

MESSAGES CLÉS SUR LE THÈME DES AGRESSIONS SEXUELLES

par Shannon Mouillesseaux, UNHCR



Headington Institute

402 South Marengo Ave.

Pasadena, CA 91101

États-Unis

626.229.9336

www.headington-institute.org

Ce document a été rédigé spécifiquement pour le personnel de l'UNHCR et inclut des références au protocole de l'UNHCR.

Le contenu de ce document représente les vues et opinions de l'auteur et pas nécessairement ceux du Headington Institute ou de son personnel.

Nous reconnaissons que les conseils et les vues représentés dans ce document pourraient ne pas être adaptés à tous les individus, ou à tous les contextes culturels. Veuillez faire preuve de vigilance et solliciter des conseils avisés avant de signaler des agressions, afin de protéger la santé et la sécurité du survivant.

Nous reconnaissons la nature extrêmement personnelle de ces décisions et nous défendons le droit des survivants et survivantes à choisir leur propre voie vers la guérison

Messages clés au sujet des agressions sexuelles : WEM 2013

Comprenez la façon dont vous percevez le monde et la place que vous y occupez. Faites-vous généralement confiance aux autres ? Pensez-vous être immunisée contre les agressions parce que vous entretenez de bons rapports avec la communauté locale ? Pensez-vous pouvoir deviner si une personne est un violeur ou une violeuse, simplement en la regardant ? Partez-vous du principe qu'une personne est en tort dès lors qu'elle subit une agression sexuelle / un viol ? Partez-vous du principe qu'une victime de viol a probablement provoqué ou séduit la personne qui l'a violée ? Partez-vous du principe que la manière dont une personne s'habille indique la manière dont elle souhaite être traitée, et constitue une éventuelle sollicitation d'agression sexuelle ? La façon dont vous percevez le monde, le rôle qui vous y jouez, et les agressions sexuelles / le viol influera sur la manière dont vous réagirez à ce type d'incident, tant dans l'immédiat que sur le long terme. Il est important que vous compreniez non seulement tout préjugé que vous pourriez avoir sur le monde ainsi que sur la place que vous y occupez, mais aussi votre point de vue sur les agressions sexuelles / le viol.

Il est également important de comprendre votre environnement et d'avoir un plan d'action (des numéros de téléphone utiles) au cas où vous, ou quelqu'un que vous connaissez, seriez victime d'agression sexuelle / de viol.

Si vous êtes victime d'une agression sexuelle / d'un viol

Suggestions

- Ne partez pas du principe que vous identifierez un violeur simplement en le regardant. Il se peut que le violeur soit quelqu'un que vous connaissez. Il se peut que le violeur se montre amical, semble « normal », non menaçant, et qu'il soit marié avec des enfants. Il se peut que le violeur soit votre supérieur hiérarchique ou votre collègue.
- Dans chaque situation d'agression sexuelle, l'auteur de l'acte et la victime réagiront différemment.
- Il n'existe pas de « bonne manière » de réagir.
- Écoutez votre instinct, et faites-lui confiance. Pendant les jours ou les heures qui précédent votre agression, vous pourriez avoir des pressentiments. Soyez-y attentive. Vous être probablement en train de réagir à quelque chose que vous percevez dans votre environnement.
- Si vous sentez qu'une personne que vous connaissez est agressive ou en quelque sorte mal intentionnée, ne partez pas du principe que vous avez tort, que vous vous montrez injuste ou que vos pensées sont inappropriées. Faites confiance à votre instinct.
- Une situation d'agression sexuelle / de viol présente souvent un danger de mort. Vous allez devoir prendre des mesures pour rester en vie. Cela pourrait signifier de « laisser commettre » des attouchements sexuels afin d'éviter un viol, ou de « laisser commettre » un viol afin d'éviter un meurtre. Chaque personne devra évaluer la situation et réagir en conséquence, d'une manière qui l'aidera à se garder en vie. Vous n'êtes pas responsable de ce qui vous arrive. Vous prenez les mesures nécessaires pour rester en vie.
- Peut-être supposez-vous que vous serez capable de vous défendre. Si vous vous débattez, cela pourrait faire dégénérer une situation déjà tendue, et même vous coûter la

vie. Le fait de porter une arme ou d'utiliser comme arme des objets qui sont à votre portée est susceptible de provoquer la colère de votre agresseur. Vous devez être consciente du fait que les utiliser pourrait vous mettre encore plus en danger.

