



<http://portaildoc.univ-lyon1.fr>

Creative commons : Paternité - Pas d'Utilisation Commerciale -
Pas de Modification 2.0 France (CC BY-NC-ND 2.0)



<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/2.0/fr>

UNIVERSITE CLAUDE BERNARD - LYON 1
FACULTE DE MEDECINE LYON EST

Année 2014

N°

**QUAND LES ADULTES VICTIMES D'INCESTE SORTENT
DU SILENCE...**

ETUDE QUALITATIVE AUPRES DE 15 VICTIMES D'INCESTE

THESE

Présentée

A l'Université Claude Bernard Lyon 1

et soutenue publiquement **le 24/11/2014**

pour obtenir le grade de Docteur en Médecine

par

CHARBIT Céline

née le 22 octobre 1987

aux Lilas (93)

UNIVERSITE CLAUDE BERNARD – LYON 1

. Président de l'Université	François-Noël GILLY
. Président du Comité de Coordination des Etudes Médicales	François-Noël GILLY
. Secrétaire Général	Alain HELLEU

SECTEUR SANTE

UFR DE MEDECINE LYON EST	Doyen : Jérôme ETIENNE
UFR DE MEDECINE LYON SUD – CHARLES MERIEUX	Doyen : Carole BURILLON
INSTITUT DES SCIENCES PHARMACEUTIQUES ET BIOLOGIQUES (ISPB)	Directrice: Christine VINCIGUERRA
UFR D'ODONTOLOGIE	Directeur : Denis BOURGEOIS
INSTITUT DES SCIENCES ET TECHNIQUES DE READAPTATION	Directeur : Yves MATILLON
DEPARTEMENT DE FORMATION ET CENTRE DE RECHERCHE EN BIOLOGIE HUMAINE	Directeur : Pierre FARGE

SECTEUR SCIENCES ET TECHNOLOGIES

UFR DE SCIENCES ET TECHNOLOGIES	Directeur : Fabien de MARCHI
UFR DE SCIENCES ET TECHNIQUES DES ACTIVITES PHYSIQUES ET SPORTIVES (STAPS)	Directeur : Claude COLLIGNON
POLYTECH LYON	Directeur : Pascal FOURNIER
I.U.T.	Directeur : Christian COULET
INSTITUT DES SCIENCES FINANCIERES ET ASSURANCES (ISFA) DESCHAMPS	Directeur : Véronique MAUME-
I.U.F.M.	Directeur : Régis BERNARD
CPE	Directeur : Gérard PIGNAULT

Faculté de Médecine Lyon Est Liste des enseignants 2014/2015

Professeurs des Universités – Praticiens Hospitaliers Classe exceptionnelle Echelon 2

Cochat	Pierre	Pédiatrie
Cordier	Jean-François	Pneumologie ; addictologie
Etienne	Jérôme	Bactériologie-virologie ; hygiène hospitalière
Guérin	Jean-François	Biologie et médecine du développement et de la reproduction ; gynécologie médicale
Mauguière	François	Neurologie
Ninet	Jacques	Médecine interne ; gériatrie et biologie du vieillessement ; médecine générale ; addictologie
Peyramond	Dominique	Maladie infectieuses ; maladies tropicales
Philip	Thierry	Cancérologie ; radiothérapie
Raudrant	Daniel	Gynécologie-obstétrique ; gynécologie médicale
Rudigoz	René-Charles	Gynécologie-obstétrique ; gynécologie médicale

Professeurs des Universités – Praticiens Hospitaliers Classe exceptionnelle Echelon 1

Baverel	Gabriel	Physiologie
Blay	Jean-Yves	Cancérologie ; radiothérapie
Borson-Chazot	Françoise	Endocrinologie, diabète et maladies métaboliques ; gynécologie médicale
Denis	Philippe	Ophtalmologie
Finet	Gérard	Cardiologie
Gouillat	Christian	Chirurgie digestive
Guérin	Claude	Réanimation ; médecine d'urgence
Lehot	Jean-Jacques	Anesthésiologie-réanimation ; médecine d'urgence
Martin	Xavier	Urologie
Mellier	Georges	Gynécologie-obstétrique ; gynécologie médicale
Michallet	Mauricette	Hématologie ; transfusion
Miossec	Pierre	Immunologie
Mornex	Jean-François	Pneumologie ; addictologie
Ponchon	Thierry	Gastroentérologie ; hépatologie ; addictologie
Pugeat	Michel	Endocrinologie, diabète et maladies métaboliques ; gynécologie médicale
Revel	Didier	Radiologie et imagerie médicale
Rivoire	Michel	Cancérologie ; radiothérapie
Vandenesch	François	Bactériologie-virologie ; hygiène hospitalière
Zoulim	Fabien	Gastroentérologie ; hépatologie ; addictologie

Professeurs des Universités – Praticiens Hospitaliers Première classe

André-Fouet	Xavier	Cardiologie
Barth	Xavier	Chirurgie générale
Berthezene	Yves	Radiologie et imagerie médicale
Bertrand	Yves	Pédiatrie
Beziat	Jean-Luc	Chirurgie maxillo-faciale et stomatologie
Boillot	Olivier	Chirurgie digestive

Braye	Fabienne	Chirurgie plastique, reconstructrice et esthétique ; brûlologie
Breton	Pierre	Chirurgie maxillo-faciale et stomatologie
Chassard	Dominique	Anesthésiologie-réanimation ; médecine d'urgence
Chevalier	Philippe	Cardiologie
Claris	Olivier	Pédiatrie
Colin	Cyrille	Epidémiologie, économie de la santé et prévention
Colombel	Marc	Urologie
Cottin	Vincent	Pneumologie ; addictologie
D'Amato	Thierry	Psychiatrie d'adultes ; addictologie
Delahaye	François	Cardiologie
Disant	François	Oto-rhino-laryngologie
Di Fillipo	Sylvie	Cardiologie
Douek	Philippe	Radiologie et imagerie médicale
Ducerf	Christian	Chirurgie digestive
Dumontet	Charles	Hématologie ; transfusion
Durieu	Isabelle	Médecine interne ; gériatrie et biologie du vieillissement ; médecine générale ; addictologie
Ederly	Charles Patrick	Génétique
Fauvel	Jean-Pierre	Thérapeutique ; médecine d'urgence ; addictologie
Gaucherand	Pascal	Gynécologie-obstétrique ; gynécologie médicale
Guenot	Marc	Neurochirurgie
Gueyffier	François	Pharmacologie fondamentale ; pharmacologie clinique ; addictologie
Guibaud	Laurent	Radiologie et imagerie médicale
Herzberg	Guillaume	Chirurgie orthopédique et traumatologique
Honorat	Jérôme	Neurologie
Lachaux	Alain	Pédiatrie
Lermusiaux	Patrick	Chirurgie thoracique et cardiovasculaire
Lina	Bruno	Bactériologie-virologie ; hygiène hospitalière
Lina	Gérard	Bactériologie-virologie ; hygiène hospitalière
Mabrut	Jean-Yves	Chirurgie générale
Mertens	Patrick	Anatomie
Mion	François	Physiologie
Morel	Yves	Biochimie et biologie moléculaire
Morelon	Emmanuel	Néphrologie
Moulin	Philippe	Nutrition
Négrier	Claude	Hématologie ; transfusion
Négrier	Marie-Sylvie	Cancérologie ; radiothérapie
Neyret	Philippe	Chirurgie orthopédique et traumatologique
Nicolino	Marc	Pédiatrie
Nighoghossian	Norbert	Neurologie
Ninet	Jean	Chirurgie thoracique et cardiovasculaire
Obadia	Jean-François	Chirurgie thoracique et cardiovasculaire
Ovize	Michel	Physiologie
Picot	Stéphane	Parasitologie et mycologie
Rode	Gilles	Médecine physique et de réadaptation
Rousson	Robert-Marc	Biochimie et biologie moléculaire
Roy	Pascal	Biostatistiques, informatique médicale et technologies de communication
Ruffion	Alain	Urologie
Ryvin	Philippe	Neurologie
Scheiber	Christian	Biophysique et médecine nucléaire
Schott-Pethelaz	Anne-Marie	Epidémiologie, économie de la santé et prévention
Terra	Jean-Louis	Psychiatrie d'adultes ; addictologie
Thivolet-Bejui	Françoise	Anatomie et cytologie pathologiques

Tilikete	Caroline	Physiologie
Touraine	Jean-Louis	Néphrologie
Truy	Eric	Oto-rhino-laryngologie
Turjman	Francis	Radiologie et imagerie médicale
Vallée	Bernard	Anatomie
Vanhems	Philippe	Epidémiologie, économie de la santé et prévention

Professeurs des Universités – Praticiens Hospitaliers Seconde Classe

Allaouchiche	Bernard	Anesthésiologie-réanimation ; médecine d'urgence
Argaud	Laurent	Réanimation ; médecine d'urgence
Aubrun	Frédéric	Anesthésiologie-réanimation ; médecine d'urgence
Badet	Lionel	Urologie
Bessereau	Jean-Louis	Biologie cellulaire
Boussel	Loïc	Radiologie et imagerie médicale
Calender	Alain	Génétique
Charbotel	Barbara	Médecine et santé au travail
Chapurlat	Roland	Rhumatologie
Cotton	François	Radiologie et imagerie médicale
Dalle	Stéphane	Dermato-vénéréologie
Dargaud	Yesim	Hématologie ; transfusion
Devouassoux	Mojgan	Anatomie et cytologie pathologiques
Dubernard	Gil	Gynécologie-obstétrique ; gynécologie médicale
Dumortier	Jérôme	Gastroentérologie ; hépatologie ; addictologie
Fanton	Laurent	Médecine légale
Faure	Michel	Dermato-vénéréologie
Fellahi	Jean-Luc	Anesthésiologie-réanimation ; médecine d'urgence
Ferry	Tristan	Maladie infectieuses ; maladies tropicales
Fourneret	Pierre	Pédopsychiatrie ; addictologie
Gillet	Yves	Pédiatrie
Girard	Nicolas	Pneumologie
Gleizal	Arnaud	Chirurgie maxillo-faciale et stomatologie
Guyen	Olivier	Chirurgie orthopédique et traumatologique
Henaine	Roland	Chirurgie thoracique et cardiovasculaire
Hot	Arnaud	Médecine interne
Huissoud	Cyril	Gynécologie-obstétrique ; gynécologie médicale
Jacquin-Courtois	Sophie	Médecine physique et de réadaptation
Janier	Marc	Biophysique et médecine nucléaire
Javouhey	Etienne	Pédiatrie
Juillard	Laurent	Néphrologie
Jullien	Denis	Dermato-vénéréologie
Kodjikian	Laurent	Ophtalmologie
Krolak Salmon	Pierre	Médecine interne ; gériatrie et biologie du vieillissement ; médecine générale ; addictologie
Lejeune	Hervé	Biologie et médecine du développement et de la reproduction ; gynécologie médicale
Merle	Philippe	Gastroentérologie ; hépatologie ; addictologie
Michel	Philippe	Epidémiologie, économie de la santé et prévention
Monneuse	Olivier	Chirurgie générale
Mure	Pierre-Yves	Chirurgie infantile
Nataf	Serge	Cytologie et histologie
Pignat	Jean-Christian	Oto-rhino-laryngologie
Poncet	Gilles	Chirurgie générale

Raverot	Gérald	Endocrinologie, diabète et maladies métaboliques ; gynécologie médicale
Ray-Coquard	Isabelle	Cancérologie ; radiothérapie
Richard	Jean-Christophe	Réanimation ; médecine d'urgence
Rossetti	Yves	Physiologie
Rouvière	Olivier	Radiologie et imagerie médicale
Saoud	Mohamed	Psychiatrie d'adultes
Schaeffer	Laurent	Biologie cellulaire
Souquet	Jean-Christophe	Gastroentérologie ; hépatologie ; addictologie
Vukusic	Sandra	Neurologie
Wattel	Eric	Hématologie ; transfusion

Professeur des Universités - Médecine Générale

Letrilliart	Laurent
Moreau	Alain

Professeurs associés de Médecine Générale

Flori	Marie
Lainé	Xavier
Zerbib	Yves

Professeurs émérites

Chatelain	Pierre	Pédiatrie
Bérard	Jérôme	Chirurgie infantile
Boulangier	Pierre	Bactériologie-virologie ; hygiène hospitalière
Bozio	André	Cardiologie
Chayvialle	Jean-Alain	Gastroentérologie ; hépatologie ; addictologie
Daligand	Liliane	Médecine légale et droit de la santé
Descotes	Jacques	Pharmacologie fondamentale ; pharmacologie
Droz	Jean-Pierre	Cancérologie ; radiothérapie
Floret	Daniel	Pédiatrie
Gharib	Claude	Physiologie
Itti	Roland	Biophysique et médecine nucléaire
Kopp	Nicolas	Anatomie et cytologie pathologiques
Neidhardt	Jean-Pierre	Anatomie
Petit	Paul	Anesthésiologie-réanimation ; médecine d'urgence
Rousset	Bernard	Biologie cellulaire
Sindou	Marc	Neurochirurgie
Trepo	Christian	Gastroentérologie ; hépatologie ; addictologie
Trouillas	Paul	Neurologie
Trouillas	Jacqueline	Cytologie et histologie
Viale	Jean-Paul	Réanimation ; médecine d'urgence

Maîtres de Conférence – Praticiens Hospitaliers Hors classe

Benchaib	Mehdi	Biologie et médecine du développement et de la reproduction ; gynécologie médicale
----------	-------	---

Bringuier	Pierre-Paul	Cytologie et histologie
Davezies	Philippe	Médecine et santé au travail
Germain	Michèle	Physiologie
Jarraud	Sophie	Bactériologie-virologie ; hygiène hospitalière
Jouvet	Anne	Anatomie et cytologie pathologiques
Le Bars	Didier	Biophysique et médecine nucléaire
Normand	Jean-Claude	Médecine et santé au travail
Persat	Florence	Parasitologie et mycologie
Pharaboz-Joly	Marie-Odile	Biochimie et biologie moléculaire
Piaton	Eric	Cytologie et histologie
Rigal	Dominique	Hématologie ; transfusion
Sappey-Marinier	Dominique	Biophysique et médecine nucléaire
Streichenberger	Nathalie	Anatomie et cytologie pathologiques
Timour-Chah	Quadiri	Pharmacologie fondamentale ; pharmacologie clinique ; addictologie

Maîtres de Conférence – Praticiens Hospitaliers Première classe

Ader	Florence	Maladies infectieuses ; maladies tropicales
Barnoud	Raphaëlle	Anatomie et cytologie pathologiques
Bontemps	Laurence	Biophysique et médecine nucléaire
Chalabreysse	Lara	Anatomie et cytologie pathologiques
Charrière	Sybil	Nutrition
Collardeau Frachon	Sophie	Anatomie et cytologie pathologiques
Cozon	Grégoire	Immunologie
Dubourg	Laurence	Physiologie
Escuret	Vanessa	Bactériologie-virologie ; hygiène hospitalière
Hervieu	Valérie	Anatomie et cytologie pathologiques
Kolopp-Sarda	Marie Nathalie	Immunologie
Laurent	Frédéric	Bactériologie-virologie ; hygiène hospitalière
Lesca	Gaëtan	Génétique
Maucort Boulch	Delphine	Biostatistiques, informatique médicale et technologies de communication
Meyronet	David	Anatomie et cytologie pathologiques
Peretti	Noel	Nutrition
Pina-Jomir	Géraldine	Biophysique et médecine nucléaire
Plotton	Ingrid	Biochimie et biologie moléculaire
Rabilloud	Muriel	Biostatistiques, informatique médicale et technologies de communication
Ritter	Jacques	Epidémiologie, économie de la santé et prévention
Roman	Sabine	Physiologie
Tardy Guidollet	Véronique	Biochimie et biologie moléculaire
Tristan	Anne	Bactériologie-virologie ; hygiène hospitalière
Vlaeminck-Guillem	Virginie	Biochimie et biologie moléculaire
Voiglio	Eric	Anatomie
Wallon	Martine	Parasitologie et mycologie

Maîtres de Conférences – Praticiens Hospitaliers Seconde classe

Casalegno	Jean-Sébastien	Bactériologie-virologie ; hygiène hospitalière
Chêne	Gautier	Gynécologie-obstétrique ; gynécologie médicale
Duclos	Antoine	Epidémiologie, économie de la santé et prévention
Phan	Alice	Dermato-vénéréologie

Rheims
Rimmele

Sylvain
Thomas

Neurologie
Anesthésiologie-réanimation ;
médecine d'urgence
Génétique
Biologie cellulaire
Physiologie
Anatomie et cytologie pathologiques
Immunologie

Schluth-Bolard
Simonet
Thibault
Vasiljevic
Venet

Caroline
Thomas
Hélène
Alexandre
Fabienne

Maîtres de Conférences associés de Médecine Générale

Chanelière
Farge
Figon

Marc
Thierry
Sophie

Le Serment d'Hippocrate

Je promets et je jure d'être fidèle aux lois de l'honneur et de la probité dans l'exercice de la Médecine.

Je respecterai toutes les personnes, leur autonomie et leur volonté, sans discrimination.

J'interviendrai pour les protéger si elles sont vulnérables ou menacées dans leur intégrité ou leur dignité. Même sous la contrainte, je ne ferai pas usage de mes connaissances contre les lois de l'humanité.

J'informerai les patients des décisions envisagées, de leurs raisons et de leurs conséquences. Je ne tromperai jamais leur confiance.

Je donnerai mes soins à l'indigent et je n'exigerai pas un salaire au dessus de mon travail.

Admis dans l'intimité des personnes, je tairai les secrets qui me seront confiés et ma conduite ne servira pas à corrompre les mœurs.

Je ferai tout pour soulager les souffrances. Je ne prolongerai pas abusivement la vie ni ne provoquerai délibérément la mort.

Je préserverai l'indépendance nécessaire et je n'entreprendrai rien qui dépasse mes compétences. Je perfectionnerai mes connaissances pour assurer au mieux ma mission.

Que les hommes m'accordent leur estime si je suis fidèle à mes promesses. Que je sois couvert d'opprobre et méprisé si j'y manque.

Composition du Jury

Président du jury:

Madame le Professeur Liliane DALIGAND

Membres du jury :

Monsieur le Professeur Pierre FOURNERET

Madame le Professeur Associé Marie FLORI

Madame la Docteur Elise BENEDINI

Remerciements

A madame le Professeur Liliane Daligand

Je vous remercie de me faire l'honneur de présider ma thèse et pour l'intérêt que vous y avez porté. Merci pour votre disponibilité et vos précieux conseils.

A monsieur le Professeur Pierre Fourneret

Je vous remercie d'avoir accepté de siéger dans ce jury et de juger ce travail sans me connaître.

A madame le Professeur associé Marie Flori

Je vous remercie d'avoir accepté de juger ce travail et de faire partie de tous mes derniers jurys.

A madame le Docteur Elise Benedini

Elise, je te remercie pour ces trois dernières années en tant que directrice de thèse et tutrice. Merci pour ton impressionnante disponibilité (tes journées durent probablement plus de 24h), ton soutien, tes conseils et la formation apportée en tant que tutrice.

Merci d'avoir inventé les cercles de thèse, grand moment de décompression.

Enfin, merci d'avoir été une des premières à me montrer ce qu'est la vie d'un médecin généraliste.

Merci à Carole, Laurence, Eliane, Louna, Chloé, Betty, Paul, Dorothee, Eve, Annie, Louise, Sophie, Manu, Livia et Joseph d'avoir accepté de participer et d'avoir pris de votre temps.

Merci à Bérengère pour toute l'aide apportée, tes conseils, ta super disponibilité.

Merci à tous les autres

Johan merci de m'avoir écouté répéter et répéter encore et encore, merci d'avoir supporté les si rares moments de stress et découragements, merci d'avoir visité avec moi tous les restos et bars du quartiers pour trouver un lieu parfait de pot.

Merci à ma famille d'avoir fait le déplacement et pour la livraison de champagne. Voilà, je vais enfin pouvoir avoir ma "plaque".

Merci à celles et ceux qui ont fait le déplacement, plus spécialement les parisiennes, Margaux, Céline, Elsa.

Merci Marion même si tu t'en fiches bien, tu étais quand même là le premier jour où j'ai commencé à travailler.

A celles et ceux rencontrés au cours de l'internat à Romans, Valence, la dream team de Fourvière. Spécial merci à Charlotte, Mélanie et Delphine, vous avez rendu cet internat plus fou (les autres je ne vous oublie pas je vous aime aussi).

A Marianne et Marie, mon premier réseau social à Lyon.

Aux guapas, déjà plus de 8 ans...

A Angèle, bien joué le coup de téléphone maintenant.

A Lise Carole...forever!

A toute la bande de parisiens (et ex-parisiens...maintenant caennais, montpellierains, rémois) j'en ai assez dit pour que vous vous reconnaissiez, à bientôt pour un nouveau ski!

Et enfin merci au cercle de thèse et celles et ceux (celui plutôt) qui le composent, merci d'avoir traversé les mêmes galères, pour le soutien, les conseils et surtout...la bonne bouffe!

TABLE DES MATIERES

ABREVIATIONS	15
RESUME	16
I. INTRODUCTION	17
A. Contexte	17
1. Définitions	17
2. Un enjeu de santé publique.....	18
B. Objectifs.....	20
II. MATERIELS ET METHODES	21
A. Type d'étude et méthodologie	21
B. Stratégie de recherche bibliographique.....	21
1. Base de données	21
2. Mots-clés.....	21
3. Balises temporelles	21
C. Elaboration du canevas d'entretien	22
1. Description du canevas	22
2. Test du canevas d'entretien.....	22
D. Constitution de l'échantillon et recueil des données	23
1. Critères d'inclusion	23
2. Le recrutement	23
3. Les critères de sélection de l'échantillonnage raisonné	23
E. Réalisation des entretiens.....	24
1. L'investigateur	24
2. Durée et lieu d'entretien	24
3. Déroulement des entretiens	24
F. Analyse des entretiens.....	24
III. RESULTATS	26
A. Description de l'échantillon	26
B. L'expression du corps	27
1. Symptômes chez l'enfant	27
2. Symptômes chez l'adulte.....	27
C. Le mur du silence	28

1.	Les freins à la parole chez l'enfant	28
2.	Les freins à la parole chez l'adulte.....	28
D.	Les attentes envers le médecin généraliste	29
1.	Ouvrir les portes.....	29
2.	L'accueil de la révélation : un soignant humain mais professionnel	29
3.	Nommer les réactions et les personnes.....	30
IV.	DISCUSSION	31
A.	Forces et limites de l'étude	31
1.	L'équipe de recherche.....	31
2.	La conception de l'étude	32
3.	Analyse et conclusion.....	33
B.	L'expression du corps	35
C.	Le mur du silence	35
D.	Les attentes envers le médecin généraliste	36
1.	Le questionnement.....	36
2.	L'accueil de la révélation	37
3.	Nommer les réactions	38
V.	CONCLUSIONS	39
VI.	BIBLIOGRAPHIE	41
ANNEXES		44
Annexe 1 : Guide d'entretien		44
Annexe 2 : Présentation par mail		45
Annexe 3 : Présentation AIVI		46
Annexe 4 : Présentation SOS Inceste Pour Revivre		47
Annexe 5 : Cartes heuristiques		48
Annexe 6 : Entretiens		52
Annexe 7 : Cadre législatif		156
Annexe 8 : Modèle de signalement (d'après les recommandations HAS 2011)		157
Annexe 9 : Article soumis à la revue Exercer		159
Annexe 10 : La mémoire traumatique		170

ABREVIATIONS

AIVI : Association Internationale des Victimes de l'Inceste

BDSP : Banque de données en Santé Publique

CFCV : Collectif Féministe contre le Viol

CISMeF : Catalogue et Index des Sites Médicaux Francophones

CSF : Contexte de la Sexualité en France

DREES : Direction de la Recherche, des Etudes, de l'Evaluation des Statistiques

EVS : Evénements de Vie et Santé

HAS : Haute Autorité de Santé

INED : Institut National de la Santé et de la Recherche Médicale

INSEE : Institut National de la Statistique et des Etudes Economiques

INSERM : Institut National d'Etudes démographiques

ODAS : Observatoire national de l'Action sociale Décentralisée

ONED : Observatoire National de l'Enfance en Danger

OMS : Organisation Mondiale de la Santé

SNATED : Service National d'Accueil Téléphonique pour l'Enfance en Danger

WONCA : World Organization of National Colleges, Academies and Academic Associations
of General Practitioners/Family Physicians

RESUME

Contexte En France, les études de victimisation sont rares. Le nombre de victimes d'inceste est estimé à 3% de la population. Le médecin de premier recours a un rôle primordial pour dépister, favoriser la parole des victimes et les accompagner. Seulement 9% des victimes en parlent pour la première fois à leur médecin.

Objectifs Quels sont les symptômes d'alerte? Quelles sont les attentes des victimes d'inceste envers leur médecin généraliste?

Méthode Etude qualitative par entretiens semi-dirigés auprès de 15 adultes victimes d'inceste dans leur enfance.

Résultats L'enfance est marquée par de nombreux symptômes répétés, qui persistent et se diversifient à l'âge adulte, points d'alerte pour les médecins. La normalité du vécu, la peur de trahir la famille, puis la honte, la culpabilité, les jugements sont les principaux freins à la parole pour l'enfant puis l'adulte. C'est au médecin d'interroger systématiquement sur d'éventuelles violences subies. Les victimes souhaitent être écoutées, recevoir des explications sur leurs symptômes en lien avec les traumatismes et être accompagnées.

Conclusion Prendre du recul sur des symptômes répétés chez un enfant et l'interroger alors seul sans ses parents, poser systématiquement à tout adulte la question d'éventuelles violences subies dans l'enfance permettraient aux praticiens d'abattre les murs du silence qui emprisonnent les victimes d'inceste.

Mots-clés : inceste, dépistage, soins primaires, médecin généraliste

I. INTRODUCTION

A. Contexte

L'inceste reste aujourd'hui encore peu reconnu dans nos sociétés, y compris chez les professionnels de santé, alors qu'il constitue un enjeu de santé publique compte-tenu de sa fréquence et des conséquences physiques et psychologiques qui en découlent.

Le médecin généraliste, médecin de famille et de premier recours a un rôle à jouer tant sur l'accompagnement que sur le dépistage.

