>.

Les chiffres impressionnants des violences subies par les femmes ne semblent pourtant pas trop faire scandale même si, dans quelques pays comme la France, la Belgique, des plans sont élaborés par les autorités nationales pour y apporter une réponse officielle. L'appui d'un cadre européen existe, mais il se limite à des études et des recommandations. En outre, comme l'ont

---

<sup>21</sup> Agence des droits fondamentaux de l'Union européenne, *Violence à l'égard des femmes : une enquête à l'échelle de l'UE*, 2014 ( [http://fra.europa.eu/sites/default/files/fra-2014-vaw-survey-at-a-glance\\_fr\\_0.pdf](http://fra.europa.eu/sites/default/files/fra-2014-vaw-survey-at-a-glance_fr_0.pdf))

<sup>22</sup> *Avis du HCEfh relatif au harcèlement sexiste et aux violences sexuelles dans les transports : pour un Plan national d'action*, Communiqué de presse du 16 avril 2015.

<sup>23</sup> ZEILINGER Irène (dir.), *Echappez Belle ! Guide pratique de sécurité pour femmes* », Garance asbl, Bruxelles, 2015.

<sup>24</sup> Intervention de Muriel Salmona au Colloque « Viols et violences sexuelles » organisé le 26/04/2014 à Bruxelles.

montré les travaux de la chercheuse Sophie Jacquot<sup>25</sup>, les institutions européennes ont, depuis plus d'une dizaine d'années, laissé leurs outils politiques et administratifs dédiés à la lutte pour l'égalité entre hommes et femmes devenir plus virtuels qu'effectifs, ce qui n'est pas sans conséquence sur le traitement politique de la question des violences subies par les femmes.

### *Des incivilités aux attouchements et aux coups : un continuum sexiste*

Plusieurs études indiquent que la violence subie par les femmes est plus importante dans l'espace privé, mais que le sentiment d'insécurité les touche davantage dans l'espace public<sup>26</sup>. Des enquêtes ont tenté d'établir la réalité des agressions en distinguant leur réalité physique et psychologique. Toutefois, les mouvements féministes insistent sur le « continuum » des violences, refusant de hiérarchiser la gravité des violences selon leur impact physique ou psychologique. En effet, des insultes répétées peuvent conduire à des incidences mettant en péril la santé tout autant qu'un dommage physique. Considérer cette continuité fait également émerger la constance des comportements masculins violents à l'égard des femmes.

Ainsi, peu à peu, les femmes parviennent à faire prendre en considération des agressions moins apparentes mais dont le caractère systématique pénalise clairement leur santé et leur autonomie. Cette violence « non physique » a connu un intérêt médiatique à l'été 2012 suite à la diffusion en télévision du reportage « Femme de la rue » de Sofie Peeters, étudiante à la Haute école Rits, école d'art du spectacle et des techniques audiovisuelles, qui a filmé et enregistré en caméra cachée les attitudes et propos machistes et sexistes des hommes rencontrés lors d'un parcours dans un quartier populaire du centre de Bruxelles. La vague d'intérêt et d'indignation soulevée par cette diffusion a donné lieu à des réponses politiques telles que l'édiction d'un règlement communal sanctionnant ce type d'incivilités, ce qui a ouvert le débat public de l'insécurité des femmes dans les espaces publics et de la répression du sexisme. La notion de « harcèlement de rue » est apparue dans nombre d'articles et d'études, reliant la question des violences à celle de l'accès – réduit pour les femmes – aux espaces publics. Le géographe Yves Raibaud n'hésite pas à évoquer des espaces urbains favorisant la présence des garçons. Ceux-ci posent des problèmes de violences qui découragent les filles de sortir et les pénalisent dans leurs loisirs, leurs études<sup>27</sup>. La chercheuse Capucine Coustere relève l'effet d'objectivation des femmes dans ses recherches sur le harcèlement de rue et n'hésite pas à le décrire comme un moyen d'affirmation et de transmission de la domination masculine<sup>28</sup>.

---

<sup>25</sup> JACQUOT Sophie, *L'égalité au nom du marché ? Émergence et démantèlement de la politique européenne d'égalité entre les hommes et les femmes*, Bruxelles, P.I.E. Peter Lang, 2014.

<sup>26</sup> ZEILINGER Irène (Dir.), *op. cit.*, p.6.

<sup>27</sup> AYRAL Sylvie et RAIBAUD Yves, « Le genre, variable centrale de la violence sociale ? », in *Violences et société. Regards sociologiques*, FERRAND-BECHMANN D. et NDIAYE A. (dir.), Desclée de Brouwer, 2010, 320 p.

<sup>28</sup> « En renforçant des rôles de genre traditionnels comme les dichotomies public/privé, actif/passif, sujet sexuel / objet sexuel, agresseur / victime entre les femmes et les hommes, et en classant les femmes selon leur usage par les hommes (disponible / respectable), le harcèlement de rue permet le maintien d'un système de genre hiérarchisé. Il apparaît donc comme une forme de contrôle informel des femmes, qui permet, sans passer par les voies légales, de reproduire les privilèges des hommes sur les femmes, et de conserver l'écart existant entre égalité réelle et égalité formelle. » COUSTERE Capucine, *Le harcèlement de rue dans une perspective de genre : significations, effets, solutions* », mémoire de recherche, Institut d'Etudes politiques de Toulouse, 2013-2014, non publié, p. 56.

## - Construction sociale du sentiment d'insécurité des femmes

Comme les hommes, les femmes aspirent à la formation et la carrière qui leur donneront les revenus suffisants pour aller là où elles veulent, aussi loin et aussi longtemps qu'elles veulent. Pour cela, la mobilité, l'accès aux espaces publics doivent leur être également praticable. Il en est de même pour leurs loisirs, leur vie sociale, leur santé, etc. Mais, nous l'avons vu plus haut, les réticences pour instaurer cette égalité de sortir, de circuler, restent nombreuses. Notre société, malgré des avancées, reste globalement patriarcale dans son organisation et sa culture. Les enjeux de pouvoir restent niés ou trop peu mis en lumière et négociés. Les hommes, sans le dire, agissent et se comportent pour conserver leurs prérogatives.

Des formes insidieuses de conditionnement des femmes se maintiennent voire se développent pour les inciter à se contenter de carrières et de revenus plus médiocres et à rester davantage à « leur place » c'est-à-dire au domicile ou à proximité, dans leur quartier. L'agression en rue participe aux signaux multiples reçus par les femmes et à la construction mentale d'une représentation des espaces publics dans lesquels elles sont seulement tolérées à condition de respecter les normes patriarcales. Mais l'agression n'est pas le seul facteur de conditionnement. L'éducation, les messages médiatiques, les normes qui régissent la vie en société fabriquent aussi des obstacles à l'autonomie et l'épanouissement des femmes. Les débusquer et les réduire ressortent des devoirs que doit assumer toute autorité publique si elle veut réellement offrir à l'ensemble de la population bien-être et développement.

### *De l'éducation ...*

De nombreuses études montrent que les processus éducatifs restent imprégnés d'une différenciation sexuée qui hiérarchise les filles et les garçons. L'apprentissage de la masculinité induit de manière continue la prise de risques envers les autres et soi-même, ainsi que l'exercice de la violence, celle-ci étant au contraire interdite aux femmes<sup>29</sup>. Comme c'est le cas pour la division sexuelle du travail mise en évidence par Danièle Kergoat<sup>30</sup>, cet apprentissage de la domination par la violence est soutenue par des éléments tels que les stéréotypes sexistes. La lutte pour transformer les stéréotypes sexistes a d'ailleurs été identifiée comme étant à prendre en compte dans toute politique visant l'égalité entre les filles et les garçons, tant par les instances internationales que par les autorités belges. Ils induisent en effet des déséquilibres dans les filières d'étude et dans les métiers. D'autres incidences se notent dans l'usage des espaces publics et dans leur accès. L'enquête fédérale de 2010 sur la mobilité en Belgique indique que les femmes parcourent des distances moyennes moins importantes (10,6 km pour les F et 13,9 km pour les H<sup>31</sup>) et que les femmes travaillent en moyenne plus près de chez elles et se déplacent pour des motifs plus proches.

C'est que, tout au long de leur enfance et adolescence, « sortir » ne s'apprend pas de la même façon pour les filles et les garçons. Le sociologue Clément Rivière a mené des recherches dans de grandes villes européennes et note que « l'encadrement parental des sorties juvéniles

---

<sup>29</sup> AYRAL Sylvie, *La fabrique des garçons : sanctions et genre au collège*, Presses Universitaires de France. Prix « Le Monde de la recherche Universitaire », 2011.

<sup>30</sup> KERGOAT Danièle, « Division sexuelle du travail et rapports sociaux de sexe », in *Dictionnaire critique du féminisme* (Dir. HIRATA Helena Hirata, LABORIE Françoise, LE DOARE Hélène, SENOTIER Danièle, Paris, PUF, éd. 2004, pp. 35-44.

<sup>31</sup> Enquête BELDAM 2010 p. 185.

s'appuie sur des espaces protégés garantis par l'interconnaissance locale et que ces pratiques, fortement genrées, se révèlent beaucoup plus restrictives pour les filles »<sup>32</sup>. Globalement, les filles sortent moins seules, moins loin et plus tard. Ainsi, lorsqu'elles arrivent au moment de prendre leur autonomie, leur expérience réduite de l'extérieur les désavantage. Curieusement, ce conditionnement éducatif ne semble pas perçu et lorsque ce déficit d'expérience pose problème à l'âge adulte – pour travailler de nuit, pour voyager seule, etc -, c'est bien souvent la « peur du noir », le « sens de l'orientation déficient », le « manque d'audace » des femmes qui sont évoqués comme explications. Cela a pour effet de renforcer la conviction communément partagée que c'est « naturellement » qu'elles préfèrent rester à l'intérieur ou qu'elles répugnent à s'éloigner.

La géographe française Edith Maruéjols a étudié l'utilisation des espaces de loisirs et observé plusieurs années l'occupation de cours de récréation<sup>33</sup>. Elle note que, systématiquement, les filles y sont reléguées à la périphérie alors que les garçons y occupent le centre. Les filles intègrent au fil des années scolaires le fait que ce sont les garçons qui décident de l'occupation de l'espace. Elles apprennent à s'occuper du domaine de l'intime. Elles adoptent des attitudes de retrait. De ses enquêtes sur l'accès des jeunes aux espaces et infrastructures publiques de loisirs, elle conclut que la mixité sans une attention aux inégalités de genre ne suffit pas à garantir l'égalité entre filles et garçons. L'attention, les moyens, l'organisation est centrée sur ces derniers. L'inégalité s'accroît dans le domaine sportif où « La pratique dominante est celle des garçons valides, performants, compétitifs »<sup>34</sup> et « l'activité sportive 'de loisir et/ou de découverte' dans l'offre municipale ne vient pas compenser un déséquilibre des pratiques sportives filles/garçons » que l'on retrouvera dans le domaine du sport de compétition.

### **... au renfort des normes sociales**

Au conditionnement éducatif s'ajoutent la constitution et la transmission de la norme sociale par le biais des règlements, des lois, des recommandations officielles. Actuellement, sous la pression féministe et la volonté politique d'atteindre l'égalité de sexe, les textes de référence sont peu à peu expurgés des connotations discriminatoires. L'attitude des fonctionnaires qui veillent à l'application des normes sociales dans l'espace public a son importance. En Belgique, des formations aux processus violents et à l'analyse des situations de violence sont peu à peu mises en place pour des services sociaux, de police, de secours d'urgence, d'hôpitaux... mais elles restent insuffisantes et non systématiques. En outre, elles n'intègrent généralement pas la dimension des rapports sociaux de sexe et confortent la naturalisation de la violence soutenue par les stéréotypes. Il est dès lors difficile pour ces agent-e-s de se dégager de l'imprégnation de modèles et de normes qui les poussent à considérer que c'est aux femmes à assurer leur sécurité parce que leur place « naturelle » est dans l'espace privé, parce que l'agressivité des hommes et le caractère irrésistible de leurs pulsions sexuelles ne sont pas jugés réductibles. Sans examiner comment les comportements de chacun-e transmettent la mécanique de la domination masculine, les efforts publics risquent fort de rester vains.

---

<sup>32</sup> RIVIERE Clément, « Les enfants : révélateurs de nos rapports aux espaces publics », in *Métropolitiques*, 18 juin 2012. URL : <http://www.metropolitiques.eu/Les-enfants-revelateurs-de-nos.html>

<sup>33</sup> Voir reportage sur [http://www.francetvinfo.fr/societe/inegalite-hommes-femmes-les-prejuges-commencent-des-le-plus-jeune-age\\_876937.html](http://www.francetvinfo.fr/societe/inegalite-hommes-femmes-les-prejuges-commencent-des-le-plus-jeune-age_876937.html)

<sup>34</sup> MARUEJOULS Edith, « La pratique sportive révélatrice des inégalités femmes/hommes », in *Chronique féministe* n°112, Université des Femmes, Bruxelles, juillet/décembre 2013, pp. 9-14.



La naturalisation des différences entre hommes et femmes constitue en effet un argument qui reste puissant pour justifier qu'il est « normal » que les femmes vivent d'une manière plus étreinte, plus pauvre, moins libre et que leur destin « naturel » de mère les voue « naturellement » à rester à l'abri du domicile, de la présence de proches et à rester dans les limites sécurisées. Par extension, la maternité est joyeusement confondue avec le maternage pour convaincre les femmes de rester auprès des enfants – et assurer leur sécurité – autant que nécessaire c'est-à-dire jusqu'à ce qu'ils puissent se débrouiller. Pourtant, les femmes s'organisent, exigent des crèches, des congés parentaux et des gardes partagées. Elles veulent le monde à part entière, comme les hommes et, puisque la société – patriarcale – s'y refuse, elles s'organisent pour y arriver et pour échapper aux rétorsions que suscite leur volonté d'émancipation.

Il leur faut, pour cela, déconstruire les injonctions et conseils qui, sous couvert de protection, visent à renforcer leur respect des normes patriarcales. Il leur faut secouer la chape de culpabilité qu'on leur tricote avec tant de bonne volonté. Car, si elles transgressent ces avis, et bien, tant pis pour elles : ce qui arrivera sera « de leur faute », elles « l'auront cherché », elles « n'avaient qu'à... ». Ainsi, dans les conseils prodigués aux femmes en cas d'agressions, on remarque qu'ils concernent essentiellement le suivi de celles-ci : plainte, suivi psychologique, etc. Lorsqu'ils ont un caractère préventif, ils insistent sur des précautions à prendre qui, si elles sont pertinentes, accroissent la culpabilité des femmes les invitant à « marcher vite », à « s'habiller de manière neutre », etc. Les recommandations faites aux femmes ne mentionnent en général pas l'option de l'autodéfense. Qu'elles viennent des milieux policiers, médicaux ou autres, elles induisent plutôt l'idée que résister à une agression est davantage dommageable qu'opter pour l'abandon de la résistance. Dans une brochure très officielle<sup>35</sup> que l'UNESCO diffuse auprès des journalistes reporters, il est mentionné « Si vous ne parvenez pas à échapper à l'agresseur, n'essayez pas de lutter. Une blessure qui saigne peut augmenter vos risques de contracter le sida ou des infections ». Pourtant, affirment les associations d'autodéfense féministe, il peut être possible, en certaines circonstances, de mobiliser des stratégies visant à réduire l'agression voire à l'empêcher, l'éviter ou diminuer ses effets. Réagir de manière judicieuse permettrait de se protéger bien plus efficacement que le « laisser faire » prôné habituellement par les autorités.

### ***Les productions culturelles et médiatiques***

Les « histoires » qui nous accompagnent tout au long de la vie, du conte pour s'endormir aux séries télévisées en passant par les chansons ou le concentré de scénario des productions publicitaires, constituent une sorte de bain continu par lequel nous recevons sans trop y faire attention toute une série d'indications sur les comportements à privilégier. Des études ont mis en évidence la persistance des stéréotypes sexistes dans les manuels scolaires<sup>36</sup>, la publicité<sup>37</sup> ou les productions médiatiques<sup>38</sup>. Une étude sur les stéréotypes féminins pouvant être

---

<sup>35</sup> *Rétablir l'équilibre. Egalité des genres dans le journalisme*, International Federation of Journalists, UNESCO, 2009.

<sup>36</sup> ADRIAENSSENS Alexandra et KUPPERBERG Deborah, *Sexes et manuels. Promouvoir l'égalité dans les manuels scolaires*, Ministère de la Fédération Wallonie-Bruxelles (Belgique), Direction de l'Egalité des Chances, Bruxelles, 2012.

<sup>37</sup> PIETRUCCHI Sophie, VIENTIANE Chris et VINCENT, *Contre les publicités sexistes*, Editions l'Echappée, 2012.

<sup>38</sup> EL HADDADI Halima et SIMONIS Martine, *Etude de la diversité et de l'égalité dans la presse quotidienne belge francophone 2<sup>ème</sup> édition*, Association des journalistes professionnels (AJP), Bruxelles, 2015.

véhiculés dans les séries de fiction réalisée en 2014 par le Conseil supérieur de l'Audiovisuel français conclut que « Parmi les stéréotypes les plus courants, celui de l'infériorité de la femme dans le domaine professionnel, de sa subordination, perdure globalement dans les fictions »<sup>39</sup>.

Ces histoires mises en mots, en images, en sons, constituent, mises bout à bout, une intimation répétée dont les formes peuvent aller de l'histoire du Petit chaperon rouge de notre enfance à l'histoire horrible d'un viol qui défraie les journaux. Dans le conte, la petite fille comprend que la forêt n'est pas faite pour elle et que, si elle s'y risque, elle devra se résigner à affronter de mauvaises rencontres. Dans le fait-divers, la femme lit que, peut-être, se rendre là, dans cette tenue-là, à cette heure-là, n'était sans doute pas très prudent.

La peur construite à partir des productions médiatiques et culturelles intervient de manière importante dans la constitution du sentiment d'insécurité. Cette émotion, lorsqu'elle est associée à une situation fictive, peut même être plus forte que lorsqu'elle est associée à des faits réels. La chercheuse belge Femke Geusens a ainsi montré, dans ses travaux de thèse en Sciences de la communication menés à l'Université de Leuven, qu'une fiction comportant de la violence sexuelle provoquait davantage d'angoisse qu'un fait-divers semblable relaté dans la presse, la charge émotionnelle étant plus grande. Au passage, notons que l'ADF peut être utile dans ces affrontements à une violence imaginaire : dans l'échantillon de jeunes femmes de 18 à 34 ans interrogées par la chercheuse, la moitié avait suivi des cours d'ADF. Or, ces dernières montraient, dans les tests, davantage de contrôle et de capacité à affronter ces situations de violences<sup>40</sup>.

---

<sup>39</sup> *Etude sur les stéréotypes féminins pouvant être véhiculés dans les séries de fiction*, Conseil supérieur de l'Audiovisuel (CSA), 2014, <http://www.csa.fr/Etudes-et-publications/Les-etudes-thematiques-et-les-etudes-d-impact/Les-etudes-du-CSA/Etudes-sur-les-stereotypes-feminins-qui-peuvent-etre-vehicules-dans-les-series-de-fiction-les-emissions-de-divertissement-et-d-animation>.

<sup>40</sup> *L'autodéfense, un outil contre la peur*, sur le site [www.garance.be](http://www.garance.be), repris le 17/11/2014.

### 3/ Dans l'espace public

---

#### - Espace public : pour qui ?

##### *Définitions*

S'il peut être le lieu métaphorique des échanges citoyens et de la construction de leurs décisions – espace politique donc –, l'espace public, lorsqu'il est envisagé dans le travail des organisations de l'ADF relève plutôt de la dimension matérielle et de la science de l'urbanisme. Il se définit dès lors comme « espace physique regroupant tous les lieux qui appartiennent au domaine public, qui sont librement et gratuitement accessibles, et qui de surcroît sont aménagés et entretenus à cette fin »<sup>41</sup>. Pourquoi cette option d'une définition de type géographique ? Parce qu'elle installe l'espace public comme décor dans lequel les interactions peuvent donner lieu à de la violence, tout en le distinguant de sa notion symétrique d'espace privé que nous aborderons dans le chapitre suivant. Dans ces deux catégories d'espace, la responsabilité des autorités publiques est engagée pour l'instauration et le maintien de la sécurité et de l'intégrité des personnes qui s'y trouvent ou y circulent.

Est-ce à dire que l'ADF n'est pas concernée par l'espace public de type « politique » (du mot grec *polis* signifiant la cité-Etat, la communauté des citoyens) comme les assemblées – instituées ou non – où la société décide de son fonctionnement ? Nous verrons plus loin que, tout au contraire, le secteur a partie liée avec cet espace citoyen dans lequel il doit, comme tout autre, trouver une reconnaissance et une utilité sociales. Mais il s'agit ici d'envisager la réaction à des situations de violence et celles-ci s'appréhendent différemment lorsqu'elles se situent dans l'un ou l'autre type d'espace, privé ou public.

##### *Vécu des espaces publics*

En ce qui concerne les perceptions, la notion d'espace public et de son usage peut être envisagée de différentes manières. Les aménageurs le voient comme une réserve de surfaces où peuvent s'implanter, se modifier, s'agencer les supports matériels des activités humaines (dormir, travailler, se soigner, apprendre, commercer, cultiver, produire, circuler, etc). Les sociologues examinent l'espace public sous l'angle des interactions entre individus et groupes sociaux qui l'occupent. Les responsables politiques intègrent l'espace public comme un élément à gérer au mieux des intérêts de l'ensemble de la population. Il s'agit donc d'y assurer sécurité, confort, propreté, accès...

Pour chacun de ces niveaux d'étude ou d'intervention, distinguer les options et les actions spécifiques des femmes et des hommes peut être éclairant. La démarche est utile si l'on veut, par exemple, discerner les éléments qui vont faciliter les comportements des auteurs d'agressions et comprendre pourquoi une femme qui rentre chez elle, après une réunion de travail en soirée se sent généralement en insécurité. Car les agressions tout comme le sentiment d'insécurité, c'est-à-dire la perception du risque d'agression, ont des incidences sociales importantes. Par exemple, pour les couples qui optent, à l'arrivée des enfants, pour les zones périurbaines où la qualité de vie est dite meilleure, les conséquences se jouent différemment pour les hommes et pour les femmes. Tous deux souhaitent généralement

---

<sup>41</sup> FLEURY Antoine, *Espace public*, Hypergéométrie 2004, consulté sur <http://www.hypergeo.eu> le 14/03/2014.

assurer leur autonomie en travaillant et il a été montré qu'à revenus équivalents (ce qui reste une exception à l'échelle de nos sociétés), les femmes se déplacent aussi loin, aussi souvent et aussi rapidement que les hommes. Par contre, la perception des risques est plus importante pour les femmes. Celles-ci « concilient » donc leurs besoins d'autonomie et de sécurité par des déplacements plus longs mais plus sécurisants ou s'obstinent à ne pas éviter ceux que tout leur indique comme « risqués » au prix de stress répétés, estimés comme un prix à payer pour une vie sociale et professionnelle satisfaisante. D'autres renoncent à des emplois intéressants ou des possibilités de carrière pour un poste qui leur permet de se rapprocher du domicile.

### *Espace public et socialisation : l'analyse féministe*

Les chercheuses féministes ont montré que l'espace n'est pas « public » de la même manière pour tout le monde. Elles y portent un regard sociologique et chaussent leurs « lunettes de genre » pour l'observer, décodant avec l'outil des rapports sociaux de sexe les interactions et les politiques publiques qui s'y déploient. Comme le souligne Monique Haicault, pionnière de l'étude des femmes dans les espaces urbanisés, « L'espace est socialisé et il socialise. Il est socialisé dans sa forme, ses temporalités, la mobilité et la présence des citoyens. En retour, il socialise comme le font la famille, l'école, l'entreprise »<sup>42</sup>. La façon dont l'espace organise son caractère « public » par le biais d'aménagements, de règles, d'animation induit la perception des valeurs qui sous-tendent cette organisation. Les hommes et les femmes y réagissent par l'adaptation – traverser dans les clous – ou par la rébellion – arracher pavés et mobilier extérieur pour en faire des barricades ou taguer les murs. L'adaptation ou le refus ne prennent pas les mêmes formes pour les femmes que pour les hommes. Ainsi, la pratique du *tag* clandestin est principalement le fait des hommes. Le regard social porté sur les femmes et les hommes lorsqu'ils sont « dehors » est différent que ce soit dans les lieux publics des villages, des cités ou dans ceux des espaces de travail, entreprises, zones commerciales, écoles, etc.... Pour les femmes, les processus différenciés de transmission des usages sociaux via l'école, la famille, les activités sociales ou récréatives, ont abouti à des représentations mentales qui, insidieusement, limitent leur accès ou le découragent.

Ces différenciations sexuées de l'occupation et de la perception des espaces publics sont encore trop largement méconnues. Les travaux<sup>43</sup> sociologiques de Jacqueline Coutras étudiant l'espace urbain dans une approche genrée depuis de nombreuses années restent trop absents des cursus d'apprentissage des métiers des secteurs de la mobilité ou de l'aménagement du territoire ainsi que ceux, plus récents, de Marylène Lieber<sup>44</sup>. La contagion culturelle progresse toutefois avec l'exemple d'agglomérations importantes qui intègrent peu à peu la dimension de genre dans leur gestion territoriale. Citons les études<sup>45</sup> réalisées par le laboratoire Adess Cnrs (Université Bordeaux Montaigne) et l'aurba (Agence d'Urbanisme d'Aquitaine) sur

---

<sup>42</sup> HAICAULT Monique, « Les femmes, le droit à l'espace et à la politique urbaine. Une approche par l'image de trois villes : Rennes, Marseille, Liège », dans TAHON Marie-Blanche et WIDMER Céline (dir.), *Les femmes entre la ville et la cité*, Montréal, Editions du remue-ménage, 2007, (4<sup>ème</sup> Congrès international des recherches féministes dans la francophonie plurielle – tome 3), p. 21.

<sup>43</sup> COUTRAS Jacqueline, « Construction sexuée de l'espace urbain : le devoir spatial des femmes », *Cahiers du Gedisst*, L'Harmattan, 1997 / COUTRAS Jacqueline, *Les peurs urbaines et l'autre sexe*, Paris, L'Harmattan, 2003.

<sup>44</sup> LIEBER Marylène, *Genre, violences et espaces publics. La vulnérabilité des femmes en question*. Paris : Presses de Sciences Po, 2008.

<sup>45</sup> BERNARD-HOM Marie-Claire, RAIBAUD Yves, *L'usage de la ville par le genre*, rapport de recherche, aurba, 2011, Bordeaux.

l'occupation et la gestion des espaces de la région bordelaise avec l'ethno-urbaniste Marie-Christine Bernard-Hohm ou les observations de l'occupation des espaces de loisirs de la géographe Edith Maruéjols. La première montre le caractère androcentrique et l'insécurité vécue par les femmes des quartiers de Bordeaux. La seconde, dans ses travaux de thèse<sup>46</sup>, fait émerger les inégalités de sexe dans l'accès et l'usage des espaces de loisirs publics.

### **- L'ADF : un enjeu pour des politiques publiques**

Comme on le lira plus loin, dans le portrait esquissé du secteur de l'autodéfense féministe, l'insertion du travail des associations d'ADF dans les politiques publiques varie d'un pays, d'une région à l'autre. L'intervention publique peut aller d'une inscription des ateliers dans des dispositifs officiels visant à réduire l'insécurité des femmes au soutien ponctuel d'activités associatives d'initiation ou d'information. Ailleurs, ce sont les associations qui préféreront garder leur autonomie voire leur confidentialité au prix d'une plus grande difficulté économique. Sans entrer dans le détail des manières dont l'autorité publique peut contribuer au développement et à la diffusion des moyens d'autodéfense féministe, essayons d'examiner en quoi l'ADF peut se révéler utile dans la réalisation d'objectifs publics.

#### ***Un outil pour appréhender la violence à l'école***

Le système éducatif en Belgique francophone peine à contrecarrer l'approfondissement des inégalités sociales<sup>47</sup>. En matière d'inégalités entre les filles et les garçons, il patine depuis des décennies, malgré des efforts ponctuels méritoires et une production d'études éloquentes<sup>48</sup>, à reconnaître son implication dans leur production /transmission et à mettre en œuvre des pistes pédagogiques efficaces. Or, ces inégalités imprègnent les parcours scolaires des élèves, leurs filières d'études et leurs choix de profession. Elles se lisent aussi dans les manifestations de violence qui se développent au cœur même des établissements scolaires et dont beaucoup sont marqués par le sexisme. Des partenariats s'enclenchent avec le secteur de l'ADF pour permettre de mieux comprendre ces violences et d'y faire face. Ils mériteraient une plus grande intégration dans le cursus scolaire voire dans les formations initiale et continuée des enseignant-e-s. Cette approche offre en effet une réponse globale à des problèmes précis rencontrés dans l'école grâce à des méthodologies très concrètes et pratiques d'une part, analytiques et théoriques d'autre part. L'initiation à l'ADF ouvre également une voie de transformation du regard de l'enseignant-e sur sa pratique, ses élèves, son institution.

#### ***Une méthode pour diminuer l'impact des violences sur la santé des femmes***

Baromètre international de la situation des femmes, la Commission de la condition de la femme du Conseil économique et social des Nations-Unies, dans ses travaux de 2010, se dit vivement préoccupée par le fait que l'épidémie mondiale de VIH/sida frappe de façon disproportionnée les femmes et les filles. Elle souligne que la vulnérabilité de ces dernières face au VIH est aggravée notamment par la violence dont elles sont victimes et « qu'il

---

<sup>46</sup> MARUEJOULS Edith, Mixité, égalité et genre dans les espaces du loisir des jeunes. Pertinence d'un paradigme féministe, thèse en Géographie humaine défendue à l'Université Michel de Montaigne Bordeaux 3, 2014.

<sup>47</sup> GHESQUIERE François, GIRES Joël, « L'école en Belgique renforce les inégalités », Observatoire Belge des Inégalités, 20/02/2015, sur <http://inegalites.be/>.

<sup>48</sup> Recherches sur les inégalités entre filles et garçons dans l'enseignement en communauté française sur le site : <http://www.egalite.cfwb.be> de la Direction de l'Egalité des chances de la Fédération Wallonie-Bruxelles.

faudrait donner aux femmes et aux filles les moyens de se protéger contre la violence »<sup>49</sup>. Si l'exemple du lien entre violence et propagation du sida est mis en avant, il est évident que le lien fonctionne également avec la plupart des pathologies physiques ou psychologiques. Donner aux femmes un moyen efficace pour détecter les processus de violence, les éviter voire s'en défendre pourrait dès lors s'inscrire dans les actions publiques de prévention en matière de santé que ce soit sous forme de campagnes ou de dispositifs plus permanents.