Évaluez la situation et, une fois de plus, faites confiance à votre instinct.

- La négociation pourrait s'avérer cruciale. Essayez de montrer votre côté humain à l'agresseur. Il se peut que lui parler de sa famille / de ses amis / des femmes dans sa vie s'avère utile. Il peut être utile de faire de petites blagues pour tenter de détendre l'atmosphère et de susciter la « sympathie » de votre agresseur. Essayez, à force de manipulations, de gagner le respect de votre agresseur.
- Il peut être utile d'indiquer que vous travaillez pour les Nations Unies ou que vous détenez une nationalité particulière et que votre gouvernement s'efforcera de trouver l'agresseur après l'incident, et que pour cette raison, il est dans son intérêt de ne vous causer aucun préjudice. Dans ce cas, le fait que vous donniez l'impression d'être « importante » pourrait susciter chez votre agresseur de la peur / de l'inquiétude.
- Proposez de lui remettre vos objets de valeur, l'accès à votre compte en banque, tout ce qui pourrait le convaincre que vos effets personnels et l'accès à vos finances pourraient lui être plus bénéfiques qu'une agression sexuelle / un viol.
- Peut-être réussirez-vous à prendre certaines de ces mesures, et peut-être vous aideront-elles. Cependant, la situation échappe généralement totalement à votre contrôle. Il serait peut-être préférable de respecter les règles définies par votre agresseur. Écoutez votre instinct pour tenter de rester en vie.

Premières démarches après l'agression

- Songez tout d'abord à assurer votre sécurité. Rendez-vous dans un endroit où votre sécurité sera assurée. Si possible, contactez un ami/collègue qui pourrait vous venir en aide. Insistez pour que la personne que vous contactez vienne vous aider sur le lieu sûr où vous vous trouvez et qu'elle vous accompagne lors des divers entretiens (avec un agent de santé, la police, les agents de sécurité, etc.) afin de ne pas vous retrouver seule. Ne vous sentez pas obligée de dévoiler les détails de l'incident à cette personne, même s'il s'agit d'un membre de votre famille ou d'un ami proche. Il vous appartient de choisir ce que vous souhaitez partager.
- Célébrez votre survie et remerciez-vous d'avoir sauvé votre propre vie. Vous l'avez fait vous-même et, à moins que quelqu'un ne se soit trouvé près de vous pour vous soutenir et vous aider, vous l'avez sûrement fait entièrement seule. Il s'agit d'un exploit remarquable.
- Veillez à ce que le kit PPE (médicaments antirétroviraux, pilule du lendemain, autres traitements préventifs) soit administré le plus vite possible (dans l'idéal, dans un délai de 2 à 24 heures) et pas plus tard que 72 heures après l'incident, afin de réduire les risques de grossesse, d'hépatite, de VIH, etc.
- Veillez à ce que l'incident fasse l'objet d'une enquête approfondie et à ce que les auteurs soient identifiés, dans la mesure du possible. Insistez pour que l'UNDSS et le personnel de sécurité de terrain de l'UNHCR soient activement impliqués. Ne comptez pas sur la police locale. De même, ne vous attendez pas à ce que le personnel des Nations Unies effectue ces enquêtes sans que vous ne le relanciez constamment. Insistez, insistez, insistez. Contactez vos supérieurs hiérarchiques, si nécessaire et si vous le souhaitez, afin de veiller à ce que des mesures adéquates soient adoptées en votre nom.
- Veillez à ce qu'un prélèvement de preuves médicolégales soit réalisé à l'hôpital, afin qu'il puisse être analysé et utilisé pour l'enquête.

Jusqu'à 72 heures après l'agression

- Commencez à suivre le traitement du kit PPE (médicaments antirétroviraux, pilule du lendemain, autres traitements nécessaires) afin de réduire les risques de grossesse, d'hépatite, de VIH, etc. si vous ne l'avez pas déjà fait.
- Cherchez un soutien psychologique – par téléphone ou en personne – le plus vite possible.
- Si vous connaissez quelqu'un qui a vécu une expérience similaire, il pourrait vous être utile de lui parler, afin de vous sentir comprise et de vous rappeler que vous n'êtes pas seule.
- Si vous n'êtes pas prise en charge par un membre du personnel, contactez le siège pour comprendre comment accéder à un soutien psychologique, remplir la déclaration à l'annexe D, comprendre les modalités de votre évacuation, les possibilités de congé maladie et de réaffectation professionnelle, obtenir des conseils de carrière, comprendre à quelles prestations vous avez droit, et comment obtenir un suivi rapide et adéquat.