Pourtant, d'après un sondage réalisé en 2010 par l'Association internationale des victimes de l'inceste (AIVI), seulement 9% des victimes en parlent pour la première fois à leur médecin. [1]

1. Définitions

a. Définitions médico-sociales

L'ODAS (Observatoire national de l'action sociale décentralisée) définit en 2001 l'enfant maltraité comme tout enfant victime de violences physiques, abus sexuels, violences psychologiques, négligences lourdes, ayant des conséquences sur son développement physique et psychologique. [2]

Selon l'OMS (Organisation mondiale de la santé) l'exploitation sexuelle d'un enfant implique que celui-ci est victime d'un adulte ou d'une personne sensiblement plus âgée que lui, aux fins de la satisfaction sexuelle de celui-ci. Le délit peut prendre différentes formes : appels téléphoniques obscènes, outrages à la pudeur et voyeurisme, images pornographiques, rapports ou tentatives de rapports sexuels, viol, inceste ou prostitution. [3]

Plus récemment, dans un guide de prévention de la maltraitance chez l'enfant publié en 2006 par l'OMS, le terme d'abus sexuel est défini comme " l'implication d'un enfant dans des activités sexuelles qu'il ne peut totalement comprendre, pour lesquelles il est incapable de donner son consentement ou pour lesquelles il n'a pas la maturité mentale suffisante, ou qui sont en violation avec les lois ou les tabous sociaux. Les enfants peuvent être abusés sexuellement par des adultes ou d'autres enfants qui sont, compte tenu de leur âge ou de leur niveau de développement, en position de responsabilité, de confiance ou d'emprise sur la victime." [4]

b. Définitions juridiques

En janvier 2009, un rapport parlementaire sur le thème "Mission de lutte contre l'inceste" préconise une modification de la loi " visant à identifier, prévenir, détecter et lutter contre l'inceste sur les mineurs et à améliorer l'accompagnement médical et social des victimes." [5] Le terme apparaît dans le Code Pénal pour la première fois en 2010, la loi n°2010-121 du 08/02/2010 le définissant comme suit :

"Les viols et les agressions sexuelles sont qualifiés d'incestueux lorsqu'ils sont commis au sein de la famille sur la personne d'un mineur par un ascendant, un frère, une sœur, ou par toute autre personne, y compris s'il s'agit d'un concubin d'un membre de la famille ayant sur la victime une autorité de droit ou de fait." [6]

Dans les suites de cette loi, la Haute autorité de santé (HAS) publie des recommandations en mai 2011 ayant pour objectifs de favoriser un dépistage précoce, rappeler le contexte réglementaire, et former et informer les professionnels de santé [5].

Un an plus tard, la loi est abrogée par le conseil constitutionnel, le terme "famille" n'étant pas défini, la loi est considérée comme contraire à la constitution.

En mai 2014, une proposition de loi augmentant le délai de prescription est adoptée au Sénat : le délai de prescription des agressions sexuelles est allongé à 30 ans à partir de la majorité contre 20 auparavant. Cette loi doit être adoptée par l'Assemblée Nationale avant d'entrer en vigueur.

2. Un enjeu de santé publique

a. Données épidémiologiques

Il n'existe pas de données épidémiologiques fiables. De multiples enquêtes portent sur la maltraitance et sur les abus sexuels mais jamais spécifiquement sur les abus sexuels intra-familiaux.

Les principales sources sont celles de l'ODAS, de l'ONED (Observatoire national de l'enfance en danger) et du SNATED (Service national d'accueil téléphonique de l'enfance en danger). Du fait du caractère secret et tabou de l'inceste, ces chiffres sont largement sous-estimés.

Les données les plus récentes sont celles du SNATED. En 2013, 5% des appels concernent des violences sexuelles [7], chiffre semblable à celui de 2012 où les violences sexuelles représentaient 5.3% des appels soit 2958 appels. Les violences concernaient 64.4% de filles et 32.7% de garçons.

L'agresseur était dans 29.1% des cas le père, 18% la mère, 14.8% les beaux-parents, 5.9% la fratrie, 3.5% les grands-parents [8].

Dans l'enquête EVS (Événements de vie et santé) menée en 2005-2006 par la DREES (exploitation par l'ONED) 0,4% des hommes (17/4328) et 2,7% (154/5625) des femmes enquêtés déclarent avoir subi des violences sexuelles de manière durable avant l'âge de 20 ans [9].

Dans l'enquête CSF (Contexte de la sexualité en France), menée par l'INED et l'INSERM en 2006, sur un échantillon de 6824 femmes, 10% avaient eu au moins un rapport sexuel forcé ou une tentative de rapport sexuel forcé avant leurs 18 ans, 27% de ces abus étaient intrafamiliaux. Sur 5540 hommes interrogés, 3% avaient eu au moins un rapport sexuel forcé ou une tentative de rapport sexuel forcé avant leurs 18 ans [10].

Dans un sondage réalisé en 2009 par l'AIVI, sur 931 personnes interrogées, 3% déclarent être victimes d'inceste (5% des femmes et 1% des hommes). 4 abus sur 5 étaient intrafamiliaux et répétés. 26% des Français connaissaient au moins une victime d'inceste dans leur entourage. Les victimes mettaient en moyenne 16 ans à dévoiler les faits. Dans 25% des cas il s'agissait d'une réponse à une question posée sur le sujet [1].

b. Les conséquences à moyen et long terme

La fréquence des conséquences médicales, psychiques et sociales pour les victimes fait des abus sexuels un problème de santé publique.

Suite à un viol, 80% des victimes développent un état de stress post-traumatique [11].

La conférence de consensus de la Fédération Française de Psychiatrie de 2003 sur "Les conséquences des maltraitances sexuelles" établit également une augmentation de l'anxiété, syndromes dépressifs, difficultés sexuelles, conduites addictives, troubles du comportement alimentaire, automutilations, prises de risque, troubles des conduites sexuelles [12]. Les femmes obèses rapportent dix fois plus d'antécédents d'abus sexuels [13]. Selon le sondage AIVI-IPSOS de 2010, 53% des victimes d'inceste auraient tenté de se suicider [1].

La Fédération Française de Psychiatrie note également un surcroît de troubles somatoformes et de pathologies chroniques [12].

c. Le médecin généraliste : médecin de premier recours

La World Organization of National Colleges, Academies and Academic Associations of General Practitioners/Family Physicians (WONCA) définit en 2002 la médecine générale

comme le premier contact avec le système de soins. Le médecin généraliste possède 6 compétences fondamentales parmi lesquelles la gestion des soins de santé primaire et la coordination des soins avec d'autres professionnels, les soins centrés sur la personne, et l'approche globale [14].

Le médecin généraliste, médecin de famille est en première ligne pour dépister des maltraitances sexuelles, recueillir les révélations de victimes en souffrance et les accompagner dans leur prise en charge.

B. Objectifs

Quels sont les symptômes d'alerte?

Quelles sont les attentes des victimes d'inceste envers leur médecin généraliste?

II. MATÉRIELS ET MÉTHODES

A. Type d'étude et méthodologie

Il s'agissait d'une étude qualitative descriptive par entretiens semi-dirigés.

L'étude explorait le vécu de la prise en charge médicale de personnes ayant été victimes d'inceste. Elle identifiait les symptômes d'alerte. Elle recueillait les attentes de prise en charge par le médecin généraliste ainsi que les motivations et les freins à la révélation au médecin généraliste, en tant qu'enfant et à l'âge adulte.

B. Stratégie de recherche bibliographique

1. Base de données

La bibliographie a été réalisée à partir des bases de données Pubmed, le Catalogue et index des sites médicaux francophones (CISMeF), Web of science, la Banque de données en santé publique (BDSP), Pascal et SUDOC.

2. Mots-clés

La recherche a été effectuée en français et en anglais. Les mots-clés utilisés ont été: inceste (incest), dépistage (mass screening), prise en charge (patient care), médecine générale (general practice).

Exemple d'équation de recherche Pubmed à partir du thésaurus MeSH :

(incest[MeSH Major Topic])

AND general practice[MeSH Terms]

AND mass screening[MeSH Terms]

AND patient care [MeSH Terms]

3. Balises temporelles

En raison du peu de résultats obtenus, il a été décidé de ne pas mettre de limite temporelle.

C. Elaboration du canevas d'entretien

Le canevas d'entretien a été établi selon les données de la littérature.

1. Description du canevas

L'entretien suivait une trame chronologique, il débutait en abordant le vécu de la relation avec le médecin généraliste dans l'enfance, à l'époque où la personne subissait l'inceste, et explorait les freins à la révélation. Dans un second temps les personnes étaient invitées à parler de leurs relations avec leurs médecins à l'âge adulte, en présentant les facteurs favorisant et les freins au dévoilement et la prise en charge effectuée.

La dernière partie recueillait leurs attentes en matière de prise en charge et leurs idées concernant le dépistage.

Il n'était pas demandé aux personnes interrogées de revenir sur les faits, les thèmes abordés concernaient leurs relations avec le monde médical.

La formulation et le déroulement des questions étaient variables afin de préserver la spontanéité du discours. Le chercheur orientait les personnes dans leur discours en évitant les questions fermées pour ne pas influencer leur narration.

2. Test du canevas d'entretien

Le canevas d'entretien a été testé lors d'une enquête de faisabilité, à savoir le mémoire de stage de niveau I du diplôme d'études spécialisées de médecine générale. Il a consisté en deux entretiens qui ont été inclus dans l'étude.

Il a été constaté qu'aborder la place du médecin généraliste dans l'enfance amenait les personnes interrogées à parler de leur vécu. Il s'agissait d'une manière non intrusive et non voyeuriste d'aborder le vécu.

Le canevas a été repris en éliminant une partie sur le premier dévoilement qui ne répondait pas à la question de l'étude, quelques questions de relance ont également été supprimées afin de fluidifier la narration.

D. Constitution de l'échantillon et recueil des données

1. Critères d'inclusion

Les critères d'inclusion étaient limités :

- avoir été victime d'inceste
- être volontaire pour participer à l'étude
- maîtriser la langue française

Les personnes répondant à ces critères ont été sélectionnées pour participer à l'étude.

2. Le recrutement

Les personnes ont été recrutées sur la base du volontariat par le biais d'associations de victimes d'inceste, de consultations médicales où le chercheur effectuait ses stages et par bouche à oreille. Des messages ont également été laissés sur plusieurs forums internet mais n'ont finalement abouti à aucun recrutement (échec en raison du peu de réponses obtenues et de l'éloignement géographique).

La principale association contactée était l'Association Internationale des Victimes d'Inceste (AIVI), le chercheur a assisté au groupe de parole de Lyon du mois de Novembre 2013 et a présenté son travail à l'issue de ce groupe. Le chercheur a été amené à se présenter à nouveau à l'issue des groupes des mois de Janvier et Mars 2014. Les personnes volontaires étaient invitées à laisser leurs coordonnées.

L'association SOS Inceste Pour Revivre (SOS IPR) à Grenoble a été contactée par téléphone puis un courriel a été envoyé à l'ensemble des adhérents de cette association. Le travail du chercheur a été présenté lors d'un groupe de parole par le responsable du groupe. Les personnes volontaires ont contacté directement le chercheur.

3. Les critères de sélection de l'échantillonnage raisonné

La participation ou non à une association a été pris en compte car elle pouvait influencer le point de vue des participants.

Initialement, le chercheur souhaitait également prendre en compte le sexe, l'âge, le milieu de vie et la catégorie socioprofessionnelle mais la difficulté à recruter ne l'a pas permis.

L'âge de victimes variait entre 29 ans et 64 ans. Les catégories socioprofessionnelles ont été classifiées selon la nomenclature de l'Institut National et la Statistique et des Etudes Economiques.

E. Réalisation des entretiens

1. L'investigateur

Un seul investigateur a réalisé les entretiens. Il prenait à la fois les rôles de modérateur et d'observateur, en s'assurant le bon fonctionnement de l'enregistrement.

Identité et statut de l'investigateur : Mme Céline CHARBIT, étudiante de la faculté Lyon-Est, interne en médecine et auteur de ce travail.

2. Durée et lieu d'entretien

Les entretiens se sont déroulés entre Juillet 2013 et Avril 2014. Ils ont duré entre 27 minutes 43' et 1 heure 21 minutes soit une moyenne de 44 minutes.

Le lieu de l'entretien a été choisi par les personnes interrogées selon des critères pratiques et d'intimité. Quatre ont choisi de le réaliser à leur domicile, trois au domicile du chercheur, trois dans les locaux de l'association AIVI, deux sur leur lieu de travail, deux dans un cabinet médical et un dans un restaurant.

3. Déroulement des entretiens

Les entretiens se sont déroulés en tête à tête.

Un premier temps était consacré à la présentation de l'investigateur et de l'objectif de son travail. Dans un second temps, les modalités de l'entretien et son caractère confidentiel étaient rappelés. Les personnes étaient invitées à se choisir un prénom afin de garantir l'anonymat. L'enregistrement était réalisé à l'aide d'un smartphone et comme convenu avec les personnes interrogées, celui-ci était détruit après la retranscription.

L'enregistrement débutait par les données relatives à chaque personne (âge, sexe, milieu de vie, catégorie socioprofessionnelle).

Aucune note n'a été prise durant les entretiens afin d'améliorer les échanges verbaux et non verbaux.

F. Analyse des entretiens

Les entretiens ont été intégralement retranscrits par l'enquêteur à l'aide du logiciel WORD®. Ils étaient analysés au fur et à mesure du recueil. Pour chaque entretien, une analyse verticale avec relevé systématique des verbatim était réalisée. Ces verbatim permettaient de

dégager des thèmes et sous-thèmes qui ont été saisis initialement dans un tableau EXCEL[®] puis dans une carte heuristique à l'aide du logiciel Simple Mind[®].

Le tableau et la carte heuristique ont engendré une analyse transversale permettant au chercheur de repérer les occurrences.

Les entretiens ont été menés jusqu'à saturation des données, aucune nouvelle occurrence n'est ressortie à partir du douzième entretien. Le recueil a été poursuivi jusqu'au quinzième entretien pour s'assurer de l'absence de nouvelle occurrence.

Un deuxième chercheur a réalisé de manière indépendante une seconde analyse de l'ensemble des résultats à partir d'une carte heuristique. La confrontation des analyses a permis une triangulation des données.

Les auteurs déclarent n'avoir aucun conflit d'intérêt. Aucune déclaration à la Commission nationale de l'informatique et des libertés n'a été faite.

III. RESULTATS

A. Description de l'échantillon

L'échantillon se composait de 15 personnes de 29 à 64 ans dont 2 hommes et 13 femmes. 11 faisaient partie ou avaient fait partie d'une association. Les caractéristiques de l'échantillon sont détaillées dans le tableau 1.

Tableau 1 : Les caractéristiques de l'échantillon

Entretien	Age	Sexe	CSP	Milieu de vie	Participation à une association
Carole	47	F	Autre	Urbain	Non
Laurence	39	F	Employée	Semi-rural	Non
Eliane	53	F	Autre	Semi-rural	Non
Louna	44	F	Autre	Semi-rural	Oui
Chloé	30	F	Prof. inter.	Urbain	Oui
Betty	46	F	Cadre	Urbain	Oui
Paul	56	M	Autre	Rural	Oui
Dorothee	49	F	Cadre	Semi-rural	Oui
Eve	29	F	Employée	Urbain	Oui
Annie	44	F	Autre	Urbain	Oui
Louise	47	F	Cadre	Urbain	Oui
Sophie	64	F	Retraitée	Urbain	Oui
Manu	35	F	Prof. inter.	Urbain	Oui
Livia	42	F	Prof. inter.	Urbain	Oui
Joseph	54	M	Employé	Urbain	Non

M = Masculin ; F = Féminin ; CSP = Catégories socioprofessionnelles, selon l'Institut des statistiques et des études économiques (INSEE) ; Prof. Inter = Profession intermédiaire ; Autre = autres personnes sans activité

B. L'expression du corps

1. Symptômes chez l'enfant

L'enfance était marquée par de nombreux symptômes non spécifiques mais répétés. Plusieurs victimes rapportaient des souvenirs de signes physiques dans leur enfance, comme des douleurs abdominales *"J'avais toujours des maux de ventre"* (Eliane). Elles notaient une énurésie *"ça m'arrivait de faire pipi au lit la nuit et j'avais quand même 12 ans"* (Louna). Des symptômes pelviens étaient rapportés *"j'ai repris mon carnet de santé et y avait marqué infections urinaires, douleurs pelviennes"* (Chloé). Des troubles du comportement alimentaire et du sommeil étaient présents *"je mangeais pas, je voulais pas manger, y a eu des grosses périodes où quand j'étais petite j'arrivais pas à dormir"* (Eve). Beaucoup évoquaient un comportement qui leur semblait anormal, *"très timide, un peu insupportable, agité, un comportement un peu bizarroïde"* (Paul), notamment sur le plan sexuel *"j'avais déjà une sorte de sexualité anormale"* (Dorothee). Des difficultés scolaires étaient notées *"il ne travaille pas bien à l'école"* (Paul).

Les victimes attendaient du soignant qu'il prenne du recul par rapport à ces symptômes répétitifs pour suspecter une violence sexuelle *"s'il avait noté tout ce que j'avais il aurait peut-être pu comprendre"* (Louna). Le médecin devait interroger l'enfant en cas de doute *"c'est qu'à un moment donné quelqu'un ouvre des portes, pose des questions sur comment ça pouvait se passer"* (Dorothee). La présence des parents lors des consultations empêchait toute ouverture *"Il m'a jamais posé de questions, il m'a toujours reçue avec ma mère"* (Betty). Il était indispensable de recevoir l'enfant seul *"déjà même petit qu'y ait pas les parents"* (Chloé).

2. Symptômes chez l'adulte

Il était rapporté un ou plusieurs épisodes dépressifs, particulièrement après la naissance d'un enfant, *"J'ai craqué après la naissance de ma fille"* (Livia). Le post-partum était à l'origine de la révélation à un soignant *"la maman que j'étais a pris la parole pour demander de l'aide"* (Betty).

Les tentatives de suicide étaient possibles *"ça m'a déclenché des tentatives de suicide, en fait je voulais plus vivre"* (Paul).

Des troubles anxieux étaient signalés à plusieurs reprises, *"je pouvais plus sortir dans la rue parce qu'à chaque fois que je croisais un homme j'avais l'impression qu'il allait m'enfoncer un couteau dans le ventre"* (Sophie).

Les difficultés sexuelles étaient un symptôme majeur, *"y a eu un blocage sexuellement parlant, pendant des années"* (Paul).

Certaines victimes décrivaient une agressivité, des *"excès de violence"* (Carole).

C. Le mur du silence

1. Les freins à la parole chez l'enfant

La méconnaissance de l'anormalité d'une relation incestueuse était soulignée par la plupart des victimes *"quand ça m'est arrivé, je pensais que c'était normal que mon père fasse ça, fasse ton éducation sexuelle"* (Livia). Il s'agissait du seul modèle de fonctionnement familial connu *"le rôle de l'aînée c'était de servir d'objet sexuel au père"* (Betty). Les victimes regrettaient le manque d'informations délivrées à ce sujet de façon individuelle (famille, médecin, professeur) ou collective (campagnes d'informations à destination des enfants). Apporter ces connaissances aurait pu prévenir l'inceste *"ce tabou amène à ces non-dits et la possibilité de l'inceste parce que les choses sont pas au clair pour les enfants"* (Eve). Certaines victimes voyaient dans ces relations une preuve d'amour parental. Des conséquences négatives sur la famille étaient craintes *"y a quand même la peur de perdre ses parents, l'amour qu'ils ont même s'il est pas forcément bon"* (Chloé). L'attachement familial menait les enfants à se taire pour *"protéger la famille"* (Eliane) et l'agresseur pour éviter le *"jugement"* (Louise). Le maintien de l'unité familiale était important *"j'avais peur que mon père aille tuer mon frère, que mon père que je voyais comme un protecteur, aille en prison"* (Louna).

La peur de ne pas être cru revenait régulièrement car *"l'enfant était pris pour un menteur"* (Paul).

2. Les freins à la parole chez l'adulte

A l'âge adulte, il était nécessaire de dépasser certains sentiments pour permettre la révélation. La peur, la honte et la culpabilité étaient évoquées par la majorité des victimes. La honte était liée à la relation incestueuse mais il y avait également la culpabilité de ne pas avoir dénoncé *"je me sens coupable, de pas avoir été capable de dire stop"* (Betty).

Plusieurs personnes rapportaient un déni des faits *"y a eu toute la phase de doute, je suis folle c'est pas vrai, c'est moi qui invente ça"* (Eve). La mythomanie était préférable à l'inhumaine réalité des faits. Cela allait jusqu'à l'amnésie complète plusieurs années, la mémoire revenant progressivement à l'occasion d'un événement traumatique puis par

fragments, *"j'ai occulté mes souvenirs pendant longtemps. Avant j'étais pas prête à affronter cette réalité psychologiquement"* (Annie).

La crainte des réactions à la révélation appelées *"la double peine"* (Manu), constituait un frein important: la dédramatisation, la banalisation, la remise en cause des faits, le jugement et le rejet. L'absence de reconnaissance risquait de replonger les victimes dans le silence *"si j'avais eu un déni ou un truc comme ça j'aurais jamais parlé plus"* (Annie). Les victimes faisaient face à un *"mur du silence"* (Dorothee). L'ensemble de ces réactions renforçait les victimes dans *"l'idée que c'était pas dicible"* (Dorothee). Il y avait une nécessité de protéger l'autre, y compris le soignant, *"pour pas qu'ils défaillent parce qu'il y a des choses très gores"* (Manu).

D. Les attentes envers le médecin généraliste

1. Ouvrir les portes

Poser systématiquement la question d'antécédent de violences sexuelles était attendu par plusieurs victimes *"dans le protocole une fois de temps en temps la question sera posée, avec l'image que la graine sera posée"* (Betty). Le questionnement ne devait pas être trop intrusif, *"le questionner, mais adroitement, pas écorcher"* (Paul). Plusieurs victimes suggéraient l'écriture comme aide pour sortir du silence, pour que la parole soit délivrée en *"milieu protégé"* (Dorothee).

Le soignant devait faire comprendre qu'il était formé et sensibilisé, *"je suis capable d'avoir entendu, écouté, accompagné des gens qui ont vécu des viols, des traumatismes"* (Dorothee). Ces paroles permettaient aux victimes de comprendre que leur histoire était *"entendable"* et qu'elle ne provoquerait ni gêne ni choc ni jugement.

2. L'accueil de la révélation : un soignant humain mais professionnel

Les victimes attendaient du soignant qu'il soit humain et non technique. Certaines avaient eu l'impression d'être trop médicalisées, *"enfermée dans une petite boîte"* (Eve). L'aspect humain faisait *"ressortir le fait que tout ce qui s'est passé c'est pas normal"* (Chloé).

L'empathie ne devait pas tomber dans la sympathie, l'humanité ne devait pas altérer le côté professionnel. Le médecin devait rester dans son rôle de médecin, d'écouter, d'accompagnant, sans exprimer de gêne, dégoût ou révolte: *"j'aurais pas supporté qu'elle tombe des nues ou qu'elle me dise oh bah ma pauvre !"* (Betty).

Un des rôles attendu du médecin après la révélation était *"d'être accompagnant"* (Eve), de pouvoir suivre et orienter si besoin

3. Nommer les réactions et les personnes

Un des besoins exprimés par plusieurs des victimes était l'explication des symptômes pour être rassurées sur leur *"normalité"*, *"on comprend que non on n'était pas fous"* (Manu). La participation à un groupe de parole leur permettait de comprendre leurs réactions. Ces réactions étaient replacées dans la normalité *"des gens qui comprennent ce que tu ressens et qui te prouvent que t'es pas folle parce qu'ils ont les mêmes symptômes que toi"* (Eve).

Le coupable et la victime devaient être nommés, pour permettre la reconnaissance en tant que victime et la déculpabilisation, *"me dire l'agresseur c'est mon père, l'agressée c'est moi"* (Annie).

IV. DISCUSSION

A. Forces et limites de l'étude

L'étude de données qualitatives était la meilleure approche pour répondre aux objectifs en permettant de décrire de manière précise les opinions, comportements et attentes des participants sur les thèmes abordés.

Afin de critiquer objectivement l'étude, il a été choisi d'utiliser comme support la grille de lecture : Consolidated criteria for Reporting Qualitative research publiée dans l'International Journal for Quality in Health care. Elle a été réalisée à partir d'une méta-analyse de l'ensemble des grilles de lecture publiées dans la littérature. Les 32 items de cette grille sont utilisés pour la critique.

1. L'équipe de recherche

L'identité de l'investigateur, ses qualifications, son occupation au moment des entretiens et son genre ont été décrits dans la partie Matériels et Méthode.

a. L'expérience et l'entraînement de l'enquêteur

L'enquêteur était novice. Il s'agissait de sa première étude qualitative.

Le manque de connaissance de l'enquêteur a été compensé par la direction du travail effectuée par le docteur Elise BENEDETTI, expérimentée et formée à la réalisation des études qualitatives.

Le manque d'expérience de l'investigateur a pu constituer un biais d'influence. Son absence d'entraînement à la réalisation d'entretien semi-dirigé a pu influencer la réponse des participants par sa personnalité, sa subjectivité, sa façon de poser des questions ouvertes, à la reformulation et à la relance.

Ce biais a été limité par la réalisation d'un guide d'entretien détaillé avec des questions de relances multiples.

b. La relation avec les participants

Le mode de recrutement s'est fait sur un mode indirect limitant le risque d'une relation établie préalablement à notre étude. Les 3 premiers participants avaient déjà rencontré l'enquêteur au cours de son stage chez le praticien, la relation "médecin-malade" déjà établie et la connaissance de leur médecin généraliste par l'enquêteur ont pu influencer les réponses.

c. Les caractéristiques de l'investigateur

L'investigateur était une interne en médecine générale. Ce statut pouvait constituer une limite et influencer la direction des entretiens en inhibant la réponse des parents avec une peur de "mal répondre", de juger la prise en charge effectuée par leur médecin généraliste. L'élaboration du guide a été un élément clé pour limiter ce biais d'influence.

2. La conception de l'étude

La méthodologie choisie, le processus d'enregistrement, les notes des entretiens et leur durée ont été décrits dans la partie matériels et méthode. Les entretiens n'ont pas été répétés.

a. Constitution et caractéristiques de l'échantillon raisonné

Contrairement aux études quantitatives, l'échantillon étudié ne doit pas être représentatif de la population générale. La représentativité de l'échantillon pourrait constituer un biais car il ne prendrait pas en compte les cas atypiques et déviants.

L'échantillon raisonné n'est pas préétabli avant les études dans la méthodologie qualitative. Le chercheur sélectionne les participants selon leurs caractéristiques pour diversifier au mieux les opinions et comportements afin d'élargir l'éventail de données à recueillir. L'échantillonnage a tenté de suivre ces règles mais les difficultés de recrutement ne l'ont pas permis complètement. Les interviewés provenaient de bassins de population différents (interviews en Saône et Loire, Isère, Rhône).

La diversité de catégorie socioprofessionnelle a été respectée. Peu d'hommes ont été interrogés. Ils auraient pu enrichir la description.

b. Entretien semi-dirigé

L'entretien individuel a permis aux interviewés de s'exprimer librement dans la mesure où ils ne subissaient pas la pression psychologique d'autres participants. Ceci aurait pu être le cas dans des focus-group. Les interviewés pouvaient s'affranchir des considérations liées au statut social et à l'image que chacun souhaitait donner de lui-même.

c. Lieu de déroulement des entretiens

Les lieux des entretiens ont été choisis par les interrogés sur des critères de praticité et d'intimité.