### *Une piste pour supprimer la violence masculine et pacifier les espaces*

La Commission de la condition de la femme du Conseil économique et social des Nations-Unies affirme que la violence à l'égard des femmes entrave le développement économique et social de la collectivité et de l'État, mais les instances officielles focalisent davantage leur attention et leurs actions sur les victimes. Les causes structurelles des violences subies par les femmes, le portrait statistique et sociologique des agresseurs, sont par contre peu investigués. Cette « cécité » bien relayée sur le plan médiatique renforce l'impression générale d'une fatalité de la violence, d'une impossibilité à toucher à ce qui la génère fondamentalement. Par la mise en œuvre de l'ADF, les femmes affirment collectivement et individuellement leur volonté de dire non à la violence des hommes. Elles renforcent leur capacité à poser ce refus d'une manière digne et efficace. Leur exemple, leur pratique peuvent servir de moteur à une meilleure prise en compte par les autorités de l'utilisation abusive et dommageable de la violence par les hommes et des moyens d'y faire face. Car les associations d'ADF ne se contentent pas de former à des techniques, elles contribuent, par des études, des colloques, à la compréhension de la violence, de ses effets et à l'élaboration de réponses. Ainsi, ce n'est pas un hasard si, en Belgique, l'association Garance a mis sur pied des programmes de marches exploratoires, par des groupes de femmes, pour donner des indications utiles concernant l'aménagement et l'animation d'espaces urbains dans un objectif de réduction du sentiment d'insécurité des femmes.

Pour les associations, l'ADF peut être « le pied dans la porte » qui introduit l'idée qu'un monde est possible où les conflits et les rapports de pouvoir s'appréhendent sans violence socialement inacceptable, où les relations humaines se déroulent dans des cadres – privés, publics – propices à cette pacification. En démontant les mécanismes des agressions, en offrant des réponses concrètes pour y faire face, l'ADF indique que le déni, la résignation, l'acceptation face aux violences ne sont pas des options valables pour une société humaine digne de ce nom. Elle indique aussi que les femmes et leurs organisations constituent, pour avancer dans le processus de civilisation, des actrices et des ressources précieuses et incontournables.

Par ces considérations sur le potentiel de son utilité dans les champs de l'éducation et de la santé, il apparaît que l'ADF a bien sa place dans l'espace public politique de la lutte contre les violences. Pour clôturer ce chapitre, il reste à examiner en quoi cette violence et les moyens d'y faire face concernent l'espace public physique.

---

<sup>49</sup> Rapport sur les travaux de la cinquante-quatrième session (13 mars et 14 octobre 2009 et 1er-12 mars 2010) de la Commission de la condition de la femme du Conseil économique et social des Nations-Unies, p.7-11.

## **- Un ressenti féminin : la rue appartient aux hommes, la rue n'est pas l'espace des femmes**

### *Les enseignements des marches exploratoires*

Initiée au Canada dans les années 90 par des groupes de femmes et des professionnelles de la lutte contre la violence, la marche exploratoire consiste à suivre un groupe de femmes dans un village ou un quartier de ville en se mettant à l'écoute de leurs observations de l'espace public. Celles-ci sont centrées sur les éléments qui accroissent ou diminuent leur sentiment d'insécurité. Ces observations sont consignées dans un rapport transmis aux autorités responsables des aménagements, de l'espace public, de la mobilité. Les hommes peuvent accompagner mais seulement écouter. Le concept s'inscrit principalement dans les politiques de lutte contre l'insécurité. En Belgique, depuis les années 2000, des marches exploratoires sont organisées dans des quartiers urbains et en zone rurale soit à l'initiative de mouvements de femmes<sup>50</sup>, soit commanditées par les autorités publiques<sup>51</sup>.

Lorsqu'elles sont menées de manière à garder les femmes au centre du dispositif, les marches exploratoires produisent différents effets. Les participantes, renforcées par le caractère collectif, valorisées comme expertes et rendues attentives à ce qui les insécurise, osent davantage investir l'espace public. Leurs avis écoutés et pris en compte, elles interviennent plus volontiers dans les dispositifs de participation citoyenne. Le sentiment d'insécurité des participantes est également exprimé et illustré de témoignages. Ce qui le construit est ainsi mis à jour et analysé, des éléments physiques aux éléments sociaux. Si les aménageurs publics sont davantage attentifs à tout ce qui relève des aspects physiques du territoire public (mobiliers urbains, plantation, nature des voiries, etc.), les conclusions des marches exploratoires mettent également en évidence l'importance de la présence et du comportement des usagers des espaces publics. Des espaces apparaissent comme hostiles pour les femmes car occupés majoritairement par des hommes dont l'attitude leur pose souvent problème (observation appuyée, remarques sexistes ou désobligeantes, gestes déplacés, etc.). Des comportements d'évitement (itinéraires, lieux, heures) et de prévention (choix d'habillement, attitudes, choix du mode de déplacement) manifestés par les participantes indiquent que l'espace public reste pour les femmes potentiellement dangereux, qu'elles ne s'y sentent pas « chez elles », qu'elles n'éprouvent le plaisir de s'y attarder que dans des circonstances

---

<sup>50</sup> A Liège, la Commission communale «Femmes et ville», créé par la Ville suite aux actions de la Coordination locale de la Marche mondiale des Femmes, a obtenu un subside de la Fondation Roi Baudouin et du Service fédéral de la Politique des Grandes villes pour organiser une vingtaine de marches exploratoires en 2004-2005 dans huit quartiers définis comme prioritaires. Des propositions concrètes ont été formulées par la Commission «Femmes et ville» suite à ces marches et présentées au Collège municipal lors d'une séance publique.

<sup>51</sup> Suite à l'expérience pilote menée à Liège, une recherche-action a été commanditée par le Ministère fédéral de la Politique des Grandes villes pour étendre l'expérience à six villes belges en 2006 (2 en Wallonie, 2 à Bruxelles et 2 en Flandre). Cette recherche, menée par Véronique Clette et Amélie Daems, a permis l'édition d'un Guide d'exploration, vade-mecum pratique donnant le pas-à-pas de l'organisation d'une marche exploratoire, qui a été diffusé à toutes les villes et communes belges. Les marches organisées dans le cadre de cette recherche n'étaient pas à l'initiative du terrain local et ont fait intervenir des groupes mixtes de marcheurs. La dimension du genre a néanmoins été prise en compte dans les consignes d'observation, l'observation du comportement des marcheurs et leurs notations. En 2012, l'association Garance a organisé 18 marches dans 10 communes bruxelloises avec un suivi scientifique assuré par l'Université des Femmes dans le cadre d'une recherche-action commanditée par le secrétariat d'Etat en charge de la Propreté publique et de l'Urbanisme pour la Région de Bruxelles-Capitale et visant la formulation de recommandations concernant l'aménagement urbain auprès des services publics concernés.



limitées (quand elles sont accompagnées, dans des lieux où les femmes sont nombreuses, etc.).

### *L'intégration du rapport dominant-dominée dans la rue*

Ce sentiment d'insécurité est parfois jugé exagéré au regard des relevés officiels des agressions subies par les femmes dans l'espace public. Il est toutefois renforcé par des agressions qui ne sont, en général, perçues comme telles par les victimes et par les autorités même si elles ont, pour les femmes, des incidences réelles sur leur sentiment de bien-être quand elles sont « dehors ». Il s'agit de comportements qualifiés par les autorités d'« incivilités » et par les femmes elles-mêmes de « harcèlement de rue » (voir plus haut le chapitre sur les violences). Dévoilés par des reportages, des études, des sites de témoignages, ces comportements dessinent peu à peu dans les représentations collectives le fondement patriarcal des relations entre hommes et femmes.

Dans son étude des pratiques nocturnes et urbaines des femmes, l'urbaniste Claire Gervais souligne que « l'espace public est un lieu où se forment les identités féminines et masculines, produits de la société »<sup>52</sup>. Dans cet espace, dit-elle, « les jeunes femmes sont avant tout abordées en raison de leur appartenance sexuelle ». « Les inconnus qui abordent les jeunes femmes transgressent ainsi les distances instaurées, pour parvenir directement à une 'distance intime' », suscitant chez les jeunes femmes « une crainte principale : celle d'un dérapage ». La sociologue Stéphanie Condon confirme que le sexisme ordinaire présent dans les espaces publics présuppose « la disponibilité sexuelle des femmes non accompagnées »<sup>53</sup>. Répétés, ces « incidents » marquent durablement les femmes. Elles développent des comportements qui limitent leur autonomie : évitement de parcours jugés peu sûrs, attitudes visant à s'invisibiliser comme le regard baissé, la surveillance furtive et constante de l'environnement, le choix de comportements et d'habillements « neutres », etc. Il s'agit de ne pas se mettre dans son tort, d'être « dans la norme ». Car l'injonction ressentie peut être renforcée par l'attitude des autorités. Claire Gervais note ainsi le témoignage d'une jeune femme, circulant seule la nuit et interpellée par des policiers qui fustigent son attitude « irresponsable » et lui enjoignent de « rentrer au plus vite chez elle ». Violences, incivilités, regards, attitudes, mais aussi conseils et recommandations, tout concourt à ce que les femmes se sentent vulnérables dans l'espace public, à ce qu'elles sachent qu'elles transgressent les normes sexuées quand elles se trouvent en certains lieux à certaines heures, à ce qu'elles « intériorisent ce rapport dominant-dominé véhiculé par les discours institutionnels »<sup>54</sup>.

### *Le dévoilement des peurs et des agressions*

La peur fait peu à peu place à la – juste – colère. Les jeunes, particulièrement, refusent ces diktats peu ou prou explicites. L'une témoigne sur la toile d'internet des incidents et de ses

---

<sup>52</sup> GERVAIS Claire, *Pratiques nocturnes de la ville par les femmes : le combat pour l'espace*, mémoire de Master en Aménagement et Urbanisme, 2013, <http://www.lebugurbain.fr/enquete-les-pratiques-urbaines-nocturnes-des-femmes-a-paris-un-combat-pour-lespace/>.

<sup>53</sup> CONDON Stéphanie et al., « Insécurité dans les espaces publics : comprendre les peurs féminines », dans *Revue française de sociologie*, 2005/2 Vol.46, pp.265-294.

<sup>54</sup> GERVAIS Claire, op. cit., p.22.

sentiments sur son blog<sup>55</sup>, l'autre publie des dessins illustrant des situations vécues dans lesquels l'agresseur est représenté sous les traits d'un crocodile<sup>56</sup>, les remous médiatiques autour du reportage « Femme de la rue » de Sofie Peeters donnent lieu à de nombreux articles sur le harcèlement de rue dans les journaux, les revues associatives, les magazines. Les mouvements de femmes réalisent études, actions et expressions collectives sur le sujet, invitant leurs membres à expérimenter, à observer, à parler. Des étudiant-e-s examinent la rue avec un regard neuf<sup>57</sup> menant interviews de passantes, de graffeurs, de féministes.

Les femmes se confortent par la convergence de leurs expériences, par des expériences formatives, par les études et les témoignages partagés. Plus conscientes de la tolérance voire du refus manifesté par les hommes à la présence féminine dans l'espace public, les femmes osent désormais témoigner de leur malaise, de toutes les incidences de ces comportements sur leur vie. Elles incitent les hommes à considérer leurs attitudes et leurs motivations. Elles poussent les autorités à réfléchir aux moyens de désamorcer ces rapports de domination particulièrement visibles dans l'appropriation des espaces. Elles invitent à démonter les mécanismes qui leur rendent la rue hostile, impraticable. La présence dominante des hommes dans les secteurs de décision politique, d'aménagement et de gestion des espaces publics, dans les secteurs de la mobilité devient problématique. L'éducation montre ses difficultés à transformer une construction identitaire des hommes qui valorise la supériorité physique, intègre des initiations à la virilité empreintes de violence, conforte la répartition sexuée des tâches et l'affirmation de la complémentarité des sexes au détriment de leur égalité. Face à cette aspiration des femmes au dévoilement des agressions anonymes, répétées, masculines et à la nécessité de faire évoluer les pratiques des hommes, l'autodéfense féministe se propose comme un outil de travail sur soi et sur la collectivité.

---

<sup>55</sup> GULSH Almira, « *Grosse pute, tu pues* » : j'ai été agressée au milieu d'une gare. Les témoins ont rigolé », 25/08/2015, <http://leplus.nouvelobs.com/contribution/1411118-grosse-pute-tu-pues-j-ai-ete-agressee-au-milieu-d-une-gare-les-temoins-ont-rigole.html>

<sup>56</sup> THOMAS Mathieu, *Les crocodiles*, Le Lombard, Bruxelles, 2014.

<sup>57</sup> Collectif d'étudiant-e-s en sciences sociales aux Facultés Saint-Louis, *Rue'brik : le magazine de la rue*, Bruxelles, 2014, <http://www.fichier-pdf.fr/2015/05/06/mook-2015-larue-ustlouis/>.

## 4/ Dans l'espace privé

---

Aux femmes, la société patriarcale présente le domicile comme un havre de paix et l'extérieur comme un lieu dangereux, renforçant l'association « femmes » et « intérieur » d'une part, « hommes » et « extérieur » d'autre part. Or, en 2010, l'Institut pour l'Égalité des Femmes et des Hommes estime qu'en Belgique, une femme sur sept a été confrontée à au moins un acte de violence commis par son (ex)-partenaire au cours des 12 mois précédents. C'est d'abord la violence d'ordre privé qui a d'abord monopolisé l'attention. L'Institut indique ainsi que « Les violences interpersonnelles en tant que problématique sociale bénéficient d'une attention croissante dès la fin de la seconde guerre mondiale. La violence interpersonnelle et ses conséquences étaient surtout considérées autrefois comme un problème médical. Dès la fin des années 1940, elles ont également été socialement contextualisées et étudiées à différents niveaux. Le mouvement féministe a, à son tour, attiré l'attention sur la dimension de genre des violences entre personnes au cours des années 1970, et placé cette problématique dans le cadre des rapports sociaux entre hommes et femmes. Le mouvement féministe a, de cette façon, contribué à la structuration de la société civile, ce qui a conduit à la reconnaissance politique de la nécessité de développer des actions en vue de la prévention des violences intrafamiliales et de l'assistance »<sup>58</sup>. Le phénomène de la violence conjugale a ainsi été davantage médiatisé et étudié sous la pression des mouvements de femmes, entraînant – et c'est heureux – une reconnaissance des violences conjugales et domestiques comme un véritable problème de société. Cette reconnaissance a entraîné une volonté des institutions qui ont étudié, dénoncé et sanctionné les pratiques de violence dans le domaine privé, priorisant ces types de violence par rapport aux actes de violence perpétrés dans l'espace public. Toutefois, la focalisation s'est faite davantage sur les victimes, laissant de côté la question des auteurs des agressions et la manière dont celles-ci s'inscrivent plus largement dans les rapports sociaux de sexe.

### - Les femmes n'ont pas de maison

#### *L'intimité ne réduit pas les risques*

La particularité principale des violences entre partenaires est qu'elles se déroulent au domicile, dans un espace privé où les occupant-e-s constituent, par toute une série d'arrangements, de règlements implicites, d'usages..., une sorte de « loi familiale » dont la puissance se conjugue au non-dit. Dans les années 1970, les féministes clamaient « Le privé est politique », affirmant que les pouvoirs publics devaient combattre les effets de la domination masculine y compris dans l'espace privé, dans les relations familiales et intimes. Bien que les mouvements féministes aient enclenché la reconnaissance, par le monde politique, des violences qui s'y cachent, il reste difficile pour l'autorité publique d'intervenir dans l'espace privé qu'il se déploie d'ailleurs entre des murs ou dans le cadre d'un échange – privé – entre des partenaires visiblement en couple. Le monde politique intègre désormais dans ses objectifs la lutte contre les violences conjugales, mais les mentalités s'adaptent plus lentement aux changements. Pour beaucoup de femmes, il reste malaisé de parler de ces violences et pour beaucoup d'hommes, il reste pénible d'accepter que les lois qui empêchent

---

<sup>58</sup> « Les expériences des femmes et des hommes en matière de violence psychologique, physique et sexuelle », rapport de l'Institut pour l'Égalité des Femmes et des Hommes, Bruxelles, 2010, p. 12.

la violence et protègent les victimes s'appliquent autant dans l'espace public que dans l'espace privé du domicile.

Comme dit précédemment, le domicile n'offre pas vraiment aux femmes la sécurité qu'elles sont en droit d'y trouver. L'espace privé permet en effet à la violence de se déployer sans observateur. Elle peut aller de la destruction physique à la destruction psychique et se répète selon des cycles alternant séduction – violences – repentir dans une aggravation progressive qui réduit les femmes à l'impuissance, l'isolement, l'état physique dégradé voire la mort.

### *Les violences de proches font plus mal*

Dans l'espace privé, le contexte est ressenti comme sécurisant. L'agresseur est connu. La relation implique la confiance et l'amour réciproques. Les violences – dont le viol conjugal – surprennent et traumatisent donc davantage. D'autre part, les femmes, dont l'assignation au foyer et aux tâches domestiques est forte, intègrent très tôt dans leur éducation l'interdiction morale de se défendre. La figure patriarcale du « pater familias » tout-puissant reste forte. Les hommes s'accrochent à leur domination de toutes les manières : inégalités salariales, gestions patrimoniales, non-paiement de pensions alimentaires, priorisation des moyens et des soutiens en faveur des garçons... Et les filles peinent toujours à assurer tôt l'autonomie économique qui leur permet de s'échapper sans dommage d'un toit devenu hostile et dangereux.

Subies avec surprise et incompréhension, les violences entraînent des conséquences physiques et psychologiques qui se renforcent d'une perte de confiance en soi et d'une charge traumatique importante. Le processus pour sortir d'une relation qui les met en danger s'avère long et difficile pour ces femmes. A cela s'ajoute l'isolement de la victime, construit peu à peu par le partenaire violent. Un isolement doublé d'un sentiment de culpabilité et de honte. « Avouer » – et le mot est choisi à dessein – être victime de violences est aussi difficile que rechercher de l'aide.

### *Des stratégies de résistance qui peuvent mener à l'autodéfense*

Au vu de ce qui précède, il est compréhensible que l'ADF ne représente pas, pour une femme victime de violences de la part de son partenaire, une voie évidente. La démarche suppose une autonomie et une assurance dont elle a été dépouillée au fil du temps. Ces formations ne font pas partie des demandes des victimes et les structures qui les aident les proposent rarement. Il s'agit d'abord de permettre à ces femmes de reprendre des forces physiques et mentales. Lorsque l'éloignement de l'agresseur a été rendu possible, il importe de renouer avec un corps qui a été dévalorisé par les violences. Avant de songer à changer de rôle, de s'affirmer non comme une victime mais comme une femme qui a confiance en elle, un travail sur soi est nécessaire. Certaines structures d'accueil offrent ainsi la possibilité de soigner son apparence, de se consacrer du temps et des soins par des massages, du maquillage, de nouvelles tenues.

Est-ce à dire que les femmes subissent les violences domestiques sans réagir ? Leurs témoignages montrent qu'au contraire, certaines parviennent à déployer différentes stratégies pour réduire le dommage et l'emprise de leur agresseur. Ceux-ci montrent que : elles cachent des valises prêtes pour un départ d'urgence éventuel, elles évitent les situations qu'elles savent propices aux crises, elles utilisent parfois une personne tiers pour éviter l'affrontement direct, elles déplacent la domiciliation de leur courrier. Elles s'accrochent à un travail qui peut leur fournir les ressources suffisantes pour partir. Parfois, elles mettent les enfants en avant, mais rarement car elles savent que cela les met en danger. Ces femmes ont de meilleures

chances de sortir du cercle infernal. Si une structure, un accueil, leur permet de mettre des mots sur leur histoire – et parfois, elle sera d’abord racontée comme celle d’une autre –, elles pourront reprendre peu à peu confiance et penser qu’elles ne sont pas qu’une « victime ». Elles pourront envisager d’apprendre comment faire face, par exemple via l’ADF.

### **- Enjeux des politiques publiques : l’ADF absente**

#### *Utilisée mais non reconnue*

En Belgique, chaque niveau de pouvoir est en principe compétent en matière de lutte contre les violences entre partenaires. Mais c’est désormais au sein des communautés linguistiques que s’élaborent les plans officiels sensés mettre en œuvre cette lutte sur le terrain. Du côté francophone, la lutte contre les violences entre partenaires s’inscrit ainsi dans le « plan intra-francophone 2015-2019 de lutte contre les violences sexistes et intra-familiales » proposé par la Ministre des Droits des Femmes et adopté par le gouvernement de la Fédération Wallonie-Bruxelles en juillet 2015. Si les mesures prises présentent toutes un intérêt certain, force est de constater que le recours aux formations à l’autodéfense féministe ne s’y inscrit pas.

L’ADF, d’ailleurs, ne bénéficie pas d’une reconnaissance officielle, ce qui n’est pas sans conséquence concrète. Ainsi, en Région wallonne, les coûts de formation à l’ADF destinés aux femmes victimes de violences ne sont pas remboursés aux structures qui les organisent au contraire des formations à destination des personnels qui aident ces femmes. La situation est floue et fluctue selon les réalités régionales et la perception des projets proposés. A un travail intégrant l’examen des rapports sociaux de sexe, les autorités préfèrent une approche plus individuelle des situations et des personnes concernées comme c’est le cas, par exemple, via les dispositifs de numéros d’appels téléphoniques d’urgence ou de médiation conjugale. La préférence belge pour les processus de compromis et l’évitement des conflits s’y ajoutent, entraînant une déresponsabilisation des auteurs de violences et une responsabilisation des victimes. Les services de police peinent à prendre en compte les violences entre partenaires comme l’illustre la volonté, exprimée publiquement en avril 2015, de la police fédérale de retirer la lutte contre les violences conjugales et intrafamiliales du Plan national de Sécurité<sup>59</sup>.

L’ADF, pour représenter un atout, doit transformer son image. Pour les autorités de police, axés sur la violence, elle évoque surtout un dispositif de « violence retournée » autorisant les femmes à utiliser elles aussi la violence. Cette impression, due en partie à la focalisation sur les techniques proches des arts martiaux, freine ces services dont l’objectif notamment est de neutraliser et réduire les expressions de violence. Du côté des femmes victimes, l’ADF leur semble peu accessible dans un premier temps, toutefois la démarche « leur parle ».

#### *Un potentiel à mettre en œuvre*

Permettre aux femmes victimes de mieux comprendre les mécanismes de la violence, de s’outiller pour mieux poser leurs limites dès les prémices des crises relationnelles, d’acquérir des réflexes renforçant leur confiance en elles et leur assertivité, voilà en effet une piste intéressante pour compléter les dispositifs déjà en place et éviter que les victimes retombent dans le cycle infernal des violences.

---

<sup>59</sup> *Lutter contre la violence conjugale et intrafamiliale n’est plus prioritaire pour la police belge*, RTL, 30/04/2015, <http://www.rtl.be/info/belgique/societe/lutter-contre-la-violence-conjugale-et-intrafamiliale-n-est-plus-prioritaire-pour-la-police-belge-719816.aspx>.

En outre, les associations qui proposent un travail à des groupes mixtes constitueraient elles-mêmes un atout pour permettre aux hommes violents de déconstruire leurs représentations des relations entre partenaires, de comprendre comment l'identité masculine peut se construire sans y intégrer le recours à la violence, d'apprendre comment l'affirmation de soi et de ses besoins peut se pratiquer dans un cadre relationnel basé sur la solidarité et la confiance plutôt que sur la domination et la maltraitance.

Les spécialistes des violences intrafamiliales le soulignent : le formatage des filles et des garçons a toute son importance dans la prévention des violences. La dissociation forte entre les catégories sexuées et leur hiérarchisation inscrit, dès la maternité, la crèche, l'école, la supériorité des garçons pour lesquels, dès lors, la violence peut constituer un moyen de maintenir une position pour laquelle tout les destine et dans laquelle tout les maintient. D'un autre côté, les filles sont assignées à des comportements d'empathie, de compréhension, de souci des autres / oubli de soi, qui les prédisposent à la sidération face à la violence. S'y ajoutent les stéréotypes sexistes qui posent comme naturelle et générale la supériorité physique des garçons sur les filles. Seules, les rebelles se sortent de ce schéma dévalorisant, mais elles le paient par la souffrance d'être incomprises et rejetées, parfois par le renoncement aux gratifications que reçoivent les filles plus dociles (meilleure écoute, encouragements, reconnaissance sociale) quand elles ne sont pas victimes de rejets voire d'ostracisme de la part de leur entourage qui ne les comprend ni ne les approuve.

L'ADF, en permettant aux femmes de prendre conscience de leurs capacités à décoder des schémas agressifs et à s'en défendre, renforce l'égalité entre femmes et hommes recommandée par les instances internationales. L'intégrer dans les politiques publiques de lutte contre les violences intrafamiliales constitue pourtant un défi. Il s'agit de contrer les stratégies d'évacuation de l'examen des rapports sociaux de sexe et de réduction des violences à « des épisodes malheureux entre partenaires ». Le dévoilement des stratégies de défense et d'évitement que les victimes utilisent ne peut être abordé, par exemple, dans les processus de médiation conjugale sans une désignation claire de la responsabilité des agresseurs. La prise en charge des agresseurs ne peut éluder la prise en compte de l'aspect sociologique des violences, faute de quoi leur suivi risque de renforcer une victimisation. Les agresseurs le comprennent sans doute déjà, car la violence physique – dont les traces sont plus patentes – diminue alors que la violence psychologique – moins visible mais tout aussi dommageable – est en augmentation dramatique.

En dehors de la Belgique, si les autorités utilisent l'ADF dans certains dispositifs de prévention ou de suivi, la plupart des pays rechignent à l'inscrire de manière plus institutionnelle, par exemple dans les dispositifs permanents mis en place au sein des services publics concernés par les violences entre partenaires. La Suède s'y refuse même, considérant que cela marquerait publiquement la responsabilité des femmes victimes dans les situations de violences. La Suisse, la Belgique, soutiennent de leur côté des cours d'ADF dispensés au sein des structures d'accueil des femmes victimes de violences. Les professionnelles qui agissent en première ligne dans la lutte contre les violences se sont intéressées à ces formations qui offrent différents atouts dans leur travail de suivi, d'aide et de prévention.

Un autre enjeu posé par l'ADF est de faire reconnaître l'intérêt des démarches collectives dans les dispositifs officiels de lutte contre les violences faites aux femmes. Le fondement associatif de l'ADF, son ancrage dans le mouvement social large du féminisme, lui permettent de bénéficier de l'expérience, des méthodologies, des expertises de réseaux de groupes

dépassant largement le niveau régional ou national. Dans un monde où la connexion pénètre peu à peu le fonctionnement social, ce n'est pas à négliger.

### **- Un outil utilisé par les refuges de femmes battues, approches comparées**

#### *L'expérience suisse de Viol-Secours*

Viol-Secours assure à Genève (Suisse) un lieu de refuge pour les femmes dès 16 ans qui ont subi des violences sexuelles. Après sa fondation en 1982 comme comité de soutien des femmes victimes des viols de Pré-Naville<sup>60</sup> puis sa transformation en 1985 en collectif militant inspiré des modèles canadiens, l'organisation élargit peu à peu ses missions d'accueil et de soutien à la mise sur pied de projets de prévention. Les problèmes de violence sexuelle s'accompagnent en effet souvent d'autres sortes de difficultés familiales et sociales. Pour permettre aux femmes d'y faire face, il importe de développer leurs capacités et leur confiance en elles. Cela se fera d'abord en accompagnant leurs démarches diverses tant au sein des familles qu'auprès des services médicaux, des autorités et jusque dans les tribunaux. Ensuite, une offre de stages d'autodéfense sera mise en œuvre pour accroître leur capacité à assumer seule leur sécurité de manière à devenir libres et autonomes. Pour l'association, la « pose de limites claires, ainsi que le sentiment de responsabilité vis-à-vis de ses actes et de ses émotions, participent à faire baisser la violence »<sup>61</sup>. Elle choisit la technique du Fem Do Chi, la « voie de l'énergie des femmes », pour son origine féministe canadienne et sa démarcation avec les techniques inscrites davantage dans les « arts martiaux », parce qu'elle tient compte de la spécificité du corps des femmes et aussi de leur socialisation différenciée.

Dans ces stages, les femmes sont invitées à poser leurs limites et à utiliser leur corps comme arme de défense et cela dans toutes ses composantes. Cela permet une véritable réappropriation corporelle et construit une représentation plus égalitaire des capacités physiques : la force n'est plus prépondérante ni le seul apanage des hommes, le corps dépasse l'assignation à la séduction. L'animatrice Isabelle Chatelain souligne : « On y apprend à avoir une attitude mentale qui valide nos ressentis, un langage verbal clair et surtout une meilleure compréhension du langage corporel. [...] Durant le stage, les jeux de rôle permettent aux participantes de faire part de leur vécu et d'identifier leurs failles<sup>62</sup>. Le but est de se sentir à priori en paix avec soi et avec les autres, et lorsqu'un malaise nous signale un danger, d'être prête à réagir. »<sup>63</sup> Des discussions sont menées tout au long du stage sur les aspects psychologiques de l'autodéfense : maîtrise de la peur, apprentissage des limites et de la confiance en soi, etc. Elles sont complétées d'informations sur les aspects juridiques et sur les démarches à envisager en cas d'agression.

Si on examine les statistiques de fréquentation des stages d'autodéfense organisés par Viol-Secours, il apparaît qu'une grande majorité des participantes ont déjà subi des violences et

---

<sup>60</sup> En 1981, deux femmes qui logeaient dans un squat sont victimes de viols par un groupe de jeunes fascistes, « les Pharaons ». Quelques femmes, alarmées par plusieurs cas semblables et par la lenteur des autorités judiciaires, créent un « comité contre le viol » et suivent le procès de cette « affaire Pré-Naville » qui cristallise l'attention sur la cause des femmes et montre le viol comme révélateur d'autres réalités de violences sexuelles.

<sup>61</sup> Viol-Secours, Rapport d'activités 2005, Genève, 2006, p. 15.

<sup>62</sup> Par exemple, un sentiment d'impuissance, la réticence à réagir face à un agresseur de couleur par peur d'être raciste, la volonté d'être gentille, etc., attitudes que l'agresseur peut retourner contre vous.

<sup>63</sup> PRALONG Estelle, « Une ville la nuit : la part du mythe », dans *l'émilie*, juin-juillet 2008, p. 16.



certaines de plusieurs types (physiques, psychologiques, sexuelles). Cette proportion élevée confirme, pour l'association, la pertinence de l'autodéfense féministe dans des programmes de prévention secondaire, c'est-à-dire visant à aider les femmes à sortir du cycle de la violence et de la peur permanente.