Problèmes qui pourraient se présenter

- Vous constaterez peut-être que certaines personnes – y compris collègues, famille et amis – se sentiront mal à l'aise en votre présence. Il se peut qu'ils ne sachent pas comment réagir. Certains pourraient même réagir de manière inappropriée. N'oubliez pas que vous n'êtes pas seule et que vous n'êtes pas responsable de ce qui vous est arrivé. Si possible, contactez des amis proches en lesquels vous avez confiance et qui, selon vous, sauront vous comprendre et vous soutenir (y compris d'autres victimes d'agression sexuelle / de viol) afin de vous sentir moins seule et mieux comprise.
- Vos collègues – y compris ceux qui sont censés vous soutenir – pourraient adopter une approche distante et sembler protéger davantage l'agence que vous. Rappelez-leur vos besoins, si vous vous sentez à l'aise pour le faire, et contactez les supérieurs hiérarchiques concernés et d'autres personnes de confiance afin d'obtenir un soutien adéquat de la part de l'agence. Commencez dès maintenant à consigner tout mauvais traitement ou réponse inappropriée.
- Il se peut que vous éprouviez des émotions extrêmes (tristesse, colère, rage) ou même un état de calme extrême. Essayez de prêter attention aux réactions physiques et émotionnelles que vous ressentez, et faites preuve de compassion envers vous-même. Ce que vous ressentez est parfaitement normal.

Premières semaines / premiers mois après une agression

- Les antirétroviraux doivent être pris chaque jour à la même heure pendant 28 jours.
- Effectuez un suivi de la situation afin qu'il soit rendu compte de toute inaction de la part des membres du personnel qui auraient dû prendre des actions spécifiques (par ex. directeur des opérations, sécurité, conseiller du personnel, responsable du kit PPE, etc.).
- Montrez-vous compatissante envers vous-même. Il se peut que vous éprouviez des émotions extrêmes et que vous vous sentiez même « folle ». Vous n'êtes pas folle, et vos émotions ne sont pas anormales. Vous avez survécu à une expérience terrifiante, et vous avez fait le nécessaire pour assurer votre survie. Essayez de vous comprendre et écoutez les signes que vous donnent votre corps et votre esprit (par le biais de cauchemars, de flashbacks, d'hallucinations, de tremblements, de peurs, de comportements compulsifs, de nervosité, d'angoisse, de sudation excessive, etc.).

Ces signes sont là pour vous rappeler que l'expérience se trouve profondément ancrée en vous et que vous devez prendre davantage soin de vous.

- Veillez à bénéficier d'un soutien psychologique continu. Ne pensez pas que vous allez bien juste parce que vous vous sentez « bien ». Évoquez ouvertement avec un conseiller les expériences que vous vivez et la manière de les gérer afin de minimiser les effets à long terme. Veillez noter que parmi les employés, les victimes qui ont retardé leur recours à un soutien psychologique le regrettent souvent, car elles « pensaient » s'accrocher encore inconsciemment à ce souvenir traumatisant. Dès lors, il devient bien plus difficile de combattre les émotions qui subsistent et la dépression qui s'est installée.
- Prêtez une attention particulière à votre santé et à votre bien-être (en faisant du sport régulièrement, en pratiquant du yoga et de la méditation, en écrivant dans un journal intime, en lisant, en mangeant sainement et en évitant les sucres raffinés qui pourraient exacerber certaines des émotions que vous ressentez – y compris les hauts et les bas).