Les entretiens 1, 2, 3 ont été réalisés dans le cabinet médical de leur médecin référent, ce qui a pu inhiber l'expression des interviewés.

Le dixième entretien s'est déroulé dans un lieu public ce qui aurait pu gêner son déroulement.

Le domicile constituait un lieu neutre n'influençant pas les réponses. Les entretiens réalisés au domicile n'ont pas été perturbés par la présence de tierce personne.

Dans cette étude, la diversité des lieux n'a pas entraîné de différence dans la durée ou la qualité de l'entretien.

d. Elaboration du guide d'entretien

Deux entretiens pilotes ont été réalisés afin de vérifier la compréhension des questions posées aux participants.

e. Retour des participants sur la retranscription

La retranscription des entretiens n'a pas été retournée aux interviewés pour s'assurer de leur approbation du contenu. Le retour des participants aurait pu valider la crédibilité de l'étude en confirmant que la retranscription correspondait bien à ce qu'ils voulaient exprimer.

f. La saturation des données

Le recueil et l'analyse des données après chaque entretien a permis de repérer les occurrences des thèmes et sous thèmes exprimés. Il est apparu une redondance des idées au douzième entretien. Les entretiens ont été poursuivis jusqu'au quinzième entretien pour s'assurer de l'absence d'apparition de nouvelles thématiques.

3. Analyse et conclusion

Deux chercheurs ont participé à l'étude.

L'analyse transversale classifiant les thèmes et sous thèmes sous forme de graphique "Simplemind[®]" est présentée dans l'annexe 5. Les thèmes et sous thèmes n'ont pas été préétablis et sont issus de l'analyse progressive de nos entretiens.

Il n'a pas été utilisé de logiciel qui aurait pu aider le chercheur dans l'analyse des *verbatim* et dans le repérage de leurs occurrences.

a. Les résultats

Les résultats ont été décrits par thèmes répondant à la question d'étude. Ils étaient illustrés par les citations les plus pertinentes et marquantes. Tous les thèmes évoqués par les victimes n'ont pu être traités.

Les souvenirs d'enfance ont été limités par la mémoire et potentiellement interprétés par l'adulte suite aux thérapies. Le stade de récupération du traumatisme a pu influencer les réponses. 11 participants faisaient ou avaient fait partie d'une association et avaient préalablement eu l'occasion de réfléchir et communiquer sur ce sujet, leur réflexion pouvait être plus aboutie.

Les émotions du chercheur face au vécu des interviewés ont pu perturber le déroulement de l'entretien.

b. L'analyse des données

Les 2 différentes analyses réalisées de manière indépendante par les 2 chercheurs ont permis de réduire la perte d'information, de vérifier la cohérence et le sens des idées exprimées en limitant les biais d'interprétation, de faciliter la création du plan commun d'interprétation. Les thèmes ressortant et ne répondant pas à la question posée par l'étude n'ont pas été traités.

B. L'expression du corps

Dans ses recommandations de 2011, la HAS reprend plusieurs études internationales pour établir une liste d'indices évocateurs d'inceste. La présomption s'effectue sur un faisceau d'arguments concordants, il n'existe ni signe spécifique ni outil validé en France pour aider au diagnostic [5].

Comme chez l'enfant, aucun symptôme n'est spécifique chez l'adulte mais la multiplicité des signes doit alerter le médecin. La conférence de consensus de la Fédération Française de Psychiatrie cite le syndrome de stress post-traumatique, l'anxiété, la dépression, les difficultés d'ordre sexuel et domestique, les conduites addictives, les troubles du comportement alimentaire, les automutilations [12]. Des conséquences organiques sont démontrées. Une étude rétrospective de Dong menée de 1995 à 1997 sur 17337 adultes a identifié l'antécédent de violences dans l'enfance comme un facteur de risque cardiovasculaire indépendant des facteurs de risques reconnus [15]. En 2000, Heim a montré que les femmes ayant des antécédents d'abus sexuels dans l'enfance sécrétaient six fois plus d'ACTH en réponse aux stress que les femmes sans antécédent. Cette hypersécrétion pouvait participer aux troubles de l'humeur et aux troubles anxieux [16].

Selon Salmona, 60% des victimes de violences sexuelles développent un état de stress post-traumatique. Le non dépistage de celui-ci est à l'origine d'une minimalisation des symptômes ou à l'inverse d'une dramatisation avec possible étiquetage en pathologie psychiatrique [11].

Le post-partum est une période à risque. Il s'agit au même titre que les examens médicaux d'un "élément gâchette" selon l'expression de Bala [17].

C. Le mur du silence

La méconnaissance du caractère abusif de l'agression est retrouvée dans la plupart des entretiens. D'après Josse, les jeunes enfants sont incapables de remettre en cause la probité des actes de l'agresseur, proche représentant l'autorité morale [18]. Selon Daligand, l'enfant voit dans l'attitude incestueuse l'amour de ses parents, et souvent pense que l'initiation au plaisir génital doit être faite par le père [19]. La compréhension de l'anormalité se fait plus tard, par comparaison avec les autres enfants. S'installent alors la honte et la culpabilité. Cela montre l'importance des campagnes d'information et de prévention comme le programme "Mon corps c'est mon corps" Canadien ou la campagne de Janvier 2014 du Collectif Féministe Contre le Viol "Un enfant n'est jamais consentant". La Fédération Française de Psychiatrie estime que ces campagnes n'apportent pas la preuve qu'un enfant saura se défendre contre une agression sexuelle s'il en a entendu parler, mais l'information

faciliterait la révélation [12]. La prévention individuelle consiste à questionner l'enfant seul en consultation sans présence d'un tiers. Girodet propose d'utiliser un vocabulaire adapté à l'enfant et des questions indirectes: "Est-ce que quelqu'un t'a fait quelque chose qui t'a fait très peur ou que tu n'as pas aimé?" [20]. Dans une étude américaine de 2002, Devoe suggérait l'utilisation de questions ouvertes et ciblées: "Parle moi de ton papa, y a t-il des choses que tu aimes/n'aimes pas chez lui?" [21].

Spécificité de l'inceste, la proximité affective avec l'abuseur est citée par Josse comme un facteur de sous-déclaration des faits. L'attachement à l'agresseur et la peur des conséquences négatives pour la famille rendent la révélation plus difficile. Garder le secret est un moyen de maintenir la cohésion et de protéger la famille [18].

Selon Daligand, l'enfant fait des révélations qui n'auront pas les effets escomptés parce qu'il sait en les disant qu'elles ne seront pas crues [19]. Le manque de crédibilité accordé aux victimes est d'autant plus important dans le cas des violences intrafamiliales. Josse ajoute que l'enfant est peu enclin à parler en l'absence de personne de confiance. Abusé par un proche, il doute de la bienveillance des adultes. Il est donc capital de préciser à l'enfant qu'il est cru, auquel cas le risque de rétractation est majoré [18].

Summit résume le syndrome d'adaptation de l'enfant victime en 5 phases: le secret, la relation d'autorité, l'adaptation de l'enfant (il accepte et survit), le dévoilement retardé et non convaincant, la rétractation [22].

Une étude de Williams (1994) a consisté à interroger 129 femmes hospitalisées dans l'enfance pour une violence sexuelle. 38% n'avaient aucun souvenir de celle-ci 17 ans plus tard [23].

D. Les attentes envers le médecin généraliste

1. Le questionnement

L'ensemble des personnes interrogées souligne l'importance de poser la question des violences sexuelles. En 2010, une étude néo-zélandaise tirait les mêmes conclusions, les victimes auraient aimé pouvoir en discuter avec leur médecin mais attendaient que celui-ci les interroge. Elles ne révélaient qu'aux professionnels qu'elles évaluaient attentifs et sensibilisés à ces questions. Le mode de questionnement n'était pas consensuel. Certains suggéraient de poser la question de manière systématique dans la collecte des antécédents à l'accueil de chaque nouveau patient. D'autres proposaient que la question soit intégrée à un questionnaire écrit, l'écriture semblant un mode de sortie de silence plus protecteur. D'autres préféraient que la question ne soit posée qu'après plusieurs consultations pour se sentir en sécurité avec le praticien. Pour ces dernières, la question devait faire suite à une

suspicion et non être systématique [24]. Ouvrir sur de possibles violences est primordial. Les questions sont à adapter à chaque patient selon les symptômes qu'il présente, avec tact et pudeur.

Une étude Canadienne de 2004 a donné lieu à l'édition d'un "Manuel de pratique sensible à l'intention des professionnels de santé" construit à partir de "leçons tirées de survivantes d'abus sexuels dans leur enfance". Les survivants disaient être à l'affût de signaux tels qu'affiches et brochures attestant la sensibilisation du praticien. Le manuel recommandait d'interroger systématiquement sur des antécédents de violences pour rompre la loi du silence. Il était important d'éviter les questions directes, soulagements pour certains mais trop intrusives pour d'autres. Les questions devaient être présentées de manière à souligner le lien entre violences et santé: "Y a-t-il, dans votre passé, des événements posant des difficultés au moment de subir un examen?" Il est préconisé de systématiquement recourir aux deux méthodes écrite et orale [25].

2. L'accueil de la révélation

L'humanité et l'empathie ressortent dans la plupart des études. La Fédération Française de Psychiatrie insiste sur la qualité de l'accueil qui ne doit pas inhiber l'expression de la souffrance. L'entretien ne doit être ni suggestif, ni intrusif, ni humiliant. Il faut prendre en compte la personne en souffrance et non le traumatisme, avec une écoute empathique. L'accent doit être mis sur l'accompagnement, préparé dès la révélation avec anticipation du parcours ultérieur [12].

Les Canadiens préconisent de témoigner empathie et compassion, de préciser le secret professionnel, de valider la divulgation, de rassurer et proposer un suivi personnalisé [25]. Comme l'ont dit les participants, il s'agit de trouver l'équilibre entre empathie et sympathie en évitant de véhiculer de la pitié et d'exagérer les éléments négatifs. Pour Bala, les patients doivent se sentir crus et entendus, il faut valoriser leur force et leur courage et déculpabiliser en remettant coupable et victime à leur place [17].

L'étude Néo-Zélandaise ajoute que les patients ne doivent pas être traités différemment après la révélation. Certaines personnes interrogées avaient le sentiment d'être cataloguées [24]. Une étude française de 2011 a montré que des médecins ont tendance par la suite à attribuer tous les symptômes à cet événement de vie. Dans cette étude, plusieurs médecins évoquaient un malaise ressenti lors de la révélation [26]. Salmona parle de stress émotionnel chez les personnes recevant la parole des victimes. Dans un inceste, ce stress est majoré par la connaissance de l'agresseur et la remise en cause de l'opinion que le soignant avait de l'agresseur [11]. Les Canadiens recommandent aux praticiens de ne pas ignorer leur

propre malaise, au risque de le faire ressentir au patient. Cela augmenterait les sentiments de honte et culpabilité chez la victime [25].

3. Nommer les réactions

Plusieurs survivants expriment le sentiment d'être "fous", impression renforcée pour Salmona par la méconnaissance des conséquences psychotraumatiques et des mécanismes neurobiologiques en jeu [11]. L'absence de connexion entre les symptômes et l'antécédent de violences sexuelles peut conduire à les étiqueter à tort comme pathologie psychiatrique. Bala recommande dès la révélation d'expliquer que les symptômes doivent être vus comme un vestige de mécanismes de survie et non comme des signes de folie [17]. Les victimes sont particulièrement en demande d'explications scientifiques sur la mémoire traumatique.

Selon Salmona, la compréhension de ces mécanismes permet aux victimes de retrouver un sentiment de dignité [11].

V. CONCLUSIONS

Selon les données épidémiologiques, chaque médecin généraliste a dans sa patientèle des enfants victimes d'inceste et des adultes survivants d'inceste. Les conséquences dévastatrices de l'inceste font du dépistage un enjeu considérable aussi bien chez l'enfant que chez l'adulte. Il s'agit pour le praticien d'y penser, d'être capable d'évoquer l'inceste face à des symptômes répétés et de pouvoir interroger l'enfant seul sans ses parents. Informer les enfants sur les abus sexuels est capital. Ils sont nombreux à méconnaître l'anormalité d'une telle relation. Chez l'adulte, poser systématiquement la question d'antécédent d'inceste permettrait d'abattre certains murs du silence qui emprisonnent les victimes. Les survivants d'inceste attendent de leur médecin des informations sur la normalité de leurs symptômes, de nommer victime et bourreau et un accompagnement. Un questionnaire écrit est un moyen possible pour vaincre non seulement le malaise de la victime mais également celui du médecin. Les consultations médicales réveillent chez certaines victimes un sentiment de vulnérabilité en réitérant les traumatismes. Il convient d'être vigilant lors de chaque consultation à promouvoir un sentiment de sécurité.

Nom, prénom du candidat : CHARBIT Céline

CONCLUSIONS

Selon les données épidémiologiques, chaque médecin généraliste a dans sa patientèle des enfants victimes d'inceste et des adultes survivants d'inceste. Les conséquences dévastatrices de l'inceste font du dépistage un enjeu considérable aussi bien chez l'enfant que chez l'adulte. Il s'agit pour le praticien d'y penser, d'être capable d'évoquer l'inceste face à des symptômes répétés et de pouvoir interroger l'enfant seul sans ses parents. Informer les enfants sur les abus sexuels est capital. Ils sont nombreux à méconnaître l'anormalité d'une telle relation. Chez l'adulte, poser systématiquement la question d'antécédent d'inceste permettrait d'abattre certains murs du silence qui emprisonnent les victimes. Les survivants d'inceste attendent de leur médecin des informations sur la normalité de leurs symptômes, de nommer victime et bourreau et un accompagnement. Un questionnaire écrit est un moyen possible pour vaincre non seulement le malaise de la victime mais également celui du médecin. Les consultations médicales réveillent chez certaines victimes un sentiment de vulnérabilité en réitérant les traumatismes. Il convient d'être vigilant lors de chaque consultation à promouvoir un sentiment de sécurité.

Le Président de la thèse,
Professeur Liliane Daligand



Vu et permis d'imprimer
Lyon, le 22.10.2014

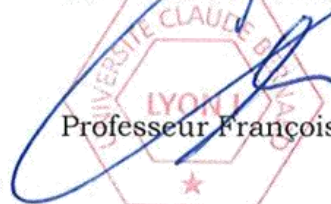
30 OCT. 2014

VU :
Le Doyen de la Faculté de Médecine
Lyon-Est



Professeur Jérôme ETIENNE

VU :
Pour Le Président de l'Université
Le Président du Comité de Coordination
des Etudes Médicales



Professeur François-Noël GILLY

VI. BIBLIOGRAPHIE

1. IPSOS, AIVI, Axa atout cœur. Les français face à l'inceste. Rapport d'étude. Paris ; 2009.
2. Observatoire national de l'action sociale décentralisée. L'observatoire de l'enfance en danger: guide méthodologique. Paris: ODAS, 2001.
3. World Health Organization. World report on violence and health. Geneva: WHO, 2002.
4. World Health Organization. International Society for prevention of child abuse and neglect. Preventing child maltreatment. A guide to taking actions and generating evidences. Geneva: WHO, 2006.
5. Recommandations de bonne pratique. Repérage et signalement de l'inceste par les médecins : reconnaître les maltraitances sexuelles intrafamiliales chez le mineur. Paris: HAS, 2011.
6. Code Pénal. Loi n°2010-121 du 08/02/2010.
7. Service National d'Accueil Téléphonique de l'Enfance en Danger. Bulletin annuel n°3. Données 2013. SNATED; 2014.
8. Service National d'Accueil Téléphonique de l'Enfance en Danger. Etude statistique relative aux appels du SNATED en 2012. SNATED ; 2013.
9. Observatoire national de l'enfance en danger : une estimation du "chiffre noir " de l'enfance en danger par le biais des études de victimation. ONED; 2008.
10. Institut National de la Santé et de la Recherche Médicale, Institut National d'Etudes démographiques, Agence nationale de recherche sur le sida et les hépatites virales, Bajos N, Bozon M. Enquête sur la sexualité en France. Pratiques, genre et santé. Paris : Edition La Découverte, 2008.
11. Salmona M. Le livre noir des violences sexuelles. Paris: Dunod, 2013.
12. . Fédération Française de Psychiatrie avec le soutien de la Direction Générale de la Santé. Conséquences des maltraitances sexuelles: les reconnaître, les soigner, les prévenir.

7ème conférence de consensus de la Fédération Française de Psychiatrie. Paris: Fédération Française de Psychiatrie, 2004.

13. Poplawski S, Bravo C. Le lien entre obésité morbide et abus sexuel est confirmé. Congrès annuel de la North American Association for study of obesity. Fort Lauderdale: s.n., 2003.

14. World Organization of National Colleges, Academies and Academic Associations of General Practitioners/Family Physicians. Définition européenne de la médecine générale-médecine de famille. Barcelone: WONCA Europe, 2002.

15. Dong M, Giles WH, Felitti VJ, et al. Insights into causal pathways for ischemic heart disease: adverse childhood experiences study. *Circulation*. 2004;110:1761-6.

16. Heim C, Newport DJ, Heit S et al. Pituitary-adrenal and autonomic responses to stress in women after sexual and physical abuse in childhood. *JAMA*. 2000;284:592-7.

17. Bala M. Caring for adult survivors of child sexual abuse. Issues for family physicians. *Can Fam Physician*. 1994;40:925-31.

18. Josse E. Déceler les violences sexuelles faites aux enfants. 2007. Disponible sur : <http://www.resilience-psy.com>.

19. Daligand L. L'enfant et le diable. Accueillir et soigner les victimes de violences. Paris: L'Archipel, 2004.

20. Girodet D. Accueil et prise en charge aux urgences pédiatriques des enfants victimes d'abus sexuels. In: Aujard Y, Beaufile F, Chaussain JL et al., ed. Journées parisiennes de Pédiatrie 1997. Paris: Médecine-Sciences Flammarion;1997.351-4.

21. Devoe ER, Faller KC. Questioning strategies in interviews with children who may have been sexually abused. *Child Welfare*. 2002;81:5-31.

22. Summit RC. The child sexual abuse accommodation syndrome. *Child abuse and neglect*. 1983;7:177-93.

23. Williams LM. Recall of childhood trauma: A prospective study of women's memories of child sexual abuse. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*. 1994;62:1167-76.
24. McGregor K., Glover M, Gautam J, Jülich S. Working sensitively with child sexual abuse survivors: What female child sexual abuse survivors want from health professionals. *Women and Health*. 2010;50:737–55.
25. Schachter CL, Stalker CA, Teram E, Lasiuk GC, Danilkewich A. Manuel de pratique sensible à l'intention des professionnels de la santé – Leçons tirées des personnes qui ont été victimes de violence sexuelle durant l'enfance. Ottawa: Agence de la santé publique du Canada, 2009.
26. Meslin J. Rôle du médecin généraliste dans la révélation tardive d'abus sexuels par les patients. Thèse d'exercice de médecine. Nantes: s.n., 2011.

ANNEXES

Annexe 1 : Guide d'entretien

Informations socioprofessionnelles:

- âge
- profession
- lieu de vie

- ✓ Aviez-vous un médecin généraliste à l'époque des faits ?
- ✓ S'agissait-il du même médecin que votre agresseur ?
- ✓ L'avez-vous consulté et pour quels motifs ?
- ✓ Quelles étaient vos attentes vis-à-vis de votre médecin à l'époque ?
- ✓ quels étaient les obstacles à la révélation?
- ✓ qu'est-ce qui aurait pu vous en faire parler?

La révélation au médecin actuel

- ✓ quand ?
- ✓ comment s'est-elle déroulée ?
- ✓ quels ont été les facteurs favorisants ?
- ✓ quels ont été les obstacles ?
- ✓ quelles étaient vos attentes lors de cette révélation ?
- ✓ quelle a été la réaction de votre médecin ? L'estimez-vous adaptée ?
- ✓ qu'aurait-il fallu dire ou ne pas dire ?
- ✓ Vous a-t-il expliqué ce qu'il allait faire de votre parole?
- ✓ Vous a-t-il expliqué la loi ?
- ✓ Vous-a-t-il orienté ? Vers qui ?

Suites

- ✓ la prise de parole a-t-elle été libératrice ?
- ✓ quel a été l'accompagnement qui a suivi ?
- ✓ avez-vous revu régulièrement votre médecin concernant ce sujet ?
- ✓ qu'est-ce qui vous a aidé à avancer ?
- ✓ qu'est ce qui aurait pu vous aider à avancer ?

Que doivent savoir les médecins en prenant en charge les victimes d'inceste ?

Annexe 2 : Présentation par mail

Je m'appelle Céline Charbit, je suis interne en médecine générale en dernière année, je prépare actuellement ma thèse dont le sujet est "Quand les adultes victimes d'inceste sortent du silence, attentes envers leur médecin généraliste".

J'aborde donc les attentes envers le médecin généraliste au moment des faits (dépistage et prise en charge) et les attentes de prise en charge actuelle, en tant qu'adulte.

L'objectif est de faire un état des lieux de la prise en charge actuelle afin de pouvoir l'améliorer.

Pour ma thèse, je recherche d'anciennes victimes qui accepteraient de participer à des entretiens avec moi. Ces entretiens sont enregistrés, totalement anonymes et durent entre 30 minutes et 1 heure. Le lieu de l'entretien est laissé au choix de la personne interrogée.

Annexe 3 : Présentation AIVI (Association Internationale des Victimes de l'Inceste)

L'AIVI est une association internationale à but non lucratif, reconnue d'intérêt général fondée en 2000. Elle compte près de 3000 membres et plus de 200 adhérents.

Ses missions :

- Former et informer le grand public et les professionnels
- Représenter les victimes de l'inceste et de pédocriminels
- Mettre en place toutes actions thérapeutiques en faveur des victimes de l'inceste
- Défendre les droits des victimes
- Faire évoluer la législation en faveur des victimes
- Proposer à nos élus un plan d'action efficace en 20 mesures préventives pour lutter contre l'inceste
- Impliquer les élus, les entreprises, les citoyens et les victimes dans l'information sur l'inceste et ses conséquences
- Proposer, engager, ou participer à des actions de recherche

Ses actions :

- Actions militantes pour changer les lois
- Mise à disposition d'un site d'entraide et d'information
- Groupes de parole
- Publication de livres
- Congrès scientifique et formations professionnelles
- Sondage annuel IPSOS
- Médiatisation du fléau de l'inceste
- Opérations de prévention (exposition itinérante, campagnes d'information...)

L'AIVI gère 5 groupes de parole en France (Lille, Lyon, Marseille, Paris, Rennes), ouverts aux survivants d'infractions sexuelles et à leurs proches. Ils ont pour objectifs de partager l'expérience des survivants et proches concernant un thème prédéfini lié à l'inceste et de communiquer cette expérience aux autres victimes et aux professionnels concernés. Ces groupes sont enregistrés (audio), le contenu retranscrit afin de servir de base à l'élaboration de livres à l'attention des victimes et professionnels.

<http://aivi.org/>

Annexe 4 : Présentation SOS Inceste Pour Revivre

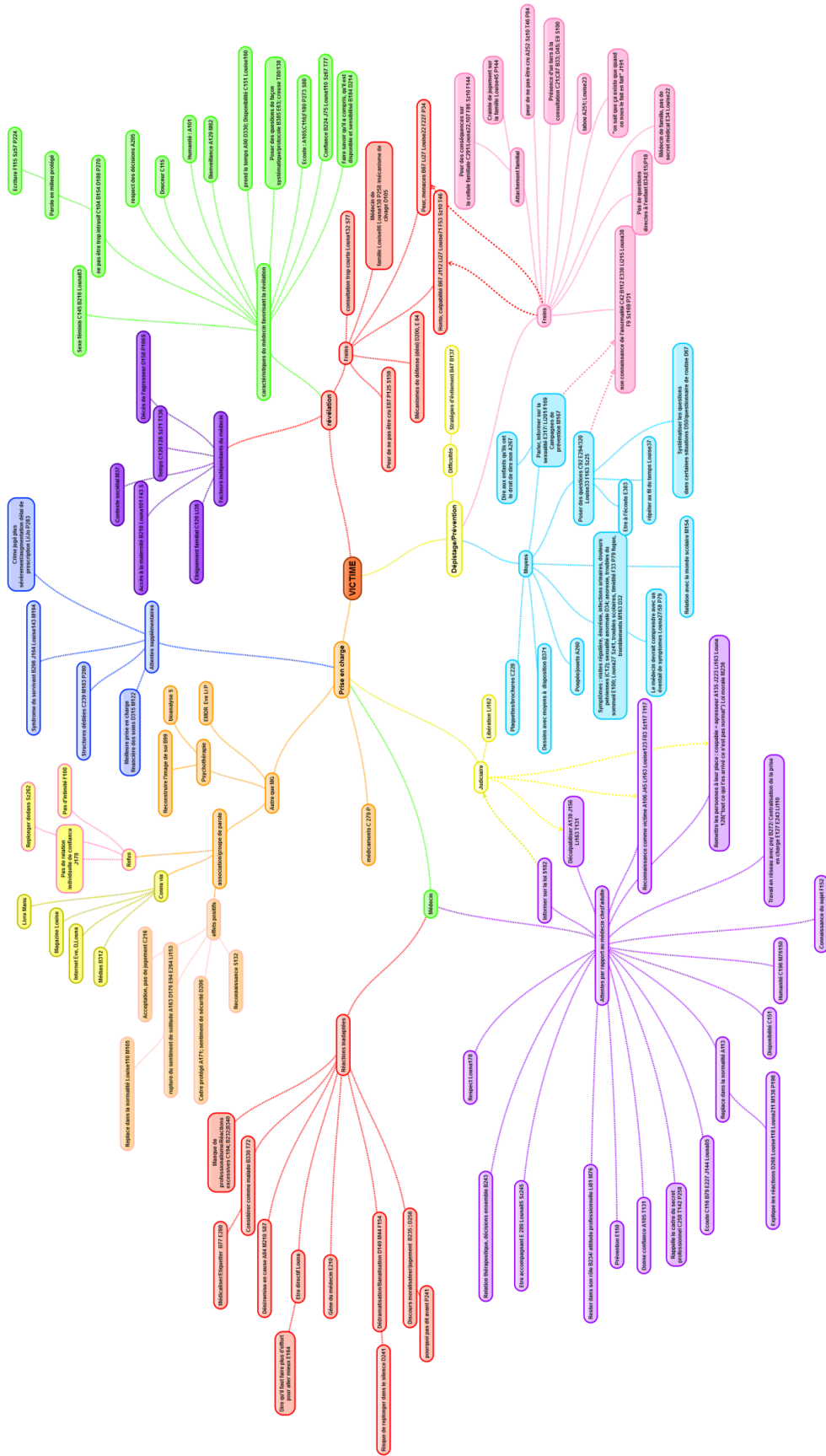
SOS IPR est une association loi 1901, reconnue d'intérêt général, fondée en 1985 et basée à Grenoble.