L'offre de ces stages de Fem Do Chi reste précaire. Pour la poursuivre, l'association a dû lancer en 2001 le projet « Formation d'animatrices de stages d'autodéfense pour femmes et adolescentes » afin d'assurer une relève à la première formatrice. Financé par le Fonds de prévention de la violence, le projet a permis de pérenniser l'activité. En 2008, les formatrices en Fem Do Chi étaient 3 pour toute la Suisse romande dont une Genevoise. Viol-secours a donc collaboré avec l'Association Fem Do Chi Vaud pour mettre sur pied une formation de 3 ans. Des liens sont également établis avec les écoles et les Hôpitaux Universitaires de Genève. Si des activités<sup>64</sup>, notamment à destination des jeunes, ont été ouvertes aux garçons, les programmes d'autodéfense féministe sont réservés aux femmes. Elles sont annoncées via les réseaux féministes, le bouche à oreille et des conférences de presse. Elles ont aussi fait l'objet d'articles, d'interviews, d'émissions radiophoniques et de reportages. L'association est en lien régulier avec les grandes organisations féministes telles que la Marche mondiale des Femmes, les Rencontres internationales féministes de Lausanne. Elle intervient dans des commissions d'avis sur l'égalité des droits entre homme et femme et sur les violences domestiques.

### *La pratique belge du CVFE*

A Liège, le Collectif contre les Violences familiales et l'Exclusion (CVFE) s'inscrit dans la mouvance féministe depuis la création de son refuge pour femmes battues en 1978. Le petit groupe de femmes qui accueillait bénévolement les femmes s'est, depuis, professionnalisé. Il a étoffé son équipe, amélioré ses locaux, obtenu sa reconnaissance par les autorités et notamment établi une convention avec la Fédération Wallonie-Bruxelles pour déployer des activités d'éducation permanente. Celles-ci – essentiellement la production de textes d'analyse et d'études – constituent pour le CVFE un volet important car elles lui ouvrent le champ de l'intervention collective citoyenne. Le Collectif veut en effet dépasser sa dimension d'aide pour, à partir de son expérience de terrain, influencer sur les décisions prises en matière de politiques publiques. Son identité féministe se traduit par sa volonté d'inscrire la violence conjugale dans les violences de genre et de la reconnaître comme vecteur de maintien des rapports de domination entre les femmes et les hommes.

Depuis 2008, le CVFE a introduit dans ses programmes d'activités des ateliers d'autodéfense physique et verbale destinés spécifiquement aux femmes qui font appel aux services proposés par l'association. Le Collectif a voulu introduire la dimension du corps dans ses animations basées surtout sur une approche théorique des stéréotypes sexistes. Son exploration des mécanismes de la violence l'a convaincu que la réaction est préférable à la passivité : des tentatives de viol, des processus de harcèlement sexuel, des manifestations de violence conjugale, peuvent être découragés. Surtout, les femmes, en reprenant du pouvoir sur la situation, s'en sortent mieux, confortées dans leur estime de soi. Elles parviennent même parfois à enclencher une prise de conscience chez l'agresseur du caractère inadmissible de son comportement voire une attitude de respect.

---

<sup>64</sup> Le projet Tabou a permis à des classes de 9<sup>ème</sup> de travailler les stéréotypes sexistes à partir d'une activité de danse dans un but de prévention des violences et du sexisme.

Une animatrice, Florence Ronveaux, s'est ainsi formée à l'ADF auprès de l'association Garance et a démarré des ateliers de Seito Boei. Au fil du temps, ces ateliers se sont maintenus et se sont ouverts à d'autres femmes contactées à travers différents partenariats (avec l'Oeuvre Nationale de l'Enfance, la ville de Liège, des Services d'Action de quartiers, etc.). En 2010, un premier bilan<sup>65</sup> indiquait que 183 femmes avaient participé aux ateliers (85 ateliers de 2 à 6h). Toutes les participantes avaient vécu des violences, souvent de la part de personnes proches et parfois pendant de longues périodes. Elles venaient de toute la province de Liège pour une participation volontaire et libre : le CVFE n'impose pas de contrainte de régularité aux séances.

Informations sur les moyens de prévention et d'aide juridique, exercices de gestion des émotions, entraînement à la défense verbale et physique, mises en situation ... la formation relie ces différents volets par le fil conducteur de l'analyse de genre<sup>66</sup> et de la pédagogie féministe (partage égalitaire du pouvoir et des ressources dans le groupe). Elle renforce, dans une dynamique d'*empowerment*, les capacités des femmes à se défendre par la construction collective d'une « boîte à outils » de pratiques, de pistes concrètes, de méthodes. Ce partage d'expériences et de ressources entraîne une amélioration des savoirs qui peut être rapide. L'acquisition de « savoir-faire » et de « savoir-être » demande davantage de temps, de la répétition, de l'entraînement. Sondées pour les évaluations menées par le CVFE, les participantes témoignent d'un pouvoir accru face aux situations d'agression, mais « surtout de plus de confort dans leur vie de tous les jours, ainsi que d'une plus grande capacité à se respecter et à se faire respecter »<sup>67</sup>.

Le CVFE n'est pas le seul organisme d'accueil de femmes victimes de violences à avoir intégré l'ADF dans ses activités d'accompagnement et de soutien. En Hainaut, le collectif Solidarité-Femmes, présenté dans le chapitre suivant qui évoque le secteur de l'ADF, a suivi une évolution similaire et organise des stages d'ADF après avoir formé son personnel auprès de l'association Garance.

---

<sup>65</sup> RONVEAUX Florence, *L'autodéfense pour femmes « Seito Boei » au CVFE : un premier bilan*, CVFE, Liège, 2010.

<sup>66</sup> RONVEAUX Florence, *La prévention des violences auprès des jeunes filles. Sécurité et séduction peuvent-elles faire bon ménage ?*, CVFE, Liège, 2009.

<sup>67</sup> RONVEAUX Florence, *L'autodéfense pour femmes « Seito Boei » au CVFE : un premier bilan*, CVFE, Liège, 2010, p. 11.

## 5/ L'ADF, portrait d'un secteur

---

En Inde, dans la région particulièrement pauvre du *Bundelkhand*, les violences domestiques s'ajoutent à la relégation des femmes au rang de citoyenne de seconde zone<sup>68</sup>. En réponse, plus de dix mille d'entre elles se sont rassemblées dans une sorte de gang (le *Gulabi Gang* ou la Brigade Rose) dans lequel elles s'entraînent à manier le lathi, un bâton de combat. Habillées de rose, elles se repèrent dans les manifestations et mènent des opérations punitives ou préventives forçant au respect et garantant de leur sécurité. Propagé via les réseaux sociaux, cet exemple fait écho à l'audition publique organisée le 4 mars 2015 au Parlement européen au cours de laquelle l'autodéfense féministe a été abordée. Il montre que l'ADF peut surgir partout où les femmes veulent réagir collectivement aux violences des hommes. S'inscrit-elle dans la lente mais irrésistible montée en puissance des femmes partout dans le monde ? Une étude sociologique de grande envergure pourrait y répondre. Notre propos, plus modeste, consiste à y faire réfléchir.

Entre 2010 et 2013, l'Université des Femmes a recueilli les témoignages et interviews de théoriciennes et praticiennes de l'autodéfense féministe belges, françaises et suisses. En complément, elle a lancé une enquête à distance pour sonder le terrain de l'autodéfense féministe dans d'autres pays plus lointains. Un questionnaire-type a été élaboré avec le groupe de suivi<sup>69</sup> et transmis à différents contacts relevés au cours de la recherche préliminaire. Nous présenterons ici l'analyse de 4 réponses obtenues, respectivement de la France et de l'Italie d'une part, du Canada, d'autre part. Afin de valoriser au mieux la représentativité, nous avons groupé la France et l'Italie sous la dénomination « Europe » et comparé avec les réponses regroupées en provenance d'Amérique du Nord. Les informations recueillies ont été complétées à partir des lectures effectuées dans le cadre de la recherche. Le caractère limité de l'échantillon ne permet pas de systématisation, mais propose d'ébaucher une représentation de la pratique de l'autodéfense féministe et des perspectives de son évolution. Une courte présentation de différents groupes contactés en Belgique terminera ce chapitre.

### - Aperçu panoramique

L'autodéfense féministe est née à différents endroits, dans le courant de la deuxième vague féministe des années 1970, au moment où s'ébauchait un véritable dévoilement des violences sexuelles et la prise de conscience de leur caractère sexué. Le plus souvent, ce sont des féministes ou des organisations de femmes qui ont ouvert des groupes d'autodéfense à destination des femmes. Ce caractère militant, auquel il faut ajouter la volonté de garder confidentielles les méthodes utilisées et le choix d'une organisation basée sur le mode de l'autogestion et du bénévolat, a entraîné une difficulté, pour ces groupes d'ADF, à se faire reconnaître et soutenir des autorités publiques dont le crédo, en matière de violence, restait centré sur des conseils aux femmes de passivité en cas d'agression. Se maintenant dans des conditions précaires, sans ressources suffisantes pour se doter de locaux, de matériel et de moyens publicitaires, leur existence repose essentiellement sur l'énergie de femmes « porteuses » qui peinent à pérenniser leur action, à professionnaliser leurs associations et à

---

<sup>68</sup> DAS Sanjit, *La Brigade Rose des femmes indiennes combattantes*, sur <http://www.gulabigang.in/>, le 2/08/2013.

<sup>69</sup> Noter dans les annexes la composition du groupe de suivi s'il y a lieu et reprendre le questionnaire-type utilisé pour l'enquête à distance

transmettre leur savoir-faire, induisant pour tout ce secteur, pourtant précieux pour toutes les femmes, un affaiblissement et un risque réel de disparition ou de dilution dans des secteurs plus florissants, autodéfense classique ou activités sportives.

### *En Europe*

Les groupes d'autodéfense observés<sup>70</sup> ont démarré à partir de la volonté d'une poignée de femmes de faire connaître des techniques défensives contre les violences. Ils ont développé des outils pour prévenir et affronter la violence sexiste, dans le but de permettre aux femmes de devenir protagonistes de leur défense, dans une perspective féministe.

Les cours d'autodéfense féministe mis sur pied s'affichent « ouverts aux femmes de tous âges » mais sont principalement fréquentés par des femmes dont l'âge est compris entre 20 et 50 ans. Ils peuvent toutefois concerner également les adolescentes et cette amplitude importante dans les tranches d'âges ciblées marque une première différence avec ce qui se passe aux Etats Unis. En Europe, les cours sont adaptés aux femmes adultes, à leurs ressources, à leurs capacités physiques, à leurs vécus. La seconde différence importante concerne la population exclusivement féminine dans les groupes d'ADF observés en Europe : le fait de se retrouver entre femmes, d'être encadrées par des femmes formées uniquement par des femmes, constitue une option volontairement choisie pour permettre une meilleure cohésion et pour favoriser l'émergence d'une solidarité féminine. De cette manière, la relation du pouvoir est évitée au sein du groupe et la préparation à d'éventuelles agressions peut se développer sans réticence, ce qui augmente l'efficacité de l'apprentissage.

Les exemples observés montrent que les conditions de participation rendent les séances accessibles à toutes les femmes. Autres constats en relation avec la diversité des publics : les participantes offrent des profils professionnels variés et certaines présentent un handicap moteur. La plupart des participantes indiquent leur volonté de s'inscrire dans une démarche féministe ce qui donne des signes d'initiation à l'analyse politique des violences subies par les femmes. Comme aux Etats-Unis, les cours s'appuient sur des techniques de prévention et d'action et comportent des clés de compréhension et d'analyse féministe visant à déconstruire la légitimation sociale de la violence.

Les organisatrices intègrent un véritable travail théorique de reconnaissance des violences faites aux femmes, élaborent des pistes de définition de l'attitude à avoir vis-à-vis de celles-ci. Tout en développant des techniques de défense personnelle, elles proposent aux participantes des processus de décodage des facteurs culturels et patriarcaux liés à la violence envers les femmes. En marge des exercices pratiques, principalement ju-jitsu et boxe thaï dans les témoignages analysés, certains groupes d'ADF abordent même des formes d'approche psychologique. A partir de discussions en groupe, sont évoqués des sujets de psychologie et de développement des capacités personnelles comme l'auto conscience, la détermination, l'autojustification et l'auto efficacité. Les cours d'autodéfense féministe conjuguent ainsi points de vue physique et psychologique. Cette conjugaison n'est pas homogène : certains enseignements tendent davantage vers le modèle américain de réflexion et développement personnels alors que d'autres sont plus dans le registre « pragmatique », ramenant les échanges plus directement à la défense physique en tant que telle.

Les objectifs initiaux des cours d'autodéfense féministe étaient la pratique d'un sport de combat et l'approfondissement de techniques de défense personnelle. Très vite, cette approche de type individuel est recadrée dans une démarche à visée politique, celle de faire de

---

<sup>70</sup> Citer les références des groupes analysés

l'autodéfense des femmes une question publique, illustrée par le mot d'ordre : « la violence faite aux femmes, c'est politique ». Il y a donc une volonté manifeste, dans ces groupes d'ADF, de dénoncer la violence, de la faire reconnaître en tant que problème politique et d'obtenir sa prise en compte par les institutions. L'autre objectif est de modifier l'attitude des participantes, de transformer leurs représentations d'elles-mêmes en tant que victimes naturellement désignées vers celles d'agents actifs et responsabilisés. Il faut, pour cela, analyser comment et pourquoi la violence est utilisée, quels sont les schémas culturels qui entrent en jeu dans ces phénomènes, décoder et comprendre la violence, non seulement dans les relations individuelles mais dans ce qui se joue au niveau sociologique et politique. Le mode collectif est activé dans la poursuite de ces objectifs, à l'œuvre dans la volonté affichée de générer des réseaux de femmes, présentés comme des moyens de créer de la solidarité féministe/féminine et de monter en légitimité dans les différents contextes sociaux vécus par les participantes et les organisatrices.

Cette légitimité fait défaut, car il y a, en Europe, une institutionnalisation insuffisante du traitement des phénomènes de violence masculine, mais surtout d'une réponse collective possible des femmes. Les alliances, partenariats et mises en réseau des femmes, des associations féminines et féministes restent rares et ponctuelles. Cela concerne aussi le secteur de l'autodéfense dans lequel les relations peinent à se systématiser faute de moyens. Malgré le fait que les associations d'ADF se multiplient, elles suscitent difficilement l'attention et la reconnaissance de la part des personnalités politiques, qui les utilisent parfois dans les plans de lutte contre les violences mais ne prônent pas clairement leur institutionnalisation. Les institutions européennes marquent régulièrement leur volonté d'agir face aux violences, mais les réalités nationales sont disparates. En Suède, les violences masculines sont prises en compte par les services publics, mais l'autodéfense des femmes n'y est pas encouragée, car elle est jugée comme une reconnaissance implicite de la responsabilité des femmes dans les actes de violence. En Suisse, le principe de neutralité pratiqué par l'Etat induit une autre approche : l'ADF est reconnue et soutenue via d'importantes associations ayant pignon sur rue telles que *Pallas* ou *Viol-Secours*. On le voit, l'appréhension sociale de la violence reste marquée par les contextes culturels et politiques qui diffèrent dans les différents pays européens.

### ***En Amérique du Nord***

Les cours observés aux Etats-Unis sont suivis par de nombreuses femmes, âgées de 16 à 30 ans. Si l'on peut s'interroger sur l'aspect limité des tranches d'âge notées, alors que la violence atteint les femmes qu'elles soient jeunes ou vieilles, en contrepartie, l'accent est fortement mis sur l'entraînement des enfants et adolescent-e-s à qui des cours spécifiques sont proposés et que l'on note plus nombreux que leurs aîné-e-s.

Plusieurs particularités caractérisent les cours américains d'ADF. La première est que les instructeurs sont – parfois – des hommes, ce qui introduit la question de l'instauration d'une éventuelle relation de pouvoir. Les femmes peuvent se sentir plus démunies que soutenues face à un instructeur susceptible de les déstabiliser, y compris pendant les phases d'apprentissage. Toutefois, la population étudiante qui suit ces cours n'est pas non plus uniquement féminine et comporte aussi des hommes. D'autre part, dans les cours, d'autres facteurs de discrimination que le sexe sont abordés, comme la classe, la race, ou encore l'orientation sexuelle. La notion de l'intersectionnalité<sup>71</sup> est très présente aux Etats-Unis où la

---

<sup>71</sup> L'« intersectionnalité » désigne à la fois l'interaction entre le genre, la race et d'autres catégories de différences dans les vies individuelles, les pratiques sociales, les dispositions institutionnelles et les idéologies culturelles, et l'issue de ces interactions en termes de pouvoir (DAVIS Kathy, « L'intersectionnalité, un mot à la

dimension plurielle des discriminations est fréquemment abordée dans un contexte social connu pour sa diversité et le croisement fréquent de ces différents facteurs. Ce n'est donc pas un hasard si les cours d'autodéfense féministe favorisent une approche à multiples entrées.

La seconde particularité se trouve dans le caractère plus global de l'approche d'enseignement des cours d'ADF. Cette approche est cognitive, psychologique, très axée sur le développement personnel, sur l'utilisation de ses propres ressources et capacités pour se « découvrir », percevoir et développer son potentiel. Ceci est confirmé par la présence, dans les organisations américaines observées, d'un conseiller en image corporelle, ainsi que d'un psychologue spécialisé dans les traumatismes et la guérison ou le rétablissement. On note clairement une attention portée au corps et à son image, qui peut sembler peu compatible avec les objectifs premiers des cours d'autodéfense féministe, mais qui, visiblement, attire de nombreuses participantes.

L'importance de la participation aux cours marque une intégration sociale de la pratique de l'ADF plus grande aux Etats-Unis. Des investigations complémentaires sur le taux de violences, sur les réponses qui y sont apportées politiquement, sur les représentations que se font les femmes et les hommes de ces situations, etc. pourraient l'expliquer. Une hypothèse : les citoyen-ne-s ressentent davantage la crainte du danger qu'en Europe, développent plus de facilité à aborder et à recourir à ce type de protection, ce qui induit, en conséquence, plus de reconnaissance sociale et politique de l'ADF.

Les exemples observés montrent les différences qu'il existe de part et d'autre de l'Atlantique en ce qui concerne plusieurs aspects de l'ADF. Globalement, il semble y avoir une plus forte prise en compte sociale de l'autodéfense féministe aux Etats-Unis qu'en Europe même si, pour l'ensemble, il est abusif de parler d'une réelle institutionnalisation de la pratique.

### **- Focus sur quelques organisations**

Le choix des organisations<sup>72</sup> présentées dans les pages suivantes s'est effectué en fonction des informations récoltées lors de la recherche. Il ne s'agit pas d'une recension exhaustive et toute information complémentaire peut être transmise à l'Université des Femmes pour une éventuelle mise à jour.

#### ***Collectif contre les violences familiales et l'exclusion - Belgique***

##### ***Historique et localisation :***

Le collectif liégeois développe ses actions de protection des femmes depuis la mise en place d'un refuge pour femmes battues ouvert fin des années 70 dans la mouvance du mouvement féministe. Sensibilisé par le dévoilement des violences permis par celui-ci - le *Tribunal international des crimes commis contre les femmes* qui s'est déroulé à Bruxelles en mars 1976 est évoqué sur son site -, il a, depuis, élargi ses activités visant la prévention des violences à l'accompagnement des femmes et propose des programmes de réinsertion professionnelle. Il participe à la réflexion et au débat public sur la question des violences vécues par les femmes

---

mode. Ce qui fait le succès d'une théorie féministe », *Les cahiers du CEDREF* [En ligne], 20 | 2015, mis en ligne le 15 juin 2015, Consulté le 04 octobre 2015. URL : <http://cedref.revues.org/827>).

<sup>72</sup> Lire en Annexe 2 les références des organisations d'ADF repérées dans le cadre de la recherche.

via la publication de textes d'analyse et d'étude dans le cadre de sa reconnaissance comme association d'éducation permanente pour adultes par la Fédération Wallonie-Bruxelles. Il a constitué en 1987, avec d'autres organisations similaires, une fédération : la COVIF (Coordination des Groupes contre les violences faites aux femmes) et ouvert dans les années 90 un centre de formation, le Service d'Orientation et de Formation pour les Femmes à la recherche d'un Travail (SOFFT) grâce à une équipe renforcée et professionnalisée. Depuis 2009, le CVFE a rejoint les « Pôles de ressources en violences conjugales et intra-familiales » initiés par le gouvernement wallon avec les associations Praxis et Solidarité femmes et refuge pour femmes battues de La Louvière.

### *Méthodologies :*

C'est notamment pour intégrer la dimension du corps dans son travail que l'association a développé des ateliers d'autodéfense physique et verbale. En deux ans, 183 femmes de 16 à 82 ans principalement de la région liégeoise sont passées dans 85 de ces ateliers démarrés en avril 2008 et se sont initiées à la technique du *Seito Boei*. La gratuité prévaut et les formatrices se déplacent parfois, par exemple à la demande de jeunes mamans rassemblées via les consultations ONE. Si des initiations à l'autodéfense verbale pour public mixte sont organisées dans un cadre scolaire, le public des ateliers, volontaire, se compose de femmes uniquement, victimes de violences de la part de proches pour la plupart ou professionnelles y étant confrontées dans leur pratique. L'objectif est de renforcer la capacité à se protéger en privilégiant le 3<sup>e</sup> niveau défini par le Comité Action Femmes et Sécurité (CAFSU) canadien « la reprise de pouvoir sur la situation par la victime : pose de limites, résistance, etc »<sup>73</sup> qui cadre bien avec la pratique collective d'analyse critique de la société propre à l'éducation permanente.

### *Féminisme, mixité :*

Les évaluations menées par l'association indiquent que les meilleurs résultats sont atteints par le respect de critères féministes : formatrice femme, informations sur les violences faites aux femmes et déconstruction des représentations sociales liées à la violence, accent mis sur la prévention, intégration des principes d'*empowerment*, combinaison de techniques verbales et physiques, attention aux horaires et à la durée.

### *D-Clic - Belgique*

#### *Historique et localisation :*

L'association *D-Clic* organise depuis les années 1980 des ateliers d'autodéfense pour les *Femmes Prévoyantes Socialistes*, une organisation qui s'inscrit à la fois dans le secteur des mutuelles dont il est issu et dans celui de l'éducation permanente pour adultes par sa reconnaissance, par la Fédération Wallonie-Bruxelles, comme mouvement et par sa large implantation dans le paysage associatif francophone via ses nombreux groupes locaux, ses campagnes, ses analyses et études. La lutte contre la violence concerne une part importante et récurrente de ses activités, l'organisation répondant régulièrement aux appels des autorités publiques pour la mise en œuvre d'outils et de manifestations de sensibilisation, de formations et de recherches. A Liège, l'asbl D-Clic organise pour elle des ateliers d'ADF.

---

<sup>73</sup> Cité dans RONVEAUX Florence, *L'autodéfense pour femmes « seito boei » au CVFE : un premier bilan*, Liège, CVFE, décembre 2010, p. 4.

### *Méthodologies :*

Basés sur des méthodes « pensées par des femmes et pour des femmes » les ateliers d'ADF mettent en œuvre la technique du *Wen-do*. Les stages d'autodéfense verbale et de *wendo* sont payants (avec réduction pour les affiliées à la mutuelle Solidaris) et courts. Ils sont réservés aux femmes à partir de 15 ans et peuvent s'organiser, sur demande, dans des villes et des lieux différents.

### *Féminisme, mixité :*

Les sessions permettent aux femmes d'identifier et de gérer les émotions surgies lors d'agression et de s'exercer à différentes pratiques pour augmenter la confiance en soi et se protéger. La composante du plaisir constitue une base importante. Ainsi, la danse est utilisée pour renforcer l'aisance corporelle et mentale.

### *Garance - Belgique*

#### *Historique et localisation :*

Basée à Bruxelles, l'association *Garance* centre ses activités associatives en Belgique, mais aussi au Grand-Duché du Luxembourg, en France, au Portugal et au Mexique sur le thème de l'autodéfense féministe depuis sa fondation en 2000. En dix ans, l'association a touché plus de 10.000 femmes. Souhaitant clairement une reconnaissance publique, elle élargit son public de femmes d'âge moyen - aux jeunes garçons des écoles, aux femmes âgées -, organise des colloques et des journées d'étude sur les thématiques de l'insécurité et répond à des appels publics (organisation de marches exploratoires pour la Région bruxelloise, recherche pour la *Société des Transport Intercommunaux de Bruxelles*, ...). Elle réalise et diffuse des brochures didactiques, propose un site web interactif et une lettre électronique d'information. Soucieuse de pérenniser et étendre l'autodéfense féministe, l'association est à l'initiative de rencontres internationales de formatrices comme la réunion de formatrices francophones organisée à Bruxelles en novembre 2011.

### *Méthodologies :*

A partir des techniques de *Wendo* pratiquées en Autriche, Québec et d'autres enseignements récoltés en Allemagne, etc, *Garance* a développé peu à peu une méthodologie qui lui est propre et qui lui sert de base pour ses programmes de cours et de formation. Mettant d'abord l'accent sur la gestuelle et les aspects physiques de la violence et de l'autodéfense, elle a évolué pour aborder davantage le côté psychologique et relationnel, accentuant l'importance de l'observation et de la défense verbale.

### *Féminisme, mixité :*

L'association est consciente du caractère sexué de la violence et intègre l'analyse de genre dans ses formations. Elle s'inscrit ainsi dans le champ féministe et noue des relations et des partenariats avec des organisations de femmes, participe à des plates-formes associatives (comme la *Marche mondiale des Femmes*) et à des actions collectives.



## *Solidarité- Femmes et Refuge pour femmes battues de La Louvière - Belgique*

### *Historique et localisation :*

L'autodéfense féministe s'est inscrite depuis 8 à 9 ans dans le volet « prévention » du travail d'un collectif présent et actif dans l'accueil des femmes battues dans la région du Centre, à La Louvière, depuis près de 35 ans. Au fil du temps, l'équipe a ouvert la dimension de l'accueil à un travail d'accompagnement et de prévention, élargissant son public aux professionnels concernés par la question des violences, au sein des hôpitaux, des CPAS, des services de police, mais aussi aux jeunes des écoles voire au « tout-public » avec des outils comme du théâtre-action, des conférences, etc.

L'association a décidé d'envoyer une éducatrice spécialisée se former auprès de l'association Garance. Considérant que l'ADF pouvait fournir un outil pour la reconstruction de l'estime de soi, pour reprendre confiance dans ses capacités physiques, un atelier d'ADF a ensuite été inscrit systématiquement dans l'accompagnement des femmes accueillies au refuge, atteintes physiquement et psychologiquement par la violence puis ouvert à des groupes de femmes (de 18 à 80 ans) en demande. Le contact avec Garance s'est maintenu pour de courtes formations de remise à niveau et d'évaluation et des projets communs. Hors du volet « prévention », l'association développe un partenariat avec le Canada pour des formations au niveau des écoles secondaires concernant la violence dans les relations amoureuses. Elle réfléchit à la question de la violence entre pairs, élaborant des outils (vidéos, animations).

Si *Solidarité-Femmes* donne des formations aux policiers et se retrouve à l'occasion avec eux pour une action publique contre la violence faite aux femmes, elle réserve l'ADF aux seuls groupes de femmes soit du Refuge soit issus d'une demande extérieure. La transmission et la pérennisation du travail d'ADF commence à être envisagée, mais les besoins de l'association se situent prioritairement dans la logistique : un local permettrait de développer l'accueil, le matériel tout en éliminant des tâches fastidieuses de perpétuel déménagement.

### *Méthodologies :*

Les 2 jours entiers d'initiation de base ont été vite découpés en 4 à 5 séances de 3h, en groupes de 6 à 7 personnes, une formule plus souple et plus digeste physiquement et émotionnellement. Ces séances se poursuivent, à la demande des participantes, pour approfondir les acquis et les techniques, pour renforcer l'affirmation de soi. L'objectif n'est pas d'armer les femmes, mais de leur permettre de reprendre confiance en elles et en leurs capacités. Des outils théoriques comme des grilles d'analyse systémique, des questionnaires, des ouvrages de référence peuvent être utilisés.

Le chemin de la reconstruction peut être long et l'ADF donne des éléments concrets avec lesquels repartir en se sentant plus forte. La formation à l'ADF s'appuie sur la technique du *Seito Boei*. Elle démarre de manière collective mais peut déboucher sur de l'accompagnement personnalisé pour travailler des points particuliers : reconnaître et vivre sa colère, définir et poser ses limites.

Elle comporte des discussions sur la socialisation des femmes (éducation, médias, construction du sentiment d'insécurité), les types de violences, la défense verbale, avant de passer à des exercices physiques où l'objectif est essentiellement d'assurer la sécurité de la personne agressée par une perception correcte de ce qui se passe, par des gestes visant à immobiliser l'agresseur et à permettre la fuite, par la gestion des émotions, etc. La défense verbale s'articule autour d'une analyse de la situation à partir de 3 questions : - *quel est le comportement qui est en train de me déranger ?* – *qu'est-ce que cela me fait ?* – *qu'est-ce que*

*j'attends de toi ?* Elle peut être utile dans les relations familiales, professionnelles et a pour objectif d'arrêter un comportement sans dénigrer son auteur-e et sans jugement.

Des jeux de rôles sont utilisés pour son appropriation. Ils permettent d'apprendre à nuancer son attitude selon la situation (personnes proches ou inconnues, situation intérieure ou dans l'espace public). La confidentialité des acquis est demandée aux participantes pour maintenir « l'effet de surprise ». Seuls, un coussin (pour défouler sa colère) et un bottin (pour sentir sa force) sont utilisés comme matériel. Le sifflet d'alarme continue à être distribué largement. La publicité des formations est assurée par la distribution régulière du feuillet de présentation de l'association et de ses activités ainsi que par le « bouche à oreilles ». Les prix sont démocratiques et peuvent être négociés, car ils ne peuvent constituer un obstacle à la participation.

#### *Féminisme, mixité :*

La formation ouvre à des échanges qui permettent de comprendre comment la socialisation des femmes induit des résistances à se défendre, comment un problème d'affirmation de soi joue dans un processus de domination / soumission. Une éducatrice, interviewée sur son travail, note que les femmes qu'elle forme en groupes « tout public », en groupe d'enseignantes, etc, ont les mêmes problèmes d'affirmation de soi que les femmes battues accueillies au Refuge. Elle note que, par la reconnaissance mutuelle de ces ressemblances, l'ADF rassemble les femmes dans une prise de conscience collective des rapports sociaux de sexe qui permet de dépasser des barrières sociales. Ainsi, des femmes musulmanes, rassemblées pour une formation demandée par l'antenne locale de *Lire et Ecrire* ont pu parler librement des rapports avec leur mari et enlever leur voile pour les exercices. C'est cela qui, pour l'association, construit le caractère féministe de ce type d'autodéfense.