Vous pourriez vous sentir :

- seule
- isolée
- sale
- dégoûtante
- aguicheuse
- en tort / responsable
- coupable
- responsable d'avoir provoqué l'événement
- indigne
- honteuse
- impuissante
- folle
- incontrôlable
- extrêmement déprimée
- débordée par vos émotions
- suicidaire

Problèmes susceptibles de refaire surface après une agression sexuelle / un viol

- souvenirs et autocritiques pour toutes les expériences sexuelles que vous avez vécues
- problèmes relationnels et sexuels (difficulté à préserver une relation, difficulté à faire confiance au sexe opposé, incapacité à vivre l'intimité ou à se sentir à l'aise sexuellement, colère ou rancœur vis-à-vis des hommes – y compris ceux que vous aimez, etc.)
- honte de votre rôle en tant que femme
- frustration, voire colère, en ce qui concerne votre position de femme dans un monde d'hommes
- sentiment de culpabilité
- haine de soi
- regrets d'avoir survécu
- peur incontrôlable des hommes
- inconfort à proximité des collègues de sexe masculin, y compris votre supérieur hiérarchique, et donc grande difficulté à travailler et à opérer comme vous le faisiez

précédemment dans votre environnement de travail

- perte de confiance en les hommes, en les personnes en général, et en le monde
- fort sentiment de colère vis-à-vis de votre agresseur
- fort sentiment de colère vis-à-vis de tous les hommes
- fort sentiment de colère vis-à-vis de ceux qui ne réagissent pas de manière adéquate dans l'immédiat et/ou à long terme après votre agression sexuelle / viol
- émotions extrêmes (tristesse, dépression, colère, rage), qui pourraient continuer à se manifester lorsque vous repensez à l'incident et à la manière dont vous vous êtes sentie traitée par les autres après l'incident – même des années plus tard

N'oubliez pas...

- Vous n'êtes pas seule.
- Vous n'êtes pas responsable.
- Vous n'êtes pas en tort.
- Vous n'êtes pas sale.
- Vous n'êtes pas indigne.
- Vous n'avez pas consenti. Vous avez été contrainte par l'usage de la force (physique ou émotionnelle, avec ou sans arme). Vous avez sauvé votre propre vie.
- L'auteur de l'acte souffre de troubles internes (colère, pouvoir, contrôle). L'auteur de l'acte est la seule personne responsable et en tort.
- Une agression sexuelle / un viol est une expérience qui change une vie. Ne vous attendez pas à ce que votre vie « revienne à la normale », mais efforcez-vous également de ne pas laisser les auteurs continuer à contrôler votre vie. Il est normal que vous restiez affectée et que votre vie tant personnelle que professionnelle soit à tout jamais influencée par cette expérience. Efforcez-vous néanmoins de retrouver le sentiment que vous contrôlez votre existence, dans la mesure du possible. Il peut être utile de communiquer avec les amis/membres de votre famille proches (particulièrement ceux du même sexe et/ou ceux qui ont subi des expériences similaires) à propos de votre expérience. Il peut aussi être utile de vous inscrire à des groupes de soutien et de plaidoyer afin de contribuer à influencer la manière dont les autres réagissent ou font face à aux agressions sexuelles / au viol et à soutenir les autres personnes qui ont vécu des expériences similaires.

Réagir face à une victime d'agression sexuelle / de viol

Premières démarches après l'agression

- Veillez à ce que la victime soit emmenée en lieu sûr.
- Aidez la victime à se sentir en sécurité et à retrouver le calme – dans la mesure du possible.
- Veillez à ce qu'une enquête de police soit menée et à ce que des preuves médicolégales soient prélevées à l'hôpital.
- Veillez à ce que quelqu'un accompagne la victime à l'hôpital et au commissariat de police, dans la mesure du possible.
- Si la victime est une femme, mieux vaut qu'elle soit assistée par une autre femme.
- La plupart des victimes préfèrent recevoir l'aide d'une personne qui partage les mêmes origines culturelles et/ou linguistiques.
- Faites en sorte – dans la mesure du possible – que les auteurs répondent de leurs actes.
- Rappelez à la personne qu'il/elle n'est pas responsable.
- Aidez la personne à se sentir soutenue et non pas seule.
- Demandez à la personne si elle accepte d'être mise en contact avec un conseiller psychologue. Veillez ensuite à ce qu'un conseiller psychologue la contacte. Ne laissez **pas** cet aspect à la charge du membre du personnel concerné. Il incombe au conseiller psychologue de contacter le membre du personnel et non au membre du personnel d'initier le contact. La victime pourrait avoir du mal à appeler un inconnu pour lui dire « j'ai été violée » ou « j'ai été victime d'une agression sexuelle ». La victime en est au stade de survie, elle digère l'incident et il se peut même qu'elle fasse son deuil. La victime a besoin d'aide et doit se sentir aidée.