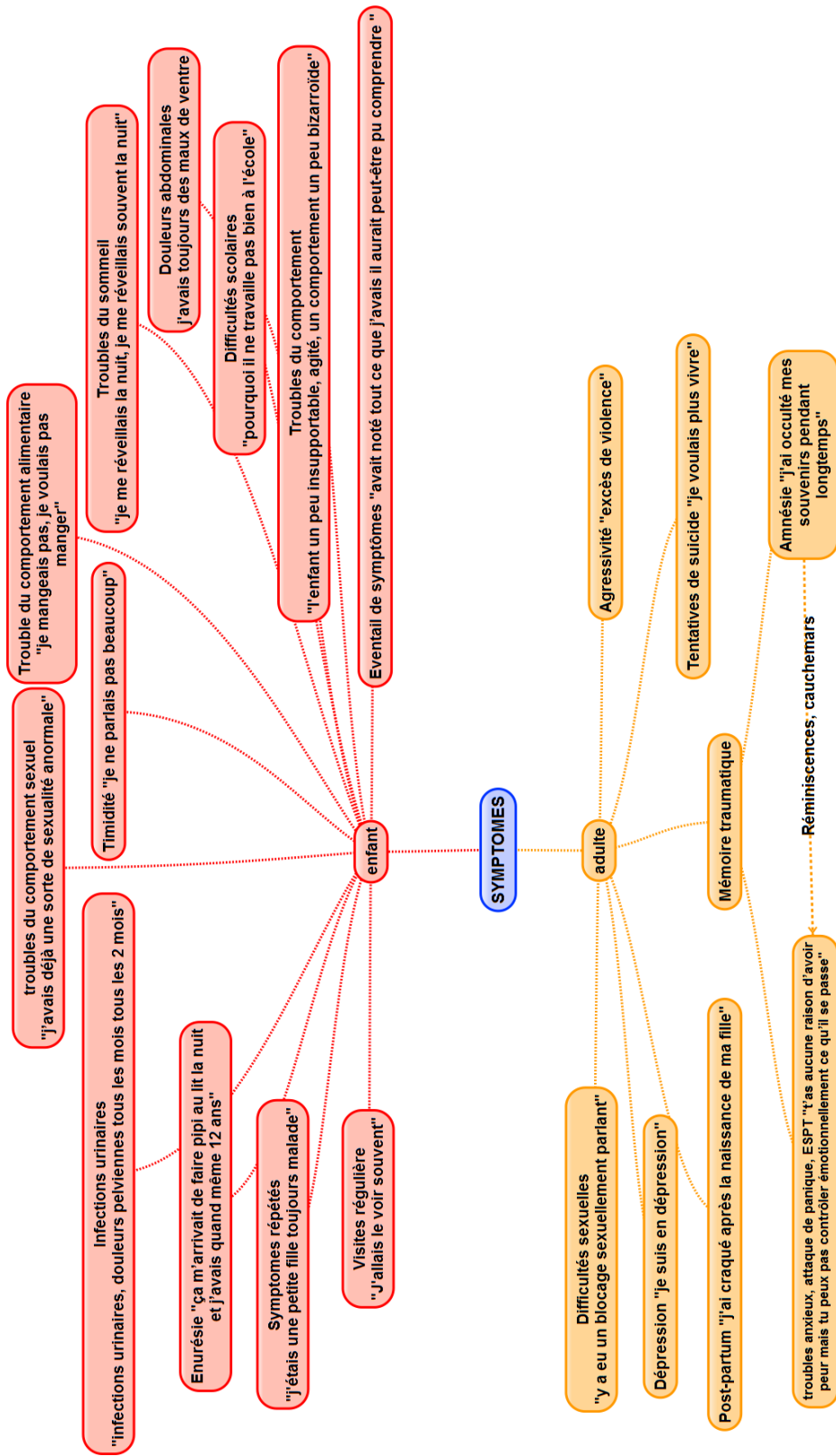
Ses actions sont :

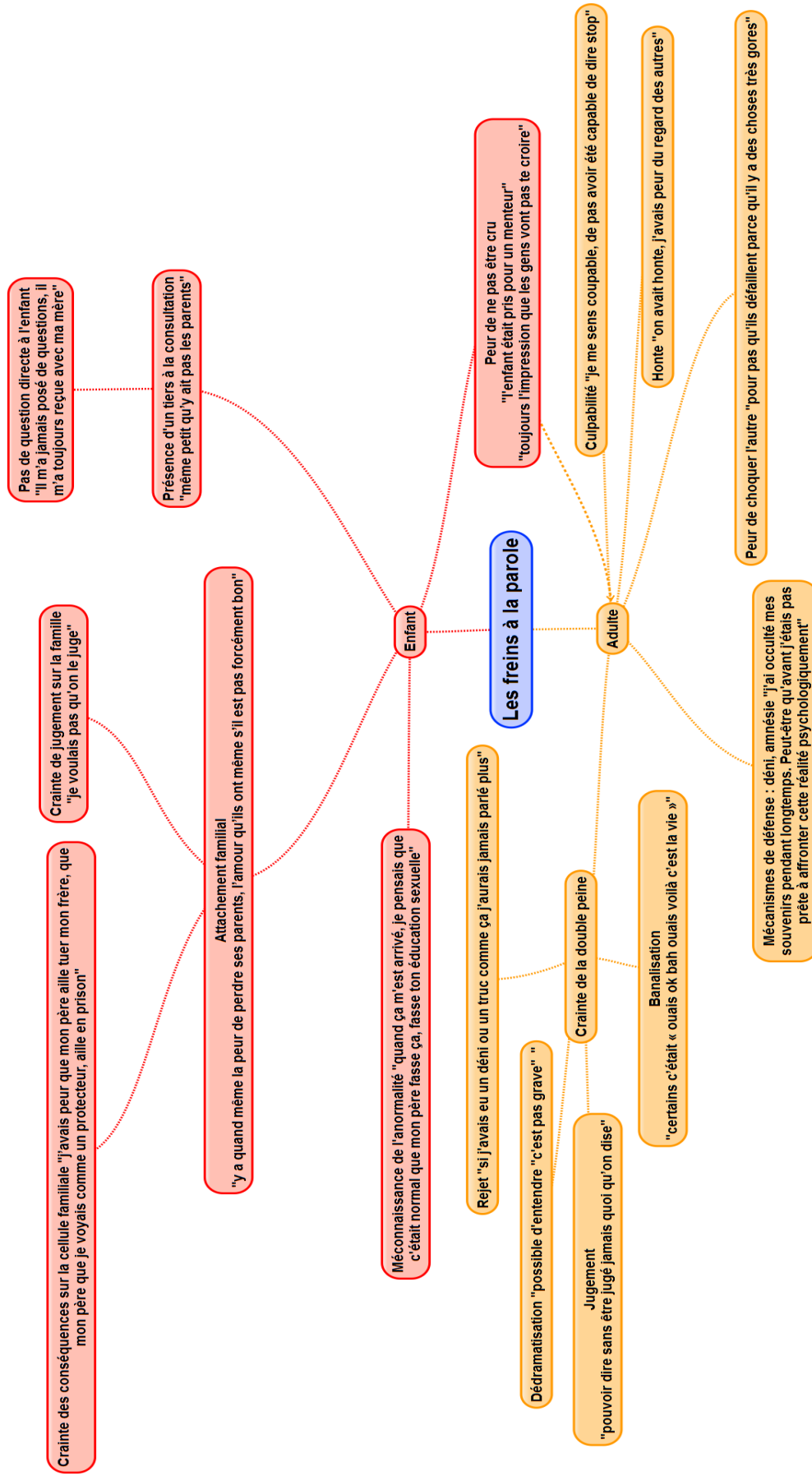
- Groupes de parole réservés aux victimes
- Groupes de parole réservés aux proches de victimes
- Permanence téléphonique d'écoute
- Entretien individuel avec 2 écoutants
- Conseils juridiques
- Publications
- Organisation de journées de recherche rassemblant victimes et professionnels
- Opérations de prévention et médiatisation

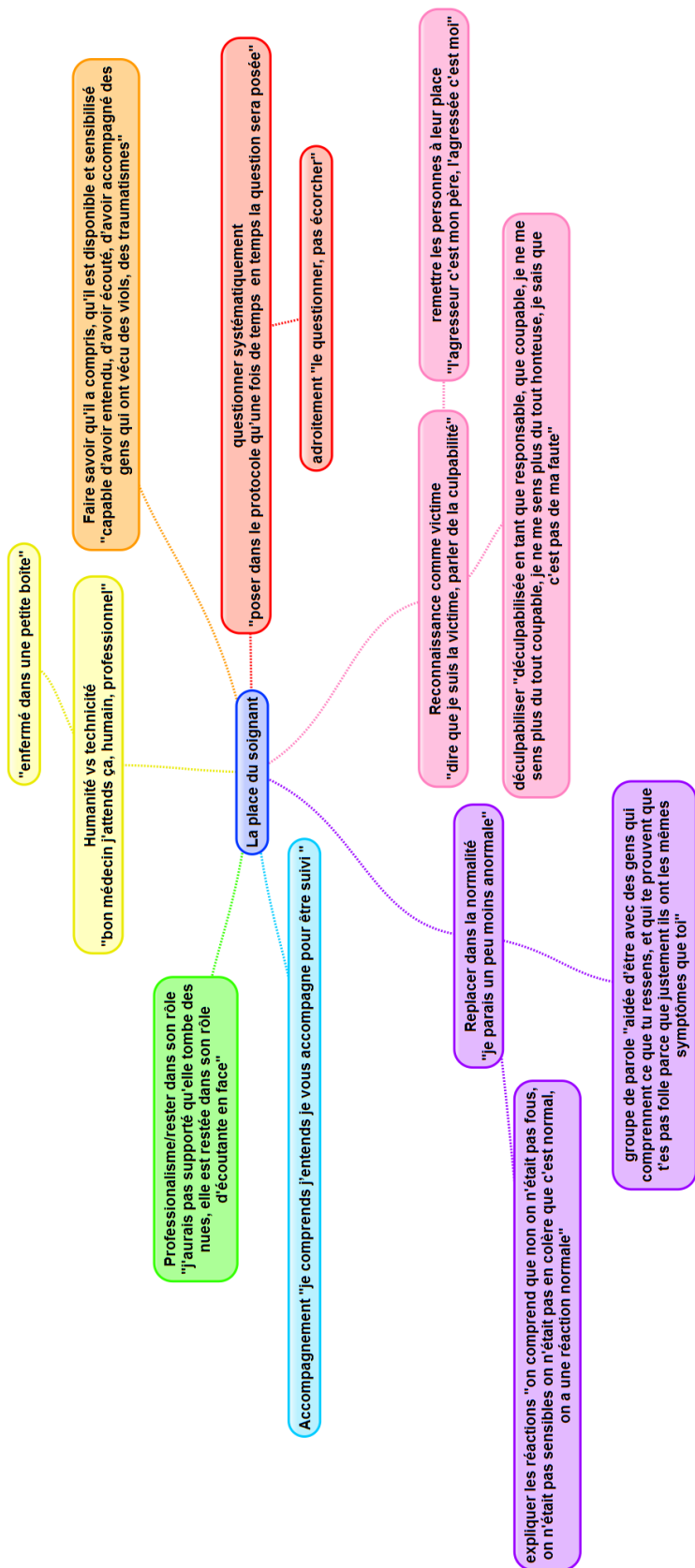
<http://www.sosinceste.org/>

Annexe 5 : Cartes heuristiques









Annexe 6 : Entretien

Entretien Carole

47 ans

sans profession

milieu urbain

33 minutes

Au cabinet de son médecin

Recrutement : maître de stage praticien

Quelle est la première personne à qui vous en avez parlé ?

La première personne à qui j'en ai parlé c'est mon époux avec qui je suis depuis 24 ans, C'est la première personne à qui je me suis confiée parce que j'étais pas niveau...euh...sexuel j'étais pas trop...en fait je suis plutôt tendresse, câlins et tout mais au niveau sexuel ...donc un moment je lui ai dit.

Et c'était combien de temps après les faits ?

Ça m'est arrivé dans l'année de mes 16 ans et mon époux je lui ai raconté....je l'ai rencontré à 21 ans donc je devais avoir 22-23 ans, le temps que je le connaisse assez bien pour me confier.

[silence]

Mais non en fait, la première personne à qui j'en ai vraiment parlé c'est à ma tante, parce que quand il s'est passé ce qu'il s'est passé, je suis partie de chez ma maman à l'âge de 16 ans, et le seul endroit où je pouvais aller c'était chez ma tata donc la sœur de ma maman et donc j'ai été obligée de lui dire pourquoi je venais et ma maman je lui ai dit que je parlais parce que l'homme avec qui elle vivait je le supportais plus, je lui ai pas donné la raison, et je suis partie chez ma tante qui m'a accueillie et c'était la première personne qui le savait.

Elle a pas osé en parler, c'est la famille c'est tabou, ils sont 7 frères et sœurs, elle m'a prise chez elle mais ça a été la guerre avec ma maman.

Et votre mère vous a jamais demandé... ?

Ah ma maman....en fait...quand il m'a...bon c'était une sodomie donc moi j'avais peur d'en parler à ma maman car elle était tellement folle amoureuse, donc j'avais peur de lui en parler et ce qu'il s'est passé c'est qu'il y a eu un enchaînement, un concours de circonstances, il la frappait régulièrement, un soir il l'a frappée donc moi j'ai défendu ma maman avec un de mes amis et en fait je lui ai cassé le nez, donc il a été à l'hôpital et ma maman m'a dit à ce moment-là « quand il reviendra, je lui fais ses valises et il s'en va ». Donc moi j'étais contente je ne dis rien, je vis avec et puis je retrouve ma maman et puis voilà et puis en fait quand il est revenu et bah elle l'a repris.

Donc moi j'ai dit « je le supporte pas, je supporte pas ce qu'il te fait », j'ai joué sur le fait qu'il était violent avec elle, j'ai pas osé lui dire donc je lui ai dit c'est lui ou moi, elle m'a dit « bah c'est lui », j'ai dit « bah je m'en vais ».

Et avec votre tante vous en avez reparlé ?

Oui on en parlait souvent, elle me disait de peut-être aller voir un docteur, de me confier, d'aller voir quelqu'un pour pas vivre avec ça plus tard, parce que ça me traumatisait j'en parlais souvent, [silence], puis bon comme je vous disais par rapport à la famille bah, y a une chose qui s'est passée c'est que je suis restée chez ma tante jusqu'à 18 ans et pour mes 18 ans ma maman elle est venue avec lui, ils étaient un petit peu beurrés et ils sont venus apporter un munster parce que c'est le fromage que je préfère, donc ils ont sonné chez ma tante, demandé s'ils pouvaient monter, on leur a servi à boire et ils m'ont offert un munster pour mes 18 ans, et je n'ai encore rien dit à ce moment-là.

A l'époque vous aviez un médecin généraliste ?

Oui à l'époque j'avais le Dr P mais j'avais honte et je me sentais salie et je me disais que ça allait retourner dans le sens que moi je suis jeune et on se pose plein de questions, on culpabilise, j'avais peur de pas être crue, c'est pour ça que je voulais pas en parler, ouais j'avais peur de pas être crue.

Et c'était le même médecin que votre maman ?

Oui, pas de ce monsieur mais de ma maman oui.

Et ce médecin ne vous a jamais posé de questions dans ce sens-là ?

Non et pourtant j'ai été sous traitement tôt parce que j'étais pas bien j'étais très agressive envers les hommes.

J'allais le voir en lui disant que j'étais pas bien et puis c'est tout. Je me sentais déprimée, agressive donc il m'a donné un petit traitement mais j'allais pas le voir souvent, juste pour renouveler mon traitement mais non non je lui en ai pas parlé. Moi mon mal être je savais de quoi il venait, mais j'avais pas envie de lui en parler.

Et qu'est-ce qui vous bloquait pour lui en parler ?

La honte, la culpabilité et puis j'avais pas envie de parler, je crois que j'ai été habituée comme ça, de par une enfance qui n'était pas facile non plus, on a été habitué à pas se plaindre, à rien dire. Moi ce qui m'a délivrée c'est après, les thérapies de groupe, les thérapies individuelles, tout ce que j'ai découvert après, c'est ça qui me permet maintenant d'arriver à parler, avant je parlais pas.

Et ça c'est avec le Dr W. ? Comment s'est passé la révélation avec lui ?

Il me suit depuis 1999, c'est venu que euh... j'en ai parlé à mon mari parce que j'ai toujours été agressive et mon mari m'a dit un jour « tu peux pas rester comme ça faut que tu fasses le deuil de ça, le seul moyen c'est d'aller voir un psy, donc moi un psy je suis pas...tarée ni malade je suis une victime j'ai pas envie d'aller voir un psy, donc j'ai réagi comme ça et je me suis dit bon je vais en parler au Dr W. puisque je sais pas...c'est une personne avec qui j'avais envie de parler. Avant lui, j'avais

déjà pris contact avec un CMP, où j'avais rencontré une dame...mais c'était pas passé, puis j'avais pris rendez-vous avec le psy de mon cousin....ça s'est mal passé et donc je me suis sentie en confiance avec le Dr W. donc un jour je lui ai expliqué vaguement, je lui ai dit que j'étais violente, que mon comportement me faisait peur, que quand on m'agressait dans la rue en paroles ou en gestes, je cherchais... et après de par la discussion, il a creusé un petit peu et a réussi à faire sortir petit à petit pourquoi j'aimais pas les hommes, que je savais pourquoi et que c'était dur d'en parler, que j'avais été violée quand j'étais plus jeune et voilà...

Et après il m'a orienté vers le CESAP, un centre de thérapies de groupe.....euh....où j'ai rencontré des psychiatres, psychologues, infirmiers. J'y allais une fois par semaine et en parallèle je venais chez lui pour qu'il me motive, je venais la veille, parce que c'est dur d'aller en thérapie de groupe, de tout sortir, de tout reprendre dès le départ c'est super dur. Donc je venais chez lui la veille tout le temps pour oser franchir le pas le lendemain.

Et la thérapie de groupe ça vous a aidé ?

Ça m'a bien aidée ouais, ça a été dur au départ, très dur, parce que j'avais du mal à parler, bon c'est bien parce qu'on choisit des images...c'est bien amené donc on y arrive mais c'est long. Donc y avait thérapies de groupes et une fois par mois on faisait un bilan avec le psychiatre.

C'est vrai que j'ai mis le temps, un moment j'arrivais tellement pas à parler que j'ai voulu partir de la séance c'était très très tendu, ils voulaient appeler le Vinatier, mais moi j'ai dit non, appelez mon médecin parce que si vous m'enfermez, que je vois plus mon mari et mes gosses, ma vie n'a plus aucun sens, c'est terminé. Et après ça s'est bien passé, j'ai appris à me calmer, en même temps je me disais je suis pas tarée, on pense tout le temps quand on va voir les pys c'est parce qu'on a un problème nous mais le problème c'est pas ma faute, c'est la faute d'une personne mais si j'en parle pas que je le dis pas, que je me libère pas j'avancerai pas dans ma vie donc j'ai persisté j'y suis allée grâce au Dr W. et mon époux.

Ça a duré combien de temps ?

Longtemps, j'ai déjà parlé au Dr W. pendant 2 ans et pendant ces 2 ans j'ai essayé plusieurs psy qui ont pas collé et au CESAP ça a duré bien 2 ou 3 ans.

Et depuis ?

Y a eu une suite quand même, le Dr W. m'a proposée de déposer une plainte à la gendarmerie, donc il a fait un courrier en disant que pour faire un deuil définitif ce serait bien de retrouver cette personne et d'avoir une confrontation donc euh... c'est ce qu'il s'est passé, donc j'ai été convoquée et je me suis retrouvée en face de [silence] cet homme. Et là ça a été très dur, au départ j'étais bien calme et après je rêvais que d'une chose, sa mort, donc ça a été dur, j'étais venue avec l'infirmière du CESAP qui m'avait accompagnée pour ce rendez-vous et puis ça m'a fait du bien. J'ai eu mal mais ça m'a fait du bien de dire ce que j'avais à lui dire. J'ai pas déposé plainte parce que les 10 ans étaient passés donc il aurait fallu que je prenne un avocat...c'était passé. Mais je savais tout, j'aurais pu aller plus loin mais en fait ça m'a fait un bien fou.

Les lieutenants lui ont fait comprendre qu'il avait tout à fait tort, ça fait du bien, il en a pris plein la tête ça m'a fait du bien.

Et y a d'autres choses qui auraient pu vous aider à avancer ?

Ah bah ça aurait été que ma maman se rende compte elle-même parce que c'est arrivé on était dans le même lit.

Je lui en ai parlé après parce qu'elle a été convoquée avec ma tante par la police ; elle m'a dit qu'elle m'aurait crue, qu'il aurait fallu que j'en parle, mais bon c'est facile de dire ça après mais je lui en veux, j'aurais pu être libérée plus tôt.

Mais ça m'a fait du bien de lui parler car je lui vouais une haine assez importante. Et grâce au Dr W. j'ai réussi de plus en plus à discuter avec elle car au début la discussion était vraiment fermée.

Il y a des phrases qu'on vous a dites qui vous ont marqué ?

Dr W. m'a toujours dit qu'il ne fallait pas que je culpabilise, que j'ai honte et qu'il fallait réapprendre àfaire l'amour, il m'a redonnée confiance en moi, pour ne plus trouver que le sexe c'était sale, il m'a aidé dans ce sens.

Et avec votre précédent médecin, qu'est-ce qui vous aurez poussé à parler ?

Je sais pas...à l'époque j'étais trop jeune, je pense que j'aurais pas parlé, on aurait pu me torturer, non j'aurais pas pu. C'était pas le moment.

Et puis il était très sympa mais il creusait pas, il m'a jamais posé de questions, il se concentrait juste sur la raison de la venue.

Qu'est-ce que les médecins doivent savoir en prenant en charge les victimes d'inceste ?

C'est génial d'en parler à son médecin, ce serait bien qu'ils aient une confiance absolue, il est tenu par le secret professionnel et c'est le seul à pouvoir vous aider.

Moi sincèrement j'aurais préféré trouver le bon psy en individuel mais bon comme en individuel j'ai pas pu trouver la personne qui me correspondait, donc groupes de parole c'est pas mal mais c'est quand même mieux de démarrer à 2 avec un psy en face. Mais un généraliste m'allait parfaitement bien, c'est juste que le Dr W. avait quand même un peu peur de tout ce que j'avais vécu et mon comportement donc il fallait que j'aie plus loin, mais si on a une entière confiance en son généraliste c'est bien.

Et au niveau médicament ?

Des psys m'ont proposé des traitements qui cassaient bien, dès que je les prenais je tenais plus debout, et quand j'étais au CESAP aussi...12 cachets par jour.

Ça me calmait un peu au niveau violence physique ou oral, ça m'apaisait un peu. Après je sais pas si ça aide véritablement, si c'est une solution mais bon moi on m'a expliqué qu'il n'y a pas de psychothérapie sans médicaments à côté.

Vous avez des regrets par rapport à votre prise en charge ?

Pas aimé qu'on veuille m'interner au Vinatier, j'avais du mal à vouloir y retourner mais sinon non aucun regret parce que je vais vous dire franchement, si j'avais pas eu le Dr W. qui m'avait suivi je serai plus de ce monde, j'aurais tout fait. Je me suis scarifiée, j'ai bu de l'alcool avec des cachets, mais ce que j'essayais surtout c'est d'être dans la provoc, fallait que je combatte contre un homme et qu'il m'achève, j'espérais avoir une bagarre et qu'il me finisse.

Il y a eu d'autres conséquences ?

J'ai eu beaucoup de mal avec mes enfants, ça c'est le seul truc qui est resté, c'est la peur pour mes enfants, bien les entourer, les surprotéger. Ma fille a 13 ans, c'est sans arrêt, c'est une obsession, j'arrive pas....enfin j'y arrive parce qu'on y travaille, j'arrive à m'endormir maintenant. Je suis un peu trop prévenante. Faut pas que ça arrive à un de mes gosses je ferais tout pour les protéger, faut surtout pas qu'on touche à un de mes gosses. Faut surtout pas qu'il leur arrive ça, ça c'est encore difficile. Je parle toujours avec eux.

Ils sont au courant parce qu'ils vivaient mal mes excès de violence, fallait que je leur dise, que j'explique que mon état s'expliquait par quelque chose.

Et des conséquences physiques ?

Y a mon poids, dès que ça va pas, je prends bien du poids, c'est psychologique je pense. Mais j'exprimais tout par l'agressivité.

Vous avez des regrets de ne pas en avoir parlé plus tôt ?

Non c'était le bon moment je crois. Je regrette de ne pas avoir pu en parler tout de suite aux 2 personnes concernées mais bon c'est fait c'est fait. Mais après j'ai été bien aiguillée, je suis tombée sur la bonne personne au bon moment, la personne qui m'a permis de me délivrer.

Et si votre mari ne vous avait pas dit d'en parler au médecin ?

[Silence]

Je sais pas si je l'aurais fait, je sais pas si je me serais lancée...je crois que je l'aurais pas fait, j'avais honte, trop honte, je me sentais coupable et salie, pas bien.

On m'a toujours crue, ce qui est étonnant, j'ai été agréablement surprise qu'on m'ait crue, la police, le Dr W., mon époux aussi, et ma maman aussi, je pensais vraiment qu'elle allait dire que c'était bidon donc qu'elle me croit...wahou, c'était important pour moi. Maintenant elle m'écoute, avant elle m'avait jamais écoutée.

Entretien Laurence

39 ans

Gestionnaire intérim

semi-rural

37 minutes

au cabinet de son médecin

Recrutement : maître de stage praticien

Est-ce que la première personne à qui vous en avez parlé était un médecin ?

Euh non c'était ma sœur

C'était quand j'avais 8 ou 9 ans, [silence], je lui ai dit « bah papa parfois il fait ça et ça avec moi » et elle m'a dit « avec moi il fait la même chose ».

Et tout de suite elle m'a dit que c'était pas normal et qu'il fallait pas se laisser faire, parce qu'elle s'était pas laissée faire.

Moi j'avais compris peu de temps avant que c'était pas normal.

Vous aviez un médecin à l'époque ?

A l'endroit où on habitait je me souviens pas du médecin qu'on avait, certainement qu'on avait dû voir un médecin mais je ne m'en souviens pas.

Quelle était la première personne du monde médical à qui vous en avez parlé ?

[Silence]

Peut-être quand j'étais jeune adulte, le Dr B, mon ancien médecin, peut-être que je lui en ai parlé mais j'ai pas de supers souvenirs en fait, parce qu'à cette époque-là je pense que j'essayais d'effacer un peu tout ça.

Et quelque chose aurait pu vous pousser à parler ?

Ouais, parce que les premiers mois avec mon mari, c'était difficile on avait une vie sexuelle un peu difficile parce que je prenais pas vraiment de plaisir, ça me plaisait sans plus en fait, peut être que c'est pour ça que j'en avais discuté.

Et si le médecin avait posé des questions vous auriez répondu ?

Ouais j'aurais répondu mais je serais restée dans le flou, j'étais peut-être pas prête à cette époque, j'avais encore un chemin à faire.