C'est ainsi que *Solidarité-Femmes* a établi des liens avec *Vie féminine* pour qui elle organise des ateliers d'ADF, reste en convention avec l'association Garance qui les met en lien avec des institutions telles que le CPAS.

Elle distingue les questions de conflit qu'elle aborde avec des publics mixtes comme les jeunes dans les écoles, le travail avec les femmes en non-mixité pour un mieux-être face à des situations de violence et renvoie à l'association *Praxis* – avec qui elle élabore un protocole commun - les opportunités de travail avec les agresseurs.

#### *Le Centre ontarien de prévention contre les agressions (COPA) - Canada*

##### *Historique et localisation :*

Devenu « organisme à but non lucratif » en 2002, le Centre ontarien de prévention contre les agressions (COPA) Le COPA a été fondé en 1995 pour permettre aux franco-ontarien-ne-s ou habitant-e-s francophones de la province canadienne Ontario de bénéficier de formations et d'informations sur les programmes de prévention des agressions contre les enfants et les jeunes mis en œuvre au Canada.

Au départ de l'action du COPA, on trouve en effet le programme ESPACE, un programme de prévention qui « vise à aider les enfants et la communauté d'adultes qui les entoure à acquérir des habiletés importantes et l'information qui les aideront à demeurer 'en sécurité, forts et fortes et libres' ». La philosophie de ce programme se centre sur la vulnérabilité à la violence, assimilant les enfants et les femmes comme des populations de statut social inférieur, voire minoritaire.

Basé à Toronto, le COPA s'appuie sur un conseil d'administration composé de bénévoles et sur deux directrices provinciales.

#### *Méthodologies :*

Basée sur l'analyse des facteurs qui causent la vulnérabilité à la violence, le COPA a construit une approche en matière de prévention à partir du programme ESPACE.

Ses méthodologies concrétisées par des ateliers, des formations, l'élaboration d'outils et la mise à disposition de ressources éducatives, sont communes à chacun des programmes offerts par le COPA principalement aux enfants et aux jeunes de l'Ontario, mais aussi aux collectivités franco-ontariennes.

Elles visent à augmenter leur capacité collective en matière de réponses aux violences et à bâtir un réseau provincial francophone dans la province Ontario.

#### *Féminisme et mixité :*

Le COPA s'appuie sur l'analyse féministe de la violence contre les femmes et établit un « lien entre la violence interpersonnelle et le manque de pouvoir » chez certains groupes de personnes dans la société, en général plus vulnérables aux agressions. Il intègre la définition de la violence comme un abus de pouvoir et une forme de contrôle imposé par une personne plus puissante sur une autre. Il base ses activités sur l'identification des facteurs de vulnérabilité opérée par S.J. Cooper en 1991 à partir de l'observation d'agressions d'enfants : le manque d'information, la situation de dépendance et l'isolement, proposant des programmes de réduction de la vulnérabilité.

Si le COPA veille à intégrer le concept des droits dans ses activités, il préfère donner des outils qu'inviter à se conformer à des règles de prévention qui ont pour effet de victimiser les personnes agressées ou en risque d'agression. Il met l'accent sur les ressources et les compétences à développer dans le chef des personnes vulnérables plutôt que sur une recherche vaine de contrôle de l'agresseur dans une approche basée sur les « besoins des personnes visées, dans toute leur diversité ».

La dimension collective de ses programmes se retrouve dans l'encouragement aux discussions, aux échanges et à la mise en réseaux ainsi qu'au développement des lieux de ressources le permettant. Travaillant la dimension de l'intersectionnalité des discriminations, le COPA propose des programmes qui s'adressent aux enfants, aux jeunes, aux femmes et aux familles voire aux hommes pour lesquelles des campagnes et formations sont spécifiquement mises sur pied.

#### ***Le Centre de prévention des agressions de Montréal - Canada***

#### *Historique et localisation :*

Organisme œuvrant au Canada à la prévention de la violence depuis 1984, par le biais d'ateliers de prévention et d'autodéfense, le Centre de prévention des agressions de Montréal offre une gamme d'ateliers sur la prévention des agressions conçus pour les groupes particulièrement vulnérables aux agressions: enfants, adolescent(e)s, femmes de tout âge, personne ayant un handicap physique et/ou intellectuel.

Les objectifs du Centre de prévention sont d'élaborer des stratégies en vue de diminuer la vulnérabilité et le nombre d'agressions; de s'assurer que tous les groupes vulnérables aux agressions aient accès à des outils pratiques pour accroître leur sécurité et améliorer leur

qualité de vie; de sensibiliser et de mobiliser la collectivité afin qu'elle s'engage dans l'éducation en matière de prévention des agressions.

Le Centre a touché plus de 125.000 personnes depuis sa création et est un organisme reconnu qui travaille avec des partenaires institutionnels tels que le Ministère de la Santé et des Services sociaux.

Il reçoit le soutien de fondations et participe à des organisations extérieures en lien avec ses objectifs et activités telles que la Table de concertation en matière d'agression à caractère sexuel de la Région de Montréal, la Table régionale des organismes volontaires d'éducation populaire de Montréal (TROVEP) ou la Coalition pour le contrôle des armes.

### *Méthodologies :*

Les activités du centre sont organisées à partir de deux programmes : le programme « ESPACE » (développé par Women Against Rape, à Ohio) implique toute la collectivité adulte dans la prévention des abus de toute sorte commis envers les enfants et a pour but de réduire l'impact des abus sur les enfants en les préparant à reconnaître les situations d'agression et à y répondre par le biais d'ateliers organisés dans les salles de classe et les garderies pour offrir des renseignements et des stratégies utiles pour faire face aux agressions ou dispensés aux parents et au personnel scolaire et le programme « ACTION », un cours d'autodéfense pour femmes et adolescentes mettant l'accent sur les types d'agression les plus souvent rencontrés: agressions subtiles et évidentes, commises par des agresseurs connus ou inconnus et qui comprend des techniques verbales et physiques, des mises en situation, des techniques pour être calme, des sorties de diverses prises, des contre-attaques aux agressions physiques et des stratégies pour des situations spécifiques telles qu'attaques armées et attaques par plusieurs agresseurs.

Le Centre offre aussi d'autres services tels que consultation et conception de programmes, centre de documentation, centre de référence. Les programmes proposés sont centrés sur le développement des capacités et des ressources pour aider les gens à faire face à des situations difficiles et dangereuses.

Les principes et témoignages de femmes relatifs aux activités d'autodéfense du Centre ont été rassemblés par Léona Heilig dans la brochure bilingue (français / anglais) « les femmes racontent leurs histoires. Autodéfense en action » publiée en 2013.

### *Féminisme et mixité :*

Les différents services du Centre sont offerts en français et en anglais. Ils s'adressent plus particulièrement aux enfants, femmes et personnes handicapées.

Ses activités concernant l'autodéfense s'appuient sur les analyses féministes des mécanismes de violence, développent *l'empowerment* des femmes et utilisent des méthodologies participatives et collectives propres aux féministes. Le Centre s'inscrit également dans la mouvance féministe par sa participation au Comité d'action femmes et sécurité urbaine (CAFSU) de Montréal, à la Table des groupes de femmes et au Réseau des femmes en santé et en services sociaux.

## ***Le Cran des femmes - Canada***

### *Historique et localisation :*

Le Cran des Femmes est une émanation du Comité Priorité Violence Conjugale (cpvc) lancé pour la concrétisation de la Politique interministérielle d'intervention en matière de violence conjugale du gouvernement du Québec publiée en 1995.

Agissant comme une plateforme, le cpvc recense d'abord les outils de sensibilisation et de dépistage existants, prenant contact avec différents acteurs de terrain (centres hospitaliers, d'hébergement, communautaires, etc) et met ensuite en place des programmes, réalise des outils au service de ces actions.

Organisme à but non lucratif, ses missions visent à prévenir la violence faite aux femmes et aux enfants en soutenant les victimes, en favorisant la réflexion sociale sur la violence et les rapports égalitaires et non-violents. Dans ce cadre, le Cran des Femmes propose plus spécifiquement des activités de prévention de la violence et d'autodéfense.

### *Méthodologies :*

Les ateliers du Cran s'inscrivent dans la prévention des agressions sexuelles et de la violence. Ils offrent des moyens concrets de se protéger dans une approche qui mise sur le renforcement de la confiance en soi et de l'affirmation de soi. Les cours d'autodéfense peuvent être remboursés par le biais d'une subvention Emploi-Québec lorsqu'ils sont suivis par des intervenantes dans les structures d'accueil et d'accompagnement des femmes. Ils sont disponibles dans tout le Québec et sont également accessibles sous forme de conférences enregistrées. Les ateliers intègrent les possibilités de détecter et de faire face au harcèlement verbal, à la violence psychologique et physique.

### *Féminisme et mixité :*

Les cours d'autodéfense sont proposés aux femmes et aux adolescentes principalement et sont adaptés aux conditions de leur vie quotidienne en termes d'horaires et de localisation. Les échanges entre les participantes sont encouragés parce qu'ils permettent de valider leurs expériences et leurs perceptions. C'est ensemble que les femmes reprennent du pouvoir. La mise en évidence de cet aspect collectif inscrit clairement le Cran des Femmes dans la mouvance féministe.

## ***Le groupe d'autodéfense de l'Assemblée des femmes - Espagne***

### *Historique et localisation :*

Le groupe d'autodéfense s'est constitué en 1984 par l'action d'une poignée de militantes de l'Assemblée des femmes de Biscaye (fondée en 1977) qui se sont formées aux dynamiques sociales et collectives notamment avec une formatrice des Pays-Bas, une spécialiste en arts martiaux et une psychologue. Elles ont ensuite donné cours elles-mêmes avant de créer un réseau d'enseignantes d'autodéfense féministe dans l'Etat espagnol. En réseau avec différentes organisations féministes dont la Fédération des organisations féministes de l'Etat espagnol, le groupe a pu donner des cours en Amérique latine. Actuellement, il dispose d'un local à Bilbao où se basent ses actions, son intendance administrative et ses recherches de moyens, mais une seule formatrice exerçait encore en 2010 bien que les cours soient financés par les services de l'égalité des municipalités du Pays basque et par Emakunde, l'institut

basque de la femme (*Instituto Vasco de la Mujer* – a créé notamment des « écoles d'empowerment » pour les femmes) et que les demandes d'accès aux ateliers soient très nombreuses. Les animatrices souhaitent créer une école d'enseignantes d'autodéfense, constituer une mémoire symbolique des victimes des violences sexistes et obtenir une reconnaissance de l'impact de la lutte féministe dans le combat pour l'égalité.

#### *Méthodologies :*

Les objectifs des formations sont de « donner des ailes » aux femmes, des outils pour prévenir et affronter la violence sexiste non pas comme des victimes passives, mais comme des actrices de leur défense. La méthodologie est basée principalement sur l'analyse et la déconstruction féministes des mécanismes de la violence et des modèles culturels qui la légitiment et la perpétuent. Les exercices physiques sont complétés par des échanges et des apports permettant de comprendre l'instrumentalisation de la violence opérée pour contrôler les femmes par la terreur sexuelle. Les nouvelles stratégies patriarcales telles que l'idéalisation de l'amour romantique sont abordées dans ces cours ouverts dans les écoles d'empowerment et les services municipaux, et les participantes sont incitées à former des réseaux de femmes. Du matériel audiovisuel, des livres, des outils didactiques (guide contre la violence sexiste) et des études scientifiques sont utilisés dans les ateliers.

Bien que le groupe travaille pour un public le plus hétérogène possible afin d'enrichir les échanges, il organise néanmoins des campagnes pour des publics plus ciblés – femmes maltraitées, jeunes femmes, lesbiennes – à la demande des services municipaux.

#### *Féminisme et mixité :*

Les activités d'autodéfense visent également à promouvoir la lutte féministe et à attirer les femmes dans celle-ci. L'analyse et l'approche de la violence se font exclusivement dans le cadre théorique apporté par le féminisme. C'est sans doute pourquoi le public des ateliers, qui accueillent des femmes de tous âges, est surtout constitué de femmes féministes, éduquées (des universitaires souvent) et dont l'âge se situe entre 35 et 40 ans.

#### *Association Autodéfense et Autonomie - France*

##### *Historique et localisation :*

L'association s'est développée à partir de 2008 dans les villes de Lyon et Saint-Etienne ainsi que dans la région Rhône-Alpes. Elle organise des stages d'autodéfense et forme des animatrices également. Les objectifs de ces stages et formations inscrivent l'association dans le champ de la lutte contre les violences subies par les femmes et dans le soutien aux personnes lesbiennes, gays, bissexuelles, transsexuelles, travesti-e-s, intersexes et *queer* (LGBTTIQ). Pour les unes, l'autodéfense mise au point par les femmes est proposée. Pour les autres, des moyens spécifiques sont inclus dans les programmes des séances organisées.

##### *Méthodologies :*

La méthode Fem do chi est choisie par l'association parce que c'est une technique « pensée par et pour des femmes » qui permet aux pratiquantes de dépasser ses peurs et de révéler leur « potentiel de force et de puissance ». Adaptable pour toutes les femmes, de tout âge et de toute condition physique, la méthode est prônée, diffusée et enseignée parce qu'elle offre la possibilité, avec des outils et des techniques simples, de faire face à des situations de violence

verbale, psychologique, physique ou sexuelle. Les stages d'autodéfense proposés aux personnes trans- et intersexes sont également basés sur les techniques *d'empowerment* de l'autodéfense féministe.

L'Association Autodéfense et Autonomie travaille en réseau avec des associations similaires actives en France mais aussi basées dans d'autres pays proches (Belgique, Allemagne, Suisse). C'est un moyen pour elle d'assurer une formation continuée de ses animatrices et de nourrir ses propres formations et stages.

### *Féminisme et mixité :*

Même si son origine est postérieure aux organisations féministes des années 1970, l'association s'inscrit résolument dans la démarche féministe de l'autodéfense. Elle s'adresse principalement aux femmes et aux adolescentes et n'hésite pas à prendre publiquement des positions féministes. Elle s'est ainsi insurgée clairement lorsque le Ministère français de l'Intérieur a publié sur son site des « conseils pour la prévention des violences sexistes » qui stigmatisaient les femmes comme victimes désignées « en raison de leur sexe et de leur morphologie » sans présenter les mécanismes sociaux du sexisme et des violences sexistes.

L'association, dans sa présentation, signale que le « développement de l'autodéfense des femmes est lié à l'histoire des mouvements féministes » qui ont posé que toute personne a le droit de vivre sans subir de violences et que « la responsabilité d'une agression revient à l'agresseur ». La violence, ajoute-t-elle, n'est pas constituée d'actes isolés qui sont le fait de personnes malades ou mauvaises. Il s'agit d'un phénomène social : « les violences sexistes ne disparaîtront qu'à condition d'abolir le rapport de pouvoir qui les fonde ». Les femmes doivent renforcer leur autonomie sans tenir compte du « cadre hétéronormatif où le sujet actif reste l'homme à qui il revient de protéger sa famille ».

Les références mobilisées par l'association sont principalement recherchées dans les productions universitaires féministes québécoises.

Des activités « Actions contre le sexisme » et des avis féministes sont relayés sur le site web de l'association où l'on peut également prendre connaissance de témoignages de participantes aux stages soulignant l'intérêt de « se retrouver entre filles ».

Elle indique toutefois souhaiter « promouvoir des réflexions et des pratiques féministes auprès de personnes adultes, adolescentes et enfants ». Ses stages sont réservés, d'un côté, aux femmes et d'un autre côté, aux personnes fragilisées par une orientation sexuelle pouvant être source de discrimination sociale.

### ***BrinD'Acier - France***

#### *Historique et localisation :*

L'association BrinD'Acier se crée à Dijon vers 2010 à l'initiative d'une formatrice en ADF habitant cette ville qui s'était formée en 2005 en Suisse et souhaitait élargir à un maximum de femmes son premier public de féministes engagées. Une petite équipe de bénévoles s'est constituée autour de la fondatrice pour développer différents projets, ceux-ci étant prioritaires sur les démarches à entreprendre pour viabiliser l'association. Les stages d'ADF s'organisent grâce à des partenariats avec des organismes socioculturels (MJC de Dijon, par exemple) qui ouvrent leurs locaux et négocient avec BrinD'Acier des participations financières des participantes de façon à harmoniser les offres d'activités destinées à leur public. Lorsqu'il a été difficile pour les Françaises d'accéder aux formations suisses à cause des exigences liées aux conditions de subsides, l'association a commencé à former elle-même ses animatrices de stages. Ses moyens sont réduits au minimum, le matériel nécessaire se limitant à des planches

(qui seront brisées par les participantes lors des stages), des tapis de sol et quelques sacs de couchage pour permettre des échanges en situation de confort.

L'investissement et la disponibilité nécessaires pour l'organisation des activités, la gestion et la survie de l'association freine les démarches à envisager pour obtenir une meilleure reconnaissance et des aides publiques, des démarches qui exigent en outre des capacités spécifiques du type commercial, lobbyiste, « relations publiques ». L'association le déplore, bien consciente de la maigreur des services offerts dans sa région aux femmes pour faire face aux violences. Elle s'efforce toutefois d'élaborer des outils de communication (articles pour la presse, dépliants, page facebook, etc.) pour faire connaître plus largement ses activités, mais la maigreur des ressources financières limite cette diffusion. C'est sans doute pour cette raison que l'association peine à toucher un public plus populaire, plus hétérogène socialement et culturellement. Elle reconnaît également que les ressources francophones, pour nourrir et pérenniser le secteur de l'ADF, semblent inexistantes. Elle s'appuie ainsi principalement sur les publications et activités de rencontres organisées par l'association belge Garance. Ses vœux sont multiples : multiplier ses activités, élargir ses publics et son champ d'activités, toucher davantage de femmes et organiser des formations de formatrices, obtenir davantage d'outils et de ressources, en élaborer à son tour. Le bénéfice que les formatrices constatent pour elles-mêmes et pour les participantes les renforce dans cette conviction. Une meilleure confiance en elles, une assurance renforcée, l'expérience bénéfique de « mettre ses limites », la capacité à identifier les risques et à se défendre, etc, tout cela entraîne pour les participantes et les formatrices des relations améliorées, des attitudes affinées selon les obstacles, une meilleure appropriation des espaces publics.

#### *Méthodologies :*

La technique du Fem do chi mise en œuvre par l'association est reprise de la formation suisse suivie par la fondatrice. Le stage d'ADF démarre par un travail sur la voix qu'il s'agit de libérer par des cris et des exercices de respiration. Ensuite, un travail sur les poings et les différents moyens de les utiliser, une observation des points du corps qui peuvent être pris pour cibles pour se libérer de l'agression ou se défendre. Des armes différentes sont présentées, objets du quotidien ou d'usage courant que chacune peut s'approprier selon ses préférences et de manière à être à l'aise dans son utilisation. La défense verbale permet d'explorer comment le corps peut communiquer dans ses attitudes une volonté d'être respectée et laissée tranquille. Différentes situations de la vie quotidienne sont explorées, amenées par la formatrice et les participantes. Régulièrement des participantes signalent avoir vécu elles-mêmes des épisodes parfois graves de violences. Il faut alors gérer la parole, l'émotion, mais la motivation de toutes permet de dépasser les difficultés. Très peu abandonnent le stage en cours de route. A l'issue du programme, les stages sont évalués par les participantes sur base de questionnaires. L'association évoque avec les participantes l'intérêt de ne pas ébruiter les techniques, les « armes » utilisées, etc. La discrétion est présentée comme un atout de protection.

#### *Féminisme et mixité :*

L'association réserve ses stages aux femmes, la plupart jeunes, étudiantes, féministes. La démarche féministe est venue avec la découverte de l'autodéfense. Les incidences du caractère genré de l'éducation des filles sont ainsi présentées et discutées au cours des stages : les filles n'apprennent pas à se défendre, à se mouvoir dans l'espace de la même manière, etc.



L'association maintient des contacts avec d'autres associations françaises d'ADF selon les liens d'amitié nouées dans les formations, dans les rencontres organisées (au Puy de Dôme) pour s'entraîner ensemble, échanger sur les techniques, etc.

Pour les formatrices, le fait que l'énergie est davantage mobilisée que la force dans les exercices, l'abord du caractère genré de l'éducation dans les formations, l'identification des rapports sexués de pouvoir dans les épisodes de violence, tout cela forme le caractère féministe de l'autodéfense qu'elles partagent avec les participantes.

L'association organise également des stages à destination de personnes trans, car elle identifie des mécanismes similaires dans les discriminations subies. Elle module le contenu de ses stages en fonction de ses publics. Les femmes victimes de violence – qui rencontrent des épisodes fréquents d'étranglement par exemple – ne demandent pas les mêmes techniques que les adolescentes qui évoquent davantage des épisodes de harcèlement de rue. Mais pour les femmes jeunes comme pour les femmes plus âgées, le plus important est de « casser leur peur de sortir », d'évoquer les éléments de leur éducation, l'influence des productions médiatiques (films, séries, publicité) qui confortent cette peur. Les formatrices travaillent à la fois sur les représentations mentales et sur l'attitude intérieure qu'il faut privilégier pour être actrice soi-même à une pacification de l'espace public et des relations qui s'y nouent.

## 6/ L'ADF, des méthodologies diverses et particulières

---

L'ADF s'inscrit à la fois dans le panorama des méthodes d'autodéfense et dans la démarche militante du féminisme. Les choix qui sont posés par les associations, tant pour les techniques mobilisées que pour les conditions d'organisation pratiquées, présentent des différences. Sans préjuger de l'évolution future du secteur de l'ADF, les témoignages et informations recueillis livrent des indications sur ce qui y est pratiqué.

### **- Davantage qu'une pratique sportive**

L'autodéfense féministe se range, comme son nom l'indique, dans la catégorie des méthodes de *self defense*. Elle se distingue des arts dits « martiaux » qui restent dans la catégorie des sports de combat même s'ils ont développé, sous l'influence japonaise, des volets plus spirituels et ont interdit certaines pratiques jugées trop dangereuses pour participer aux compétitions sportives reconnues. L'autodéfense implique plutôt l'efficacité lorsqu'on recherche à se défendre personnellement dans une situation d'agression.

### ***Un cadre de défense légitime***

Les méthodes de self-défense « neutres » actuelles se divisent principalement selon qu'elles ont été élaborées dans un cadre militaire ou civil. Dans le premier cas, elles peuvent autoriser un usage assez large de la force et s'inspirer de pratiques comme le close combat alors que dans le deuxième, il s'agit de respecter des limites comme le cadre légal de la légitime défense. En Belgique, celle-ci est régie ou concernée par le Code pénal<sup>74</sup> : le pouvoir d'utiliser la force ne peut se faire que de manière proportionnelle, pour repousser une agression injuste, actuelle ou imminente, contre une ou plusieurs personnes. Cela implique de considérer et analyser le caractère du danger, d'y répondre dans un certain délai et de proportionner sa réaction en fonction de ces observations. Beaucoup de ces méthodes s'inspirent du *jujitsu* (littéralement art de la souplesse), ensemble de pratiques de défense mises au point dans le Japon de l'époque féodale pour permettre aux fameux samouraïs de se défendre lorsqu'ils étaient désarmés. Les techniques qu'elles comportent se retrouvent dans le judo, l'aïkido et le karaté d'origine chinoise.

Dans la plupart des programmes développés en ADF, se retrouvent les phases suivantes : observation de l'agresseur, analyse des situations et des risques, entraînement mental comprenant conditionnements, obstacles et légitimation, gestion des émotions, autodéfense verbale, autodéfense physique.

Différentes méthodes y sont suivies, la plupart élaborées par les pionnières de l'ADF qui ont inscrit leur action dans une dimension militante féministe.

### ***Dans une démarche féministe***

Le caractère féministe de ces programmes est construit par l'intégration de la dimension du genre et des rapports sociaux de sexe, la non-mixité en général, l'encouragement à la

---

<sup>74</sup> Voir les articles 70, 71, 411 à 412, 416, 417 et 478 à 486 du Code pénal.

solidarité entre femmes, l'organisation sur le mode de l'autogestion et de la co-construction des savoirs.

L'autodéfense féministe est proposée essentiellement comme une approche concrète. Elle se définit comme la construction d'une technique adaptée aux femmes, et plus particulièrement aux types de violences qu'elles risquent de subir. Elle s'élabore en tenant compte des différentes morphologies des femmes, des situations-types d'agressions qu'elles peuvent rencontrer, des ressources – physiques et psychologiques – qu'elles pourraient mobiliser.

Sont aussi présentés comme primordiaux les principes de liberté, d'autonomie, de respect, d'accessibilité et d'*empowerment* des femmes, perceptibles sur des effets immédiats, qui sont les savoirs (apprentissages), et sur des effets différés, les savoirs faire (techniques) et les savoirs être (attitudes).

Les principaux objectifs de l'autodéfense féministe sont nombreux et ciblés : prévention et protection contre le harcèlement et les agressions physiques, verbales, psychologiques et intellectuelles. Il s'agit d'éviter de devenir victime de violence, tout en augmentant la sécurité et l'autonomie par le biais de techniques verbales, émotionnelles et physiques.

Il s'agit clairement de techniques de légitime défense et non d'agression envers les hommes, celle-ci étant jugée non pertinente ni appropriée car risquant d'envenimer des situations déjà critiques au départ.

### **- Les ambiguïtés de l'apprentissage et de la transmission**

#### ***Mixité ou non-mixité ?***

Pour que les femmes se sentent à l'aise, osent parler, bouger, tenter des gestes inusités, puissent prendre conscience librement de leur corps et de sa puissance, explorent sans obstacle les représentations mentales des situations de violence, évoquent des épisodes douloureux en toute confiance, ... le principe de non-mixité se révèle utile et nécessaire dans l'organisation des ateliers et des cours. Cette non-mixité s'impose d'autant plus pour certains groupes ouverts principalement à des femmes ayant subi des violences masculines, des agressions parfois pendant de longues années. Elle facilite la déconstruction des attitudes et des apprentissages acquis dès le jeune âge dans un contexte éducatif de différenciation sexuée. Elle permet d'aborder et de comprendre les rapports de force à l'œuvre dans des situations de risque, de maltraitance, de danger et cela dans un cadre sécurisé par l'absence de la catégorie sociale désignée par les faits comme celle des auteurs des agressions, la catégorie sociale des hommes. Elle a un effet protecteur par la non-divulgateur aux agresseurs potentiels des techniques utilisées.

Cette condition de non-mixité cause toutefois des difficultés aux organisations d'ADF quand elles veulent asseoir leur légitimité voire développer davantage d'efficacité. Sans partenaire masculin pour se dire, pour s'entraîner, le risque existe pour les participantes aux ateliers de ne pas pouvoir bénéficier d'observations, de discussions et d'exercices complets et crédibles, et dès lors de ne pas être pleinement convaincues de l'efficacité des méthodes enseignées.

Des arguments se font entendre pour ouvrir l'ADF aux hommes : des situations de risque ou de détresse mentale ou physique face à une agression seraient vécues de manière similaire par des garçons ou des hommes. Ainsi, les gays connaissent eux-aussi des violences à caractère hétéro-sexiste. Les garçons qui refusent les normes sociales de la virilité courent également

des risques de discrimination violente. Pourquoi ne pas communiquer à ceux-là ces outils de défense et d'affirmation de soi ?

Les objectifs d'égalité sont dès lors parfois invoqués par les autorités pour pousser les associations à ouvrir les cours d'ADF aux éléments masculins, agitant la menace à peine voilée de voir diminuer des subsides publics déjà difficiles à obtenir.

Ici et là, les groupes s'ouvrent donc aux participants masculins. Cela peut se faire de deux manières, soit en organisant des groupes non-mixtes de femmes et d'hommes en parallèle, soit en organisant des groupes mixtes. Il existe également des cours d'autodéfense proposés aux femmes qui sont animés par des hommes. Nous sortons là de l'autodéfense féministe. Ainsi, des stagiaires de l'association d'ADF française Brin D'Acier ont témoigné avoir suivi ce type de formation et constaté qu'ils étaient inadéquats pour les femmes, intégrant des prises et des postures peu compatibles avec la morphologie et la socialisation des femmes. Ailleurs, dans les collectifs accueillant principalement des femmes victimes de violences, par exemple, la mixité n'est ni envisagée ni envisageable.

La question de la mixité dans les organisations d'ADF n'est pas tranchée de manière homogène. Les différentes options en cette matière permettent un choix aux participant-e-s, mais elles rendent plus flou le caractère féministe du secteur ce qui peut contrecarrer des partenariats militants. Enfin, inscrire le secteur de l'ADF dans le panorama institutionnel n'est pas, non plus facilité par ces disparités, ce qui freine les processus de sa reconnaissance officielle.

### *Confidentialité ou publicité ?*

« Les actes de violence imputables à un partenaire intime et les actes de violence sexuelle sont principalement commis par des hommes contre des femmes »<sup>75</sup>. Les statistiques ont beau le confirmer, l'implication massive des hommes dans les agressions n'est toujours pas clairement établie ni prise en compte. Comment expliquer cette « surdité sociale » qui freine la prise de conscience officielle des rapports de domination sexués, véritable cadre des situations de violence ? La psychologisation du décodage des violences, qui offre des explications des comportements en évitant de les situer socialement, renvoie généralement les « partenaires » quasi dos à dos, impliquant des pistes de suivi de l'ordre thérapeutique et individuel.

Dans le champ des médias, les cas relevés sont présentés chaque fois comme des situations particulières et cette individualisation des violences masque l'origine des faits de maltraitance et le caractère social des rapports de domination entre les hommes et les femmes.

En outre, la forte inclination actuelle pour le déni des conflits et leur résolution « en douceur » privilégie le traitement des violences par la médiation, mettant « agresseur » et « agressée » dans une situation artificielle de responsabilité partagée, laissant de côté les différenciations sexuées des conditionnements sociaux.

---

<sup>75</sup> Organisation Mondiale de la Santé, *La violence à l'encontre des femmes. Violence d'un partenaire intime et violence sexuelle à l'encontre des femmes*, Aide-mémoire N°239, Novembre 2014, <http://www.who.int/mediacentre>

Tout cela empêche la prise en compte officielle et claire de l'implication de la catégorie des hommes dans les agressions dont les femmes sont les victimes plus que majoritaires.