Jusqu'à 72 heures après l'agression

- Veillez à ce que la victime soit emmenée à l'hôpital et à ce que des preuves médicolégales soient prélevées, si ce n'est pas déjà fait.
- Veillez à ce que le kit PPE (médicaments antirétroviraux, pilule du lendemain, autres traitements préventifs) soit administré le plus vite possible (dans l'idéal, dans un délai de 2 à 24 heures) et pas plus tard que 72 heures après l'incident, afin de réduire les risques de grossesse, d'hépatite et de VIH.
- Veillez à ce qu'un membre du personnel avec la formation adéquate soit disponible afin d'aider la victime à réaliser les démarches nécessaires (accès à un soutien psychologique, aide pour remplir les déclarations à l'annexe D, orientation vers des services de conseils de carrière adéquats, y compris vers une réaffectation appropriée, explication des prestations disponibles, veiller à ce que les employés concernés soient informés afin de garantir un suivi adéquat et en temps opportun).
- Veillez à ce que la victime soit informée de toutes les mesures prises/non prises en son nom (sécurité, police, enquêtes, signalements, services médicaux, bien-être des employés, affaires juridiques, etc.).

Problèmes qui pourraient se présenter

- Vous vous sentirez peut-être mal à l'aise face à une victime d'agression sexuelle / de viol et vous aurez peut-être du mal à savoir comment réagir. Cela ne doit pas être une excuse pour ignorer la personne ou la laisser seule. Veillez à lui garantir un soutien et **un suivi** continu. Les réactions négatives/décourageantes rallongent le

processus de rétablissement. Soyez prêt(e) à aider !

- Vous éprouverez peut-être le besoin de protéger l'agence (par ex. si la réponse était inadéquate ou que des erreurs ont été commises), mais n'oubliez pas que la victime a besoin d'être et de se sentir soutenue. Évitez d'adopter une démarche « directoriale/bureaucratique », qui consisterait à défendre l'agence plutôt que de soutenir la victime en tant qu'être humain.
- Il se peut que la victime éprouve des émotions extrêmes (tristesse, colère, rage) ou même un état de calme extrême. Si la personne manifeste des émotions extrêmes, sachez qu'elles ne sont pas dirigées contre vous. Si la personne manifeste un calme extrême, sachez que cela ne **signifie pas** qu'elle va bien. Elle est simplement en mode survie.
- Vous devrez peut-être corroborer les détails de l'histoire de la victime auprès de témoins. Cependant, évitez d'exprimer des doutes ou de remettre en question les déclarations de la victime.

Premières semaines / premiers mois

- Les antirétroviraux doivent être pris chaque jour à la même heure pendant 28 jours.
- Un soutien de suivi ne doit pas se limiter aux premières minutes/heures. Gardez le contact avec la personne, afin qu'elle se sente soutenue, et afin de pouvoir identifier tout signe/symptôme de SPT ou de pulsions suicidaires.
- Faites en sorte qu'il soit rendu compte de toute inaction de la part des membres du personnel qui auraient dû prendre des actions spécifiques (par ex. directeur des opérations, sécurité, conseiller du personnel, responsable du kit PPE, etc.).

Première année

- Bien que vous puissiez avoir tendance à oublier l'incident qui a affecté un collègue, votre collègue continue de le vivre chaque jour. Il est important de continuer à lui apporter un soutien à long terme.
- Les symptômes traumatisques peuvent se manifester de manière tardive, au bout de 6 mois, voire des années plus tard. Il est important d'aider la victime à garder un œil sur ces symptômes, et il est tout aussi important de surveiller tout signe de dépression ou de tendances suicidaires. Continuez à soutenir la victime.
- Veillez à ce que des mesures adéquates soient adoptées afin de soutenir l'employé affecté : congé maladie, soutien psychologique, placement professionnel adapté (par ex. pas de zones de conflit, pas d'endroits reculés/isolés, pas d'endroits où le taux d'agressions sexuelles est élevé), conseils en matière de choix de carrière futurs et – dans la mesure du possible – suivi continu de toutes procédures judiciaires.