Et plus jeune, si vous aviez vu un médecin, vous n'auriez rien dit non plus ?

Non j'aurais rien dit.

Je pense que ma mère aurait pu le dépister.

Moi j'étais une enfant très renfermée, très timide, en classe on m'entendait jamais, [silence], à personne je parlais, je sais pas comment on aurait pu...ma mère aurait dû se poser plus de questions.

Et donc le médecin avec qui vous avez vraiment fait un travail là-dessus c'est le Dr Y ?

En fait j'ai vu plusieurs psy, un peu le Dr Y qui m'a conseillé.

J'avais un parcours qui était difficile, tout le temps que j'ai vécu chez mes parents c'était difficile, même ensuite, c'était difficile, c'était lourd, j'avais un passé chargé et c'est ressorti...et j'ai eu un sentiment qu'entre les 20-25 ans, c'est resté enfoui, comme si je voulais plus en entendre parler, Et c'est revenu avec la maternité, je pense que tout ça est ressorti par le fait d'être maman, on se rend plus compte des choses, on se dit bah tiens ça on le ferait pas à notre enfant, pourquoi moi j'ai eu ça, pourquoi je lui ferais pas la même chose, je me suis toujours dit faut pas que je devienne comme eux, je serais jamais comme eux et il fallait absolument que je fasse tout pour pas être comme eux donc la solution c'était de me faire soigner entre guillemets, pour pas être comme eux et c'est comme ça que j'ai été amené à voir plusieurs psy, jusqu'à ce que je me sente mieux

J'ai commencé par un psychiatre puis des psychologues, jusqu'à l'année dernière.

Par contre, étant ado aux alentours de 15 ans, j'avais vu un psychologue parce que ma sœur avait dévoilé l'affaire, elle en avait parlé aux gendarmes, ça avait été jusqu'au tribunal, jusqu'au juge des enfants et suite à ça j'avais un éducateur qui venait me chercher et m'emmener voir un psychologue et là je mentais, je disais pas la vérité.

Et le fait qu'il y ait eu ce jugement ça vous a aidé ?

Y a pas eu de jugement en fait, quand ma sœur a dévoilé à ma mère ce qu'il s'était passé, ma mère m'a demandé si c'était vrai, donc j'ai dit oui et elle a appelé les gendarmes et le lendemain matin on a été à la gendarmerie, et tout le long de la route à pied, ma mère m'a crié dessus, elle me disait « t'as pas intérêt à dire ce genre.. » enfin je vous passe les injures et du coup, mon père m'avait demandé juste avant de dire que c'était pas vrai, il m'avait dit de toute façon si tu dis que c'est vrai je vais aller en prison, vous allez vous retrouver tout seuls à la maison avec maman... et je me sentais coupable, donc je voulais surtout pas en rajouter, j'avais l'impression que c'était de ma faute donc je voulais pas en rajouter et donc j'avais décidé de mentir à ce moment-là, et en même temps je trahissais ma sœur, puisqu'elle disait la vérité, et quand on est arrivées à la gendarmerie, ma mère a tout de suite démenti, elle a dit qu'on mentait, qu'il fallait pas nous croire, que de toute façon on en voulait à notre père et à elle, quand ils ont interrogé ma sœur, elle a dit vraiment la vérité, puis quand ils m'ont interrogé bah j'ai dit que c'était pas vrai, je savais que je trahissais ma sœur.

C'était pas par peur mais je me sentais vraiment coupable, mais tellement coupable, je pouvais pas affronter ça, et ce sentiment de culpabilité a duré jusqu'à ce que je sois vraiment autonome à l'âge de 18 ans.

Et après ça a été enfoui ça, jusqu'aux premières semaines avec mon mari puis la naissance de mon fils où j'ai compris que...enfin non j'ai pas compris puisqu'il m'a fallu plusieurs années vraiment pour comprendre.

Et au niveau judiciaire ça n'a jamais été plus loin ?

Non, non ça s'est arrêté là.

Et vous pensez que ça vous aurait aidé ?

Non, je pense que sur le coup ça m'aurait pas aidé.

Après par la suite je me rends compte maintenant, peut être que j'aurais eu une reconnaissance de victime, peut être que mon père m'aurait demandé pardon à cette époque-là, peut-être qu'on aurait pu le faire soigner.

Mais sur le coup, ça m'aurait fait du mal, je savais que c'était même pas possible d'y penser, ma mère m'aurait jamais pardonnée et euh je pense que j'aurais trop été coupable de ce qui aurait pu se passer par la suite, je me sentais trop faible, et quand mon père m'a demandé de dire que c'était pas vrai, je me suis mise à pleurer.

Et maintenant vous arrivez à vous reconnaître comme une victime ?

Ouais, grâce aux psy que j'ai eu et puis le docteur, qui a toujours été à l'écoute, ça c'était très important, et puis le fait de vouloir s'en sortir, si on n'a pas la volonté...

Et avec les psychiatres et psychologues c'était toujours individuels ? Jamais de thérapie de groupe ?

Non ça j'ai refusé, c'était mon histoire, j'avais pas envie de la partager, ça regardait pas les autres, j'étais d'accord pour en discuter parce qu'il fallait vraiment que...je voulais surtout pas être comme eux mais je me sentais pas d'en parler devant d'autres personnes ça me mettait mal à l'aise, et je regrette pas du tout.

Vous avez eu des médicaments associés ?

Ouais j'ai eu des antidépresseurs, je pense que ça m'a été utile.

L'enfance et l'adolescence que j'ai eu ont entraîné tellement de dégâts que je sais pas comment je m'en serais sortie sans, la vie a tellement était dure pour moi, y a un moment on peut pas s'en sortir tout seul ou qu'avec des psychiatres.

Et avec le Dr Y, quel travail a été fait ?

J'ai commencé par écrire en fait, c'était facile et j'avais des choses en mémoire qui me revenaient, fallait que ça sorte de moi, mais je n'arrivais pas à le dire, parce que c'était tellement intime, ça me semblait tellement intime que je n'arrivais pas à en parler, mais il fallait que quelqu'un sache, il fallait que quelqu'un porte cette charge, ça m'a fait du bien.

Et le simple fait de l'avoir écrit ça m'a fait du bien, pas obligés de revenir dessus mais il fallait d'une manière ou d'une autre que ça sorte.

Maintenant j'arrive à en parler.

Et ce qui vous bloquait ?

Bah parfois on revoit les images et c'est dur à revivre

Et pourquoi le Dr Y ?

Peut-être l'écoute que j'ai trouvé à ce moment-là.

Vous n'avez jamais été mise en relation avec des associations de victimes ?

Non ça n'aurait rien apporté de plus

Les conséquences qu'il y a eu sur vous ?

Les conséquences sont dramatiques, j'ai arrêté l'école à 17 ans, quand mes parents sont partis, j'ai dû vivre dans un endroit avec des gens que je détestais, j'ai dû quitter un enfer pour vivre dans un autre enfer, le seul moyen pour moi de m'en sortir, c'était de travailler, de m'assumer, et y a qu'à partir de ce moment-là que j'ai commencé à vivre. Du coup, j'ai pas fait de longues études, moi qui adorait l'école, j'aurais tant aimé faire de longues études, mais j'ai pas pu parce qu'il fallait que je m'en sorte que je parte de l'endroit où j'étais et puis j'ai perdu toute ma confiance en moi, on n'a plus de personnalité, plus de confiance en soi, on est nu en fait et moi j'ai des gros doutes sur moi, sur la confiance. Ça va mieux maintenant, mais par moment je me remets en question, et ça ça vient de mon enfance.

On m'a proposé plusieurs fois de la drogue, j'ai essayé une fois mais ça m'a pas... j'ai eu de la chance de ce côté-là j'ai été forte.

Avec mes enfants, j'ai du mal à faire la part des choses parfois, j'ai du mal à trouver ma place, j'essaie de faire au mieux, parfois je me pose peut être trop de questions, si je fais bien ou si je fais pas bien mais au moins je sais que je suis dans le droit chemin et que je leur fais pas de mal.

Ils savent que j'ai eu une enfance difficile avec mes parents mais c'est tout, je pense pas que je leur dirais, c'est quand même leur grand-père.

Pour vous la prise en charge que vous avez eu elle était bien ? Qu'est ce qui aurait pu être amélioré ?

En fait, j'ai changé plusieurs fois de psy parce qu'au bout d'un moment je me sentais pas bien avec la personne avec qui j'étais donc euh...je pense que ce serait bien que...j'aurais peut-être fait plus de progrès si j'avais vu un psy peut-être spécialisé dans ce domaine-là je pense que ça m'aurait rassuré. J'ai eu l'impression pour certains que c'était...je me suis pas sentie bien écoutée, c'était « ouais ok bah ouais voilà c'est la vie », un peu comme ça, on me l'a pas dit comme ça mais y en a eu 2 avec lesquels je l'ai ressenti comme ça et ça m'a pas rassuré

Et pour vous un généraliste est suffisant ou il faut absolument un psychologue/psychiatre ?

Non je pense qu'il faut quelqu'un de spécialisé, il faut plusieurs années de travail, mais le généraliste joue complètement un rôle, si j'avais vu peut-être un généraliste à l'époque qui m'aurait parlé gentiment, qui m'aurait dit « est-ce que ton papa te fait ça ? », je pense peut-être que je l'aurais dit, mais peut-être que je l'aurais pas dit, je sais pas en fait, je me dis que je l'aurais pas dit, mais moi je me suis aperçue que c'était pas normal quand j'avais 8 ans ½ et je m'en suis aperçue toute seule et là ça a été vraiment un choc, si on m'avait posé la question avant que je m'en aperçoive je l'aurais dit, forcément, mais à partir de ce moment là où je me suis rendue compte que c'était pas normal, qu'il y avait un problème j'ai commencé à me renfermer encore plus, à plus parler.

Mais je comprenais pas pourquoi mon père il me disait c'est un secret faut pas le dire, je trouvais que c'était bien d'avoir des secrets avec son papa, je trouvais ça super, je me rendais pas compte que c'était pas normal, je me suis vraiment pas rendue compte, et je pense qu'il faut l'aborder dès le plus jeune âge [silence], bien que moi je l'ai pas fait avec ma fille, ou mon fils.

Je pense que tout le monde a un rôle, autant l'école, que les parents, le médecin, l'infirmière scolaire, je pense que tout le monde doit prévenir.

Pour vous, qu'est-ce que les généralistes doivent savoir ?

J'ai tellement caché ça que je pense pas qu'à l'époque on aurait pu dire cette petite elle subit ça.

Quand je me suis aperçue que c'était pas normal, il fallait pas le dire [silence], comment on peut détecter ça j'ai un enfant qui parle pas, je vois pas, très honnêtement je vois pas.

Chez l'adulte, je pense que le médecin doit l'écouter, comme il a fait le Dr Y, si j'avais pas eu cette écoute je sais pas si j'en serais là aujourd'hui, c'était à ce moment-là et j'ai eu la chance d'avoir quelqu'un qui m'a écoutée à ce moment-là.

Je disais toujours au Dr Y « je veux pas être comme eux je veux pas être comme eux » et lui il me disait mais « t'es pas eux t'es pas eux » et ça c'était ma hantise d'être comme eux, de reproduire, toute cette violence je voulais surtout pas, et même l'inceste y a des mères incestueuses aussi et comment ne pas l'être, comment faire pour ne pas l'être, j'avais peur peur peur, et « tu n'es pas comme eux, tu ne seras jamais comme eux » c'est comme ça que j'ai commencé à me dire c'est vrai je suis pas comme eux, et plusieurs fois le Dr Y me l'a dit et c'était bien qu'il me l'ai dit plusieurs fois parce qu'il fallait vraiment qu'on me le rabâche pour bien comprendre que oui je ne serai jamais comme eux.

A l'inverse y a des choses qu'on a dit qu'il n'aurait pas fallu vous dire ?

Oui 2 psychologues, j'ai eu le sentiment qu'on avait banalisé cette situation mais autrement non.

Avec le Dr Y vous continuez à en parler ?

Non, non le sujet est clos... c'est bizarre, y a des séquelles, par exemple je me promènerais pas devant mon père avec un décolleté même à mon âge, y en a quand même pas mal des conséquences.

Ce qui me fait mal aujourd'hui c'est de devoir m'occuper de mes parents qui ont été très méchants avec moi, ma mère est toujours très insultante avec moi, mon père m'a demandé pardon, mon père m'a demandé pardon plusieurs fois, il m'a même envoyé des mails pour me demander pardon. Ma mère elle, elle est dans le déni complet, pour elle c'est moi qui lui ai fait du mal, elle pense pas qu'elle a pu me faire du mal, je fais attention à ce que je dis quand je suis avec elle, je fais attention à mes paroles.

[silence]

Je sais que mon papa a eu des problèmes avec d'autres enfants, et c'est fou parce que ma mère nous le disait, quand ils se disputaient, elle disait « je sais que tu as fait ça à l'enfant de untel », donc je savais que ma sœur et moi on n'était pas les seules, elle était courant mais elle fermait les yeux

dessus et euh...quand le lendemain quand ils se remettaient ensemble mon père nous disait « je vous préviens vous avez pas intérêt à dire que je vous ai fait ça ou ça, parce que ça va mal aller », sans qu'on dise quoi que ce soit. Et ça, c'était toute mon enfance, dès l'instant où j'ai compris que c'était pas normal, il m'a fallu environ 2 ans pour enlever ses mains de moi, 2 ans, 2 ans1/2, ça me demandait beaucoup d'effort, beaucoup de concentration, je me souviens j'avais 10 ans fallait que je respire un bon coup et que je me dise allez t'es forte, c'était dur. Et à partir de ce moment-là il a commencé à comprendre que ça y est c'était fini avec moi et il a commencé à dire, je vous préviens vous direz pas ça, vous inventez pas des choses comme ça, et pour nous faire peur il nous tapait tout le temps, tout le temps, c'était toujours psychologique, y avait toujours même de la violence verbale, on se faisait toujours insulter, ma sœur elle se laissait pas faire, elle était forte, moi à côté j'étais vraiment pas forte parce que je disais rien. Et plus tard, lorsqu'on a eu 15-16 ans, quand cette histoire a été révélée à la gendarmerie, mon père a compris qu'il risquait gros et c'est là qu'il a décidé de déménager. Et quand ma sœur a eu 18 ans, ils l'ont mis dehors et 3 mois après j'avais 17 ans et ils m'ont fait pareils.

Et à l'époque j'avais un éducateur qui m'avait dit « tu peux déposer plainte contre tes parents », mais j'ai jamais voulu parce que j'ai toujours craint même longtemps après quelque chose, de la violence quoi, parce qu'on était tellement dedans, à la fin on pleurait même plus, on n'avait plus de larmes qui coulaient.

Ils ont essayé de faire passer ma sœur pour une folle, ils la tapaient tellement qu'elle faisait des crises de nerfs et ils appelaient les pompiers. Mais on s'est jamais plaintes, on avait honte en fait, moi j'avais peur du regard des autres, parce qu'ils disaient à tout le monde « nos filles elles sont folles, ce sont des salopes, elles couchent avec tout le monde », ils nous faisaient passer pour des moins que rien, du coup c'était le regard des gens qui me pesaient, j'osais même pas regarder les gens dans les yeux, je baissais la tête, j'avais honte.

Ah je pourrais écrire un livre tellement ils m'en ont fait voir, ils m'ont tué...ils m'ont assassiné, le plus dur c'était pas les maltraitances physiques, c'était les maltraitances psychiques.

Enfin voilà c'est comme ça, c'est la vie....enfin non c'est pas la vie.

Entretien Eliane

53 ans

sans profession

Semi-rural

31 minutes

A son domicile

Recrutement : maître de stage praticien

Aviez-vous un médecin généraliste à l'époque où ça s'est produit ?

Non, personne, j'en ai parlé à personne.

Mais vous aviez un médecin qui vous suivait pour d'autres choses ?

Bah le médecin de famille de maison.

Mais vous ne lui en avez jamais parlé ?

Non parce que ça se disait pas trop, c'était caché, la honte....de pas être comprise aussi...de pas me croire aussi, j'ai gardé ça pour moi comme ça. Peut-être pour protéger la famille voilà.

Et ce médecin était le médecin de toute la famille ?

De toute la famille.

Vous avez envisagé de lui en parler ?

Non jamais, ça m'a jamais traversé l'esprit.

Pour vous c'était pas la personne à qui en parler ?

Non j'ai jamais trouvé la personne à qui en parler.

Y a quelque chose qui aurait pu vous faire parler ?

Bah je pense, j'ai peut-être essayé mais j'ai pas eu la volonté de le dire...la peur ouais.

Et si ce médecin vous avait posé la question ?

Je pense que j'aurais dit, il aurait vu des signes je pense que je l'aurais dit.

Vous aviez quel âge ?

Ca a commencé...tous ces attouchements ont commencé vers les 7-8 ans, et ça a duré jusqu'à 17-18 ans

Mais je laissais apparaître rien sur moi, non, non, je faisais comme si rien n'était, je vivais ma vie normale, je faisais comme si j'étais joyeuse mais à l'intérieur c'était pas ça j'avais quelque chose qui devait me dire « parle parle ».

Et vous n'alliez pas voir ce médecin plus régulièrement pendant ces 10 années ?

Non ma maman l'appelait juste quand on était malades il venait à la maison sans plus

J'étais une petite fille toujours malade, je me plaignais de tout, je déclenchais toujours une maladie n'importe quoi...une angine, des pleurs, des crises, mais jamais...ils ont peut-être compris qu'il y avait quelque chose caché derrière.

J'aurais voulu qu'il voit quelque chose, qu'il réagisse s'il y avait quelque chose en dessous

Mais je pense pas que je lui en veux, j'aurais voulu qu'il trouve. J'avais toujours des maux de ventre des maux de ventre à me tordre...de la peur, de la peur

Tous les jours j'étais malade, je me levais j'étais malade, j'allais à l'école j'étais malade, des maux de ventre horrible.

Je m'en voulais je me faisais du mal, après je me suis mariée, ça s'est atténué, je vivais ma vie.

Et donc le premier médecin à qui vous en avez parlé ?

C'est le Dr Y. Je lui ai écrit une lettre, ça faisait 3 ans qu'il me suivait pour la dépression, j'ai toujours essayé de lui dire, dans mes crises tout ça, je pensais qu'il allait comprendre, une souffrance autre que ma dépression et puis j'ai vu que ça venait pas donc c'est moi qui ai écrit, et après j'ai fait prouver que c'était vrai avec un enregistrement de la personne qui m'a fait du mal. J'ai appelé la personne qui m'a fait du mal pour qu'elle me demande pardon et après je lui ai montré et là il s'est effondré, il a pas compris, et là il a compris la souffrance que j'avais en moi.

Et l'écriture c'est vous qui avez trouvé ce moyen ?

Oui, l'écriture a commencé quand je suis tombée malade, parce que je n'arrivais pas à parler, pour montrer ma souffrance.

Et vous aviez besoin d'être lue ?

Oui, oui faut que ce soit lu.

Et vous en rediscutiez après avec le médecin ?

Oui ça se passait toujours très bien.

Et qu'est-ce qui vous a poussé à en parler au Dr Y ?

Je sais pas c'est la personne la confiance je sais pas pourquoi maintenant, est-ce que c'est la dépression qui a fait que j'en parle...

Mais j'ai mis longtemps pour en parler, j'ai mis 3 ans, 3 ans, il m'a suivie pendant 3 ans pour la dépression et j'ai mis 3 ans pour lui dire...mais j'avais envie

Il me fallait la bonne personne, le bon moment.

Et vous savez ce qui vous bloquait ?

Je sais pas, il fallait le moment le jour J et le ras le bol ça devait sortir

Et pourtant j'étais suivie par un psychiatre en clinique mais c'est jamais sorti.

Et ce psychiatre vous a jamais posé de questions ?

Non là-dessus non.

Et entre vos 17-18 ans et le Dr Y vous avez vu d'autres médecins ?

Oui j'ai vu d'autres médecins mais je n'ai jamais rien dit.

Et pourquoi le Dr Y ?

Je sais pas, y a quelque chose de particulier, la confiance

Les autres j'arrivais pas, pas la même relation, je crois qu'il savait me faire parler le Dr Y.

Et les autres médecins c'était la peur de ne pas être crue ?

Non mais si la confiance passe pas, le feeling, c'est un tout je me suis ouverte à lui et j'ai trouvé la personne à qui en parler.

Et une fois que vous lui en avez parlé, la prise en charge qui a suivi ?

Bah y a rien eu de particulier, il m'a dit « maintenant vous avez pu percevoir ce que vous avez envie de dire, vous l'avez dit vous l'avez écrit je l'ai entendu j'ai la preuve, maintenant faut vivre avec » il m'a pas dit ça mais il savait pas quoi me dire, mais moi maintenant je sais pas quoi y faire avec ça, je sais pas si je dois y mettre de côté, effacer, non, ça fait partie de ma vie, c'est dans ma tête.

Vous l'avez effacé à un moment de votre vie ?

Non jamais.

Il vous a orienté vers psychologue ou psychiatre ?

Non j'ai plus envie de reconnaître, de reparler à chaque fois

J'en ai suivi avant, j'en ai suivi après la clinique, mais je trouvais pas le bon psychologue, ça passait pas, c'était pas la bonne personne.

Jamais de thérapie de groupe ?

Ca j'en ai fait à la clinique, mais j'en n'ai jamais parlé.

Qu'est ce qui aurait pu plus vous aider ?

[Silence], je sais pas, franchement je sais pas, j'aurais pas eu le Dr Y pour en parler je serais encore dans ma dépression à faire des bêtises pour montrer ma souffrance parce que j'arrivais pas à parler je faisais que des bêtises.

Quand je souffrais je faisais que des bêtises.

J'en voulais à mon corps, je me détruisais je me disais comme ça il sera moche vous toucherez plus mon corps

Et le simple fait d'en parler, ça vous a... ?

J'ai eu un soulagement, je me suis dit on me croit on le sait, ça m'a ouvert une petite porte de blessures que j'ai pu un peu refermer.

Et par la suite vous avez toujours communiqué par lettre ?

Tout le temps avec des lettres, maintenant ça fait un moment que j'écris plus, mais chaque fois que ça va pas il faut que j'écrive et on discute des lettres
A une époque j'étais presque 2 fois par semaine chez lui.

Et y a des choses qu'il vous a dites ? Des phrases qui vous ont marquée?

[silence] non rien de spécial.

Y a-t-il d'autres professionnels de santé au courant maintenant ?

Non c'est le seul le seul.

Quand vous lui en avez parlé, il vous a expliqué la loi, les recours judiciaires ?

Non j'aurais bien aimé qu'on m'explique mais ça m'aurait pas aidé, j'aurais pas voulu remuer encore cette chose là en reparler, le revivre.

Voir quelqu'un d'autre que le Dr Y ça vous serait utile ou ça vous suffit votre médecin généraliste ?

Ouais ça me suffit, pas besoin de voir quelqu'un d'autre, j'ai pas envie de répéter la même chose du début à la fin alors que lui il connaît mon dossier par cœur, non j'ai pas envie d'expliquer tout ça à tout le monde, ça va rien m'apporter en soulagement.

Et quand vous l'avez annoncé au Dr Y, il a eu une réaction adaptée ?

Oui pas de problème.

Et au niveau des médicaments ?

Je prends du seroplex et du tercian

Et vous pensez que ça vous a aidé ?

Oui ça m'a aidé, ouais, j'aurais pas pu m'en passer je crois, je voudrais bien, mais pas encore.

Et quand vous étiez enfant, si y avait eu dans la salle d'attente, des brochures, des affiches, ça vous aurait aidé à en parler à votre médecin ?

Ouais

Y a d'autre chose pour améliorer le dépistage ?

Je sais pas

Chez vous, y a quelque chose qui aurait pu donner une piste ?

Je sais pas, quand j'étais malade c'est parce que je me plaignais de la souffrance que j'avais, je savais qu'on me faisait du mal, parce qu'après je commençais à comprendre à 7 ans, 8 ans, 9 ans, j'étais toujours cachée sous mes draps, pour me cacher pour pas qu'on voie qu'on m'a touchée. Et j'étais toujours une petite fille sage qui ne bougeait pas, toujours là assise sur une chaise et qu'était là avec sa souffrance et qui ne disait jamais rien...j'étais même trop sage à mon âge je ne bougeais pas, je ne jouais pas.

Et quand ça a commencé à 7ans, vous saviez que ce n'était pas normal ?

Pas trop...pas trop

Et vous l'avez compris par vous-même ou on vous l'a dit ?

J'ai compris par moi-même, mes parents nous parlaient pas de ça avant, on est issu d'une famille de 11 enfants, y a 8 garçons et 3 filles et les 3 filles ont été touchées par la même personne.

Et vos attentes par rapport au médecin de l'époque ?

J'attendais rien de lui, pour moi c'était un gros monsieur, un vieux monsieur, un vieux docteur, c'était pour moi la crainte, non à 7 ans 8 ans j'aurais pas pu parler à un docteur, et même plus tard je trouvais que c'était trop tard que j'avais trop laissé la chose après. J'essayais de me défendre toujours quand il essayait mais il continuait à m'embêter.

Et quand vous en avez parlé au Dr Y. pour la première fois vous aviez quel âge ?

C'était cette année, j'ai 53 ans.

Et y a un élément de votre vie qui a déclenché, qui vous a poussé à parler cette année ?

Parce que c'était le moment je sais pas, je pense que j'avais tout dit, il manquait que cette chose dans ces feuilles qui je me disais non je dois pas lui mentir il faut que je lui dise, la dernière lettre ça a été sur ce sujet-là.

Mais je pensais qu'il allait comprendre, avec tout ce que j'ai écrit, tout ce que j'avais eu auparavant parce que j'ai eu d'autres personnes aussi qui m'ont embêtée, je pensais qu'il aurait pu voir qu'il y avait encore quelqu'un, une personne qui aurait été un peu plus loin, je pensais qu'il aurait compris.

J'ai pris ma feuille c'était le moment, et voilà j'ai écrit c'est sorti.

Et depuis je vais mieux, ah ouais je vais mieux.

Mon fils ne le sait pas, y a que mon mari et le Dr Y qui le savent, c'est tout, je veux pas en parler à mon fils.

Et par rapport à votre fils vous avez eu des difficultés ?

Non mais moi je lui ai expliqué tout petit, dès qu'il a eu 4-5 je lui ai dit à l'école si t'as quelqu'un qui fait ci qui fait ça. Malgré que c'était un garçon je l'ai quand même informé parce que je me suis dit eux

aussi peuvent se faire toucher et je lui ai expliqué que lui aussi il fallait pas qu'il fasse ça avec des petites filles à l'école je lui ai tout expliqué.

Et c'est votre mari qui vous a poussé à en parler au Dr Y ?

Non parce que je lui en ai pas parlé, la première personne à qui j'en ai parlé c'était le Dr Y. Mon mari j'essayais de lui faire comprendre mais j'arrivais pas et je lui en ai parlé après, je lui ai fait écouter le message et il en revenait pas, c'est une personne qu'il aimait beaucoup qu'il fréquentait régulièrement, on faisait des fêtes ensemble.