Définir « l'ennemi » est une condition préalable à toute lutte sociale. Pour les femmes, celui-ci reste donc non désigné, mais aussi, dans l'abondance des situations de violence, multiple, dispersé, impliqué dans leur vie familiale, amoureuse, professionnelle... A cela s'ajoute la tactique courante des agresseurs qui visent à isoler leur future victime de toute relation susceptible de porter aide, de renforcer ses capacités à se défendre.

Les formatrices en ADF savent aussi qu'elles doivent d'abord permettre aux femmes de revoir leur image d'elle-même, construite à partir du stéréotype socialement construit de la femme-type faible physiquement, moins intelligente et moins débrouillarde, plus démunie socialement et économiquement.

Plus pratiquement, pour se défendre, il faut s'exercer à des techniques qui impliquent une assertivité suffisante pour formuler sa gêne et demander clairement une attitude correcte, une audace nécessaire pour ne pas fuir et plutôt s'arrêter, regarder celui qui fait peur dans les yeux, un courage physique de porter des gestes visant à bloquer voire à blesser pour pouvoir fuir en sécurité. Entraîner les femmes à dépasser leur assignation sociale à l'oubli de leurs besoins pour assurer le soin des autres n'est pas chose aisée et demande parfois des phases de déconditionnement et de rééducation.

Tout cela est rendu plus facile dans un principe de respect de la confidentialité. Confidentialité pour les expériences et ressentis échangés, mais aussi pour les choix de moyens et d'usages techniques que les femmes vont poser pour se sentir en sécurité. Soyons claires : moins les agresseurs connaîtront les techniques d'autodéfense, mieux celles-ci seront efficaces. Certains contextes sociopolitiques rendent, en outre, dangereuse leur divulgation. Ainsi, Dhiviya et ses collègues, qui organisent des cours d'ADF en Inde ont opté pour une discrétion qui leur permet, ainsi qu'aux femmes qui fréquentent les cours, d'éviter les représailles soit par les proches, soit par des groupes hostiles, allant jusqu'à intituler les séances de « réunions de femmes pour parler de leurs expériences »<sup>76</sup>.

Pour toutes ces raisons, la plupart des formatrices en ADF optent pour la discrétion et recommandent de ne pas divulguer, même aux proches, ce qui a été entendu et appris lors des cours et des ateliers. Cette confidentialité ne va pas sans inconvénients. Elle rend l'ADF un peu mystérieuse. Elle décourage l'intérêt des médias et freine la popularisation de ces organisations tout autant que le renouvellement de leurs adhérent-e-s. Elle freine une reconnaissance et un soutien des autorités publiques par une présentation rendue peu aisée. Elle pose également question lorsqu'il s'agit d'envisager la formalisation des techniques mises en œuvre, la présentation et la relation du vécu et de l'histoire des organisations d'ADF et leur transmission aux générations suivantes. L'institutionnalisation, la professionnalisation du secteur sont ainsi compromises tout autant que sa pérennisation et son insertion dans des politiques publiques assumées collectivement et officiellement. Ces limites de la confidentialité expliquent que l'on trouve désormais des ouvrages, des brochures en ligne, voire des films, autant d'outils à vocation didactique et pratique (voir le chapitre des Eléments biographiques) qui rompent avec le principe de discrétion et ouvrent au grand public la précision et le déroulé des techniques d'autodéfense mises au point par et pour les femmes.

---

<sup>76</sup> *L'autodéfense féministe en Inde*, site [www.garance.be](http://www.garance.be), repris le 4/04/2015.

## *Les limites des techniques*

Certes, les organisations d'ADF mettent en avant l'importance du caractère préventif de leur activité et soulignent le développement des phases d'analyse des situations et d'apprentissage de la défense verbale dans leurs programmes de cours et d'ateliers. Il n'empêche que le volet « physique » de l'autodéfense féministe constitue une composante incontournable pour une défense réellement efficace. Dans ce volet, il est généralement prescrit de privilégier les gestes qui assurent protection et éloignement du risque de coups ou de blessures. Mais, tout de même, les « zones vulnérables » du corps sont présentées ainsi que la manière de les atteindre et les effets que l'on peut obtenir assez facilement lorsque l'on connaît les techniques et lorsqu'on s'y est entraîné-e. Plus largement, la capacité des femmes à dépasser leurs inhibitions en matière d'utilisation de leur force physique est démontrée, mise en évidence et en exemplarité. Et cela quels que soit leur âge, leur condition physique, leur morphologie. L'utilisation de la force physique avec une intention de blesser ou tuer n'est toutefois évoquée par les formatrices que dans les cas où la personne agressée estime que sa vie est réellement en danger et qu'il n'y a plus rien d'autre à tenter pour assurer sa sécurité et son intégrité corporelle.

Néanmoins, être mis-e en capacité de blesser voire de tuer représente un tabou social et constitue là aussi un obstacle à l'acceptation sociale de l'ADF tout autant que cela peut rebuter plus d'une femme à rejoindre cet apprentissage. Les formatrices le savent et c'est la raison pour laquelle cette phase d'initiation est abordée en dernier lieu dans les programmes de cours. Elles savent que, pour être efficace dans l'échange physique, il importe de se conditionner mentalement et d'atteindre un état de colère ou de grande agressivité qui permet de lever les inhibitions voire de laisser les sensations physiques prendre le pas sur le fonctionnement mental. Cette capacité à une défense de type extrême installe chez les femmes une réelle base de sécurisation et de confiance en soi. Les organisations doivent toutefois envisager qu'elle puisse induire une responsabilité abusive des femmes dans les situations de violence. Dans le contexte patriarcal de nos sociétés, l'ADF pourrait être imposée implicitement aux femmes pour accéder aux espaces publics particulièrement aux lieux et heures qui leur sont déconseillées socialement. Si elles sont agressées, dans ce cas de figure, et qu'elles n'ont pas suivi de formation d'ADF, les autorités et les médias pourraient estimer qu'elles n'ont pas mobilisé de prévention suffisante et que c'est « tant pis pour elles », voire qu'« elles l'ont bien cherché », arguments déjà invoqués lorsqu'une femme a subi des violences la nuit et qu'on lui reproche sa tenue trop « sexy », etc.

### **- Les techniques d'autodéfense**

Les organisations d'autodéfense féministe proposent aux participantes à leurs cours ou ateliers des gestes, postures, attitudes... qui permettent des réponses graduelles à des agressions ou risques d'agression allant de la mise à l'abri à des coups délibérés en passant par des expressions verbales, etc. Ces réponses ont été mises au point par différents acteurs, des femmes pour la plupart, et formalisées dans des « techniques ». Celles-ci se différencient de l'autodéfense pratiquée dans le secteur des arts martiaux par un éloignement volontaire de son caractère peu réaliste, stéréotypé, exigeant en force physique. Par exemple, elles s'inspirent de la pratique du *krav-maga*<sup>77</sup> dont elles reprennent le repérage des « points sensibles », mais s'en écartent en intégrant une approche de prévention et de résistance à la douleur.

---

<sup>77</sup> Le *krav-maga*, également écrit *krav maga* (de l'hébreu, littéralement combat rapproché), est une méthode d'autodéfense tchecoslovaque. À l'origine, il a été créé par Imi Lichtenfeld, pour protéger la communauté juive

Le secteur de l'ADF s'étant développé à partir d'initiatrices et de groupes féministes non structurés en réseaux, ces techniques ne sont ni uniques ni homogènes. On peut néanmoins les regrouper sous plusieurs dénominations. Nous en citons et développons ici les plus fréquemment utilisées et exposées dans les témoignages recueillis au cours de nos enquêtes.

Ce chapitre ne serait pas complet s'il ne mentionnait pas également le travail et l'apport d'une personnalité telle que Lydia Zijdel, ceinture noire de karaté 3<sup>e</sup> degré, ceinture noire d'aïkido 1<sup>er</sup> degré et enseignante d'autodéfense. Née en 1951 et handicapée elle-même suite à un accident de voiture, elle s'est formée à la psychothérapie et à la sociologie avec une spécialisation en études de genre. Reconnue internationalement pour son expertise en matière de handicap et auteure de nombreux articles et ouvrages sur le sujet, elle organise, en Europe et aux Etats-Unis, des stages d'autodéfense pour permettre à des femmes et jeunes filles handicapées de sortir de la marginalité grâce aux activités physiques. Elle forme également des femmes à l'entraînement aux arts martiaux et à l'autodéfense. Originaire et installée aux Pays-Bas, elle dirige la fondation qui porte son nom, la *Lydia Zijdel Foundation – Empowerment and Self defence for disabled wo/men*.

### **Wen-do**

La technique du *wen-do* aurait été mise au point à partir du travail d'un couple américain de Toronto, Ann et Ned Paige, fin des années 60. Ned Paige, docteur en optométrie (médecine de l'œil non reconnue en Belgique), avait été touché par un évènement particulier. Le 13 mars 1964 en effet, une jeune Newyorkaise, Catherine Genovese, avait été poignardée à mort près de son domicile<sup>78</sup>. L'absence de réaction du voisinage au moment des faits avait défrayé la chronique et a été étudiée dans le cadre de la psychologie sociale. Cette indifférence collective a été formalisée et dénommée « effet de spectateur » ou « apathie du spectateur » : plus les spectateurs sont nombreux, moins il y aura de réaction. Cette « dilution de la responsabilité » se produit quand chacun-e pense qu'une autre personne présente va réagir.

Le couple, pratiquant des sports tels que le karaté, le judo et le jujitsu, va reprendre des éléments de ces arts martiaux pour permettre aux femmes de réagir lorsqu'elles sont confrontées à différents scénarios d'agression, viols ou attaque à l'extérieur ou à l'intérieur du domicile. Comprenant peu de contacts physiques et intégrant des discussions sur la violence, l'autonomie des femmes, le contexte social, leur méthode se fera connaître sous le nom de *wen-do*, contraction du mot anglais *wen* (femmes) et du signe japonais *do* (le chemin)<sup>79</sup>.

Par des exercices de respiration, des postures, des jeux, des échanges entre participantes, le *wendo* permet de prendre conscience de son corps, sa force, son énergie et, à partir de cette perception d'un équilibre intérieur et physique, de développer sa vigilance et ses moyens

---

de Bratislava dans les années 1930. Il a, depuis, été adopté par Tsahal et le Mossad, et par de nombreuses polices et troupes d'élite dans le monde. Il connaît également un relatif intérêt chez les civils (<http://fr.wikipedia.org/wiki/Krav-maga>, consulté le 5-03-2014). Des cours de *krav maga* sont, par exemple, proposés aux seniors dans les publicités « toute-boîte » en Brabant wallon.

<sup>78</sup> MANNING Rachel, LEVINE Mark et COLLINS Alan, « The Kitty Genovese murder and the social psychology of helping: The parable of the 38 witnesses », *American Psychologist*, vol. LXII, n° 6, septembre 2007, disponible sur [www.psych.lancs.ac.uk/people/uploads/MarkLevine20070604T095238.pdf](http://www.psych.lancs.ac.uk/people/uploads/MarkLevine20070604T095238.pdf).

<sup>79</sup> L'étude « Wendo, chemin des femmes », réalisée par Claudine Drion pour l'asbl D-CLIC et les FPS –Réseau Solidaris Liège sera publiée en 2016 et est accessible sur <http://fr.calameo.com/read/004512197e45d9a947cb0>.

d'action face aux agressions. Le *wendo* intègre des éléments de défense mentale, travaillant des idées fausses courantes telles que « la peur paralyse », « seule la personne agressée a peur » ou « il faut de la force pour vaincre un attaquant ». Présenté comme un art de vivre pacifique – anti-agresseurs plutôt que anti-hommes – et non comme un « art martial », il peut se pratiquer sans capacités sportives particulières, à tout âge et même en cas de handicap. Les groupes de femmes qui pratiquent et enseignent le *wendo* y ont intégré échanges entre participantes et information sur les situations de violence et sur les rapports de domination qui y sont à l'œuvre. Ainsi, les nombreuses femmes qui suivent et diffusent cet enseignement y apportent leur expérience et leurs avis, enrichissant le programme de départ dans une perspective plus clairement féministe.

Des méthodes dérivées du *wendo* existent. Ainsi, le *wenlido*, venu du Canada et dont l'intitulé signifie « Le chemin de la force des femmes » est pratiqué en Inde depuis 2003<sup>80</sup>.

### ***Fem do chi***

Contraction de *fem* (femmes), *do* (chemin ou voie) et *chi* (énergie), cette technique vient elle aussi du Canada, intègre des éléments mentaux et physiques. Elle tient son originalité dans le fait d'être conçue spécifiquement pour les femmes en respectant leur morphologie. En effet, les groupes d'ADF qui l'utilisent, notamment en Suisse et dans quelques régions françaises, présentent le *Fem do chi* comme une technique qui « prend en compte la spécificité du corps des femmes » et de leur socialisation (de genre et en tant que femme).

Cette forme d'autodéfense agit également sur les représentations mentales et positionne les femmes comme détentrices de forces, de ressources et de possibilités. A partir de cette démarche, émerge ainsi un nouveau projet du corps, qui s'accompagne d'un contrôle conscient des capacités de celui-ci. L'affirmation de soi est ainsi travaillée.

Les exercices de défense se pratiquent « à mains nues » et s'accompagnent d'un travail sur la détente et le bien-être.

### ***Seito Boe***

La technique *Seito Boe* est une technique d'autodéfense née en Europe fin des années 70. Au départ ciblée sur les violences sexuelles administrées par un inconnu dans l'espace public, elle s'est diversifiée, intégrant des réponses à la violence de personnes plus proches, ce qui a abouti à une diffusion beaucoup plus large des techniques rassemblées sous ce vocable.

Sur le site de l'association *Garance* qui le diffuse depuis la fin des années 90 en Belgique, ainsi qu'au Luxembourg et au Mexique, nous pouvons lire la présentation suivante :

« Le Seito Boei est une technique d'autodéfense créée en 1977 à Vienne en Autriche. A la fin des années 70, grâce au mouvement des femmes, les violences faites aux femmes sont de plus en plus connues, les femmes prennent conscience de cette situation et sont en demande de solutions pratiques. Des cours d'autodéfense fleurissent un peu partout, le plus souvent simplement des cours d'arts martiaux réservés aux femmes. Dr Margit Kafka, médecin gynécologue et docteure en médecine traditionnelle chinoise, et Ihor Atamaniuk, fondateurs du *Seito Boei*, pratiquaient aussi différents arts martiaux, en particulier le *Ju Jutsu*. Ils se sont rendus compte que ceux-ci ne répondaient pas vraiment à ce que l'on attend d'une technique

---

<sup>80</sup> *L'autodéfense féministe en Inde*, sur [www.garance.be](http://www.garance.be), repris le 4/04/2015.



d'autodéfense et de la nécessité de développer un système de techniques destiné aux femmes afin de leur donner les moyens de se défendre contre la violence.

Ces techniques devaient être faciles et rapides à apprendre, et ne devaient pas demander d'aptitudes sportives particulières de manière à être accessible à toutes, sans de longues années d'écologie et d'entraînement. Un autre souci était également de se distinguer du système des philosophies, idéologies et esthétiques, du combat librement choisi entre partenaires égaux que l'on trouve dans la plupart des arts martiaux.

En partant d'une réflexion sur le type de violence que subissent les femmes, ses modalités, et ses circonstances, Margit Kafka et Ihor Atamaniuk ont élaboré cette technique holistique, en reprenant dans les arts martiaux qu'ils pratiquaient les gestes et les coups les mieux adaptés au vécu des femmes. Ils y ont intégré des outils communicatifs et de réflexion.

Dès son début, le (*OnnaNo*) *Seito Boei*, traduction japonaise pour "défense légitime" (pour femmes) voulait se distinguer de l'autodéfense "féminine". C'est pour cette raison que ce nom a été choisi : la défense légitime répond aux réelles agressions qui sont faites à la femme, et non à son rôle social. Le nom veut aussi souligner que la défense est légitime et non une expression d'agressivité de la part de la femme. Dans cette perspective, le *Seito Boei* est enseigné uniquement aux femmes et aux filles, par des instructrices.

Le *Seito Boei* repose sur quatre principes de base :

La méthode de l'apprentissage mental et imaginatif;

La compréhension du psycho-dynamisme des situations d'agressions, incluant le harcèlement;

Le concept énergétique de l'acupuncture;

Des techniques physiques holistiques qui utilisent des mouvements naturels et ne donnent pas de signaux non-verbaux qui pourraient provoquer une réaction agressive.

Le *Seito Boei* s'est rapidement développé d'abord sous l'impulsion d'un groupe informel qui a assuré les stages et la formation d'une vingtaine d'instructrices. Une association a finalement été créée dans le début des années 90. Depuis, le *Seito Boei* a été enseigné à des milliers de femmes en Autriche. Des stages spécifiques ont été conçus pour les filles, pour les femmes âgées, les aveugles, les personnes avec handicaps mentaux et pour le personnel qui travaille dans les institutions qui les accueillent. Des programmes spéciaux ont été élaborés pour des écoles et des syndicats. Des cours de *Seito Boei* ont été intégrés dans le cursus de certaines écoles sociales. »

## 7/ Une approche de terrain : deux ateliers de réflexion collective sur « L'autodéfense féministe »

---

La recherche effectuée par l'Université des Femmes s'est déroulée selon les modes organisationnels des mouvements féministes. C'est pourquoi, elle a impliqué deux groupes de femmes dans un programme d'analyse en groupe. Les participantes se sont engagées dans les différentes étapes et tâches nécessaires au projet afin que chacune puisse se réapproprier la démarche et l'utiliser, personnellement et dans ses activités militantes ou professionnelles, comme outil *d'empowerment*, d'autoformation, d'émancipation personnelle et collective.

Les deux groupes de femmes ont été constitués, l'un avec l'ensemble de l'équipe professionnelle de l'Université des Femmes, l'autre avec des membres de la Régionale bruxelloise des Femmes Prévoyantes Socialistes. La méthode de recherche a été choisie pour son adéquation avec le public concerné. Il s'agit de la Méthode d'Analyse en Groupe. Pour chaque groupe a été constitué un « atelier de réflexion collective sur l'autodéfense féministe » organisé selon cette méthode. Au préalable, les deux groupes ont suivi collectivement une formation d'une journée à l'autodéfense féministe assurée par l'association *Garance*.

### - La Méthode d'Analyse en Groupe (MAG)

Elaborée par les sociologues Abraham Franssen, Luc Van Campenhout et Jean-Michel Chaumont<sup>81</sup>, la méthode d'analyse en groupe (MAG) est une méthode sociologique collective dans laquelle les acteurs et actrices sont invité-e-s à s'exprimer à tour de rôle sur le sujet d'enquête. L'objectif de cette méthode d'analyse en groupe est de rassembler des participant-e-s tous et toutes concerné-e-s par une problématique commune tout en occupant des positions diversifiées. Le but poursuivi n'est pas de mettre tous/toutes les participant-e-s d'accord sur une interprétation unanime de la situation, mais de les mettre d'accord sur une formulation de leurs désaccords.

L'originalité de la méthode tient notamment dans la confrontation des divers points de vue des participant-e-s qu'elle permet, et d'autre part, dans celle entre les apports des participant-e-s et ceux des chercheur-e-s qu'elle propose. Les hypothèses et les éventuels apports théoriques des chercheur-e-s sont discutés en groupe et contribuent à faire progresser l'analyse. La conception du sujet engagé dans ce dispositif est celle d'un sujet réflexif qui met en œuvre non seulement des compétences pratiques mais aussi des capacités critiques. La MAG s'articule comme un débat organisé de manière procédurale. L'analyse prend alors la forme d'un débat réglé par des consignes précises. « Pour pouvoir être libres, les échanges ne sont pas spontanés ». Les prises de parole, pour ne pas être des prises de pouvoir, respectent un protocole rigoureux dont les responsables de l'animation sont les garants.

Le protocole de la MAG s'organise en 15 étapes formant elles-mêmes quatre grandes phases. La première phase concerne le récit. Dans sa première étape (les propositions de récits), chacun-e des participant-e-s relate brièvement le récit auquel il/elle aura pensé en préparation de la session. Des titres sont alors donnés à chacun des récits et inscrits sur un tableau. Dans la deuxième étape (choix des récits à analyser), au moyen d'un vote, le groupe va sélectionner

---

<sup>81</sup> VAN CAMPENHOUT Luc, CHAUMONT Jean-Michel, FRANSSEN Abraham, *La méthode d'analyse en groupe*, Paris, Dunod, 2005.

un récit minimum à partir duquel il travaillera. Troisième étape (la narration du récit) : celui ou celle dont le récit aura été choisi devra alors le raconter plus en détail, comme il/elle l'entend. Dans la quatrième étape (les enjeux vus par le/la narrateur/trice), le/la narrateur/trice indique alors ce qu'il/elle perçoit dans son récit comme constituant des points particulièrement pertinents en rapport avec la thématique proposée. Il/elle indique ce qui pour lui/elle « pose problème » dans son récit, ce qui mérite d'être souligné. Pour la cinquième étape (les questions d'information), lors d'un tour de table, les participant-e-s prennent la parole à tour de rôle afin de poser des questions d'ordre factuel au/à la narrateur/trice : il s'agit de demander plus de détails sur des points qui gênent la compréhension mais en aucun cas à ce stade-ci de proposer une analyse, son point de vue ou une interprétation des faits.

Les interprétations font l'objet de la deuxième phase. Dans une sixième étape, (le premier tour de table), les participant-e-s, toujours en respectant un ordre de parole, à tour de rôle, expriment, dans le respect de la personne ayant raconté son récit, différentes interprétations que la narration a pu susciter. Dans la septième étape (les réactions du/ de la narrateur/trice), celle ou celui dont le récit a été choisi réagit aux éléments nouveaux apportés par les participant-e-s : qu'est-ce que ces interprétations lui inspirent ? Qu'est-ce qu'il/elle aimerait rectifier ? etc. Lors de la huitième étape (la réécoute du récit, la narration enregistrée est réécoutée par le groupe afin de se remémorer ce qui a été dit dans un premier temps. La neuvième étape (le second tour de table) permet à chaque participant-e de compléter ses interprétations, enrichies par la réécoute du récit et par l'écoute des points de vue de chacun-e des autres participant-e-s. Le narrateur ou la narratrice complète à son tour ses réactions, ce qui constitue la dixième étape (les réactions du/ de la narrateur/trice) et la deuxième phase.

La troisième phase, celle de l'analyse, ouvre l'utilisation des expressions récoltées et la légitimation, par le groupe, des résultats. Elle démarre par une onzième étape (les convergences et divergences : la MAG permet de se mettre d'accord et de formuler les accords et désaccords qui émergent au sein du groupe. Ainsi, entre les deux sessions, les animatrices/chercheuses se sont appliqué-e-s à dresser un tableau-bilan de ces différentes convergences et divergences décelables dans les interprétations des participant-e-s. Le tableau sera présenté aux participant-e-s et ceux/celles-ci pourront le repréciser ou le modifier. Pour enrichir la réflexion, la douzième étape (les apports théoriques) prévoit que, à partir des grands points que le travail à partir du récit aura fait émerger, les animatrices/chercheuses puissent éventuellement, si le besoin s'en fait sentir, replacer ces grandes lignes dans un contexte plus général et donner des repères sur l'état des connaissances y renvoyant. Délicate et importante, la treizième étape (les hypothèses et les nouvelles problématiques) amène à dégager une hypothèse centrale que l'on pourra déduire des débats collectifs : il s'agit bien de proposer une re-problématisation de la question de recherche grâce aux apports des participant-e-s et aux récits issus de leur expérience.

Les perspectives pratiques et évaluation constituent le thème, plus concret, de la quatrième et dernière phase de la MAG. Elle débute par une quatorzième étape (les perspectives pratiques) qui ouvre le débat pour formuler ensemble des pistes et à des lignes directrices pour mieux agir et améliorer certaines situations problématiques. Classique, la quinzième étape (l'évaluation)<sup>82</sup> a son importance : elle permet de conclure les sessions en recueillant l'opinion des participant-e-s à la fois sur la mise en œuvre du dispositif et sur les enseignements, le matériau récolté au cours de l'analyse. Pour que le processus se déroule de manière optimale,

---

<sup>82</sup> Pour une lecture plus facile, les notes d'évaluation des ateliers d'analyse en groupe sont repris dans les ANNEXES.

il importe que la présence de tou-te-s les participant-e-s soit assurée autant que possible à chaque étape du travail collectif.

### **- Le groupe « Université des Femmes »**

#### *Organisation*

Le premier atelier est organisé pour un groupe constitué de huit femmes, membres de l'équipe professionnelle de l'Université des Femmes. La composition de ce groupe de travail répond à trois critères cohérents avec la recherche : être une femme, car la recherche concerne un secteur d'activité destiné principalement aux femmes, il est donc cohérent de choisir des représentantes de la catégorie sociale mise en examen à propos de la problématique de la violence ; avoir été impliquée dans une situation qui les a mises, elles-mêmes ou une personne observée, dans un sentiment d'insécurité ; avoir participé à un atelier d'initiation à l'autodéfense féministe, cette condition mettant les participantes en lien avec la dimension collective de la recherche.

En fonction de ce dernier critère, le groupe a d'abord été invité à participer à une séance d'une journée de formation à l'autodéfense féministe animée par Irène Zeilinger, directrice de l'association *GARANÇE*. Ensuite, il a été réuni pour un processus d'analyse en groupe dont les différentes étapes se sont déroulées de mars à mai 2010.

L'animation des séances et le travail d'analyse à partir des matériaux récoltés sont assurés par deux formatrices / chercheuses de l'Université des Femmes, formées à la MAG. Une fiche de préparation des séances a été transmise aux participantes (voir annexes). Le travail des chercheuses était préparé par une note reprenant la trame d'animation (découpe horaire des séances, répartition des tâches, matériel à prévoir).

L'objectif des trois sessions de l'atelier est une re-problématisation de la question de recherche : *quelles pistes font émerger les récits du vécu des femmes initiées à l'autodéfense féministe ?* Il s'agit de le faire non plus seulement à partir d'apports écrits et théoriques mais en partant du vécu de praticiennes elles-mêmes, tel qu'elles le rapportent et le pensent.

Pour dissiper tout malentendu, il a été clairement signifié aux participantes que les trois sessions de réflexion collective n'ont donc pas pour objectifs de permettre un échange informel sur des thématiques larges ou légèrement en marge du sujet central (par exemple : « la violence », « les pratiques d'autodéfense » etc.), ni d'apporter des solutions toutes faites, « clés en mains » aux situations et au sentiment d'insécurité vécus par les femmes, ni de proposer une formation ou une sensibilisation aux participant-e-s.

La première session a permis de réaliser les deux premières parties de la méthode d'analyse en groupe : la partie consacrée au RÉCIT et la partie dédiée aux INTERPRÉTATIONS. La seconde séance a été consacrée à la partie ANALYSE de la méthode complétée de la partie PERSPECTIVES PRATIQUES / EVALUATION de la méthode.

Elle a permis aux chercheuses de présenter au groupe une proposition de divergences / convergences ordonnées à partir des interventions des participantes. Les animatrices ont fourni ensuite une série de données théoriques en lien avec les points mis en évidence par le groupe.

Une hypothèse a été formulée par les chercheuses. Le groupe est alors intervenu pour enrichir et valider le fruit du travail d'analyse des chercheuses.

Lors de la troisième et dernière session, à partir du rappel de l'hypothèse formulée par les chercheuses et validée par le groupe, un large échange, toujours respectueux des consignes d'écoute, a permis ensuite d'élaborer une série de propositions qui ont été notées et assorties des freins repérés comme susceptibles de faire obstacle à leur mise en oeuvre.

Un tour de table d'évaluation de l'ensemble de l'atelier a clôturé cette dernière séance.

### *Expression, interprétations et analyse*

Il a été demandé aux participantes de se remémorer une situation vécue dans laquelle elles se sont senties *insecure*, qu'elles en aient été l'actrice directe ou la témoin d'une situation dans laquelle une personne a elle-même été *insecure*. Le mot anglais *insecure* est choisi en raison de la définition plus fine qu'il porte, l'équivalent français d'« insécurité » étant insatisfaisante pour aborder la dimension féministe d'autodéfense. « *Insecure* : Qui n'est pas accompagné d'un sentiment de sécurité ; peu solide ; peu sûr de soi ; anxieux ; dangereux ; incertain » (Wictionary et Médiadico). Le mot « Insécurité » tel que défini au dictionnaire français ne comporte en effet pas l'idée de « sûreté en soi, de soi », mais est davantage axé sur la notion de dangers potentiels extérieurs : « Insécurité : manque de sécurité ; situation où l'on se sent menacé, exposé aux dangers. *Vivre dans l'insécurité. Sentiment d'insécurité*, de ne pas être en sécurité. Climat d'insécurité. L'insécurité dans le métro. Conditions exposant à un danger, à des risques. » (Le petit Robert, 2006).

Les récits proposés sont titrés par les intervenantes avec l'aide et l'accord du groupe. « Le doigt d'honneur » évoque une automobiliste interpellée par un conducteur à qui elle a adressé un geste moqueur. « L'homme qui parle à ma voiture » met en scène une femme seule craignant de reprendre sa voiture à cause d'un homme ivre. « Sauvée par un chien » raconte la frayeur d'une participante causée par des adolescentes turbulentes et son soulagement de croiser un vieillard promenant son chien. Dans « Finie, l'innocence », une participante évoque son émoi d'avoir été injuriée alors qu'elle pensait recevoir une demande de renseignement en rue. « Le bus 54 » fait vivre l'impuissance d'une narratrice devant une altercation violente entre un passager indélicat et le chauffeur. Pour « Bande de jeunes », la situation classique de jeunes femmes importunées par plusieurs garçons lors d'un retour de soirée est racontée. Enfin, « SOS » relate l'intervention de sauvetage d'une participante dans une dispute conjugale violente rencontrée en rue.