Choses importantes à éviter

- Ne partez pas du principe que l'agression sexuelle ou le viol n'est pas chose courante, ou qu'il y a peu de chances qu'une personne que vous connaissez en soit victime. Il s'agit d'un phénomène extrêmement répandu partout dans le monde.
- Ne mettez pas en doute la validité de l'histoire de la victime.
- N'accusez pas la victime (d'avoir séduit l'auteur, d'avoir « voulu » être violée, d'avoir consenti ou suggéré un consentement, de l'avoir « cherché »).
- Ne blâmez pas la victime (ne suggérez même pas que la personne pourrait avoir porté une tenue inappropriée, avoir bu/être ivre, être sortie tard, avoir fait preuve de naïveté en restant seule, etc.).
- Ne reprochez pas à la victime d'avoir « accepté » des attouchements forcés ou tout

acte sexuel (dont le viol), lorsqu'elle a été forcée d'« accepter » l'acte dans une situation de pouvoir ou de force (avec ou sans arme).

- Ne partez pas du principe que, si la personne connaissait son agresseur, elle a autorisé l'incident à se produire ou a provoqué l'auteur d'une façon ou d'une autre. Nous parlons d'actes commis sous la contrainte.
- Ne jugez pas, et évitez toute allusion à des jugements potentiels.
- N'utilisez pas le conditionnel qui sous-entend un jugement.
- Ne vous éloignez pas de la personne, ou ne prenez pas vos distances (émotionnelles ou physiques) par rapport à la personne.
- Ne laissez pas la personne seule/isolée.
- Ne laissez pas la personne se sentir « sale », comme si quelque chose n'allait pas chez elle, comme si elle était « souillée ».
- Ne vous comportez pas de manière hostile/agressive avec la personne affectée.
- Ne dites pas à la personne d'« oublier » ce qui s'est passé ou de « passer à autre chose ».
- N'encouragez pas la personne à garder le silence sur ce qui lui est arrivé, ou à en garder le secret.
- N'obligez pas la personne à écrire ou à partager son histoire avec quiconque tant qu'elle n'est pas prête à le faire. (Une déposition auprès de la police et des examens et soins médicaux appropriés doivent être effectués immédiatement. Cependant, personne d'autre n'est tenu d'être informé – pas même l'administration de l'agence, ou autre. Laissez la personne décider.)
-

Autres considérations :

- Il est important de ne pas négliger les victimes masculines de violences sexuelles et sexistes (y compris les employés locaux qui pourraient ne pas avoir été victimes d'agression sexuelle, mais pourraient avoir été forcés de commettre des viols en temps de guerre).
- Il est important d'inclure les hommes autant que les femmes dans le dialogue sur les agressions sexuelles et le viol.
- Il est essentiel de comprendre les différences de pouvoir qui font partie intégrante de nos cultures et qui déterminent dans une large mesure la manière dont nous nous percevons, et les distinctions que nous faisons entre hommes et femmes. Il est utile de prendre conscience de la manière dont nous parlons des hommes et des femmes, de la manière dont nous jugeons les femmes en fonction de leur apparence, de leur corpulence, de leur vie sexuelle et de leur relation avec les hommes, et de la manière dont cela diffère s'agissant des hommes. Exemple : une femme qui a plusieurs partenaires est généralement considérée comme une femme légère, tandis qu'un homme est tout simplement un homme, et sa vie sexuelle n'est pas matière à débat. On attend généralement d'une femme qu'elle soigne son apparence. Les hommes sont soumis à des pressions moindres. Nous avons plusieurs manières d'établir une distinction claire entre les hommes et les femmes. Ce n'est qu'en prenant conscience de ces différences – même au sein des bureaux des Nations Unies – et en nous engageant à reformuler tant notre expression que nos opinions – que nous serons en mesure de réellement affronter les problèmes d'agression sexuelle et de viol.

Ressources utiles

<http://www.democracynow.Org/2013/2/19/brave miss world raped before winning>

<http://www.linordocumentary.com>

<http://www.equalitynow.org>

<http://www.journeywoman.com>

<http://www.rolereboot.org/culture-and-politics/details/2012-12-a-letter-to-the-guv-who-harrassed-me-outside-the-bar/>

<http://www.draw-the-line.ca>