Et le fait d'avoir reparlé de ça à votre agresseur, ça vous a fait du bien ?

Oui, oh oui j'avais l'impression que la terre entière le savait, que tout le monde savait que c'était lui le méchant et moi la gentille.

Et vous en avez parlé au reste de la famille ?

Non

Et vos sœurs ?

Une de mes sœurs me l'a dit mais ma petite sœur de 3 ans de moins que moi je sais pas mais je pense que si, mais on n'en a jamais parlé entre nous, ma sœur aînée me l'a dit y a 3 ans, et par la même personne. Et moi j'ai rien dit parce que je voulais pas, t'as déjà souffert, je voulais pas lui dire encore ma souffrance, je l'ai gardée pour moi.

Et appeler votre agresseur, ça venait de vous ?

Oui c'était moi, on a essayé de l'appeler dans le bureau du Docteur et puis ça répondait pas, et donc rentrée à la maison je l'ai rappelé, j'ai eu la réponse donc voilà et le lendemain j'ai fait écouter sur mon dictaphone et là il a vu que...enfin il savait que c'était vrai il savait que je mentais pas.

Vous aviez toujours peur qu'on ne vous croit pas ?

C'était pour prouver aux autres, j'aime bien qu'on me croit avec toujours des preuves, j'ai tellement menti sur ce truc, donc j'ai toujours peur que les gens pensent que je dis pas la vérité alors que j'ai horreur des mensonges en plus.

Je mentais pour ça...enfin j'ai l'impression que je mentais parce que je disais pas la chose, je me taisais je disais jamais rien.

Et le plus important c'était de lui parler ou d'avoir la preuve ?

De pouvoir lui parler, ça a été très très dur. J'ai toujours essayé d'en parler avec lui.

Je lui ai dit que j'en parlerais ni à sa femme ni à personne et puis voilà c'est tout, mais il m'a rien dit il m'a même pas dit merci. Je lui ai demandé de me dire pardon et il m'a bien dit pardon 2 fois, ça m'a apporté beaucoup, il a reconnu ses torts, ses fautes.

Et vous arrivez à vous reconnaître comme victime ?

Oui, au début pas trop je savais pas que j'étais une victime, c'est depuis que j'en ai parlé. Les 30 ans, après j'étais pas une victime.

J'aurais jamais voulu que ça se passe.

Et vos attentes par rapport au Dr Y ?

J'attends toujours une bonne reconnaissance, une aide tout le temps, j'ai besoin de sa présence, de l'entendre parler quand je parle de ça, qu'il m'écoute, j'attends toujours ça.

Et quand vous avez décidé de lui écrire, vos attentes ?

Qu'il me comprenne, qu'il comprenne ma souffrance, ça m'a aidé, beaucoup beaucoup.

Et là en terme de prise en charge vous attendez quoi ?

Que je continue à être soutenue, que quand j'ai besoin d'en parler, bah j'ai besoin qu'il m'écoute.

Pas besoin d'autre personne que le Dr Y ?

Non

Vous avez déjà été mise en relation avec des associations ?

Non j'ai pas envie, j'ai pas envie de continuer encore le chemin, j'ai pas envie de me guérir encore, de prendre un autre chemin, j'ai l'impression d'en finir jamais

Pour moi dans ma tête je l'ai dit c'est clair, y a quelqu'un qui m'a écoutée y a quelqu'un qui le sait et ça me suffit voilà, je sais que je suis délivrée de ça parce que je l'ai dit, mais j'ai pas envie de continuer un autre chemin dans une association pour en reparler, écouter les malheurs des autres, ça va encore me faire plus de mal, non je peux pas rentrer dans un chemin comme ça, pour moi je trouve que j'ai pas d'importance là-dedans, non non je ne veux pas, je veux continuer un autre chemin, je l'ai dit ça suffit maintenant on fait une croix, je veux pas en faire un truc d'état, que ça s'ouvre.

Et pour vous y a quelque chose que les médecins devraient savoir pour prendre en charge les victimes d'inceste ?

Je sais pas...moi de la façon dont j'en ai parlé au Dr Y. je pensais qu'il allait comprendre mais j'ai vu qu'il comprenait pas alors...ça me mettait tout le temps en rage, quand je rentrais à la maison, je prenais des crises j'étais pas bien, je prenais des cachets, je me faisais du mal jusqu'à temps qu'il comprenne, je me disais c'est pas possible il comprend pas, pourtant y avait des trucs que j'avais ouvert, mais il manquait une personne mais il pouvait pas savoir que cette personne avait été plus loin, j'essayais de lui faire comprendre avec les lettres, mais il comprenait pas, je me faisais du mal.

Vous aimeriez qu'on y pense plus facilement ?

Ouais ouais je pensais qu'il allait me poser plus de questions...ou peut être que je l'ai trop caché aussi, il a pas compris.

Votre ancien médecin c'était le même médecin que votre agresseur ?

Oui c'était le médecin de famille.

Moi j'étais petite pour en parler de ça, pourquoi j'en aurais parlé au docteur, j'aurais pas pu parler de choses comme ça.

Et pourtant je l'ai souvent repoussé, quand je commençais à grandir je lui disais « arrête ».

Mais pour vous c'était pas le rôle du médecin ?

Pour moi c'était pas le rôle du médecin, maintenant en grandissant je pense que quand on n'est pas bien c'est à un médecin qu'on parle.

Entretien Louna

44 ans

Sans-profession

Semi-rural

47 minutes

Dans les locaux de l'association

Recrutement : AIVI

Est-ce que tu avais un MG à l'époque où ça s'est produit ?

Oui j'avais un médecin de famille que ma maman elle appelait souvent parce que j'étais maigre, que j'avais pas envie de manger et chaque fois ça se terminait par une cure pour avoir un petit plus de forces et il disait « mais c'est rien c'est rien » c'est comme son papa c'est quelque chose de psychosomatique. Et ça ce mot, depuis toujours je l'entends, et quand j'ai pu donner une raison pour laquelle c'était psychosomatique je me suis dit pourquoi ce docteur, parce que quand même c'était quelqu'un de proche de la famille, il n'a jamais dit « bah écoutez-moi je sais pas comment je peux l'aider mais je vous adresse, je vous envoie voir quelqu'un de plus compétent » peut-être psychologue je sais pas moi mais ça a tout le temps été psychosomatique, c'était la réponse.

Et toi tu savais d'où ça venait ?

Non, pendant des années j'ai cru que j'étais différente des autres, que j'allais pas bien, que je désirais être quelqu'un, que j'étais pas bien, c'était moi qui n'était pas bien c'était pas la faute des autres, c'était moi qui n'allait pas bien.....on va dire que vers 17 ans, ce qui est suite à un gros choc, ...je n'ai pas parlé pendant 1 mois et j'ai bégayé pendant 1 an et à ce moment je suis passée de l'anorexie à la boulimie et j'alternais et tout le monde disait vu que c'était à cause de quelque chose de grave, tout le monde a dit c'est à cause de ça. Mais, après je reconnais que je sais pas s'il m'avait posé la question, si j'aurais parlé, parce que moi j'ai jamais rien dit c'est parce que mon papa il était euh.... très très violent et vu que c'est mon frère qui abusait de moi j'avais peur que mon père aille tuer mon frère, que mon père que je voyais comme un protecteur, aille en prison, c'est pour ça que pendant des années j'ai rien dit du tout.

Et donc si le médecin t'avais posé la question directement t'aurais rien dit ?

Moi je pense que s'il avait noté tout ce que j'avais il aurait peut-être pu comprendre, ça m'arrivait de faire pipi au lit la nuit et j'avais quand même 12 ans, donc c'est bizarre, j'étais propre depuis des années et ma maman me disait « c'est pas grave on change les draps c'est quelque chose qui arrive », non je suis désolée à 10 ans 11 ans, c'est pas normal ; j'avais pas envie de manger, je ne parlais pas beaucoup, tout le monde me disait qu'à l'école on aurait pu m'oublier tellement j'étais sage...je me réveillais la nuit, je me réveillais souvent la nuit en pleurs ou alors je me réveillais le matin au-dessus du lit, tout au fond du lit avec mon petit drap j'allais me coucher habillée mais encore pire qu'en Alaska, j'avais le bonnet les gants l'écharpe mais couche sur couche sur moi et tout le monde rigolait, trouvait ça marrant.

Et tu sais ce qui te bloquait pour en parler au médecin ?

Déjà j'avais pas conscience que c'était anormal ce qui m'arrivait, parce que déjà à 15 ans quand je l'ai avoué à mes copines de classe, ça a été un discours lourd, on a plongé sur une lourdeur, mais ça a jamais rebondi, je pense que mes copines et copains, on était 4 ou 5 à la sortie de l'école, j'avais dit j'en ai ras le bol j'en peux plus, j'avais raconté et...je pense qu'ils en ont parlé en famille mais j'ai pas eu de retour.

Et par rapport au corps médical...moi c'était tout le temps un nœud au ventre, chaque fois qu'il y avait une visite médicale, qu'il fallait se mettre en culotte pour se faire ausculter, encore maintenant...j'ai la chance de ne pas être avoir de problème de santé, mais dès que j'entends le mot faut aller voir le docteur ça me prend la gorge ça me prend l'estomac, quand ça m'arrive encore à l'âge adulte, d'aller voir le docteur, qu'il me demande d'ôter mon soutien-gorge, je sais que c'est pas nécessaire, donc euh...le médecin de famille...c'est mon papa tout le temps qui m'accompagnait voir le médecin, tout le temps lui qui était à côté de moi quand le docteur me visitait et je me rappelle qu'il m'avait dit à un moment « oh les petits poils ça pousse, tu commences à devenir une femme » et ils rigolaient tous les 2 et ils ne voulaient rien de mal mais c'est quelque chose à ne pas faire, c'est quand même intime, c'est pas quelque chose dont on parle et rigole comme ça donc je pense qu'à partir de ce là c'était vraiment lui le médecin et dès qu'on me disait on va aller voir un autre docteur je disais non non non y avait que lui.

Et si t'avais eu un médecin femme quand tu étais petite ?

Non moi je pense que ça aurait pas été mes mots, ça aurait été sa connaissance des symptômes qui auraient pu permettre de me libérer, c'est pas quelque chose qu'on dit, fallait pas dire.

Quand je l'ai avoué à ma maman quand j'avais 18 ans elle m'a dit « écoute ça m'est arrivé à moi aussi mais il faut que tu pardonnes, que tu oublies ».

Et si dans sa salle d'attente ou dans son cabinet tu avais vu des affiches ou des brochures à ce sujet-là ?

C'est difficile de dire aujourd'hui, moi j'ai 44 ans, j'habitais en Italie c'était une culture un peu différente, je sais pas je peux pas dire, et puis les choses ont beaucoup évolué aujourd'hui, les enfants savent dire non et je pense que moi la différence avec ce que j'ai vécu...moi j'ai 3 enfants 2 garçons et 1 fille, pour les 2 garçons je croyais que le problème était assez géré ; c'est quand j'ai su que j'étais enceinte d'une fille que je me suis complètement sentie perdue, il faut que je fasse quelque chose, parce que moi je veux pas être une mauvaise maman, je me suis pas sentie capable, qu'est-ce que je vais lui dire, qu'est-ce que je vais faire pour elle....et donc je suis attentive à l'attitude qu'ils ont entre eux j'essaie de mettre des mots. Mon grand il a 15 ans, je lui dis ta sœur elle vient faire un câlin c'est un câlin entre frère et sœur, bientôt tu auras une copine ce sera d'autres câlins, j'essaie de lui faire comprendre qu'on peut pas tout mélanger, et si ma maman avait fait la même chose, si elle m'avait parlé.

En fait d'abord c'était pas mon frère le premier, c'était dans un champ je jouais je me suis égratigné le genou, un monsieur est venu me voir « je vais voir si tu es blessée » et là il a commencé à me toucher

et après quand je suis rentrée à la maison, j'avais du sang dans ma culotte ma maman m'a dit « tu ne racontes rien à personne jamais ». alors je sais pas si après ce qu'il m'est arrivé c'était un peu la même chose donc est ce que c'était grave la phrase de ma maman. Même encore maintenant c'est difficile, quand je vais voir mon gynéco, mon gynéco sait rien...j'ai envie d'en parler avec ma médecin généraliste parce que c'est une femme et par rapport au groupe de parole j'avais envie qu'elle vienne, c'est tellement important qu'elle puisse cerner, être du soutien ou même dire je comprends j'entends je vous accompagne pour être suivi par quelqu'un d'autre, parce que je comprends qu'un médecin doit faire énormément de choses mais peut-être qu'il se sent mal à l'aise et dans ce cas il adresse à quelqu'un d'autre mais il peut pas fermer les yeux et faire semblant de pas avoir entendu.

Et ton médecin actuel tu lui en as parlé ?

Non je lui en ai pas encore parlé.

Et entre temps, entre le médecin de famille et ton médecin actuel tu as vu d'autres médecins ?

Moi j'ai vécu 28 ans en Italie et je suis arrivée en France il y a 15 ans et j'ai fait plein de déménagements. Je connais des gynécologues parce que j'ai accouché 3 fois dans 3 villes différentes je connais des médecins généralistes parce que j'amène mes enfants mais moi je touche du bois j'y vais pas.

Et t'en as jamais parlé à personne ?

A des psy si, je me suis dit il faut que je fasse quelque chose, quand j'ai eu ma fille.

Mais déjà avant, j'avais essayé 2 fois, mon papa m'amenait voir un psychologue, enfin la première fois c'était un psychiatre qui avait conseillé une thérapie familiale, mon papa avait un peu rigolé et avait dit « mais il se prend pour qui lui qu'est-ce qu'on vient faire là nous ? », et moi j'avais dit bah une thérapie familiale s'il creuse s'il est un peu perspicace il va découvrir et mon papa ma maman ils vont savoir pour mon frère et je veux pas qu'ils sachent, j'avais peur des conséquences donc j'ai dit non, j'arrête. Et après c'était la recherche de psychologue, un 2^{ème}, un 3^{ème} mais déjà c'est pas la première chose que tu vas raconter, t'y vas parce que...parce que t'as essayé de te suicider parce que tu ne manges pas, tu te sens pas bien mais avant de déballer le paquet il faut du temps d'abord et de la confiance et quand je déballais, il passait à autre chose.

Et l'association tu l'as connue comment ?

Internet, c'est mon mari qui a vu ça, qui voyait que je nageais dans le brouillard à la recherche de quelqu'un qui était capable d'écouter ma parole, de me soutenir. Moi je cherchais à comprendre pourquoi, maintenant je pense que c'est important de comprendre mais y a des choses qui sont incompréhensibles. Chaque fois que je viens ici, la veille je vais chez mon thérapeute et hier il m'a dit une phrase ça résonne énormément parce que...j'arrive à comprendre la raison pour laquelle mon frère il a abusé de moi, j'arrive à comprendre la raison pour laquelle ma mère elle a préféré ne rien voir, même si ça se passait devant ses yeux elle disait rien, j'arrive à comprendre les autres mais avec tout ce que j'ai déjà dit, cette personne elle arrive pas encore à me comprendre donc j'arrête de

vouloir comprendre et je commence à me dire que ce qui m'est arrivé c'est grave et n'avait pas lieu d'être, et c'est grâce au thérapeute. [pleurs]

Pour te dire, moi faire l'amour ou serrer la main d'un mec c'est la même chose donc là elle me dit non c'est pas la même chose, il faut que tu te protèges, elle m'a conseillée de voir un médecin femme, un gynécologue femme parce qu'il y a beaucoup d'abus.

Et là maintenant quelqu'un me dit « tout ce qui t'es arrivé ce n'est pas normal », ça me permet de le savoir.

Et là ta généraliste t'as envie de lui en parler, qu'est-ce qui te bloque ?

Je suis pas malade je vais pas prendre un rendez-vous pour lui dire...je sais déjà qu'un rendez-vous c'est 15 minutes, je vais pas lui dire « je suis pas malade je viens vous voir parce que j'ai envie de vous parler » et savoir qu'après moi y aura encore du monde et que plus je parle ou alors commencer et elle va me dire « je comprends, faut qu'on en parle une autre fois ». Moi j'aimerais prendre le temps et après du moment que j'ai plus rien à raconter, vous avez plus de questions à me poser mais devoir couper... parce que 15 min ça passe vite.

Imagine si je lui dis qu'elle a pas le temps, ça l'intéresse pas, où je vais emmener mes enfants, je peux pas continuer à la voir.

Et pourtant tu veux lui en parler, tu penses que ça va t'apporter quoi ?

Je vais ouvrir un groupe de parole et moi j'aimerais bien qu'il y ait le plus possible de personnes, de médecins généralistes, de pédiatres, de policiers, de gendarmes, des éducateurs, profs, maîtresses, des gens qui sont censés avoir affaire à ces victimes, qui n'ont pas écrit sur le front « y a quelqu'un qui est en train d'abuser de moi » mais qui le disent à leur façon comme ils peuvent.

Et pour toi personnellement, tu penses pas que ça t'apportera quelque chose de lui en parler ?

Je pense que j'ai pas besoin de docteur parce que pour moi c'est un effort énorme de me mettre nue mais le fait de lui en parler peut-être que ça me donnera le droit de dire parfois « je vais pas bien », le fait de pas avoir de références, de pas savoir faire toute seule mais je suis pas malade.

J'ai connu les médicaments, j'ai connu cette impression, tu te sens légère, tu as l'impression que tout va bien, détachée de tout ce malheur mais...je me suis dit ça c'est pas vrai c'est un peu comme fumer du cannabis, donc ces médicaments je les ai utilisés quand j'en ai vraiment besoin mais j'ai pas envie de vivre avec ce support là.

Je disais hier au psy « vous me demandez de me protéger donc de prendre un médecin femme, un gynécologue femme mais moi je veux savoir faire avec des hommes » mais moi j'aimerais bien ressortir, parler avec un monsieur normalement.

Et qu'est-ce qui pourrait te faire parler à ta généraliste ? Qu'est-ce qui te pousserait ?

Je pense qu'il faudrait que je prenne le dernier rdv de la journée, que je lui dise j'ai quelque chose dont je veux vous parler mais ça va prendre du temps j'aimerais bien avoir le temps.

Et t'as fait quoi pour te prendre en charge ?

J'ai quitté ma maison dès que j'avais un boulot, je me suis tout le temps débrouillée toute seule, y a rien qui m'arrête.

J'ai pas conscience de ce que j'ai fait pour moi. Et la thérapie ça fait 1 an, enfin avec lui ça fait 5 mois.

Et qu'est-ce qui t'a aidé ? Quel travail a été fait ?

Je supporte pas que les gens me disent il faut faire ci il faut faire ça.

Et chaque fois que je trouvais quelqu'un qui ne donnait pas du poids à quelque chose que moi je trouvais important j'abandonnais, ou qu'il me mettait dans une direction qui n'était pas la mienne qu'il fallait encore une fois que je me plie, chose que je ne sentais pas bien, j'abandonnais. Donc là cette personne est vraiment respectueuse, elle me dit « c'est toi qui dois sentir que ce que tu fais t'apporte ou pas du bonheur ». Donc c'est vraiment me recentrer, me dire que j'ai des valeurs, j'ai des envies, des besoins, et donner une valeur à ça mais c'est vraiment difficile parce que moi j'ai toujours fonctionné par rapport aux autres.

Et quelle prise en charge tu voudrais ou t'aurais voulu avoir dans l'idéal ?

Si y avait une baguette magique j'aurais voulu quand mon corps criait que j'allais pas bien, que le Dr me dise y a quelque chose qui va pas bien Louna, qu'est-ce qu'il y a, y a quelque chose que t'arrives pas à dire avec ta voix, y a quelqu'un qui t'écoute et probablement j'aurais pu parler. Je mangeais pas, je parlais pas j'étais timide je dormais plus la nuit, qu'on me dise c'est juste ton corps parce que toi t'arrives pas à le dire.

Et après avoir parlé qu'est-ce que tu voudrais ?

Il faudrait punir les gens qui se sont mal comportés avec moi.

C'est trop tard pour porter plainte, c'est passé c'est passé.

Et t'arrives à te sentir victime ?

Maintenant je sais mais quand je suis arrivée au début je disais non mais moi je suis pas une victime je suis une combattante, je l'acceptais pas, jusqu'au jour où je me suis dit « Louna t'es une victime et tu le resteras à vie ». Mon frère il s'est brûlé, et il a dit un jour à mes parents « Ecoutez-moi j'ai assez payé, regardez dans quel état je me retrouve j'ai souffert donc là vous m'en parlez pas, moi j'ai payé ma dette ».

Mais moi c'était pas ça j'ai jamais demandé à personne de le brûler. Par contre quand quelqu'un le voit c'est « ooh » et quand quelqu'un me voit c'est « vous êtes ravissante », moi j'ai pas de cicatrice visible mais j'ai des cicatrices en moi qui sont profondes et j'ai conscience maintenant que c'est un travail long long et long. J'ai mis tellement de barrières pour ne pas souffrir que maintenant pour me retrouver, il faut que ces barrières tombent, j'accepte de les détruire mais j'ai pas envie de souffrir.

Et à part ton thérapeute y a d'autres gens que tu aimerais voir, d'autres techniques que tu aimerais ?

Je me suis inscrite à la kinésiologie et ça m'a permis de...je fais de la kinésiologie parce que je voulais faire une formation, parce que les symptômes sont la voie du mal être donc moi c'était important de donner du sens à mes symptômes, j'ai acheté plein de livres et ça me parle tous ces symptômes que j'ai eu, les « maladies » que j'ai eu me parlent de mon passé. Dans cette école on parle d'énergie, d'entités, de karma mais moi je suis chrétienne mais pas pratiquante donc pour moi la religion c'est quelque chose dont je ne veux pas. Et dans cette école, cette approche me posait problème, je peux pas parler aux autres d'entités, de karma de sources, moi ça me parle pas, il me faut quelque chose de plus concret, peut-être que ça existe, peut-être que j'arriverai un jour. Vous les médecins, c'est comme ça que ça fonctionne en Occident on parle du corps, mais le corps sans la psy, ça peut pas marcher. Mais dans la kinésiologie y a trop de touchers je peux pas, je me sens mal à l'aise à toucher.

Et qu'est-ce qui t'a aidé le plus jusqu'à présent ?

C'est pas une chose c'est...y a un moment j'ai connu mon mari, je suis tombée enceinte je suis venue en France, donc déjà c'était m'éloigner de tout le...j'étais dans une ambiance lourde et dans une souffrance qui était vraiment profonde et la naissance de mon premier enfant pendant des années j'étais heureuse, comblée, j'étais capable d'avoir un enfant pas malade, il avait 10 doigts, 2 pieds...et après y a eu le deuxième et après la troisième donc la crise, mes enfants ça a été une grosse poussée du pied pour remonter.

Après y a eu de bonnes rencontres, des gens qui m'appréciaient avec tous mes défauts avec parfois mon agressivité et cette envie d'être solitaire.

Et ta médecin généraliste t'en attends quoi ?

Silence

Si elle vient...je sais pas, ça dépend comment elle m'accueille, mais j'aimerais bien qu'elle ouvre grand les yeux et qu'elle dise « j'ai pas conscience qu'il y a autant de victimes et maintenant j'essaierais avec le peu de moyens que j'ai d'être attentive » alors je serai heureuse de dire, Madame je suis victime moi aussi.

Moi je suis en formation pour devenir thérapeute, je veux pouvoir, je sais que je suis encore trop fragile pour pouvoir être en soutien.

Et ton médecin, t'envisages pas d'aller la voir régulièrement pour lui en parler comme à ton thérapeute ?

Non, à moins qu'elle me dise j'aimerais bien vous voir régulièrement. Mais si elle me le demande parce qu'elle considère que j'ai droit je peux me donner ce temps.

Mais ici en France il faut voir un psy.

Et t'aimerais bien qu'elle t'oriente vers un spécialiste ?

Si c'était possible d'aller voir quelqu'un mais déjà me confier à quelqu'un dont on sait qu'il est correct, mon psy actuellement c'est quelqu'un qui n'abusera jamais de moi, qui ne me touchera jamais et qui volontairement ne me fera jamais de mal, parce qu'il m'a raconté son parcours et je sais qu'il est correct. Moi j'ai eu affaire à des professionnels de la santé qui n'étaient pas corrects donc si elle...elle peut faire confiance.

Entretien Chloé

30 ans

Educatrice

Urbain

42 minutes

A mon domicile

Recrutement : AIVI

Est-ce que vous aviez un médecin généraliste à l'époque des faits ?

Oui un médecin de famille ouais...un médecin de famille, c'est notre mère qui nous y amenait.

Et vous alliez le voir régulièrement ?

Oui moi j'allais le voir souvent parce que je me faisais souvent du mal du coup et oui soit pour des entorses ou des brûlures, du style, y avait un repas chaud je mettais ma main dessus. J'y allais souvent, d'ailleurs ma mère en avait un peu marre...mais sinon...oui après y avait les visites de contrôle enfin vaccins classique quoi.

Et ce médecin n'a jamais été alerté que vous y alliez si régulièrement ?

Apparemment non.

Vous lui en avez jamais parlé ?

Non de toute façon y avait toujours ma mère ou ma sœur donc non...euh après je crois que c'est elle qui a prescrit un examen parce que j'ai fait pipi au lit super tard et du coup en fait les faits ça a commencé quand j'avais 7 ans et euh...du coup j'ai...vu que je pissais toujours au lit, elle a marqué un examen je sais plus comment il s'appelle, pour voir si c'est normal, un truc qui passe là. En fait ça m'est revenu y a 1 an ce souvenir là et donc j'ai repris mon carnet de santé et effectivement y avait marqué à partir de 91, infections urinaires, douleurs pelviennes je sais pas quoi, tous les mois tous les 2 mois la première année où ça a commencé.

Et donc ce médecin vous a jamais posé de questions dans ce sens-là ?

Non et pour l'examen j'ai vu une spécialiste qui était là juste pour faire l'examen et qui s'est passé comme il s'est passé et voilà quoi après non y a pas eu de suite particulière

Et pourquoi vous lui en avez jamais parlé ?

Silence

Je pense de toute façon...je sais pas...je pense que c'est des choses qui se disent pas et en présence de ma mère bah...

Et ça vous ai même pas venu à l'esprit ou vous y avez quand même pensé ?

Non c'est venu plus tard, plus quand j'avais 10 ans où là je commençais à me poser des questions et je me disais que tout ça c'était peut-être pas normal mais avant non j'ai jamais trop eu le...enfin je sais pas pour moi c'était comme ça et puis voilà.

Avant les 10 ans vous aviez pas conscience que c'était pas normal ?

Bah c'est ambigu quoi parce que...c'est là c'est présent ça fait mal . Lui il changeait complètement de visage, de regard et dans ces moment-là je comprenais...(silence) enfin vu que c'était mon père je me disais que s'il le faisait c'était normal quoi, même si j'aimais pas et que ça me faisait mal donc après je sais pas.