Le récit choisi après un tour de votes est « Bande de jeunes ». Pour la bonne compréhension des commentaires formulés ensuite et de leur analyse, en voici la retranscription :

« Donc...heu...j'étais avec une amie et nous rentrions d'une sortie dans le centre-ville et donc on se trouvait au Mont des Arts et, heu, sur la plateforme en bas où d'habitude les gens jouent au skate, et donc se dirigent vers nous trois jeunes, heu, quand je dis jeunes c'est « jeunes jeunes », hein, plutôt 17 ans genre par-là etc, qui commencent à s'adresser à nous et dans un premier temps si je me souviens bien on essaie de passer outre mais comme ils sont trois, ils ont quand même l'acte de se poser de manière à nous bloquer le passage et à se répartir un peu autour de nous. Ils commencent à discuter et je ne sais plus très bien le contenu de leurs interpellations, hem, m'souviens plus très très bien, mais toujours est-il que mon amie qui m'accompagne a assez vite un ton qui consiste, à voilà, à les mettre à l'écart et limite, d'après

mon souvenir, un peu au bord de l'insulte ou du mot pas très sympa et à ce moment-là ce qui était au début, qui pouvait passer pour quelque chose d'un peu plus ludique de leur part devient un peu plus menaçant, je dirais, mais je me souviens plus des phrases exactes, etc., et à un moment donné ils se mettent quand même à nous demander si on a de l'argent, si on a un téléphone, à...exiger qu'on leur donne quelque chose. Et, mon amie, évidemment, refuse absolument (rires), ceci dit elle ne fait pas le geste d'avancer et moi non plus parce que, qu'on est coincées et à moment donné moi je me mets à obtempérer moi en fait à leur demande. Donc, je leur dis, heu « tiens mais il me reste que 5 euros, on vient de sortir, on n'a pas de sous », aussi pour leur montrer qu'on n'a pas de sous. Je leur dis, heu, bon, pas en m'aplatissant complètement mais limite en leur balançant les 5 euros en leur disant : « ben vous vouliez des sous ben voilà ce qui nous reste et laissez nous passer » et puis après y en a un qui dit « ouais mais t'as pas une cigarette ? » alors je lui dis « non écoute, j'ai pas de cigarette mais j'ai du tabac à rouler », en général ça en arrête plus d'un, heu... et puis là quand même mon amie à côté tréignait parce qu'elle n'était pas du tout d'accord avec ce qui se passait, mais avec le coup du tabac c'est devenu tellement entre guillemets « minable » quelque part (rires) qu'en fait ils ont fini par ne plus trouver ça drôle eux-mêmes et, heu..., ils ont fini par heu... il y en a un qui a dit à un autre « ouais, laisse tomber heu, c'est des cloches » ou un truc du style (rires). Mon amie était toujours très remontée et, heu, avait plutôt envie de, heu, moi le souvenir que j'en ai, c'est plutôt de les insulter mais à ce moment on a quand même réussi, comme il y avait un mouvement de flottement, à avancer et à s'en aller. Donc les faits en gros, c'est ça, sauf qu'après sur la route du retour on a eu une discussion avec cette amie et effectivement on avait eu des réactions diamétralement opposées et donc, heu, elle trouvait que j'avais eu une attitude trop rampante et moi je me sentais mal et, heu, et d'un autre côté, heu, je trouvais que le recours à l'insulte n'étais pas le bon moyen non plus parce que moi la peur que j'avais à ce moment-là, c'était l'escalade vers autre chose mais voilà, c'était une situation très ambiguë avec deux réactions différentes et qui s'est finalement résolue de cette façon-là ».

Les interprétations communiquées par les participantes, retranscrites, relues par les animatrices / chercheuses s'articulent selon une triple perspective, en réponse à la question « que s'est-il vraiment passé dans ce récit ? ». Les participantes ont mis en mots leur **examen des comportements et de leurs causes**, leur compréhension des événements marqués d'insécurité évoqués dans le récit partagé et de ce qui avait les avait nourris. Elles se sont opposées sur le point de vue, se mettant à la place des protagonistes dans un souci altruiste ou restant ancrée en elles-mêmes, dans le sentiment qu'elles valaient bien d'assurer leur sauvegarde d'abord, dépassant ainsi l'assignation au soin des autres dévolue socialement aux femmes. Elles ont observé, les unes, la division des femmes confrontées à l'agressivité, les autres, les similarités de leur condition, leur solidarité de victimes ou de défense, la nécessité et l'intérêt de faire front ensemble. Les interprétations ont divergé sur la culpabilité : l'attitude des femmes avait amené la violence ou l'insécurité s'ancrait dans la puissance physique et sociale des agresseurs. Ensuite a émergé la question du droit à ... sortir, être dehors ... autorisé ou pas pour et par les femmes et, dans ce droit fil du droit, la légitimation des réactions à l'agression, limitée pour les unes, recadrée dans une hiérarchisation et un jugement social, et illimitée pour les autres, rejetant jugement et s'inscrivant dans l'égalisation sociale assumée des protagonistes. Les interprétations ont mis en évidence également des **modèles sociaux** qui permettraient aux femmes de se sentir « *secure* ». Soit, il faut se débrouiller dans le contexte de responsabilité collective d'une organisation sociale de type social-chrétien et, par exemple, activer les services de police. Soit, les femmes n'y comptent pas, tiennent compte d'un contexte de responsabilité individuelle de type plus libéral anglo-saxon et, par exemple, se protègent personnellement. Face à ces deux options, le modèle de société

égalitaire semble esquisser l'espoir d'un équilibre réduisant, voire diluant toute violence sexuée.

Clairement, l'équipe de l'Université des Femmes démonte le récit choisi avec, en toile de fond de leurs interprétations, la distinction entre des **valeurs sociales** de type **féministe** qu'elles ont appris à cultiver et théoriser et des valeurs de type **androcentré** qu'elles ont appris à observer dans le contexte de société à dominante patriarcale dans laquelle elles évoluent et travaillent. Cette clé de lecture apparaît aussi lorsque l'autodéfense est mise au banc des échanges. Elle les oriente dans une réflexion de nature plus philosophique, mettant **l'autodéfense en question**. Cette pratique, développée et diffusée largement auprès des femmes, peut-elle changer la donne sociale ? Pour certaines, la force des émotions est décidément trop paralysante tandis que pour d'autres, qui envisagent déjà des pistes de solution, la raison peut permettre d'en sortir. Subir les violences n'est pas dans la nature des femmes et les pratiquer n'est pas dans la nature des hommes de manière innée et inéluctable. C'est le conditionnement social qui a abouti à ces différences. Il peut permettre, par un changement dans les processus de socialisation, de modifier la donne et de transformer la peur et la violence.

Ces divergences et convergences présentées et validées par le groupe sont indiquées dans un tableau où peuvent s'inscrire l'ensemble des interprétations récoltées lors de l'atelier.

En voici le canevas :

| VALEURS ANDROCENTREES   |  | <>  | VALEURS FEMINISTES  |                                  |
|---|--|-----|---|----------------------------------|
| Examen des COMPORTEMENTS et de leurs CAUSES   |  |     |   |                                  |
| • Souci des autres  |  | <>  | • Souci de soi  |                                  |
| • Analyse divisante des femmes  |  | <>  | • Analyse par les rapports sociaux de sexe<br>(domination masculine : groupe des femmes dominé par groupe des hommes) |                                  |
| • Culpabilité sur soi (groupe des femmes)   |  | <>  | • Culpabilité sur les autres (groupe des hommes)  |                                  |
| • Certaines réactions sont illégitimes<br>(distinction entre ce qui confère la honte ou la fierté)                      |  | <>  | • Toutes les réactions sont légitimes<br>(dénier du danger et reconnaissance du risque)                               |                                  |
| HIERARCHIE +<br>JUGEMENT  |  |     |   | PAS DE JUGEMENT +<br>EGALISATION |
| Evocation de MODELES SOCIAUX permettant aux femmes de sentir sécurées   |  |     |   |                                  |
| • Responsabilité collective   |  | <>  | • Modèle égalitaire   |                                  |
| SOCIAL-CHRETIEN   |  |     |   |                                  |
| V<br>A  |  |     |   |                                  |
| • Responsabilité individuelle.  |  |     |   |                                  |
| LIBERAL ANGLO-<br>SAXON WASP  |  |     |   |                                  |
| Mise en question de l'AUTODEFENSE FEMINISTE   |  |     |   |                                  |
| • Conviction de l'inexistence du pouvoir transformateur de l'ADF<br>(anticipation des émotions : on ne sait rien faire) |  | <>  | • Conviction du pouvoir transformateur de l'ADF<br>(anticipation des solutions : on sait faire quelque chose)         | RE-<br>CONDITIONNEMENT           |
| PHILOSOPHIE FATALISTE<br>(CHANGEMENT IMPOSSIBLE)  |  |     | PHILOSOPHIE RATIONNALISTE<br>(CHANGEMENT POSSIBLE)  |                                  |
| V<br>A  |  |     |   |                                  |
| DOUTE (position intermédiaire)  |  |     |   |                                  |
| > <   |  |     |   |                                  |
| • Naturalisation<br>(caractère, tempérament)  |  | > < | • Construction = socialisation + transmission<br>Sont construites socialement : la peur, la violence                  | CONDITIONNEMENT                  |
| PHILOSOPHIE FATALISTE<br>(CHANGEMENT IMPOSSIBLE)  |  |     | PHILOSOPHIE RATIONNALISTE<br>(CHANGEMENT POSSIBLE)  |                                  |

A ce stade, afin d'enrichir la réflexion du groupe, quelques apports théoriques sont présentés par les animatrices. Sont ainsi évoqués l'occultation des expériences vécues par les femmes et la notion de « savoir situé » (*standpoint*) développé par Sandra Harding : « Le, la scientifique,

comme tout un chacun-e, est pris dans un contexte historique, social et personnel vis-à-vis duquel il se positionne. Prendre conscience de ce positionnement (et, en premier, pour les femmes, leur position de dominée), le revendiquer dans son travail, le confronter à d'autres, en accepter la discussion, permet à la fois d'exprimer un point de vue (*stand point*) qui sinon n'existerait pas et de prendre une distance critique permettant une objectivité nettement plus acceptable et efficace que la prétendue objectivité du scientifique « neutre » (et donc asexué) »<sup>83</sup> ; la mise en évidence des inégalités sexuées par Christine Delphy et l'approche sexuée de la ville et des espaces publics développée par Jacqueline Coutras. Comment le sentiment d'insécurité a-t-il grandi en milieu urbain, « quels enchaînements de faits et d'arguments ont donné prise à des fantasmes où tous seraient des cibles vulnérables, quels que soient l'âge, le sexe, la condition sociale », alors que les faits de violence sont moins nombreux que dans les époques antérieures ? La sociologue Jacqueline Coutras y voit plusieurs raisons. La libération de la parole des hommes surtout qui admettent davantage leurs désarrois, leurs insuffisances et leurs défaillances. Avant, un homme était « fort » et protégeait les faibles (dont les femmes). Maintenant, les deux sexes peuvent dire leurs inquiétudes (valeur thérapeutique). L'Etat aussi reconnaît davantage ses difficultés à résoudre et à diminuer les désordres urbains. Les décideurs avouent leur impuissance, hésitent entre répression et prévention. S'ils sont d'accord sur le diagnostic, ils ne le sont plus sur les mesures à prendre, la détermination des causes, l'identification des auteurs. Les discours sur les agresseurs et les victimes se ressemblent et s'inversent. Même mineures, les agressions sont présentées comme des actes irrationnels, décivilisés. La violence est perçue comme un « nouvel état de nature » dont chacun serait prisonnier et contre lequel la communauté ne pourrait lutter. Les représentations se modifient. Les lieux, par exemple, ne sont plus clairement assimilés au risque ou à la sécurité à l'instar du centre (ville) connu et sécurisé. Tout devient possible partout. Les repères temporels et spatiaux sont modifiés. Ainsi, la ville la nuit s'est sécurisée par l'éclairage public, mais ce dispositif devient insuffisant si la zone traversée se situe entre des quartiers devenus insécurisés (aéroport, espaces autour des grandes gares, etc.). La conviction se forge que la ville est un espace de conflits entre acteurs sociaux, culturels et politiques.

Pourtant, comme le dit l'ethnologue Françoise Héritier<sup>84</sup>, la violence n'est pas innée, elle s'acquiert par l'éducation et est toujours construite en fonctions de besoins, de désirs et de passions. Ainsi, pourquoi les filles se sentent-elles plus insécurisées dans l'espace public ?

Aux USA et en Grande Bretagne, la famille et l'école enseignent aux garçons et aux filles, dès le plus jeune âge, que la maîtrise de l'espace revient au plus fort physiquement et aussi à celui qui a une certaine capacité d'abstraction. Dès 8 ans, l'inégale aptitude des sexes à traiter avec l'extérieur est clairement lisible et ne fait que s'accroître ensuite. Les garçons visualisent mieux la troisième dimension quand ils lisent des cartes ou des photos aériennes ; ils connaissent mieux les endroits plus éloignés du domicile, ils perçoivent mieux comment s'organise leur environnement. Les lieux de jeux où les deux sexes vont seuls sans permission ne sont plus les mêmes. Sur les chemins de randonnée, les circuits vélo, les terrains d'aventure, les garçons apprennent la confiance en soi et éprouvent leurs capacités à transformer un hasard de situation en un profit personnel. Dans les commerces ou dans les promenades, les filles s'initient à la méfiance envers toute irruption de l'imprévu et de l'inconnu.

---

<sup>83</sup> ROUCH Hélène, « Présentation », *Les cahiers du CEDREF* [En ligne], 11 | 2003, mis en ligne le 16 février 2010, Consulté le 27 février 2014. URL : <http://cedref.revues.org/502>.

<sup>84</sup> HERITIER Françoise, *Hommes, femmes : la construction de la différence*, Paris, Édition Le Pommier, 2010.



Une **hypothèse** a été mise à jour par les chercheuses à partir des convergences et divergences notées dans les interprétations du récit. Elle est discutée et mise au point par le groupe. A chacun de ses éléments, des remarques sont associées qui indiquent le niveau ou le champ d'action envisageable :

|  |   |
|--|---|
| <i>hypothèse</i>                           | <i>remarques</i>                                    |
| Pour ne plus qu'il existe de proie,        | Violences, rapports de force, groupe social         |
| il faut instaurer immédiatement            | Domaine du concret                                  |
| et définitivement,                         | Moyens structurels                                  |
| dans une dynamique <i>d'empowerment</i> ,  | Evolution par une mise en pouvoir des femmes -> ADF |
| un statut d'individues libres,             | Niveau collectif, qui fait système                  |
| ni proies, ni prédatrices                  | Violences, rapports de force, de domination         |
| et éduquer hommes et femmes                | Education égalitaire                                |
| au souci de l'autre                        | civisme   |
| pour une Humanité égalitaire et sécurisée. |   |

### **Pistes**

Invité à formuler des pistes d'amélioration aux situations insatisfaisantes observées et présentées, le groupe élabore une série de propositions qui sont regroupées et présentées ici selon la typologie relative à l'organisation sociale définie par le sociologue Alain Touraine<sup>85</sup>. En regard des pistes ont été mis en évidence les freins à leur mise en œuvre perçus ou envisagés par les participantes.

|  | <i>Pistes</i>  |   | <i>Freins</i>  |   |
|--|--|---|--|---|
| Assurer l'équilibre des responsabilités à tous les niveaux | <b>NIVEAU SOCIO HISTORIQUE</b>   | Nécessité d'un mouvement ascendant (insuffler par le bas) et d'un mouvement descendant (insuffler par le haut). | <b>MACRO : ce qui ressort du produit d'une histoire, de l'environnement et de la mémoire sociétale</b>   | Manque de moyens économiques à tous les niveaux |
|  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Une société qui sépare nettement l'Eglise et l'Etat (les femmes sont malmenées par les religions) : il faut un cours de morale qui donne connaissance de toutes les religions.</li> <li>- Supprimer définitivement la prostitution et tout ce qui est lié à la marchandisation du corps des femmes.</li> <li>- Changer l'ordre social établi : déconstruire la naturalisation des sexes pour délégitimer la supériorité masculine elle-même appui de la position dominante des hommes.</li> </ul> |   | <i>L'invisibilisation des rapports de domination (ex occultation du lien entre violence et volonté de garder une position de domination)</i> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Un rapport de pouvoir (1 sexe à disposition de l'autre) ancré par les discours, les représentations, les organisations.</li> <li>- La montée des intégrismes religieux porteurs de violence et ranimant les options fondamentalistes de pouvoir des hommes sur les femmes.</li> <li>- Au cœur des manifestations de « backlasch », les tentatives systématiques de ramener les analyses et revendications féministes à la sphère privée et de délégitimer les acquis sociaux des femmes en leur attribuant la responsabilité des nouveaux maux sociaux.</li> <li>- La rhétorique de la liberté (discours sur la liberté de se vendre, de s'habiller...)</li> </ul> |   |

<sup>85</sup> TOURAINE Alain, *La voix et le regard*, Paris, Seuil, 1978.

|  |                              |  |   |
|--|------------------------------|--|---|
|  |                              | pourrait constituer un frein à la liberté des femmes d'évoluer sans risquer de subir des violences.  |   |
|  | <b>NIVEAU SOCIAL</b>         | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Apprentissage d'une vision critique aux jeunes adultes.</li> <li>- Lutter contre l'homophobie et la transphobie.</li> <li>- Répression des comportements sexistes (loi ?).</li> <li>- La libération conditionnelle doit être revue.</li> <li>- Imposer l'égalité salariale et la parité en tous lieux de pouvoir (entreprises, syndicats, parlements).</li> <li>- Il est nécessaire de retravailler sur le respect mutuel intergénérationnel.</li> <li>- Tout faire pour que les femmes, quand elles ont un enfant, ne se disent pas « j'arrête de travailler », même celles qui ont fait des études : il n'y a pas assez de structures de garde d'enfants financièrement démocratiques..</li> <li>- Combattre le sexisme « ordinaire » qui, à travers des comportements (proposer des chaussures qui ne sont pas faites pour marcher, une mode des femmes plus dénudée que celle des hommes...) conditionne les représentations.</li> <li>- Conforter le caractère inacceptable socialement de la violence.</li> </ul> | <b>Ce qui concerne la société telle qu'on la vit aujourd'hui</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Face aux analyses féministes des situations contemporaines, ramener des problèmes entre les groupes sociaux hommes et femmes à des problématiques interpersonnelles ou à des problèmes ayant une autre source (ex organisation du travail).</li> <li>- L'économie de marché, par sa recherche prioritaire de profits, favorise la marchandisation des personnes – pornographie, prostitution, titres-services... - et renforce un contexte social violent et insécurisant qui freine l'autonomie des femmes.</li> </ul>   |
|  | <b>NIVEAU INSTITUTIONNEL</b> | <b>violences</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Application réelle de la circulaire Tolérance zéro : les violences contre les femmes doivent être prises en compte à tous les niveaux (qualifiées dans les services d'urgence, actées dans les services de police, traitées dans les tribunaux), pénaliser financièrement les structures concernées si cette prise en compte n'est pas effective.</li> <li>- Approfondir les connaissances de la violence, des manières de la cerner et de prévenir les engrenages sociaux, apprendre à s'en protéger (tout le monde mais les femmes particulièrement), la penser de manière globale (incluant les manifestations psychologiques, physiques).</li> <li>- Organiser la formation et la sensibilisation aux mécanismes et manifestations de violence de tous les acteurs sociaux</li> </ul>  | <b>Ce qui ressort des structures et processus mis en place par les pouvoirs publics</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Les systèmes de protection des hommes, de la famille, de l'ordre social (patriarcat).</li> <li>- Les allusions sexistes dans les discours (du type « bats ta femme, si tu ne sais pas pourquoi, elle le sait »).</li> <li>- La méconnaissance de la légitimité à se défendre de la violence entraînant la peur de réagir, d'en parler, de susciter des phénomènes de rétorsion.</li> <li>- La perception insuffisante des rapports sociaux de sexe à l'œuvre dans les manifestations de violence due à l'invisibilisation de sa dimension genrée.</li> </ul> |

|  |  |  |  |
|--|--|--|--|
|  | <p>concernés (médecins, policiers, juges...).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Apprendre aux hommes à ne pas entrer dans les processus et raisonnements de légitimation de leur violence.</li> <li>- Agir sur l'homme violent (écartement surveillé) et sur la femme agressée (information sur le cycle de la violence).</li> <li>- Mandater une structure institutionnalisée pour assurer un accompagnement global des femmes victimes de violences (à toutes les étapes : dépôt de plainte, visite médicale, procédures judiciaires, etc).</li> <li>- Rendre la violence visible : états des lieux complets et réguliers, traitement des délits de violence à des niveaux juridictionnels assurant la publicité des délits (viols, sacs-jacking, harcèlement)</li> <li>- Faire payer les séquelles et conséquences matérielles (voire sociales) des violences aux responsables des violences (ex envisager un organisme du type SECAL).</li> </ul> <p><b>sexisme</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Création de maisons parents/enfants où consultations gratuites pour aider les parents confrontés à la difficulté de contrer l'éducation sexiste.</li> <li>- Instaurer des lieux collectifs où les adultes peuvent échanger leur vécu ou réfléchir pour ne pas reproduire : « quels sont les choix que l'on fait et pourquoi on les fait ? »</li> <li>- Donner de meilleures informations à l'école sur les carrières scolaires</li> </ul> <p>Introduire le genre dans les politiques urbaines, de mobilité et d'urbanisme.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Généraliser l'éducation à la vie affective et sexuelle.</li> <li>- Lutter contre les discriminations sexistes dans le sport.</li> <li>- Réformer la justice : il y a beaucoup d'injustice et d'inégalités dans la justice : l'accès à la défense doit être juste et égalitaire.</li> <li>- Instaurer un organe indépendant (financièrement, politiquement, philosophiquement), garant de l'égalité sociale et sexuée, regroupant actrices de terrain et mouvements de femmes.</li> <li>- Proposer des stages d'éducation à la notion de genre aux parents, aux enfants et au milieu enseignant et le faire d'une manière collective pour favoriser des partenariats parents/enfants/éducateurs.</li> <li>- Les volontés politiques de lutte contre le</li> </ul> |  |  |
|--|--|--|--|

|  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|
|  | <p>sexisme doivent jouer leur rôle</p> <p>Institutionnaliser la sensibilisation à l'aspect genré de la violence (montrer que des femmes qui utilisent la violence empruntent des codes masculins de domination).</p> <p><b>général</b></p> <p>Education au civisme dès le plus jeune âge : « ne fais pas aux autres ce que tu ne voudrais pas qu'ils te fassent » : donner une information de base dans les consultations prénatales</p> <p>Reconnaissance des stages d'ADF comme formation professionnelle dans les métiers du « care »</p> <p>Systématiser une formation à l'ADF et à la déconstruction de la violence pour tous les acteurs du niveau secondaire de l'enseignement public</p>   |  |  |  |
|  | <p><b>NIVEAU ORGANISATIONNEL</b></p>   |  | <p><b>Ce qui concerne le niveau des citoyens lorsqu'ils s'organisent en associations, entreprises, etc.</b></p>  |  |
|  | <p><b>Organisations d'autodéfense féministe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Les formations en autodéfense féministe (ADF) doivent prendre en compte les différents degrés et formes de violence (armée, verbale, psychologique).</li> <li>- Les associations d'ADF doivent développer des programmes permettant l'entraînement (ce qui amène une meilleure sensibilisation et adhésion) et la fixation des gestes par exemple via des formules accessibles par abonnements.</li> <li>- Les associations doivent diversifier leur mode de contact des femmes : proposer des chèques-cadeau-stage, faire marrainer une nouvelle participante par une ancienne, etc.</li> <li>- Les associations d'ADF doivent écrire un guide de bonne conduite de l'autodéfense : consignes sur l'utilisation des outils fournis à bon escient, modes de réponse à la violence issue d'agresseur-e-s, définition des « armes » de l'ADF et des limites de leur utilisation, définition des acteurs – agresseur-e, victime, tiers,..</li> <li>- Les associations d'ADF doivent développer des cours pour combattre la peur dans l'obscurité.</li> <li>- Les organisations d'ADF devraient ouvrir des lieux et des moments de rencontres et d'échanges entre femmes sur les questions de violence.</li> <li>- Il faut organiser des camps de jeux de rôle</li> </ul> |  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Manque de clarté sur la capacité de l'ADF à dépasser les rapports de domination.</li> <li>- Crainte que l'ADF ne donne des outils supplémentaires aux auteur-e-s potentielle-s de violence.</li> <li>- Manque de clarté sur l'articulation défense verbale / défense physique.</li> <li>- Manque de précision quant aux modes de limitation de la violence (ex faut-il aller jusqu'à la castration chimique ou physique lorsque le violent ne peut se contraindre à maîtriser ses pulsions ?).</li> <li>- La crainte de se professionnaliser en association en tant que groupe – pour assurer les frais de locaux, matériel, publicité.. et accéder à de meilleurs statuts pour l'action, l'organisation et les personnes – dans le contexte d'une société « androcentrée ».</li> <li>- Les risques de devenir des lieux « thérapeutiques ».</li> </ul> |  |

|  |  |  |  |
|--|--|--|--|
|  | <p>dans lesquels les femmes prennent la place des hommes et inversement. (jeu des cartes d'identité).</p> <p><b>Autres organisations citoyennes</b></p> <p>L'accès aux cours de religion extra-scolaires doit se faire sans différence de traitement hommes/femmes.</p>  |  |  |
|  | <p><b>NIVEAU GROUPAL</b></p>   | <p><b>Ce qui est envisageable dans des groupes informels</b></p>   |  |
|  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Organiser des manifestations de femmes dans la rue : « les agnelles se rebiffent ».</li> <li>- Organiser des modes d'intervention collective en cas d'agression (cfr femmes cyclistes aux USA).</li> <li>- Retourner les discours, les représentations (retourner le stigmate).</li> <li>- Ouvrir des lieux d'échanges aux femmes pour parler, problématiser les faits de violence, partager solutions et bonnes pratiques, éviter les effets pervers de certaines solutions (ex sortir avec des amies pour éviter la peur le soir mais se sentir coincée si on n'en trouve pas), permettre de « monter en généralité » de manière à agir collectivement sur la société.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- La peur d'être stigmatisée lorsqu'on se regroupe entre femmes constitue un frein aux solidarités féminines.</li> <li>- La honte portée par les femmes et tout ce qu'elle engendre paralyse et culpabilise.</li> <li>- La méconnaissance de l'aspect collectif et social des violences renforce la culpabilisation.</li> </ul> |  |
|  | <p><b>NIVEAU INTERPERSONNEL</b></p>  | <p><b>MICRO - Ce qui peut se passer via les relations entre personnes</b></p>  |  |
|  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Etre un bon exemple pour ses enfants en tant que parent.</li> <li>- Développer l'empathie.</li> <li>- Emmener une amie à un stage d'ADF.</li> <li>- Offrir un chèque-cadeau-stage ADF.</li> <li>- Diffuser les brochures et documents de l'ADF à son entourage.</li> <li>- Inscrire ses enfants aux stages d'ADF.</li> </ul>  | <p>L'économie de marché valorise la violence et l'individualisme (d'où la nécessité de travailler sur les sources des représentations – les médias)</p>  |  |

### - Le groupe « Femmes Prévoyantes Socialistes »

#### *Organisation*

Le deuxième atelier est organisé pour un groupe constitué également de huit femmes, membres de l'antenne régionale bruxelloise du mouvement des Femmes Prévoyantes Socialistes. La composition de ce groupe de travail répond aux trois critères requis pour la constitution du premier, choisis pour leur cohérence avec l'objet de la recherche : être une femme ; avoir été impliquée dans une situation qui les a mises, elles-mêmes ou une personne observée, dans un sentiment d'insécurité ; avoir participé à un atelier d'initiation à l'autodéfense féministe.

Comme le premier, ce deuxième groupe a d'abord partagé une séance d'initiation à l'autodéfense féministe animée par Irène Zeilinger, directrice de l'association *GARANCE*. Ensuite, il a été réuni pour un processus d'analyse en groupe dont les différentes étapes se sont déroulées d'avril à mai 2012. La méthodologie suivie est restée inchangée : animation

des séances et travail d'analyse à partir des matériaux récoltés assurés par deux formatrices / chercheuses de l'Université des Femmes, formées à la MAG, fiche de préparation des séances transmise aux participantes au préalable et travail des chercheuses préparé par une note reprenant la trame d'animation (découpe horaire des séances, répartition des tâches, matériel à prévoir).

L'objectif présenté aux participantes de l'atelier reste une re-problématisation de la question de recherche : *quelles pistes font émerger les récits du vécu des femmes initiées à l'autodéfense féministe ?* en partant de leurs propres expériences. Les consignes d'écoute, de respect, de confidentialité sont maintenues.

Après la séance d'initiation, l'atelier a regroupé les étapes de la méthode d'analyse en groupe sur deux séances, l'une reprenant les parties « RÉCIT » et « INTERPRÉTATIONS », la seconde séance, consacrée aux étapes « ANALYSE » et « PERSPECTIVES PRATIQUES / EVALUATION » de la méthode. Entre les deux séances, les chercheuses ont élaboré leur proposition de structuration des divergences / convergences ordonnées à partir des interventions des participantes.

### *Expression, interprétations et analyse*

Les récits proposés par les intervenantes sont les suivants. Les titres ont été décidés par le groupe. Le récit « Le baptême » fait émerger le souvenir déstabilisant d'une soirée estudiantine qui dérape en invectives grossières, en gestes hostiles (de la bière renversée sur des cours) et se poursuit par du harcèlement dans les transports publics, le tout créant une impression si pénible que toute l'année d'étude de cette participante en a été affectée. Le « Vol de sac » fait revivre un vol de sacoche, violent, à l'arraché, juste devant la porte de la récitante. Dans « Le retournement de situation », une participante raconte le vol de son sac par deux jeunes qui, montés dans un bus, ont réussi à retourner passagers et conducteur contre elle. Avec « Le clou », nous partageons l'indignation d'une épouse dont le mari se fait agresser verbalement parce qu'il admoneste des jeunes qui abîment délibérément une voiture. « Promotion canapé » nous emmène au Maroc où la récitante, employée chez un notaire dans sa jeunesse, se souvient avec émotion avoir raté toute occasion de promotion pour avoir refusé de nombreuses invitations à caractère sexuel du personnel du bureau. Ensuite, nous sommes dans un dernier bus d'une journée de travail et le chauffeur, énervé par une altercation avec un passager, stoppe et refuse de continuer, invitant tout le monde à descendre, dont notre femme témoin, en colère et impuissante malgré un long parcours dans le noir encore à faire avant de rentrer chez elle. Ce récit a été nommé « Le bus sans chauffeur ». Le récit « Sac jacking » frappe par la persistante d'un traumatisme vieux de dix années : attendant son mari dans sa voiture à l'arrêt, notre témoin a vu une vitre éclater et son sac emmené en quelques secondes. Depuis, elle ne peut dépasser la peur ressentie, même pour réagir devant une agression qui pénalise une autre femme devant elle quelques années plus tard et est devenue craintive à l'extérieur. Dans « Stratégies », pas de traumatisme mais une évocation de plusieurs précautions (porter son sac devant soi, éviter la nuit, réfléchir à ce qu'on emporte...) que prend la participante quand elle est dehors et notamment en balade à New York, connoté espace dangereux dans nombre de séries télévisuelles. Ces précautions – dont certaines ont été revues dans l'initiation à l'autodéfense féministe – sont perçues comme incontournables si une femme veut circuler sans problèmes. Le récit « T'es ridicule » vient difficilement, car il permet à la récitante, avec le soutien du groupe, de mettre en mots l'effet de dévaluation constante que produisent les remarques négatives continuelles de son compagnon et de se rendre compte qu'il s'agit là aussi de violence. La dernière participante éprouve des

difficultés à choisir un évènement violent. Elle évoque des insultes lors d'une distribution de banderoles pour une manifestation, ce qui provoque plusieurs réactions de surprise, mais finalement elle choisit ce qui l'a le plus traumatisée : un vol chez elle, de nuit, dans la chambre au-dessus de son salon de coiffure qui s'est soldé par la perte de sa recette et de la voiture familiale. Juste une semaine avant, elle était en Ecosse avec son mari et ils avaient bu un verre en faisant un vœu de bonheur. D'où le titre choisi : « Le vœu écossais ».