Et comment vous avez compris que c'était pas normal?

En fait du coup, j'ai eu mes règles très tôt, à 9ans, enfin je sais pas pourquoi je dis ça je vois pas le rapport avec ce que je vais dire après et du coup en sixième j'ai demandé à être interne et dans ma classe y avait un gars plus âgé qui avait redoublé plusieurs fois et le soir à l'internat ou en cours de sport enfin quand on était seuls il venait, il me touchait il me tapait il me faisait faire des trucs et là je me disais bon bah c'est normal je suis faite pour ça et puis en même temps je sais pas je voyais les autres, lui il me disait de rien dire donc je me disais que s'il me disait de rien dire c'est que ça se faisait pas trop. J'ai essayé d'en parler à l'infirmière scolaire mais c'était un collège catho...et j'ai essayé d'en parler donc de ce garçon et de mon père, enfin de mon père pas trop mais de la relation avec mon père que je comprenais pas trop et elle a pas trop cherché enfin moi non plus j'ai pas trop dit mais elle a pas cherché et à la fin elle m'a juste posé une question, savoir si j'étais d'accord pour qu'elle prie pour moi...donc je savais pas trop quoi faire.

Et elle a pas cherché plus loin ?

Non

Après j'ai fait une fugue à 11 ans, qui a pas duré longtemps et dans la journée l'après-midi mes parents m'ont amené chez un psychiatre dans un CMP où forcément on était tous les trois face au psy. Moi je disais rien, mes parents parlaient, surtout ma mère et puis après ils sont partis et le psy a rien dit, j'ai rien dit et il a rappelé mes parents « elle est tout à fait normale, y a rien qui cloche »

Et vous avez pas eu envie de lui dire ?

Non, non non, parce que je savais qu'il était là et que je sentais que c'était un truc qu'il fallait pas dire. Après plus tard, grosse dépression, c'était en seconde ça je crois, du coup je voyais une pédopsy dans un CMP et un jour elle me demande si je pense à la mort, je lui dis que oui et après elle me dit « est-ce que vous êtes d'accord pour une hospitalisation ? » je lui dis que oui et du coup elle m'a hospitalisée à Montpellier dans une clinique, j'y suis restée je sais pas 1 mois et demi je crois. En même temps mon père il a été hospitalisé à Privas pour dépression aussi et là non plus j'ai jamais parlé je l'ai jamais dit.

Et personne n'a posé de questions ?

Non

Et pour revenir à votre généraliste, qu'est-ce qui aurait pu vous faire parler ?

Maintenant c'est avec le recul, après sur le moment je sais pas si j'aurais parlé mais...bah déjà même petit qu'y ait pas les parents et je sais pas de poser des questions simples, je sais pas...du style parler du corps, dire qu'il est à soi, demander tout simplement si y a quelqu'un qui le touche, qui fait des trucs.

Ça vous auriez répondu ?

Bah avec le recul je me dis peut-être mais peut être que si elle m'avait demandé « est-ce que y a quelqu'un qui te touche sur des parties de ton corps que t'aimes pas ? », je me dis que oui j'aurais répondu oui. Après est ce que j'aurais dit oui, peut-être pas, et après peut-être que d'ailleurs...enfin si y a ma mère qui rentre dans le cabinet, j'aurais dit non.

Et vous en attendiez quelque chose à l'époque de votre médecin ?

Non...non parce que vu que de toute façon on m'y emmenait souvent, à chaque fois je me faisais engueuler.

Maintenant vous avez un médecin généraliste ?

Oui, ça fait 6 ans que je suis sur Lyon, au début j'ai fait plusieurs médecins généralistes un peu au pif et ça allait pas et puis y a une collègue qui m'a conseillé quelqu'un, une femme et du coup...je lui ai pas dit. Je suis allée la voir parce qu'il me fallait un renouvellement d'ordonnances pour antidépresseurs, anxiolytiques tout ça et elle a posé un peu des questions mais pas trop et je pense qu'enfin voilà elle a compris et après je suis retournée la voir, plusieurs fois, ça s'est fait sur plusieurs mois, et j'avais commencé à la voir début septembre et toute la montée jusqu'à Noël c'est là qu'il y a le plus d'angoisse, de retourner la voir, parce que mes parents étaient pas encore divorcés donc je retournais dans toute ma famille faire Noël et là je lui ai dit que j'avais pas envie de faire Noël que j'avais pas envie de voir ma famille et elle m'a demandé qui est-ce que j'avais pas envie de revoir et là je lui ai dit. Parfois je l'appelle, je prends rendez-vous c'est juste pour parler, quand je prends des crises d'angoisse.

Et quand vous lui avez annoncé ça s'est bien passé ?

Ouais ouais, moi j'étais dans tous mes états je pleurais j'étais pas bien et elle était très douce, la voix très douce, elle m'a demandé si je voulais un verre d'eau, enfin très à l'écoute.

Et pourquoi elle ?

Je ne sais pas. Non après c'est un truc relationnel, je sais pas quelque chose qu'on perçoit, qu'on peut avoir confiance et puis aussi y a le temps, enfin je veux dire y a...plus ça va plus j'arrive à en parler, c'est toujours très restreint, du coup...par exemple j'ai eu rendez-vous chez la gynéco et elle

pose des questions machin tout ça et j'ai fini par lui dire alors qu'avant c'était impossible d'en parler d'arriver comme ça et de dire ça donc euh...

Et ça c'est juste le facteur temps ?

Je pense ouais...c'est un tout, c'est le fait que j'ai réussi à mettre de la distance avec ma famille enfin avec lui surtout, y a plein de choses au niveau perso et professionnellement aussi et tout le chemin psychothérapeutique que j'ai pu faire, le groupe de parole aussi, où en fait on se rend compte qu'on n'est pas seule, ça existe, y en a d'autres, enfin ouais tout ça ça permet d'être je sais pas, parce que c'est vrai que parfois j'ai envie de hurler de crier tout ça à ma famille mais...et du coup avec le corps médical j'y arrive un peu plus.

Et en lui dévoilant ça vous aviez des attentes particulières ?

Non pas spécialement.

Vous avez mis combien de temps à lui en parler ?

Quelques mois je pense, ça a été assez rapide quand même.

Je me suis retrouvée seule à Lyon toute ma famille est dans le Sud, une période où ça allait pas très bien professionnellement enfin ça allait pas du tout et du coup j'avais besoin de décharger tout ça et puis même physiquement j'avais des douleurs un peu partout j'étais pas bien et puis elle a fait des liens aussi, par rapport à mes infections urinaires à répétition, plein de choses quoi. Et puis c'est elle qui m'a dit que le corps il parlait, que parfois il exprimait des choses que l'inconscient arrive pas à dire. Donc je comprends mieux, y a le matin je me réveille je suis coincée du dos, je suis toute crispée, voilà je comprends que toutes les douleurs physiques qu'il peut y avoir encore aujourd'hui ça peut être normal.

Et le fait que ça ait été une femme, ça a joué ?

Ah oui, ah oui oui oui, les hommes pas question, non non.

Et après elle a mis en route une prise en charge ?

Non mais elle est très disponible, c'est arrivé 2ou3 fois où j'ai eu des flash-back, des souvenirs qui reviennent où je l'appelle, je suis hyper angoissée et elle prend le temps de me rappeler le soir et euh...ouais c'est arrivé pendant 30 -45 min où je parle et je pleure je lui raconte ce que j'ai vécu et elle est là elle m'écoute, ce qui doit pas être évident pour elle d'ailleurs, mais elle me propose un rendez-vous, de repasser le lendemain. Et puis y a toujours l'ordonnance qui nous lie, parce qu'elle me fait des ordonnances qui sont renouvelables 2 mois et après je reviens, y a un suivi, elle me demande toujours comment ça va.

Et elle vous a orienté vers quelqu'un type psychiatre, psychologue ?

Non parce que la psychanalyste que je vois, je la vois depuis 10 ans. Quand j'étais sur Uzes au lycée je l'ai connue dans un CMP et puis après elle a déménagé sur Lyon et puis moi je suis arrivée.

Mais par contre, je lui ai posé des questions, des adresses, des personnes qui font l'EMDR, pour l'hypnose aussi, parce que je vais tenter, elle m'a donné des adresses.

Et c'est vous qui avez demandé ?

Ouais...après oui elle m'a demandé si j'étais suivie tout ça, au niveau psycho.

Et l'hypnose et l'EMDR vous avez connu comment ?

Bah c'est sur internet, non mais voilà j'ai téléphoné je me suis renseignée mais ça coute trop cher

Et la psychanalyste elle est au courant ?

Oui oui oui

C'est pas facile mais ça m'aide

Pour vous c'est indispensable d'avoir un suivi psy ?

Oui

Votre généraliste n'aurait pas suffi ?

Non et puis je vois parfois, j'essaye de lui dire des trucs mais elle est pas super réceptive mais enfin...c'est pas une psy quoi, même si elle a une côté où voilà elle est à l'écoute mais c'est pas une psy elle est généraliste et du coup je lui en veux pas c'est comme ça mais c'est vrai que des fois ses réponses euh...me satisfont pas.

Par exemple ?

[silence]

Bah justement je l'avais rappelée un soir et puis elle m'avait donné rendez-vous le lendemain pour un flash qui m'était revenu concernant ma mère et en fait je la revois dans la salle de bain en train de m'épiler et...pour me préparer avec lui et là c'est sorti naturellement spontanément, elle m'a dit « mais quelle salope » en parlant de ma mère et euh...là ça m'a scotché j'étais là...et je lui ai dit « vous la traitez de salope alors que lui jamais vous avez rien dit à son sujet » et puis elle s'en est excusée et puis voilà, on a pu en reparler, mais ouais sur le coup c'était un peu...enfin voilà après c'est plus la personne, l'humain qui parle alors que la psy c'est beaucoup plus dans la retenue mais voilà en même temps c'est ce qui est un peu complémentaire avec la psychanalyse où y a rien qui sort et justement le côté psy parfois ça manque un peu d'humanité c'est.. alors qu'elle voilà elle est entière, ça fait un peu ressortir le fait que tout ce qui s'est passé c'est pas normal alors que des fois je sors de ma psy je me dis « voilà tout ce que je lui ai dit, comme si c'était normal », le fait qu'il n'y ait pas de réactions...

Et vous réalisez que c'est pas normal ?

Pas trop non, enfin ça dépend, des fois je suis un peu dans le déni et des fois...

Vous vous sentez comme une victime ou pas ?

Je sais pas...pour l'instant je me sens plus responsable.

Est-ce que votre médecin vous a parlé de tout ce qui était judiciaire ?

Ouais je crois qu'elle m'a demandée si j'avais porté plainte pour savoir où ça en était de ce point de vue là mais de toute façon moi je lui ai répondu que c'était hors de question que je porte plainte et puis que j'en étais pas là et de toute façon maintenant y a prescription la question se pose plus.

Et le fait de parler, de dévoiler ça, ça vous a aidé, ça vous a fait du bien ?

Ouais parce que...je m'en aperçois avec le groupe de parole, le fait d'en parler et de voir que...c'est complètement débile mais le fait de voir qu'il y a pas de réaction de rejet de dégoût de jugement ça apaise un peu.

Et l'association vous l'avez connue comment ?

Sur internet, et du coup j'en ai parlé à ma psy, à ma généraliste et je leur ai donné des plaquettes, enfin surtout à ma généraliste et elle m'a remerciée parce qu'elle m'a dit « c'est vrai qu'on manque d'info là-dessus, y a pas... », elle en garde dans son bureau qu'elle donne individuellement à d'autres patients et sinon parfois elle en met dans la salle d'attente mais elle me dit que oui ça part vite.

Vous si plus jeune vous aviez vu des plaquettes comme ça chez un médecin, ça vous aurait aidé ?

Peut-être ouais, mais déjà oui ça m'aurait un peu alertée.

Et les groupes de parole ça vous aide bien ?

Ouais, c'est pas évident mais ouais...parce que c'est sur des thèmes, des trucs auxquels je pense pas forcément, j'en parle pas forcément à ma psy ou à ma généraliste et du coup ça me fait revenir sur des trucs et j'en parle en psy et du coup ça me permet de mieux comprendre certaines choses. Et puis le témoignage des autres aussi, voir comment, où elles en sont, ce qui est pas évident parce que des fois je me suis dit whou j'en suis là.

Et vous avez des idées sur ce qu'on pourrait faire encore comme prise en charge ?

[silence] faudrait qu'il existe, enfin je sas pas peut-être que ça existe des structures où ce soit pas l'HP, où il y ait, je sais pas, un lieu où on puisse faire un break pendant 1 semaine ou 3 jours, niveau corporel qu'il y ait de la kiné des trucs comme ça, moi je sais que tout ce qui est ostéo avec des temps d'écoute, de professionnels, pour faire un peu un break, se détendre un peu.

Et votre médecin vous en attendez quoi maintenant ?

Bah qu'elle soit à l'écoute quand j'en ai besoin quoi.

Et puis y a tout le côté secret professionnel, parce qu'au début j'avais vachement peur qu'elle en parle, enfin voilà après c'est mes phases parano où je me dit « ça y est elle doit le connaître, elle va lui dire que j'en ai parlé », et du coup elle m'a reposé le cadre, elle a prêté serment, le secret

professionnel...et puis même des fois y a des périodes où j'arrive chez elle je suis complètement déprimée, voilà j'en ai marre, je pense à la mort tout ça, et elle me demande « est-ce que l'hospitalisation serait la solution ou pas ? » et je lui dis non, parce que vu que j'ai été hospitalisée 4 fois j'ai pas du tout envie d'y retourner et du coup le fait qu'elle me pose la question, même si des fois j'ai peur qu'elle m'hospitalise d'office, et qu'elle me dise que je suis folle et que j'en sorte plus de l'hôpital, mais...elle me demande.

Ca fait déjà un moment que vous êtes sous antidépresseurs et anxiolytiques, et les médecins vous ont toujours prescrit ça sans chercher plus ?

Oui depuis l'âge de 14 ans, c'est vrai, parce que quand je suis venue sur Lyon, je connaissais pas de médecin, j'en ai fait 4 ou 5, à chaque fois je prenais rendez-vous parce que justement j'avais plus de médocs et ils me prescrivaient.

Et vous à ce moment-là vous attendiez pas qu'ils posent des questions ?

Non non non, moi j'étais pas...

Et ça vous a aidé ces médicaments ?

Oui, c'est que justement quand...je sais plus ce que je prenais, quand je suis allée la voir, je prenais du citalopram et puis au bout d'un moment je lui ai dit « j'ai l'impression qu'il me fait rien celui là », et puis elle me demande « mais qu'est-ce que vous avez pris ? » et du coup je suis rentrée chez moi, j'ai fait tout l'historique des médicaments que j'avais pris et elle était un peu choquée, parce que j'ai un peu tout pris, du depakote au zoloft, norset, prozac puis je sais plus quoi d'autre encore. Y a une psychiatre quand j'étais sur Avignon, tous les mois elle me changeait de médicament.

Et elle m'a represcrit du zoloft et du coup je prends ça, alors j'en prenais 2, pendant 6 mois j'en ai pris 3 et puis là j'en avais marre, j'en avais marre je me disais c'est bon, je lui ai dit « j'ai envie de tout arrêter les médicaments » et puis c'est vrai c'était pas con mon raisonnement, si j'arrête tout, que je reprenne après 1 ou 2 cachets ça fera peut-être plus effet, et elle m'a dit, non mais faut pas arrêter ça comme ça et du coup on est redescendu à 2 et puis on va voir comment ça va.

La prise des médicaments c'est un peu...des fois ça montre bien que je suis un peu folle, et j'aimerais bien m'en passer mais c'est pas possible.

Et pour le dépistage, vous avez des idées ?

Petit, avec les enfants je sais pas, c'est délicat.

Après je pense à partir de l'adolescence, à partir de 13-14 ans, poser des questions simplement, sans tomber dans la psychose ou la parano et puis pas forcément dans le cadre familial, au collège...

Et plus petit, poser des questions, non ?

Ouais poser des questions, mais je sais pas si moi j'aurais parlé, enfin peut-être que je l'aurai dit mais après suivant l'ampleur que ça prend, dire l'inverse...c'est ça aussi, y a la peur de « on dit » et après qu'est-ce qu'il se passe ? On va plus voir ses parents, on va être placé je sais pas où...Même si on

n'a pas conscience de tout ça petit, y a quand même la peur de perdre ses parents, l'amour qu'ils ont même s'il est pas forcément bon...enfin je sais pas c'est un truc de fou.

En même temps, généraliste, c'est particulier, parce que c'est le médecin de famille, donc c'est pas évident de voir chacun individuellement, peut-être avoir des doutes ou pas c'est pas facile.

Des choses à rajouter ? Ce que vous auriez aimé qu'on fasse ou ce que vous aimeriez qu'on fasse maintenant ?

Bah moi je leur en veux, aux médecins, qui...quand je regarde mon carnet de santé, je vois ce qu'il y a marqué, l'examen, tout ça, je me dis, mais...y avait quelque chose, ça se voyait, y avait des signes, je leur en veux d'avoir rien vu, même à l'infirmière du collègue, au psy après, même au pédopsy le Dr X., un connard, enfin bref !

Non mais c'est un truc tellement impensable et inimaginable que c'est plus facile de tourner la tête, fermer les oreilles, pas voir, pas entendre, parce que c'est impossible de penser qu'il peut se passer ça.

Entretien Betty

46 ans

Psychothérapeute

Urbain

1h16

A son lieu de travail

Recrutement : AIVI

Est-ce que tu avais un médecin généraliste à l'époque des faits ?

Alors quand j'étais enfant oui, parce que moi ça a duré...le primo-agresseur est mon père et j'ai pas de souvenirs de quand ça a commencé, je sais par contre, qu'au CP ça existait déjà, j'ai aucun souvenir de quand mais peut-être depuis toujours. Et par la suite en 6^{ème} au début de la puberté, mon père a arrêté directement et a sous-traité ses déviances à d'autres...collègues de travail, soignants, y a avait une espèce de petit groupe et je sais pas dire pour les autres, en tout cas pour moi, plus je...c'est devenu compliqué...j'ai le souvenir de pas prendre de médicaments au moins jusqu'en CM1, j'ai pas de références d'âge, que des références scolaires, et je sais qu'en CM2 il me donnait du sirop où il me faisait des piqûres, et j'ai vraiment le souvenir d'être morte vivante, c'est pas mon père qui me piquait et autrement y avait des personnes, pour moi c'était des soignants, puisqu'ils avaient des piqûres, des produits et puis y avait des gens, un cardiologue...voilà et...c'est dur d'en parler sans forcément y retourner...toujours est il que je sais qu'en CM2 y avait de la chimie par contre ils m'ont jamais fait fumer de pétards où je sais pas quoi, c'était vraiment ou du sirop ou une piqûre et les 2 me faisaient le même effet, j'étais dans une espèce de flou, de pâté, comme si je sentais rien mais je vivais tout.

Par la suite mon père a moins eu besoin de me forcer, j'ai pris bien plus volontiers ce qu'il fallait pour me neutraliser moi-même et à partir du moment où j'ai commencé à prendre moi-même ce qu'on me demandait de prendre euh...j'ai réglé les doses et je prenais juste de quoi m'apaiser, pour que ce soit plus soft.

Et par rapport à ta question donc, mon médecin généraliste il a été le même toute mon enfance, par la suite il avait un remplaçant qui est devenu un collègue de cabinet donc quand c'était pas l'un c'était l'autre, j'avais très confiance dans les deux, j'avais un petit coup de cœur, j'étais un peu amoureuse du nouveau qui était légèrement plus jeune, en tout cas ça a jamais été...aller chez le docteur c'était toujours un truc bien. J'ai souvenir aussi que ma mère, quand elle craquait me laissait des après-midi entières dans la salle d'attente du cabinet et je jouais. Pour autant, il a jamais fait de signalement, à l'époque ça se faisait peut-être pas, toujours est-il qu'il a toujours été gentil avec moi, il m'a jamais mise dehors.

Et il ne t'a jamais posé de questions ?

Il m'a jamais posé de questions, il m'a toujours reçue avec ma mère, mon père ne venait jamais, y avait aussi je pense l'époque qui faisait ça, il s'adressait jamais à moi, c'était « comment elle va ? »

pas « comment tu vas ? », même s'il me regardait c'était ma mère qui répondait et limite il aurait pu l'ausculter elle c'était pareil.

Alors en même temps peut-être que c'était l'époque aussi, j'ai à peu près que ça comme explication, j'en n'ai pas d'autre, c'était sa formation, il m'a jamais déshabillée non plus donc mon corps...il était assez mono obsessionnel sur mon poids parce que j'étais très maigre pour mon âge donc il était obsédé par mon poids donc ça il me pesait mais il m'examinait pas, j'étais jamais en culotte devant lui, et je sais pas pourquoi. Une fois on m'a posé la question mais est-ce que c'est pas ta mère qui souhaitait...je l'ai jamais entendu dire ça comme ça non plus.

Le remplaçant lui, le nouveau, qui est arrivé j'étais déjà ado, lui il me faisait mettre en sous-vêtements et j'ai souvenir aussi par exemple de ne pas avoir demandé à aller chez le médecin parce que c'était lui et que du coup je savais que j'allais être obligée de me déshabiller donc j'ai le souvenir d'avoir eu la stratégie d'évitement pour pas me retrouver en sous-vêtements.

Et quand il te demandait de te déshabiller, ça te mettait mal à l'aise ? Il a jamais remarqué un mal-être ?

Moi j'en n'avais rien à foutre, parce qu'il voyait rien, après comme c'était en sous-vêtements, non, quelque part j'avais tellement l'habitude d'être toute nue, donc sous-vêtements c'était comme habillée c'était pareil, j'avais pas cette notion de pudeur, par rapport à mon corps ou à la nudité j'avais de l'évitement, mais c'était plus par rapport à ce que l'autre ne voit pas certaines traces, certaines choses, alors ça pouvait peut-être de l'extérieur ressemblait à de la pudeur, c'était pas la pudeur, c'était la trouille que l'autre il voit des trucs que je voulais pas qu'il voit.

Et pourquoi tu voulais pas qu'il les voit ces traces ?

Pour pas être embêtée, je voulais pas...j'ai jamais dénoncé personne, pourtant j'ai des noms quand même, c'est quelque chose qui même encore aujourd'hui est pas...et pourtant avec la prescription je pourrais aujourd'hui dénoncer sans risquer quoi que ce soit, enfin sans que eux ne risquent quoique ce soit parce que depuis le temps...mais même ça ne suffit pas à faire que j'ose.

Et pourquoi ?

Y a encore de la honte et de la peur, même si je sais bien, intellectuellement, rationnellement...il faudrait, je suis dans mon droit, il ne m'arriverait rien n'empêche que c'est pas encore possible, et j'ai abandonné...j'ai pas voulu prendre ça comme projet, j'ai préféré prendre comme projet de reconstruction, trouver chaque jour, que la journée a valu le coup d'être vécue. Avec le temps je suis passée à un objectif d'aller bien d'heure en heure et demi-journée en demi-journée, puis jour en jour et puis avec le temps j'en suis arrivée à construire des projets d'avenir, à 6 mois.

Et ces 2 médecins que tu avais petite, tu as envisagé de leur en parler ?

Alors je suis retournée voir le principal, à un moment où j'ai fait un passage en clinique psychiatrique et j'avais été très choquée par un psychiatre qui avait parlé de moi à son infirmière comme faisait les autres quand j'étais pas là, et il parlait devant moi en parlant de moi de borderline, et j'avais été

choquée, pas tellement de la terminologie...et je me suis dit mais est-ce que j'étais déjà comme ça, ou est-ce que je le suis devenue, pourquoi personne l'a vu oui après tout c'est vrai je le suis, je peux avoir une tendance et ça m'a donné envie de retourner le voir.

Donc j'ai pris un rendez-vous, il m'a reconnue tout de suite, je lui ai répondu en le vouvoyant, j'avais besoin de cette distance, j'étais un peu en colère contre lui, qu'il ait rien vu, rien fait, rien dit, il est devenu pendant quelques mois le symbole de tous ceux que j'avais croisés, à qui bien sûr je l'avais caché mais qui n'avaient pas été capables de voir. J'étais en colère contre lui, je suis restée quand même très polie, et donc sans rien lui dire je lui ai expliqué pour avoir son retour sur l'enfant que j'étais toute la période où il m'a suivie donc jusqu'à 16 ans et qu'ensuite une fois qu'il m'aurait dit ça je lui expliquerai pourquoi. Donc il s'est rappelé dans un premier temps, il a pas eu besoin de reprendre ses fiches ça m'a bluffé, il s'est souvenu que organiquement j'ai une anomalie de naissance, j'ai qu'un seul rein voilà, il s'est souvenu de mon profil vraiment médical corporel et puis ensuite il s'est souvenu des petits accidents que j'avais. Un jour ma mère s'est pointée j'avais le menton ouvert, elle avait dit que j'étais tombée, un doigt dans une porte, le nez cassé ouvert et il s'arrête un peu là dans ses souvenirs et je lui dis et autrement psychologiquement comment vous me trouviez ? Et...donc là il se gratte un peu la tête et il m'a dit « tu sais à l'époque on recevait pas les enfants tous seuls, je me souviens pas avoir beaucoup discuté avec toi, tu disais rien, t'étais très sage, très polie », c'est le souvenir que moi j'avais de moi mais c'est pas ce que j'entendais qu'on disait de moi donc ça c'était bien c'était reconstructeur. Donc je lui explique ma démarche, je profite d'une autorisation de sortie et que j'ai été choquée d'entendre que j'étais borderline et que la question c'était pourquoi personne n'a rien vu, pourquoi personne n'a rien dit donc je lui ai dit mon intention de tout cacher, que rien ne se voit jamais, ce qui a très bien opéré puisque lui ne s'est jamais rendu compte de rien et il m'a dit « mais tu sais aujourd'hui tu m'en parles oui aujourd'hui avec le recul j'avais des doutes », bon il aurait plus eu des doutes sur de la maltraitance [mime un coup], des coups, que sur de l'agression sexuelle, y avait les 2 et en se repassant le film, peut-être que...Il m'a demandé si je voulais voir le remplaçant, j'ai dit non, pour moi mon médecin c'était lui et que ça avait du sens que par sa parole à lui.

Quand t'étais petite, ça t'es jamais venu à l'esprit de lui en parler ?