Le récit choisi après un tour de votes est « Le retournement de situation » qui emporte 2 votes de plus que le récit « T'es ridicule » qui a touché particulièrement le groupe. En voici la retranscription pour la bonne compréhension des commentaires formulés ensuite et de leur analyse :

« En fait, je donne en gros plus ou moins pourquoi est-ce que le public a réagi comme il a réagi. En ce sens que moi, je ne prenais pas la même direction. Le bus arrive et un couple de jeunes qui prend mon sac et qui rentre dans le bus et moi je ne prenais pas le même bus. J'attendais un bus autre que celui dans lequel montaient les jeunes. Donc, j'explique au chauffeur qu'il ne démarre pas parce qu'il y a quelqu'un qui m'a piqué mon sac et que j'irais bien le récupérer. Et il dit mais bon, adressez-vous à la personne qui a pris votre sac. Et j'ai dit : monsieur, vous voulez bien me rendre mon sac et ... Il répond : Bon, je vous ai rien pris et vous m'agressez pour rien et qu'est-ce que vous voulez ? Je dis : monsieur, je comprends tout ce que vous me racontez mais vous avez mon sac en main. C'est ce sac-là que je veux récupérer. Donnez-moi mon sac. Donnez-le moi et tant que vous ne me l'avez pas donné, ce bus ne bougera pas. Et bon, comme j'insistais, le bus s'est garé et le chauffeur m'embêtait : allez, descendez, descendez que je démarre, descendez que je démarre et entre-temps, tout le public dans le bus a commencé : mais oui, nous on aimerait arriver où on va et ... descendez. Je vous dis : tant qu'il ne me donne pas mon sac, je pars pas. Alors, sa copine, en plus, reprend le sac. Je dis : ne perdez pas votre temps, parce que dans ce sac, il n'y a pas d'argent, il n'y a pas de valeur, il n'y a que ma blouse et à manger. J'aimerais bien le récupérer quand même car j'aurai faim toute la nuit, j'aurais bien besoin de mon sac. Ils ne voulaient pas. Alors, moi, j'ai été auprès d'elle, ssschhh, j'ai pris le sac et je suis descendue. Et voilà comment ça s'est passé. Tout bête..

**Valérie** : Et le bus est reparti ?

**Jeannine** : le bus est reparti et sans, comment on appelle..., sans me demander qu'est-ce que je peux faire par rapport à votre situation ? Est-ce que vous avez une plainte à faire ? Pourquoi... Donc, j'ai été ridiculisée par rapport à cette situation, et qui me dit : et, c'est toi la voleuse, c'est toi la voleuse. C'est pas moi, le voleur, c'est toi la voleuse. J'ai dit : mais qu'est-ce que vous avez dans votre main ? C'est à vous, ça ? C'est à moi. Et je l'ai récupéré. Je suis allée attendre mon bus en paix. Il était 18h. »

Les interprétations communiquées par les participantes, retranscrites, relues par les animatrices / chercheuses s'articulent selon une triple perspective, en réponse à la question « que s'est-il vraiment passé dans ce récit ? ». Par le biais de ces interprétations, les participantes ont d'abord établi une base de pensée en formulant la **positionnalité des actrices**, se mettant tantôt à la place de la récitante, tantôt à la place des spectatrices, tantôt à leur propre place comme si cela leur était arrivé personnellement. Elles ont évoqué les positions fixées socialement selon les critères de l'origine (la « race »), du sexe et du groupe social d'appartenance.

Les remarques ont divergé sur la pertinence de mobiliser ou non ces caractéristiques, marquant d'un côté, une volonté à ne pas prendre en compte ces différences et, d'un autre côté, le fait qu'il importait, pour bien comprendre la situation, de les préciser. L'analyse fait

ainsi émerger que le courage de prendre un point de vue situé permet l'identification des discriminations : comment voir une discrimination qui me touche parce que je suis une femme si je considère que le critère de sexe peut être « neutralisé » dans les comportements observés et vécus ?

Les points de vue ayant été précisés, les participantes ont axé leurs interprétations sur **l'appréciation des comportements** observés dans le récit choisi. Elles ont évalué ce qui se passait en focalisant tantôt sur le comportement de l'actrice principale du récit, tantôt sur celui du groupe de passagers dans lequel le rôle du chauffeur de bus a incarné clairement le service public de transports en commun, chargé d'assurer un service mais également garant des règles à observer et à faire observer lorsqu'on représente une institution publique.

Les oppositions se sont marquées à partir de la notion de faute ou de responsabilité. D'un point de vue individuel, si l'actrice principale du récit tendait à se culpabiliser du déroulement fâcheux des événements évoqués, les autres participantes se sont fortement employées à lui ôter ce poids mental en approuvant son attitude ou en marquant leur empathie. L'appréciation des autres acteurs en jeu - chauffeur, passagers et passagères -, s'est marquée, par contre, d'une sorte de jugement social oscillant entre la culpabilité (démission du chauffeur de son rôle de représentant de l'autorité publique, non assistance à personne ayant subi un préjudice de la part des personnes présentes) et la dé-culpabilité (un climat de peur qui paralyse, une ignorance des faits mal ou peu perçus pouvant expliquer le manque d'intervention et d'aide).

A partir de ces expressions, les participantes ont mis en relation le récit, leurs interprétations et l'initiation à laquelle elles avaient toutes participé au préalable, se partageant sur **les impacts de la formation à l'autodéfense féministe**. Si l'utilisation d'acquis de l'initiation a été clairement figurée par plusieurs exemples concrets (attitudes, précautions, évitement...), son effet n'était pas établi par toutes les participantes. Certaines la perçoivent comme une confirmation d'usages déjà expérimentés régulièrement, d'autres pointent ses insuffisances, empêchant une sécurisation optimale dans toutes les circonstances de la vie, sources potentielles d'agression ou de violences. Certainement, les groupes d'ADF pourront travailler à partir de ces expressions. Par contre, l'obstacle qui, plus fondamentalement, a divisé les participantes doit les faire réfléchir : la conscience qu'il est possible, pour une femme, pour un groupe de femmes, de mobiliser efficacement des ressources pour éviter ou répondre utilement à une agression, n'est pas partagée par toutes. Est-il vraiment possible de dépasser le sentiment de faiblesse physique, l'émotion qui paralyse, la peur du ridicule ou de la désapprobation sociale ? Les questions, en tout cas, ont été posées.

Ces divergences et convergences présentées et validées par le groupe sont indiquées dans un tableau où peuvent s'inscrire l'ensemble des interprétations récoltées lors de l'atelier.



En voici le canevas :

| 1. POSITIONNALITE DES ACTRICES                       |                                    |    |            |  |         |
|--|------------------------------------|----|------------|--|---------|
| POINT<br>DE<br>VUE<br>SITUE                          | IDENTIFICATION DES DISCRIMINATIONS |    |            | INVISIBILITE DES DISCRIMINATIONS             |         |
|  | « Race »                           |    | ><         | « Race »                                     |         |
|  | Sexe                               |    | ><         | Sexe   |         |
|  | Communautarisme                    |    | ><         | Communauté                                   |         |
| POINT<br>DE<br>VUE<br>NEUTRE                         |                                    |    |            |  |         |
| 2. APPRECIATION DES COMPORTEMENTS                    |                                    |    |            |  |         |
|  | SOI<br>(Individu)                  |    | ><         | AUTRES<br>(Groupe)                           |         |
| CUL<br>PA<br>BILI<br>SA<br>TION                      |                                    |    |            | INSTITUTIONS<br>(De Lijn)                    |         |
|  |                                    |    |            | AUTRES USAGERS                               |         |
| ><   |                                    | >< |            | ><   |         |
| DÉ<br>CULP<br>ABILI<br>SA<br>TION                    |                                    |    |            | DÉ<br>CULP<br>ABILI<br>TÉ                    |         |
| 3. IMPACTS DE LA FORMATION A L'AUTODEFENSE FEMINISTE |                                    |    |            |  |         |
| ACQUISITION  |                                    | >< | CONTINUITÉ |  | LACUNES |
| ><   |                                    |    |            |  |         |
| IMPOSSIBILITE<br>(de mobiliser des ressources)       |                                    |    | ><         | POSSIBILITE<br>(de mobiliser des ressources) |         |

L'étape suivante consiste à nourrir la réflexion du groupe par quelques apports théoriques présentés par les animatrices. Est ainsi explicitée le fait que la violence contre les femmes se manifeste davantage dans la sphère privée que dans la sphère publique, mais que l'entretien du mythe « du violeur inconnu au coin de la rue » maintient le sentiment d'insécurité des femmes particulièrement en milieu urbain. Mais partout, cette violence est en lien avec le genre : violences sexuelles au sens large, incivilités sexistes à l'école ou au travail, etc. (cfr le *L'autodéfense pour femmes 'seito boei' au CVFE : un premier bilan* de Florence Ronveaux, du Collectif contre les violences familiales et l'exclusion (2010).

Les documents produits par l'association Garance et le Rapport général sur le sentiment d'insécurité de la Fondation Roi Baudoin (2006) aident à distinguer les différents types de violence : symbolique, économique, physique, sur le lieu de travail... et à mieux percevoir que le sentiment d'insécurité, qu'il soit objectif (basé sur des faits, des statistiques) ou subjectif (développé à partir d'impressions et de représentations mentales), doit être pris au sérieux par l'ensemble de la collectivité en développant l'écoute, la convivialité et la responsabilisation tout en luttant contre le réflexe du « chacun pour soi ». Le *Manuel d'autodéfense féministe* de Sonia Feertchak (2007) et le livre *Non, c'est non. Petit manuel d'autodéfense à l'usage des femmes qui en ont marre de se faire emmerder* d'Irene Zeilinger

(2008) servent la présentation les principes de la technique du Seito Boei (principes juridiques, gestion des émotions, gestion des échanges verbaux, etc.).

Cet apport se termine par les réflexions relatives à l'éducation menées au sein de *l'Université des Femmes* à travers ses formations et sa participation à la *Commission Enseignement du Conseil des Femmes francophones de Belgique*, réflexions et recherches qui montrent l'intérêt d'une éducation égalitaire garçons/filles autant à l'école que dans la famille, les médias. Des choix de jeux mieux répartis, une répartition des tâches et des rôles plus équilibrée, la volonté de transformer les stéréotypes sexués où qu'ils soient (publicité, attitudes, etc), représentent autant de moyens incontournables pour donner une chance aux jeunes de développer des relations dans lesquelles la violence n'est pas utilisée comme modalité du « vivre ensemble ».

Proposées par les chercheuses à partir de ces apports complémentaires plus théoriques et du schéma des convergences / divergences des interprétations du premier récit, la formulation d'**hypothèses** est discutée par les participantes pour aboutir à leur validation collective :

Selon que les femmes sont conscientes de la position où elles se trouvent et qu'elles assument le caractère dès lors situé de leur point de vue, les discriminations sont invisibles ou identifiées.

En matière de violence, les autres, institutions ou autres usagers, apparaissent coupables ou non mais l'individu-e se trouve, lui/elle, dans un processus de culpabilisation ou de déculpabilisation.

La formation ADF permet d'acquérir des ressources nouvelles, mais elle comporte des lacunes et les femmes disposent de ressources existant déjà à disposition. Ces lacunes concernent notamment les facteurs qui rendent la mobilisation des ressources possible ou impossible.

### *Pistes*

Fort des étapes accomplies ensemble, le groupe décide de contribuer à la recherche relative à l'ADF en formulant des pistes d'amélioration aux situations insatisfaisantes observées et présentées. Il élabore ainsi une série de perspectives pratiques permettant de répondre à des questions concrètes, ces réponses pouvant apporter autant de pistes d'amélioration des contenus et méthodologies développées dans le champ de l'autodéfense féministe.

Dans la formation à l'autodéfense, quelles sont les éléments appréciés ? Ceux qui manquent ?

- organiser systématiquement des entraînements, des rappels
- développer le savoir sur les réactions d'un groupe
- apprendre davantage comment affronter plusieurs agresseurs
- apprendre comment apprécier les comportements (grille de profils)
- fournir des pistes pour savoir comment dépasser l'agression : au travail, chez soi, gérer les séquelles, ne plus ressasser... (suivi psychologique, écrire ...)
- questionner les théories de l'autodéfense selon les contextes (dans les différents pays ...) et esquisser quelles sont les limites à l'ADF
- travailler la notion de scandale (pour soi, pour les autres...)
- mettre à disposition des informations sur les lieux d'aide (pas seulement dans les bureaux de police)

- former les proches des victimes (déculpabilisation)
- multiplier les jeux de rôles (selon différents contextes, usages, professions – ex. enseignante – ... sociaux)
- proposer un aide-mémoire (infos juridiques, mouvements à retenir, points d'attaque ...)
- informer sur ce qu'il est possible de faire pour aider une personne agressée
- débattre de la question du secret qui doit entourer l'initiation à l'ADF

Là où vous êtes, dans votre secteur (de travail, d'engagement, ...), dans vos réseaux, comment pourriez-vous soutenir l'ADF ?

- organiser des séances de formation à l'ADF et des séances d'entraînement collectif (dans les mutuelles, les groupes FPS...) dans le cadre des projets pour la santé psychologique et pour l'égalité hommes / femmes
- susciter la création de lieux d'aide pour les personnes agressées, autres que ceux prévus par la police.
- systématiser l'attention au genre.

### **- L'ADF pose la question du modèle de société**

Une des notions auxquels se heurtent régulièrement les pratiquantes de l'ADF tourne autour de la notion de consentement. Sa compréhension, par les hommes et par les femmes, pose problème et c'est un euphémisme. Les associations d'ADF rejoignent l'option féministe d'une Geneviève Fraisse<sup>86</sup> qui replace le consentement – trop souvent restreint à la relation entre deux individus – dans la dimension collective et le contexte historique et social - par exemple du patriarcat -, le vidant de sa pertinence. Elles préfèrent mettre l'accent sur le refus, c'est-à-dire la manière – la plus claire possible – d'énoncer et de faire respecter sa volonté à ne pas être importunée, touchée, agressée. Elles se placent ainsi dans la filiation des manifestations féministes des années 1970 dans lesquelles se propageaient des slogans tel que celui-ci, noté le 1<sup>er</sup> mai 1976 dans un cortège syndicaliste : « Quand une femme dit non, ce n'est pas oui, c'est non »<sup>87</sup>. Elles sont également cohérentes avec l'article 3 du Protocole de Palerme<sup>88</sup> relatif à la traite des êtres humains qui déclare le consentement « indifférent » lorsque la victime est abusée de toutes sortes de façons.

Plus globalement, cette « autorisation à la violence » dans des situations extrêmes pose aux participantes des stages la question du modèle de société que nous souhaitons. Voulons-nous construire une société où la sécurité est assurée par des rapports de force « équilibrés », un peu comme durant la « guerre froide » où la paix était assurée en Europe par l'équilibre des armements des pays opposés politiquement ? Préférons-nous une société où les conflits, les aspirations, les envies sont gérés sans dommage exagéré par le biais d'une éducation aux relations sociales, d'un environnement socio-culturel, d'une situation socio-économique assurant une redistribution équitable des ressources et des services ?

---

<sup>86</sup> FRAISSE Geneviève, *Du consentement*, Paris, Seuil, 2007.

<sup>87</sup> APP Corinne, FAURE-FRAISSE Anne-Marie, FRAENKEL Béatrice, RAUZIER Lydie, *40 ans de slogans féministes 1970/2010*, Donnemarie-Dontilly, Editions iXe, 2011, p. 69.

<sup>88</sup> Protocole additionnel à la Convention des Nations Unies contre la criminalité transnationale organisée visant à prévenir, réprimer et punir la traite des personnes, en particulier des femmes et des enfants, 2000.

Comment l'autodéfense féministe se situe-t-elle face à ces différents modèles ? Quels sont les constats et les avis qu'elle peut communiquer et établir au vu de l'expérience accumulée par son secteur d'activité, ses organisatrices, ses formatrices, ses pratiquantes ? D'une manière générale pour ces organisations d'ADF, la question du sens politique de leur démarche reste posée et devra être creusée pour permettre une insertion et une légitimation plus grande.

Les mouvements féministes se situent généralement dans la critique sociale du modèle libéral que suivent nos sociétés actuelles, un modèle où la compétition prime sur la solidarité. Vue sous cet angle, l'autodéfense féministe n'est certainement pas la réponse que ces mouvements souhaitent pour faire face aux violences, mais c'est une réponse qu'elles ont initiée et qu'elles soutiennent parce qu'elle constitue une piste rapidement efficace. Cette réponse reste valable tant que nos sociétés continueront à tolérer que les femmes soient en si grand nombre et d'une manière aussi récurrente, victimes de la violence des hommes.

## 8/ Conclusion

---

### **- L'autodéfense féministe existe, nous l'avons rencontrée**

#### *Un vrai secteur d'activités*

Depuis longtemps, les femmes ont appris à se défendre et développé des stratégies et des moyens individuels et collectifs pour éviter ou affronter une violence qui – les chiffres le démontrent – émane majoritairement des hommes et se signale comme moyen coercitif d'une catégorie sociale sur les autres. L'autodéfense féministe apparaît comme un secteur d'activités collectives de femmes développé dans différents pays dans la foulée des émergences féministes politiques, qu'elles se situent dans les années 1970 comme au Canada ou plus récemment comme en Egypte, en réaction au harcèlement sexuel masculin du printemps arabe ou en Inde où les discriminations touchent violemment les femmes. La diversité du statut et des modes de fonctionnement de ses associations le rendent difficile à cerner. Les associations qui le portent, occupées prioritairement à assurer leurs activités et leur fonctionnement, peinent à se constituer une reconnaissance, des moyens et une pérennisation suffisants.

Le secteur de l'ADF existe pourtant bel et bien, incarné par des associations peu nombreuses, mais actives et présentes dans plusieurs pays et continents comme le montre cette étude modeste et non exhaustive. Il parvient même à se mettre régulièrement en réseau via des échanges de formatrices, des activités de rencontres et grâce au travail relationnel d'associations - comme Garance en Belgique. Les structures politiques et administratives – si elles soutiennent certains projets – hésitent encore à le situer dans la mise en œuvre de politiques publiques, mais le monde académique lui ouvre peu à peu ses ressources, soutenant là un atelier universitaire pour l'explorer, ici une étude menée dans les règles scientifiques. Tout cela marque une évolution positive pour une inscription plus affirmée dans le paysage social des différents pays où l'ADF s'organise. Mais cette évolution reste lente et sur le terrain concret, l'ADF reste marquée par la précarité et le flou institutionnels.

Au niveau pratique en effet, le secteur de l'ADF continue à essaimer à partir de femmes motivées qui se forment dans les associations existantes et vont ensuite fonder des groupes ailleurs. A cela s'ajoute le risque d'un saut générationnel : les fondatrices des années 1970 se retirent ou disparaissent, les techniques se mélangent et perdent parfois leur inscription féministe, les publics ne se limitent plus aux femmes, l'accompagnement théorique et historique est insuffisant. La demande potentielle existe pourtant. Les chiffres et les analyses relatives aux actes de violence dont les femmes sont victimes se multiplient, montrant leur ampleur et leur caractère structurel. Et les femmes sont de plus en plus déterminées à agir pour assurer leur sécurité.

#### *Une base clairement féministe*

Les phénomènes de violence se situent dans un contexte de socialisation différente pour les filles et pour les garçons. Les sentiments exprimés par les femmes suite à un épisode d'agression, sont, outre le soulagement lorsque la situation a pris fin, la peur, la honte, l'impuissance, mais aussi le dégoût, voire la culpabilité (« je l'avais provoqué »). Afin de parer à ces sentiments contradictoires voire inappropriés, l'autodéfense féministe agit principalement via la prévention primaire. Etablissant un lien entre le problème de l'agression

et celui de la vulnérabilité des femmes, elle intervient en amont. La confiance, la force et le pouvoir sont les concepts les plus importants que l'autodéfense féministe mobilise, suivis par le renforcement du respect et de l'estime de soi. Ces concepts sont activés également pour prévenir un redoublement de la victimisation des femmes par des sentiments inappropriés de culpabilité.

Les méthodes d'autodéfense constituent des apprentissages qui s'adressent spécifiquement aux filles et aux femmes. Si on apprend aux petits garçons à se battre et que cette violence est légitime, on empêche fermement les filles et les femmes de faire de même. En arguant de leur « nature passive », on induit chez les filles une représentation mentale d'elles-mêmes marquée par une impossibilité « innée » de faire face aux éventuelles agressions des hommes. Dans les rares cas où la défense est enseignée aux femmes, elle ne répond pas de manière adéquate aux agressions masculines.

L'ADF vise à déconstruire ces réserves féminines qui limitent les possibilités d'actions et de défense, à libérer de la peur de parler, de bouger... induite par la violence et qui engendre la perte de l'estime et de l'image de soi. Elle se donne pour objectifs de promouvoir les notions de liberté et d'autonomie en favorisant la pratique d'une autodéfense basée sur une analyse - des situations et de leur contexte - intégrant une approche de genre et utilisant les outils d'analyse féministe. Si elle peut sembler répondre à des demandes personnelles relatives à la sécurité, l'ADF dépasse très vite cette demande individuelle, dans les programmes qu'elle met en place pour ses publics, pour atteindre, par les méthodes pratiquées, une dimension collective et solidaire. Comme le souligne Véronica Salvi, formatrice chez Solidarité-Femmes de La Louvière, par la reconnaissance mutuelle des ressemblances dans ce qui se joue dans les situations de violences, l'ADF rassemble les femmes dans une prise de conscience collective des rapports sociaux de sexe. C'est cela qui donne le caractère féministe de ce type d'autodéfense.

### *Une position institutionnelle à affirmer*

Lors de nos recherches et nos contacts, nous avons rencontré plusieurs interrogations posées aux organisations d'ADF ou par elles. D'autres nous sont venues lorsque nous avons tenté d'envisager l'avenir de ce secteur d'activités. Ainsi le personnel politique – en tout cas en Belgique - semble éprouver des difficultés à associer l'ADF au champ d'une politique publique en particulier. Ses objectifs de prévention des violences permettent de l'insérer dans les dispositifs qui ont pour but d'améliorer la sécurité des personnes, mais ils peuvent tout autant le relier à ce qui concerne l'amélioration de la santé. Par ailleurs, le volet « physique » des activités d'ADF incite certain-e-s à l'intégrer dans les domaines sportifs d'autant que ceux-ci s'ouvrent de plus en plus aux activités visant un bien-être plus global, à la fois corporel et mental. En fait, si nous regardons ce qui se passe dans d'autres pays, comme le Canada, l'ADF s'inscrit là clairement dans les politiques publiques mises en place pour assurer aux femmes une meilleure sécurité, des conditions de vie plus épanouie et d'affirmation de soi.

Sur le plan économique, l'ADF, née et développée dans le monde associatif à but non lucratif, pourrait être tentée de trouver une voie de développement en accentuant une réponse commerciale aux demandes des femmes et en négligeant le volet – moins rentable - de développement collectif et d'éducation permanente. Nous n'avons pas senti très fortement cette aspiration dans notre enquête. Les animatrices et formatrices actuelles, où se comptent encore beaucoup de fondatrices de leur association, hésitent face à ce saut qualitatif qui risque

fort de dénaturer le propos initial. Se profile également le danger d'une assimilation rapide au secteur plus confirmé et affirmé de l'autodéfense tout court. Il reste donc à trouver des voies alternatives de consolidation financière : soutien public, élargissement des membres et de leur soutien matériel voire développement de partenariats avec d'autres organisations plus solides ou dont les activités peuvent être complémentaires et cohérentes avec les objectifs et les projets de l'ADF.

Dans le champ associatif, est-ce vraiment difficile de planter le drapeau de l'ADF à la bonne place ? Perrine Lachenal<sup>89</sup> souligne que le secteur, même s'il s'inspire et s'aide d'arts que l'on qualifie de martiaux, ne relève pas du domaine sportif : peu formalisé, il ne propose pas de règles habituellement indiquées aux pratiquant-e-s, n'organise pas de « niveaux » de difficulté ni non plus de compétitions. Ressort-il du champ de la santé ? Il permet certes aux femmes, principales concernées, d'améliorer leurs chances d'échapper à des risques ou des faits de violence, mais les bénéfices des activités qu'il propose dépassent largement ceux que pourraient apporter de simples « recettes de sécurité » voire des méthodes de mieux-vivre physique et psychologique. L'ADF, en permettant à ses publics de travailler les compétences cachées ou méconnues, en renforçant les solidarités et l'accès aux ressources, s'avère positive pour les pratiquant-e-s même si aucune situation de violence n'est rencontrée par la suite. Si son impact peut être apprécié physiquement, mesurer celui-ci n'aurait guère de sens et laisserait de côté les bénéfices mentaux, psychologiques et surtout sociaux de l'ADF. Ses activités se déploient en fait essentiellement à partir de la volonté des femmes, individuelle et collective, de prendre une place, individuellement et collectivement, que l'organisation sociale leur refuse, la place d'un-e individu-e bien dans sa peau, capable d'affirmer ses besoins dans le respect des autres, autorisé-e à se tenir en sécurité à toute heure et partout, que ce soit dans son domicile ou dans l'espace public, lieu de travail, lieu de déplacement, lieu de loisirs ou d'expression citoyenne. L'ADF revêt ainsi les caractéristiques de l'associatif vecteur d'éducation populaire là, permanente ici. En donnant aux femmes les clés d'espaces et de temps symboliquement, physiquement et mentalement interdits, l'ADF y renforce et équilibre l'action citoyenne au bénéfice de tous. Une femme, renforcée par l'ADF, qui ose expérimenter des lieux publics partout et à toute heure, sera également renforcée dans sa capacité à s'impliquer dans sa gestion ou sa transformation. C'est par ce biais que l'ADF, qui ouvre des lieux collectifs d'apprentissage, de réflexion et d'action, prend sa place dans le volet citoyen du champ associatif.

### **- Plaidoyer pour un avenir consolidé**

#### ***Sortir du flou***

Comme d'autres, le secteur de l'autodéfense féministe construit la richesse de ses propositions en investiguant plusieurs champs d'activités. Si cela prouve sa vitalité, cela peut aussi conduire à un éparpillement qui affaiblirait son efficacité et diluerait son propos jusqu'à le rendre inaudible. Même si « choisir, c'est renoncer », il pourrait être utile au secteur de mieux cibler ses caractéristiques associatives de manière à lui assurer une meilleure visibilité sociale, mais aussi une clarté accrue, utile pour négocier des partenariats, se faire connaître, solliciter des aides.

---

<sup>89</sup> LACHENAL Perrine, *Ethnographie de la self-defense féminine au Caire : quelques pistes de réflexion*, notes d'un atelier EFiGiES tenu à Marseille le 23/01/2012, sur <http://efigies-ateliers.hypotheses.org/941>.

En ce qui concerne le ou les public(s) ciblé(s), l'important n'est sans doute pas d'appliquer ou d'afficher une non-mixité intransigeante – ce qui n'est déjà pas ou plus le cas dans plusieurs associations – mais de clarifier les priorités, les relations et les modalités admises entre les différents publics. Ouvrir l'ADF aux hommes est sans doute déjà devenu incontournable, mais cela reste aussi un facteur à gérer au mieux pour que les objectifs relatifs à la sécurité, au bien être, à la solidarité soient poursuivis sans escamoter les rapports sociaux de sexe, l'analyse de genre des relations, situations et contextes en jeu. La remarque vaut pour l'ouverture aux hommes dans l'organisation elle-même : l'intégration des deux sexes – voulue par certaines législations et souhaitée par beaucoup – dans les rouages des associations ne peut s'envisager hors d'un garde-fou(s) réglementaire et pérenne, faute de quoi les options féministes pourraient passer au second plan voire à la trappe.

La question de l'âge est sans doute moins délicate : à chaque organisation d'évaluer si son programme, en tout ou en partie, peut s'enrichir d'une différence de niveaux d'expériences ou, au contraire, d'une homogénéité des parcours vécus à partager. Cela dépendra des buts spécifiques aux activités organisées : si le mélange des âges permet une multiplicité des exemples à travailler, l'homogénéité peut paraître plus efficace pour une action de militance ou une prise de parole publique collective.

Au niveau des options idéologiques susceptibles de fédérer mieux les organisations d'autodéfense féministe, là aussi, des précisions sont à apporter ou à affirmer. Pour réfuter le reproche d'une démarche bâtie sur de seules aspirations personnelles, il importe de montrer comment les formatrices font évoluer chacune, à partir de ses difficultés et aspirations propres, vers une prise de conscience commune de ce qui entre socialement en jeu dans les actes de violence – qu'elle soit d'ordre psychologique ou physique -. Par cette conscientisation, l'ADF sort de l'impasse de la victimisation des femmes et aborde les changements sociétaux profonds que sa disparition pourrait saluer. Reste à poursuivre dans la définition des objectifs, méthodes et modes de fonctionnement. Il importe que le secteur se donne les moyens de cette démarche qui devrait rester féministe, collective et participative. Cela permettra au secteur d'affiner la manière de se faire connaître de dialoguer avec les autres acteurs sociaux tout autant que fonder les projets, les organisations et leur avenir.

### ***Obtenir des soutiens***

L'ADF agit à la fois dans le rapport des participant-e-s aux autres et à leur environnement social et physique -, mais également dans le rapport à soi. Il procure une meilleure image de soi, une confiance accrue dans ses capacités et une écoute plus grande de ses émotions, de ses besoins et aspirations personnelles qui peut aboutir à de véritables choix de comportement voire de vie. Vecteur de développement personnel, l'ADF fonctionne aussi, lorsqu'il se pratique entre femmes, comme un creuset de solidarité féminine par ses règles d'écoute, de non-jugement et d'entraide. Il organise un laboratoire permanent de réflexions et analyses féministes par son attention aux rapports sociaux de sexe et la mise en évidence du contexte patriarcal des situations de violence. Cette imprégnation féministe permet au secteur de s'intégrer dans les processus de politisation des actions de réaction à la violence. Ainsi, le CVFE note dans son évaluation : « Occuper l'espace public à des heures tardives est également devenu un acte politique ! »<sup>90</sup>. En déconstruisant et montrant le continuum des violences, qu'elles se nomment « conjugales », « urbaines » ou « professionnelles », l'ADF

---

<sup>90</sup> RONVEAUX Florence, *L'autodéfense pour femmes « seito boei » au CVFE : un premier bilan*, Liège, CVFE, décembre 2010, p. 13.



présente ses pratiques comme la réponse collective à des mécanismes qui ne ciblent pas des publics « vulnérables », mais qui affirment la domination d'une catégorie sociale sur une autre. Cette particularité inscrit l'ADF hors des desseins politiques qui privilégient, dans le traitement des violences, les méthodologies de « remédiation » et de « réparation » par lesquelles la construction de l'issue sociale est attribuée autant à l'agresseur qu'à la victime. Cette sorte de radicalité rend difficile le soutien des pouvoirs publics dont la mission intègre toutes les composantes de la société. L'ADF n'est pourtant pas incompatible avec un traitement adéquat des agresseurs. Il s'agit ici de permettre au groupe « victime » de se donner des outils d'analyse et de réponse dans une affirmation résolue de ses priorités (assurer sa sécurité et son intégrité) et de ses pratiques (utiliser les moyens nécessaires pour y arriver).

On peut ergoter et objecter que ce type de prévention s'apparente aux conditions de la « guerre froide » - je m'arme de méthodes pour contrer ta violence possible – sorte de conflit latent et sans issue apparente qui se jouerait entre les catégories sexuées. Reconnaissons toutefois que, comme les quotas et les lois « parité » sont nécessaires pour forcer l'égalité de genre dans le monde politique, favoriser l'autodéfense féministe pourrait bien « forcer » - en tout cas en accélérer l'avènement - des rapports sociaux de sexe plus respectueux et en tout cas moins dommageables pour les femmes. L'ADF concerne bien la violence et, à ce titre tout autant qu'à ses méthodologies, mérite de s'inscrire dans tout plan concocté par les pouvoirs publics pour la réduire. Mais elle a surtout pour objectif d'éviter que toute situation ne débouche sur une violence et par là, elle revendique son caractère préventif.

Toutefois, pour que son rôle de prévention des violences soit davantage reconnu et soutenu, il faudra qu'un dialogue s'instaure entre les institutions et le secteur pour que son champ d'action – à la fois intérieur et extérieur, privé et public - soit défini, que son parti-pris de transformer une victime – surtout potentielle – en actrice de sa sécurité et son bien-être soit développé et légitimé. A partir de là pourront se développer des contacts avec d'autres acteurs institutionnels et de terrain qui permettront à l'ADF de construire sa place, ses alliances et ses partenariats pour une intégration correcte dans les champs plus vastes de la santé et de la sécurité. Il y aura sans doute des tâtonnements, des « concurrences » à pacifier, des spécificités à définir et à faire reconnaître. Le défaut d'aboutissement de ces différents processus ne peut servir de prétexte à l'abandon des services publics des associations d'ADF condamnées à végéter dans des régimes de soutiens ponctuels ou trop conditionnés. A l'ADF d'appliquer ses propres méthodes pour repérer les difficultés, les analyser et y répondre. La construction et la pérennisation du secteur sont à ce prix.

### *Envisager l'avenir*

Pour se faire reconnaître et respecter dans le concert des organisations et des institutions de la société civile, les groupes de femmes qui organisent l'autodéfense féministe devraient continuer leur mise en réseau et leurs rencontres pour, petit à petit, construire collectivement une identité et une pratique de secteur. Quels chantiers pourraient être ouverts ou poursuivis dans ce but ? Tout d'abord, tenter de cerner la philosophie qui mobilise ces associations, formuler les constats, les réflexions, les objectifs. A quoi répond l'autodéfense féministe ? Constitue-t-elle un mode de réduction de la vulnérabilité des femmes ou, au contraire, vise-t-elle à développer leur capacité à réagir pour un empowerment accru ? S'inscrit-t-elle dans un processus vers l'égalité entre les catégories sociales sexuées et une pacification de leurs rapports ou permet-elle plus simplement aux catégories dominées de s'en sortir au mieux tout en restant dans des rapports de force inégaux ? Certaines présentent l'ADF comme un dispositif transitoire, mais nécessaire en attendant une société sécurisée. Cette option induirait un

secteur qui intègre la nécessité de sa disparition tout en se ménageant une pérennisation suffisante pour atteindre ses objectifs. Sans doute, établir l'historicité de son existence sans oublier la pré-existence de ses principes féministes – propres à des organisations issues, pour la plupart, des analyses et revendications posées par les femmes et leurs mouvements – permettrait d'y voir plus clair et de consolider des principes d'existence et d'action déjà bien concrétisés. Dans cette démarche, il faudra inclure comment l'ADF perçoit et comprend la violence, dans une théorisation globale qui ne la réduise pas – comme le souligne un groupe espagnol – à un apprentissage de « défense personnelle », mais mette plutôt en évidence comment le secteur est capable d'en percevoir les fondements sociaux tout autant que ses manifestations particulières. L'objet social ainsi défini, le secteur pourra alors formaliser les objectifs, les méthodologies et le cadre d'apprentissage et l'utilisation de ses techniques.

Apprendre nécessite un cadre pédagogique et celui-ci est déjà bien ébauché ici et là, perfectionné peu à peu par le biais des évaluations. Ainsi le Collectif contre les Violences Familiales et l'Exclusion (CVFE), dans une évaluation menée avec des participantes, note que la plupart souhaitent ne jamais avoir à se servir des acquis de l'ADF, qu'il a été nécessaire de rappeler les règles de non-jugement et que la poursuite de la formation par des phases d'entraînement est essentielle à la fixation des apprentissages, particulièrement pour les « savoir faire » et « savoir être ». Il rejoint l'association Garance sur une pédagogie basée sur la co-construction et l'échange de savoirs, condition pour le développement d'un *empowerment* des participantes et, partant, d'un sentiment de confiance et d'assurance, réel facteur de sécurisation de sa vie sociale et citoyenne<sup>91</sup>.

Reste à clarifier quelques options de base. Choisir d'approfondir et affermir le volet citoyenneté de l'ADF en ouvrant davantage à ses membres et participant-e-s la possibilité de formuler leurs constats et aspirations en propositions de changements pour la société dans son ensemble ou plutôt glisser de l'identité associative actuelle vers des formules de services et de cours au caractère marchand plus affirmé. La mixité pose des questions épineuses mais incontournables : faut-il la maintenir pour garantir la qualité féministe, la réserver à certains groupes d'apprentissage, se battre pour la revendiquer dans les instances ou – comme le pratiquent déjà des groupes canadiens – organiser l'intégration des hommes en prévoyant le niveau correct et efficace des échanges – entre participant-e-s, entre groupes de travail, dans certaines activités – et en poursuivant la réflexion sur le maintien d'un projet qui intègre depuis son origine la nécessaire analyse et prise en compte des rapports sociaux de sexe.

Enfin, si le secteur existe et fait preuve d'une vitalité précaire mais réelle, il reste encore beaucoup trop absent des démarches de théorisation scientifique. Sa pérennité et son inscription complète dans le paysage de la citoyenneté implique une assise et une référence écrites susceptibles d'attester de son historicité, formaliser sa réalité de terrain et poser ses cadres sociologiques et politiques. Des études restent donc à faire et à financer. Par exemple, l'association Garance collationne les fiches d'évaluation de ses formations d'ADF, constituant ainsi un matériau à explorer. Plus globalement, les postulats que le secteur avance concernant la violence – comme le fait que résister en cas d'agression s'avère plus efficace et moins dommageable que la passivité – restent trop peu documentés et établis.

En ce qui concerne la dimension spatiale de la violence, l'outil de la marche exploratoire a permis à certaines associations de récolter de nombreuses observations de femmes sur leurs perceptions et leur sentiment d'insécurité dans l'espace public, des matériaux qui attendent

---

<sup>91</sup> RONVEAUX Florence, *op. cit.*, pp. 9-10.

eux aussi d'être exploités scientifiquement. Toutefois, ces travaux de recherche devraient rester cohérents avec l'approche féministe de départ c'est-à-dire reprendre les modes d'analyse intégrant la dimension du genre et l'observation des rapports sociaux de sexe. Le choix des hypothèses à vérifier a également toute son importance. Ainsi, la sociologue Jacqueline Coutras, spécialiste des espaces publics, s'interroge sur le focus à privilégier : sur les agressions ou sur l'insécurité<sup>92</sup> et ce choix peut avoir des incidences différentes par exemple s'il faut un jour déterminer les priorités à mettre dans nos politiques publiques. « Etudier l'insécurité et non les agressions revient à analyser des discours et des images » nous dit Coutras qui ajoute que, dès lors, pour faire reculer l'insécurité, « les politiques publiques ont deux moyens symboliques forts : celui du discours dominant et celui des aménagements urbanistiques de grande ampleur ». Mais plus loin, la sociologue nous met en garde : « La production sociale des peurs sexuées schématisée par l'opposition entre une violence masculine et une victimisation féminine est un élément important du processus d'insécurisation spatiale »<sup>93</sup>. Se sentir en sécurité dans l'espace privé ou public ne se situe-t-il pas plutôt dans la capacité des politiques publiques d'organiser le rapport à l'autre, différent, socialement, ethnologiquement, sexuellement en tenant compte que la peur des femmes ne se construit pas de la même manière que celles des hommes pour qui elle est davantage « liée à son incertitude à rester le maître en toute circonstance » ?

---

<sup>92</sup> COUTRAS Jacqueline, *Les peurs urbaines et l'autre sexe*, Paris, L'Harmattan, 2003, pp. 40-41.

<sup>93</sup> COUTRAS Jacqueline, *op. cit.*, p. 82.

## 9/ Éléments bibliographiques

---

ALONZO Isabelle, MERGAULT Isabelle, VOUT Pascal, *Plus jamais victime ! Survival, nouvelle méthode de défense au féminin*, Paris, Michel Lafon, 2002.

*Autodéfense pour femmes. Inventaire et évaluation de cours d'autodéfense pour femmes offerts sur l'île de Montréal*, CAFSU, Montréal, 2001.

AYRAL Sylvie, *La fabrique des garçons : sanctions et genre au collège*, Presses Universitaires de France. Prix « Le Monde de la recherche Universitaire », 2011.

BULOT Christine et POGGI Dominique, *Droit de cité pour les femmes*, Paris, Les Editions de l'Atelier, 2004.

*Cours de prévention de la violence et d'autodéfense : guide de formation des instructrices*, Montréal, Le Cran des Femmes, 2009.

COUSTERE Capucine, *Le harcèlement de rue dans une perspective de genre : significations, effets, solutions* », mémoire de recherche, Institut d'Etudes politiques de Toulouse, 2013-2014, non publié.

COUTRAS Jacqueline, *Les peurs urbaines et l'autre sexe*, Paris, L'Harmattan, 2003.

ENJEU Claude et SAVE Joana, « Structures urbaines et réclusion des femmes », in *Les femmes s'entêtent*, Paris, Gallimard, 1975, pp. 33-49.

FEERTCHAK Sonia, *Manuel d'autodéfense féministe*, Editions Catel, 2007.

FRAISSE Geneviève, *Du consentement*, Paris, Le Seuil, 2007.

GERVAIS Claire, *Pratiques urbaines des femmes la nuit à Paris*, mémoire de master en Aménagement et Urbanisme, Institut français d'Urbanisme, 2011-2012 (sur <http://www.lebugurbain.fr/enquete-les-pratiques-urbaines-nocturnes-des-femmes-a-paris-un-combat-pour-lespace/>).

GILLOW Marie Katharina, *Mobilité des femmes et sentiment d'insécurité en milieu urbain bruxellois : enjeu spatial, enjeu social*, Mémoire présenté en vue de l'obtention du diplôme de Master Complémentaire en Urbanisme et Aménagement du Territoire (ULB), 2014, non publié.

GRAMME Sophie et RICHEZ Julie, *Essai. Autodéfense féministe*, Québec, 2009 (non publié).

HEILIG Leona, *Les femmes racontent leurs histoires. L'autodéfense en action*, Montréal, Le Centre de prévention des agressions de Montréal, 2013.

*La prévention : une analyse féministe. Des outils plutôt que des règles*, Centre ontarien de prévention des agressions (COPA), 2006.

LE NEN Anne et ROBIN Muriel, *Petit Kit De Survie Pour Femmes Urbaines*, DVD Universal Music, 2008.

LIEBER Marylène, *Genre, violences et espaces publics. La vulnérabilité des femmes en question*, Paris, Presses de SciencesPo, 2008.

MARUEJOULS Edith, Mixité, égalité et genre dans les espaces du loisir des jeunes. Pertinence d'un paradigme féministe, thèse en Géographie humaine défendue à l'Université Michel de Montaigne Bordeaux 3, 2014. PELEGRIN-GENEL Elisabeth, *Des souris dans un labyrinthe. Décrypter les ruses et manipulations de nos espaces quotidiens*, Paris, Editions La Découverte – Les empêcheurs de penser en rond, 2010.

MARUEJOULS Edith, « De la cour de récréation aux espaces publics. La construction des territoires masculins et des inégalités filles/garçons », dans *Chronique féministe*, n°115, janvier-juin 2015, pp. 44-47.

POULIN Monique, « Le droit à la légitime défense en situation de violence conjugale : un régime de tutelle pour les femmes », dans *Les cahiers de recherche du GREMF*, cahier 83, Québec, 2001, pp. 133-144.

ROMITO Patrizia, *Un silence de mortes. La violence masculine occultée*, Paris, Editions Syllepse, 2006, (Collection nouvelles questions féministes).

RONVEAUX Florence, *La prévention des violences sexuelles auprès des jeunes filles : sécurité et séduction peuvent-elles faire bon ménage*, CVFE, décembre 2009.

RONVEAUX Florence, *L'autodéfense pour femmes « seito boei » au CVFE : un premier bilan*, Liège, CVFE, décembre 2010.

TAHON Marie-Blanche et WIDMER Céline (dir.), *Les femmes entre la ville et la cité*, Montréal, Editions du remue-ménage, 2007, (4<sup>ème</sup> Congrès international des recherches féministes dans la francophonie plurielle – tome 3).

ZEILINGER Irène, « Le corps à corps en tout genre », dans *Sophia : Savoirs de genre/quel genre de savoir ?*, Actes du colloque, Bruxelles, 2005, pp. 275-282.

ZEILINGER Irène, *Manuel de la formatrice en autodéfense pour femmes adultes*, Garance, Bruxelles, 2006.

ZEILINGER Irène, *Non, c'est non. Petit manuel d'autodéfense à l'usage de toutes les femmes qui en ont marre de se faire emmerder sans rien dire*, Paris, Editions La Découverte – Zones, 2008.

## 10/ Annexes

---

### **- ANNEXE 1 : questionnaire utilisé pour l'enquête auprès des associations d'autodéfense féministe**

#### **Questionnaire – recherche autodéfense féministe**

##### A. « Carte d'identité » - Historique de l'association

Quand l'association a-t-elle été fondée ? Où ? Qui sont les fondatrices (profil des fondatrices) ? Comment est née l'association ?

Quels étaient les objectifs poursuivis ? Ceux-ci sont-ils toujours identiques ?

Y a-t-il une visée féministe ? si oui, pourquoi ?

Quelles sont les techniques ayant été utilisées ou étant utilisées encore aujourd'hui ?

Quel est le mode d'organisation choisi par les fondatrices ? Est-il toujours le même ?

Quel est le contenu d'un stage de base, quels sont les objectifs ?

##### B. Organisation

Quels sont les moyens à disposition/ mobilisés par l'association pour fonctionner ? (finances, locaux, infrastructure, logistique, etc...)

Comment se composait/ se compose votre personnel et comment a-t-il fonctionné/fonctionne-t-il (nombre, organigramme, permanentes, bénévoles, membres, origine national/ethnique/ sexe) ?

Qui anime les stages d'autodéfense et quelles qualifications ces formatrices doivent-elles avoir ?

Avez-vous des contacts avec d'autres organisations féministes ? Si oui, lesquelles ? Avez-vous des contacts avec le milieu associatif féminin ? Lequel ? Pourquoi ?

Avez-vous des contacts avec d'autres organisations similaires (nationale/internationale) ?

Avez-vous des contacts avec les pouvoirs publics ? Avec d'autres acteurs sociaux ? si oui, lesquels ?

Quel(s) est l'obstacle le plus important que rencontre votre organisation ?

Quels sont aujourd'hui les défis que rencontre votre organisation ?

##### C. Pérennisation

Quel est le mode de transmission choisi ?

Disposez-vous de ressources de référence (scientifique, pratique, audiovisuel, NTIC, littérature – manuels, etc.- personnes de références, etc...) ?

Comment organisez-vous la transmission des savoirs et de l'activité ?

Construisez-vous vos propres outils ? (manuels, etc)

Quelle est la demande pour la transmission de vos savoirs ?

##### D. Public

Quels sont vos publics ?

Avez-vous développé des campagnes pour toucher des publics spécifiques ? Si oui, lesquels et pourquoi ?

Combien de femmes sont touchées par votre organisation ?

Quel profil (âge, milieu social, profession, statuts, etc ) présentent-elles ?

Quels sont les Feedbacks ?

Disposez-vous de programmes spécifiques pour des publics divers ?  
Comment touchez-vous/contactez-vous vos publics ?  
Dans quels lieux, dans quels espaces organisez-vous des activités pour ces publics ?  
Faites-vous des efforts spécifiques pour rendre vos activités accessibles à toutes les femmes ?

E. L'avenir

Quelle évaluation faites-vous de vos gains/besoins ?  
Quelles stratégies envisagez-vous, pour obtenir quoi à l'avenir ?

F. Aspects techniques :

L'association dispose-t-elle de brochures, outils, rapports, archives utilisables ?  
Si la fondatrice n'est pas la personne interviewée, avez-vous des contacts avec des fondatrices ? Pourriez-vous nous donner leurs coordonnées ?

Avez-vous d'autres personnes ou organisations d'autodéfense féministe à nous recommander ? (coordonnées et nom de personnes)  
-----

**- ANNEXE 2 : Liste des associations d'autodéfense féministe repérées pour la recherche**

**ASSOCIATION DE SANTE SOLIDAIRE ET PREVENTION DES AGRESSIONS**

Grenoble, **Suisse**

riposte@pimienta.org

**ASSOCIATION AUTODEFENSE ET AUTONOMIE**

22-23 Quai St Vincent F69001 Lyon, **France**

autodefense.autonomie@laposte.net (général) et autodefensesdesfemmes@gmail.com (stages)

- <http://www.autodefenselyon.lautre.net>

**BRIN D'ACIER**

Maison des Associations - Boîte JJ1, 2, rue des Corroyeurs,

21068 Dijon, **France**

contact\_femdochi@yahoo.fr - <http://autodefense-pour-femmes.net>

Personnalité de référence : Max (Céline) Gastinger, formée à l'autodéfense féministe en Suisse, fondatrice de BrinD'Acier, Instructrice en autodéfense féministe.

**CENTRE ONTARIEN DE PREVENTION DES AGRESSIONS**

358, avenue Danforth CP 65008, Toronto ON M4K 3Z2 Ontario, **Canada**

00 1 416 466 7490 ou 8975 - [copa@rogers.com](mailto:copa@rogers.com) - <http://infocopa.com/>

Personnalité de référence : Lisa Weintraub, M.Ed., directrice générale du COPA, est la cofondatrice du Centre de prévention des agressions de Montréal et du Regroupement des organismes ESPACE du Québec.

**CENTRE DE PREVENTION DES AGRESSIONS DE MONTREAL**

rue Saint-Denis 4617, QC H2J 2L4 Montréal, **Canada**

00 1 514 2841212 - [centre@cpamapc.org](mailto:centre@cpamapc.org) - <http://cpamapc.org/fr/>

Personnalité de référence : Sofia Rodriguez, coordinatrice du Programme ACTION du Centre de Prévention des agressions de Montréal.

**COLLECTIF CONTRE LES VIOLENCES FAMILIALES ET L'EXCLUSION**

rue Maghin 11, B 4000 Liège, **Belgique**

00 32 4 2216069 – [cvfe@cvfe.be](mailto:cvfe@cvfe.be) - <http://www.cvfe.be>

Personnalités de référence : Anne Delépine, fondatrice – Florence Ronveaux, formatrice.

**D-CLIC**

rue Sœurs de Hasque 9, B 4000 Liège, **Belgique**

00 32 4 85467483 – [wendo@skynet.be](mailto:wendo@skynet.be) – <http://www.wendo.be>

Personnalité de référence : Danielle Colinet, directrice administrative.

**DEFENSE LEGITIME**

Marseille, **France**

00 33 06 50476177 - [defense.legitime@orange.fr](mailto:defense.legitime@orange.fr)

**DIANA PRINCE CLUB**

F 93100 Montreuil, **France**

[dianaprince888@gmail.com](mailto:dianaprince888@gmail.com) - <http://www.dianaprinceclub.com>



#### FAIRE FACE

chemin du Dego 4, F 31290 Villenouvelle Toulouse, **France**  
00 33 5 34664835 ou 00 33 7 62627080 - [faireface.association@gmail.com](mailto:faireface.association@gmail.com) -  
<http://www.faireface-autodefense.fr/>

#### GARANCE asbl

Boulevard du Jubilé 155, B 1080 Bruxelles, **Belgique**  
00 32 2 2166116 – [info@Garance.be](mailto:info@Garance.be) – <http://www.Garance.be>  
Personnalité de référence : Irene Zeilinger, fondatrice de Garance, sociologue et formatrice d'autodéfense pour femmes.

#### GROUPE D'AUTODEFENSE DE L'ASSEMBLEE DES FEMMES

Personnalité de référence : Maïtena Monroy, formatrice en autodéfense, master en violence de genre de l'Universidad nacional de Education a Distancia, physiothérapeute et militante féministe.

#### J'EN SUIS, J'Y RESTE (Centre LGBT)

Lille, **France**  
00 33 3 20522868 - [centrelgbt@jensuisjyreste.org](mailto:centrelgbt@jensuisjyreste.org) - [www.jensuisjyreste.org](http://www.jensuisjyreste.org)

#### LA BARBARE

Paris, **France**

#### LADIES SYSTEM DEFENSE

Paris, **France**

#### LA TOISON ROUGE

F 14000 Caen, **France**  
[latoisonrouge@yahoo.fr](mailto:latoisonrouge@yahoo.fr) - <http://toisonrouge.canalblog.com/>

#### LA TROUSSE A OUTILS

Nantes, **France**  
[la-trousse-a-outils@herbesfolles.org](mailto:la-trousse-a-outils@herbesfolles.org)

#### LANDELIJKE STEUNPUNT ZELFVERDEDIGING NISB

**Netherlands**

00 31 26 4833800 – [marian.rijntjes@nisb.nl](mailto:marian.rijntjes@nisb.nl) ou [berendineke.steenbergen@nisb.nl](mailto:berendineke.steenbergen@nisb.nl)  
– <http://www.weerbaarheid.nisb.nl> ou <http://www.nisb.nl>

#### LE CRAN DES FEMMES

Montréal, **Canada**  
00 1 514 8500786 - [info@cpvc-cran.net](mailto:info@cpvc-cran.net) - [www.cprc-cran.net](http://www.cprc-cran.net)  
Personnalité de référence : Claudine Thibaudeau, coordonnatrice du Comité priorité violence conjugale à Québec.

#### LYDIA ZIJDEL FOUNDATION

Empowerment and self-defence for disabled wo/men  
Domselaerstraat 78 1093 MA Amsterdam, **Netherlands**  
[info@lydiazijdelfoundation.com](mailto:info@lydiazijdelfoundation.com) – <http://lydiazijdelfoundation.com/>

**MOVISIE**  
**Netherlands**

**PALLAS**  
CH 6000 Lucerne, **Suisse**  
00 41 79 6468545 – [leonia.clementi@pallas.ch](mailto:leonia.clementi@pallas.ch) ou [mediaromand@pallas.ch](mailto:mediaromand@pallas.ch) -  
<http://www.pallas.ch/fr/>

**REFLEKS**

**Belgique**  
Organisation flamande qui a dû arrêter ses activités fin 2002 faute de subsides  
Voir ses archives déposées à Rosa Doc, Centre de Documentation, Bibliothèque et Archives  
pour l'Egalité des Chances, le Féminisme et les Etudes Féministes, 136 rue Royale 1000  
Bruxelles  
OU Suzanne Cautaert à Terra Training, coaching en teambuilding  
Driesstraat 19 B 3724 Vliermaal, **Belgique**  
00 32 486 684557 - [s.cautaert@terratraining.be](mailto:s.cautaert@terratraining.be) - <http://www.terratraining.be>

**RIPOSTE**  
[riposte@pimienta.org](mailto:riposte@pimienta.org)

**SOLIDARITE- FEMMES ET REFUGE POUR FEMMES BATTUES**  
Rue de l'Olive 43 7100 La Louvière, Belgique  
00 32 (0)64 21 33 03 - [solidaritefemmes@skynet.be](mailto:solidaritefemmes@skynet.be)  
Personnalité de référence : Josiane Coruzzi, juriste, directrice formée à différentes techniques  
thérapeutiques issues des thérapies brèves (Hypnose Ericksonienne) et formatrice pour les  
professionnels de l'intervention en violence conjugale.

**VIOL SECOURS**  
Place des Charmilles 3, CH 1203 Genève, **Suisse**  
00 41 22 3452020 – <http://www.viol-secours.ch>

## **- ANNEXE 3 : Evaluation des ateliers d'analyse en groupe**

### ***Groupe de l'Université des Femmes***

Constituer un groupe à partir de collègues professionnels avec une animation assurée par la directrice de l'association pouvait introduire un biais par l'interférence de relations à la fois de nature hiérarchique verticales et compétitives et/ou solidaires horizontales. Dans le déroulement des séances, ce biais a été réduit par l'organisation de travail au sein de l'Université des Femmes principalement à partir des projets et réalisations mis en œuvre, ce qui induit des associations de travail temporaires qui permettent à chacune de changer de fonction au fil du temps. Cette organisation illustre la volonté de l'association de s'inscrire dans un fonctionnement de type féministe, non hiérarchique, solidaire, permettant l'émancipation et l'évolution de chacune avec le soutien du groupe. Si le fonctionnement de l'Université des Femmes n'atteint pas parfaitement ces objectifs, il permet toutefois de construire et maintenir un climat relationnel positif et ouvert dont a bénéficié le déroulement de cette expérience d'analyse en groupe.

Concernant l'aspect méthodologique de celle-ci, les participantes ont exprimé plusieurs remarques : l'impression d'avoir vite et bien avancé au niveau théorique, mais de s'être éloignées des réalités plus concrètes de l'autodéfense féministe et du contexte social dans lequel elle devrait pouvoir se développer ; la frustration de n'avoir pu exploiter de la même façon l'ensemble des récits proposés par les participantes, ce qui aurait sans doute enrichi les perceptions des problèmes de violences et l'expression de pistes de réponse. Elles ont apprécié ce temps de « recul » qui leur a permis de « digérer » des événements marqués par l'insécurité et une violence pas toujours claire pour elles. Au cours de l'atelier et avec l'aide du groupe, elles ont pu mettre des mots, comprendre et replacer ces événements dans une appréhension à la fois féministe, collective et positive. Plus globalement, l'atelier a suscité l'envie d'approfondir la question de l'autodéfense, de se responsabiliser davantage par rapport aux violences et de creuser quelques-unes des pistes évoquées par le groupe.

### ***Groupe des Femmes Prévoyantes Socialistes***

Bien que le processus de suivi des différentes étapes de la méthode d'analyse en groupe ait dû se concentrer sur un programme de deux soirées (non compris la séance préalable d'initiation à l'autodéfense féministe), celui-ci a pu se dérouler de manière complète et optimale grâce à une bonne organisation, un respect des horaires et des consignes données, particulièrement l'écoute attentive et le non-jugement des expressions de chacune.

Le mouvement des Femmes Prévoyantes Socialistes travaille la question des violences depuis plusieurs années par le biais de formations, de campagnes, de création d'outils d'animation, d'analyses et de participation à des plates-formes associatives. Est-ce la connaissance de cette thématique, le constat d'une certaine stagnation malgré la pression associative et le travail politique ... il a fallu vaincre, au départ et tout au long du processus, une certaine réticence à s'exprimer, mais aussi une difficulté à trouver les mots, une impuissance à parler « juste » dans le chef des participantes. Sans doute étaient-elles également moins à l'aise dans un dispositif qui impliquait des approches plus théoriques et verbales que concrètes et de l'ordre de l'action militante. Les chercheuses n'en ont que plus apprécié la constance et l'implication positives des participantes tout autant que la pertinence des hypothèses formulées et des pistes proposées.

Concernant la méthodologie suivie, les participantes (dont les noms ont été remplacés par des chiffres pour préserver la confidentialité des échanges) ont exprimé les remarques personnelles suivantes qui permettent de rendre compte de leur appréciation et leur ressenti :

1 : Souligne les récits font émerger des agressions vécues et que c'est intéressant parce qu'on oublie. Elle est plus interpellée et donc cela peut rendre les femmes plus prévoyantes, moins insouciantes, plus vigilantes. Elle a apprécié les débats sereins, le respect et l'écoute et s'est sentie en confiance.

2 : Voit plus clair dans les liens entre les formations à l'autodéfense féministe et les situations d'agression. Elle perçoit aussi mieux les acquis de la formation à l'ADF et ses lacunes.

3 : Est impressionnée par l'important travail qui a été réalisé.

4 : S'interroge sur ce que le processus aurait donné si d'autres récits avaient été pris comme base d'échanges et d'analyse. Estime que la solidarité a été renforcée dans le groupe car les participantes se sont rendues compte qu'elles avaient les mêmes craintes : une femme est une femme, quelle que soit sa culture, ses origines...

5 : Insiste sur le fait que nous sommes toutes des femmes.

6 : A apprécié le premier tour de table après le récit mais estime que la réécoute du récit est un élément important dans le processus car d'autres choses émergent alors. Une première approche ne suffit pas. Il y avait une impression d'ouverture tout en allant dans une direction commune. Il n'y avait pas de jugement.

7 : Estime que cette analyse a été bénéfique à toutes et que, désormais, elles pourraient mieux réagir si une situation d'agression se présente. Les lacunes étaient également intéressantes.

8 : Approuve d'avoir deux séances, a appris comment se défendre et estime que c'est un sujet qui est hors du champ de la religion (soulagement). A apprécié la défense verbale et estime que le but est atteint.