Oooooh non, non non, oh non, et avant même que ce soit par honte...la honte j'ai commencé à la ressentir vers 7 ans, 7-8 ans, donc là ça a rajouté à mon silence, ça a vraiment mis un poids en plus. Par contre auparavant c'était juste normal tout ce qu'il se passait ; je le dis maintenant avec moins de honte qu'avant, mais par exemple, pour moi c'était tellement normal tout ce qu'il se passait, je trouvais triste les familles...donc le rôle de l'ainée c'était de servir d'objet sexuel au père donc je me disais mais ils ont pas de chance les parents qui ont que des garçons, comment ils font, je plaignais les papas qui avaient que des fils en premier, je me demandais quand la fille était en 2^{ème} si ça marchait pareil, et c'était normal. J'ai découvert assez tard, pour moi on m'aurait parlé...ça reste un souvenir douloureux mais...j'ai découvert que les hommes ne faisaient pas pipi dans les femmes en 4^{ème}, cours d'éducation sexuelle, non c'était pas du pipi et qu'accessoirement on n'urinait sur personne, la façon dont ça m'a construite, le fait que ce soit pas juste occasionnel, ça m'a construite différemment et du coup y a eu tout un tas d'années où j'ai cru que c'était normal et quand j'ai commençais à avoir un

peu d'identité, je me suis mise à avoir honte donc la honte m'a faite taire et puis pas que la honte, parce que quand j'ai commencé à donner mon avis, là on m'a donné de quoi me faire taire. Ça a été crescendo comme ça.

Et tu vois quelque chose qui aurait pu te faire parler à ton médecin ?

Franchement non, je crois que quelqu'un l'aurait vu je pense que j'aurais nié, je vois pas une ouverture, une période, une époque, soit j'aurais rien dit petite parce que c'était normal soit après parce que j'aurais eu honte et très vite peur et puis je sais pas trop comment ça s'est passé mais après à l'adolescence et pour les années qui ont suivi y avait énormément énormément énormément de honte et moins de peur, j'avais plus rien à perdre, quelque part j'étais déjà morte donc la peur a lâché mais j'aurais pas su faire autrement.

J'ai eu beaucoup de stratégies pour éviter d'avoir affaire à la médecine donc jamais de MST jamais de nécessité d'aller exposer quoi que ce soit à cet endroit-là, j'ai toujours veillé à pas trop faire de mauvaises rencontres qui nécessiteraient...par exemple suite à des coups, des poings...j'ai toujours fait attention à pas avoir besoin de demander de l'aide à l'extérieur qui ferait que ça pourrait me dévoiler.

Et après tes 16 ans tu as eu d'autres médecins ?

Alors entre le médecin que j'ai aujourd'hui et ce monsieur, y a eu une personne qui a été très bien aussi, mais à qui j'ai menti, enfin menti, je lui parlé que d'une facette des choses et je crois que la délicatesse qu'elle a eu c'est de ne jamais me demander une autre facette.

J'ai eu l'impression, enfin j'en n'ai jamais parlé avec elle, mais j'ai eu l'impression, quand j'allais la voir en lui disant ça va pas, j'ai jamais été malade, j'avais une santé indestructible, béton, pas de rhume, grippe rien rien, par contre y a des moments quand j'ai sollicité son aide, c'était vraiment par rapport à des envies de suicide, de gros gros ras-le-bol, mais même ça je le faisais avec des pincettes, de façon très élégante « oh j'ai un petit coup de fatigue, donnez- moi un petit booster » et en fin de compte elle a toujours été à l'écoute et je pense qu'elle savait, elle devait se douter mais on n'a jamais parlé de rien.

Et t'avais envie de lui en parler ?

Non mais je pense qu'elle a peut-être, il me semble qu'elle a pu sentir que si elle avait posé des questions je serais pas revenue, je pense...elle était très fine, très sensée, elle avait vraiment une présence, même si ça durait qu'un quart d'heure.

Et pourquoi tu serais pas revenue ?

J'aurais eu peur d'être dévoilée, j'aurais eu honte, je me sens coupable, de pas avoir été capable de dire stop, de pas avoir été capable, d'être pas digne, je me suis jamais mise en situation de danger qui aurait pu attirer l'attention sur la famille, c'était hors de question j'ai tout planqué le plus possible, et au final c'est quand j'ai commencé à travailler sur moi et avoir pris suffisamment de distance avec cette histoire-là et l'envie d'avoir une vie normale m'est venue. Donc j'ai commencé à voir des thérapeutes

divers et variés, par moi-même, en solo, ne compter sur personne, n'avoir besoin de personne. Et j'ai commencé à être malade comme tout le monde en commençant à faire une thérapie, à choper des rhumes, une angine, une otite, une gastro enfin des trucs...rien du tout mais qui nécessite quand même...d'aller voir son toubib. En tout cas, j'avais plus besoin de tenir et de planquer et de survivre dans mon coin avec les moyens du bord et j'ai commencé à aller demander de l'aide, rien à voir avec l'inceste ou la violence sexuelle mais c'était déjà énorme d'aller demander des antibio, ça a été de recommencer à prendre soin de moi, me donner le droit d'oser aller dire ça va pas. Je me suis mise à avoir besoin d'une généraliste.

Et tes thérapeutes étaient au courant pour l'inceste ?

Ah ben moi j'ai maintenu le cap, j'ai quand même été jusqu'à essayer de faire une thérapie sans en parler, j'ai voulu reconstruire par-dessus donc évidemment ça n'a pas tenu. Ça nourrissait un peu ce que j'ai ressenti à l'égard de mon ancien généraliste, ce thérapeute il est pas crédible, je peux lui faire gober n'importe quoi donc il peut pas m'aider puisque je peux lui mentir voilà. C'était pas le cas pour ma généraliste, elle gardait du crédit bien que je lui mente parce qu'elle avait quand même une réalité d'aidante, ça a été énorme juste le fait de pouvoir dire à quelqu'un je vais pas bien j'ai mal et que ce soit entendu. Du monde d'où je venais, on se plaignait pas, on filait droit on faisait pas chier le monde.

Donc les thérapeutes que j'ai rencontrée, je pouvais que leur reprocher de pas être bon évidemment je leur disais pas, pourtant y a eu un jour où j'en ai croisé un, qui m'a dit à peu près « j'entends tout ce que vous me dites mais vous voulez pas me parler de ce que vous me dites pas » et là j'ai su que c'était le bon, bon je le dis en rigolant mais là il a pas appuyé là où ça faisait mal, il a eu l'intelligence de s'appuyer sur ce que je lui avais dit pour voir tout ce que j'avais pas dit et là je me suis dit j'ai en face de moi quelqu'un wahou, là c'est le niveau supérieur. C'est la démarche qui m'a touchée, ç'aurait été fait par un généraliste c'était pareil.

C'est une démarche qu'un généraliste aurait pu avoir...je viens de dire un...peut-être une, un je suis pas sûre, j'ai pu le dire à lui qui est un homme parce qu'il était thérapeute parce que y avait quelque chose qui avait déjà été posé auparavant, par contre sûr si ça avait été une généraliste je pense que j'aurais pris.

Et ce thérapeute c'était la première personne à qui tu en as parlais ?

C'est parce qu'il m'a dit ça, qu'il a cerné tout ce qui était dit et qu'il me demandait comment ce serait possible pour moi de lui parler de ce qui était pas dit, que je me suis sentie quelque part respectée et j'ai commencé petit à petit, alors j'ai peut-être quand même mis 5 ans, mais c'est vrai qu'en réalité au bout d'un moment...jusqu'au moment où...je crois qu'il y a eu une année ou deux de recouvrement entre cette généraliste et ce thérapeute, elle a quitté la région, ça a été dur pour moi, j'ai recommencé à voir personne, pendant 2 ans.

Parallèlement mon travail thérapeutique m'assouplissait un peu quand même et donc j'ai rencontré la généraliste qui me suit aujourd'hui, à qui je suis d'une fidélité kilométrique sans borne, j'ai déménagé plusieurs fois, je reste, quitte à faire 40 km, je ne changerai pas, j'ai besoin de cette sécurité-là, c'est

aussi une personne que j'ai rencontré un peu avant d'avoir mes enfants, ça a été aussi un grand moment, je les ai faits en PMA, avec des fausses couches ça a été compliqué, ça crée du lien. Pour autant, il a quand même vraiment fallu que je sois en difficulté pour lui dire mais ça a été la première généraliste, qui me suit toujours.

Et qu'est-ce qui t'a poussé à lui en parler ?

Une grande difficulté, j'étais mère et là je pouvais plus faire de marche ou crève j'étais considérablement sortie de l'antisomatisme, j'avais récupéré un corps, de la bobologie, j'étais maman, j'avais plus l'élan et le courage de tenir, d'encaisser ce que j'avais déjà encaissé et j'ai eu besoin d'aide, la maman que j'étais a pris la parole pour demander de l'aide parce qu'elle était maman, là j'ai vraiment senti que la force, le courage que j'ai eu pour poser les choses c'est parce que j'étais mère, en solo je tiendrais encore...mais à l'époque y a 10 ans, c'est parce que j'ai été une mère en difficulté et probablement aussi parce que c'était une femme.

Et t'attendais quoi d'elle en lui disant ?

[silence] j'avais appris par ailleurs, par le fait que j'avais commencé une formation de thérapeute, j'avais accédé à la notion de parler pour être bien aidée il m'a fallu 30 ans pour comprendre ça donc j'ai été lui parler pour être aidée, si je voulais être mieux, il fallait que je parle au plus juste.

Ce qui a déclenché ma parole c'est évidemment la confiance que j'avais en elle, le fait que c'était une femme je pense que c'était important aussi et par ailleurs par petites conversations j'avais intégré le fait qu'elle avait des enfants, donc ce qui m'a poussée moi à parler c'est ma fonction maternelle, ma position de mère, et je parlais donc à un soignant, médecin, femme et mère. Et ça ça m'a donné le courage de dire « voilà qui je suis vraiment et voilà où je souffre et comment j'ai besoin d'être aidée ».

Et sa réaction ?

Super adaptée, presque comme si de rien n'était mais c'était très juste, j'aurais pas supporté qu'elle tombe des nues ou qu'elle me dise « oh bah ma pauvre ! », elle m'a signifié qu'elle avait bien entendu, bien compris et elle est restée dans son rôle d'écoutante en face, elle est restée en face, elle s'est pas décalée, elle est pas devenue ni une petite fille paumée ni ma mère à me donner des conseils, elle est restée à sa place en face. Je sais pas comment ça a fait à l'intérieur d'elle mais moi je me suis tenue, ça a été dur pour moi et elle elle s'est tenue, elle est restée plantée en face. Et elle a pris, a pris, et elle a posé des questions pour se régler à moi. Par exemple, ça va mieux aujourd'hui mais à l'époque j'étais super en difficulté pour aller prendre des anxiolytiques, tous les trucs qui allaient me ramener à me faire dormir ou qui risquer de me rendre somnolente [pleurs], j'avais besoin de lui dire que j'étais pas folle mais qui y avait des choses du fait de mon histoire qui étaient insupportables pour moi. Donc elle arrive à me dire ce qui existe, elle me propose elle me dit ce qu'on peut faire et on cherche ensemble mais j'existe, je suis pas quelqu'un à qui on administre une ordonnance, enfin j'imagine que c'est le souhait de tout le monde mais en tout cas ce qui est le plus soutenant aujourd'hui c'est que je puisse lui dire ce qui va être compliqué pour moi, où je suis prête à aller et qu'elle me dise, là faut que tu fasses un effort, et on fait ensemble.

Et quand tu lui as dit, elle t'a proposé des choses derrière ?

Elle savait que j'avais un suivi thérapeutique, si je ne l'avais pas eu, je ne sais pas quelle aurait été sa démarche, elle savait que j'étais suivie, je lui ai donné les coordonnées de cette personne.

Ce qui peut être compliqué aussi parfois, organiquement je vais avoir des ...je peux avoir mal quelque part, sans que ce soit grave mais ça va réveiller...ça va foutre le feu là-haut mais je peux aller la voir en lui disant « je sais que c'est pas grave mais faut vraiment que tu me soulages, ça me fait péter les plombs », y a des trucs où je vais encaisser et y a des trucs je peux être très très chochette et là je vais lui demander de l'aide.

Et ça a modifié vos relations ? Sa prise en charge ?

Pour moi elle est devenue quelqu'un d'important, s'il fallait que j'aie vu quelqu'un d'autre...mais si elle est pas dispo je suis pas malade. Et mes enfants ne vont pas chez elle, non, c'est pas la médecin de famille. Par contre, y a 3 ans, j'ai eu un doute sur la santé de mon fils, je lui ai demandé un rendez-vous, je lui ai demandé un avis à elle et c'est à elle que j'ai fait confiance. J'ai pas eu l'idée d'aller voir un autre spécialiste.

Et après ta thérapie, y a pas eu de prise en charge particulière ?

Antidépresseurs.

Y a eu une période où mon thérapeute a dû s'absenter et il m'a suggéré que ce serait peut-être bien de passer pendant quelques temps sous antidépresseurs, histoire qu'on soit surs, qu'il ne se passe rien de perturbant pendant son absence et donc je suis allée la voir en lui disant, voilà ce qu'il se passe, le contexte, qu'est-ce que vous pensez de me mettre sous antidépresseurs, et elle a tout à fait soutenu, accepté. J'ai apprécié vraiment la confiance, j'ai vécu qu'elle avait confiance en moi quelque part, elle a pas remis en cause la pertinence du truc, y a pas eu de prise de pouvoir.

Au long cours, j'ai fini par trouver du soulagement à prendre des anxio, par période, de toute façon j'en prends au besoin, et elle me fait confiance.

Et après ta thérapie, y a d'autres choses qui t'ont aidée à avancer ?

J'ai pris la décision de faire une formation pour devenir thérapeute, y a eu un moment où j'ai été suffisamment mieux, à peu près la période où j'ai commencé à voir l'avenir à plus de 1 jour, où j'ai commencé à souffler un peu et je me suis dit, faut pas que tout ça ait été en vain, j'ai survécu, et faut que ça serve à quelque chose. L'intention ça n'a jamais été non plus de plaquer mon histoire sur les autres, bon il se trouve qu'en ce moment je m'occupe de façon bénévole du groupe inceste mais j'avais déjà fini ma formation depuis longtemps et c'était pas dans les thématiques de l'inceste mais je me suis dit, quitte à avoir bouffé de la thérapie, à avoir été gratter dans les profondeurs...Quelque part mon premier cas clinique ça a été moi. Et donc quand ce travail de reconstruction a été fait, je me suis dit, quitte à avoir fait un peu de chirurgie sans anesthésie, ça m'a donné envie de faire la même chose pour d'autres de manière générale, évidemment dans les personnes que je reçois ici bah ça sort. Dans mes supervisions ce que je retrouve souvent, c'est la pertinence de l'intervention que je peux

avoir par moment du fait de l'expérience...mais c'est vraiment pas...c'est plutôt ce que je cherche à éviter d'ailleurs.

Et les groupes de parole, ça fait partie de ta thérapie ?

Oui ça fait partie de « tout ça n'a pas existé pour rien », alors ça j'ai appris aussi, par mon travail, je me suis rendue compte que c'était le syndrome du survivant, et quand j'ai commencé à aller mieux, je me suis retrouvée avec un besoin, une raison d'avoir survécu à ça, si j'avais juste survécu pour moi-même ça aurait été trop, pour moi j'aurais préféré pas vivre ça, il fallait une raison.

Et t'as participé à un groupe de parole en tant que simple participante ?

Oui j'ai commencé comme ça, j'ai commencé le groupe de parole, j'étais déjà thérapeute, et je commençais à recevoir des personnes concernées par ça mais sur ce domaine-là, sur l'inceste, je me sentais moi accueillir la parole de mes clients, je sentais que moi j'avais besoin de la même chose pour moi et mon espace thérapeutique était plus de l'ordre de la reconstruction et d'en recevoir au cabinet ça réveillait ce besoin-là. Donc la première fois j'ai été au groupe de parole, pour moi.

Et comment t'as trouvé ?

Alors j'avais fait de la formation continue avec AIVI à Paris sur « briser la loi du silence », donc j'ai connu le groupe comme ça. Y en avait plusieurs, j'ai choisi le groupe d'Isabelle...c'est à l'époque où elle a sorti un livre, elle a été assez médiatisée, elle a fait de la télé, et je l'ai choisi simplement parce que c'était le plus visible et du coup le plus accessible. J'ai fait un an en tant que participant lambda, et puis la personne sur Lyon, s'est retrouvée en clinique psychiatrique, y avait personne pour prendre la relève, le groupe avait lieu là et quand la présidente Isabelle nous a envoyés un mail pour nous demander, mon profil sauveur a repointé son nez et je me suis dit, j'ai l'habitude quand même de parler, c'est pas possible que le groupe s'arrête parce qu'il n'y a personne ça c'était inimaginable donc je me suis proposée, au début on était 3 et puis après seule. Donc là ça fait...je finis la 2^{ème} année. Moi je suis convaincue que bien sûr, qu'une main tendue c'est une graine de plantée, mais je suis convaincue, qu'y a 90% des graines qui prendront pas tout de suite et que par exemple ce que ma généraliste que j'ai eu entre 2 a planté comme graine ça a été le respect, je sais pas si elle a rien vu mais je pense qu'elle a sentie, elle était intéressée, je la sentais concernée quand j'allais la voir.

Et des idées, propositions sur la prise en charge ? Ce que doivent savoir les médecins généralistes ?

On n'est pas du bétail, c'est vrai que pour le généraliste vous vous tapez tous les corps de métier et du coup y a personne qui est lambda, y a des personnes qui viennent qui savent pas pourquoi elles vont pas bien, elles n'ont pas de raison de pas être bien, et ça ressort à l'occasion ce ceci cela. On n'est pas des maladies, super importants, la victime de quoi que ce soit n'est pas malade, elle a mal mais elle est pas malade, je suis pas folle je suis pas débile, faut pas me parler comme à une gamine, je suis quelqu'un de normal, je sais tenir un job, j'ai des responsabilités que j'assume.

Je sais que j'ai des fonctionnements par rapport à la peur, porter plainte...je sais que j'ai des fonctionnements névrotiques où c'est pas normal mais je suis normale avec une zone qui fonctionne

pas très bien, ça c'est vachement important. Le nombre de personnes que j'ai entendu dire, comme il m'a parlé après j'ai encore plus eu honte, alors que dans ce qu'elle rapporte, je pense que la personne en face renvoyait du bienveillant, mais ça n'a pas été pris comme bienveillant, c'était plutôt bêtifiant, avilissant. Y en a ils m'ont dit « limite c'est moi qui lui tendais les kleenex ».

Alors le nombre de fois aussi où j'ai entendu, que ce soit psychiatre ou généraliste, "bon c'est bien dommage madame mais faut passer à autre chose maintenant », ça c'est super dur, je me demande si y a une personne à qui c'est pas arrivé, à la période de sortie du déni, chercher quelqu'un à qui en parler et à ce moment-là y a plus personne qui pouvait accepter d'entendre, ah ouais « secouez-vous il faut passer à autre chose... », ah oui et puis accepter aussi que la personne a besoin d'être écoutée mais pas forcément remise dans sa boîte, y a du ras-le-bol de je sais pas combien d'années de silence qui a besoin de sortir.

Pour le dépistage, t'as des idées ?

Moi je m'étais dit, du coup moi je le mets en place ici, c'est un peu dans le même état d'esprit que ce thérapeute qui m'avait chopée dans le bon sens du terme « parlez-moi aussi de ce que vous ne me dites pas »

Moi je me dis peut-être que une fois par an, de façon régulière, que ça fasse partie du protocole, quand c'est possible, enfin je sais pas comment, poser la question à la personne, « est-ce qu'il y a des choses que vous ne m'avez jamais dites et que vous souhaiteriez aborder, même superficiellement ? », alors c'est vrai que ça fait un peu bulldozer mais on sait jamais si on l'a entendu ça peut passer. Tu vois, la résistance a pas eu le temps de se mettre en place, y a pas de besoin particulier donc le sujet il est pas chaud, je me suis dit que peut-être comme ça à froid j'aurais pu lâcher un truc...ou pas mais je pense qu'amené volontairement, passer par le côté, c'est pas amené directement donc c'est pas chaud bouillant, à partir du moment où c'est prévu qu'une fois de temps en temps, une fois par an, quitte à ce que la première fois probablement ce soit pour rien, dire je vous poserai la question une fois par an, ça fait partie de mon approche, la personne elle sait qu'un jour on va lui reposer la question.

Et chez l'enfant ?

Chez l'enfant, faut pas demander, faut voir et faire

Alors si ça peut sortir tant mieux, bien sûr qu'il faut demander mais au-delà...si t'as le doute, doute pas. Si t'as le doute ça parle déjà. C'est vrai qu'on peut aussi ne pas avoir le doute mais sur les enfants...

Alors si évidemment y a les dessins, mais je pense que ça nécessite une formation particulière, moi j'ai fait, alors c'était juste un stage mais le stage que j'ai fait m'a convaincue qu'il fallait une formation particulière, les dessins à interpréter c'est vraiment tout un monde. Y avait une petite fille qui faisait des yeux, tous ses personnages étaient cyclopes, un énorme gros œil alors évidemment elle avait vu quelque chose, mais quoi...elle avait été témoin.

Mais oui par exemple, imaginons d'avoir un jouet en bois sur la table, ou par exemple le médecin travaille avec la maman : papier, crayon, et là ni vu ni connu, peut sortir ce qui sort, à l'insu de tout le monde. Bon après c'est le généraliste qui se retrouve avec une patate chaude mais...

C'est pas sous contrôle du parent, papier et crayon sont exprès faits pour ça donc pas de sanction ni de surveillance à avoir donc ouais papier crayon en liberté mais pour l'enfant faut pas attendre qu'il dise, je suis sûre qu'à 90% il dira pas, et il donnera pas à voir et euh je pense que je dois pas être la seule à partager cette opinion.

Donc ouais moi les 2 trucs que je vois c'est papier crayon en liberté et poser dans le protocole qu'une fois de temps en temps la question sera posée, toujours avec l'image que la graine sera posée pour plus tard, et quelque part même si c'est pas dans ton cabinet que la graine pousse, peut-être que ça va faire son chemin.

Entretien Paul

56 ans

Sans profession

Rural

1h21

A son domicile

Recrutement : bouche à oreille

Est ce que vous aviez un médecin généraliste à l'époque?

En effet j'avais un médecin généraliste, le médecin généraliste de la famille.

C'était un médecin que vous voyiez régulièrement?

En tant que suivi de la famille, sachant que si on était grippés ou pour des choses tout à fait banales, classiques, à cette époque là, parce que j'ai un âge de 56 ans et à cette époque là on n'était pas équipés de téléphone, de choses à la maison, on vivait dans une époque un petit peu arriérée alors un médecin il fallait appeler par cabine téléphonique alors le médecin ou on le voyait c'était des urgences ou c'était directement à l'hôpital.

Mais les premiers abords de médecin n'étaient pas comme maintenant, c'était impossible, c'était les parents qui parlaient pour nous de toute façon, on n'était pas interrogés comme on peut interroger maintenant un enfant.

A l'époque où vous avez subi l'inceste, vous n'alliez pas le voir plus régulièrement pour des motifs divers?

Alors l'inceste il était caché, dans le sens où il fallait pas le dire, on n'employait pas le mot inceste en fait, on ne savait pas, moi le mot inceste je l'ai appris très très tardivement y a à peine 15 ans que je peux employer le mot inceste.

Et vous n'en avez jamais parlé à votre médecin généraliste?

Du tout, à personne.

Vous avez jamais envisagé de lui en parler?

Non parce qu'on trouvait ça normal, ça a duré quand même 5 ans.

Ce qui vous bloquait pour lui en parler?

La peur, le fait qu'il n'y ait pas eu que l'inceste, j'ai été battu par mes parents, aussi bien par ma mère et mon père, j'avais très peur de mon père vu qu'il était abreuvé d'alcool et ses actes...y a eu 4 personnes éventuellement de la famille donc tout était caché, y avait pas de conversation, aussi bien sexuelle que tout..tout était fermé, aussi bien chez les garçons que les filles.

Quelque chose qui aurait pu vous en faire parler au médecin?

Avec le recul avec le recul...non

On se sentait un petit peu coupable, la peur d'en parler...et toujours d'ailleurs, y a toujours ce blocage inexplicable, on avoue maintenant à peine ce qu'il s'est passé, il m'a fallu quand même du temps, oui il faut du temps, énormément de temps.

A cette époque là on pouvait pas, on subissait...et on trouvait ça normal, on grandissait avec, c'était normal en fait.

Et à quel moment vous avez découvert que c'était pas normal?

Un peu tardivement aussi parce que sachant la naïveté qu'on pouvait avoir, bah euh il m'a fallu je sais pas moi à l'âge de 16-17 ans.

Et vous l'avez découvert comment?

Eventuellement par des relations...les premières relations qu'on pouvait avoir des filles c'était des échecs parce qu'on apprenait un peu sur le tas. Pas de...et échec par échec, peur de la sexualité, peur du mal que j'ai eu en faisant du mal à quelqu'un d'autre. Donc y a eu un blocage sexuellement parlant, pendant des années jusqu'à...je sais pas moi...c'est ma femme ma première relation.

A l'époque, est-ce que vous pensez que si le médecin vous avait posé la question, vous auriez répondu?

Non, parce que tout le monde avait le droit et l'accès de nous battre, on était un peu le martyr, dans beaucoup de foyers en fait, c'était les douches collectives, la mise à poil partout, dans les douches, les vestiaires, les colonies.

Nous on avait honte, on était 3 dans une baignoire debout et c'était mon père qui nous douchait, mais par contre il touchait pas aux filles. L'inceste a commencé par mon père, jeune, je dirais que ça s'est passé, des attouchements sexuels, une affection, la tendresse, un peu débordant. Mais on s'en rendait pas compte pour autant, tout cela était normal, les siestes, les réveils, et puis la peur de la nuit, la nuit qui venait, c'était le cauchemar. Et ça venait toujours, sur une famille de 5 enfants, j'étais le 4ème donc je pense que j'ai plus...c'est moi qui ai dérouillé le plus.

Vous aviez aucune attente par rapport à votre médecin?

Alors le médecin, du fait qu'il ne savait pas et les visites médicales étaient plus ou moins...basiques, sans surveillance intense, on se posait pas la question, je pense pas que les adultes se soient posés une seule fois la question de l'inceste. Sauf si éventuellement, j'aurais eu une douleur très intense et là une hospitalisation peut-être l'aurait vu. Mais cette blessure, qui reste, qu'est pas cicatrisée, mais ça c'est plus au niveau cerveau, tête, et qu'on peut pas enlever, impossible de le découvrir. Parce qu'ils n'ont pas...on ne l'a pas dit ils n'allaient pas le chercher non plus pour autant. On peut le voir maintenant actuellement, si l'enfant le dit, ou on ressent à l'enfant un comportement un peu différent. Avec du recul, c'est vrai que je disais plus un mot, j'étais très timide, j'étais l'enfant un peu insupportable, agité, un comportement un peu bizarroïde. Pourquoi il ne parle pas, pourquoi il ne

travaille pas bien à l'école...toutes ces questions. Je crois que j'ai vu une psychologue à l'époque, mais ça veut pas dire que j'ai parlé pour autant, parce qu'y a eu ce blocage fort longtemps, la honte, ne pas le dire, surtout ne pas le dire parce que l'enfant était pris pour un menteur.

Et ce psychologue que vous avez vu?

C'est flou, j'étais très jeune mais ils se sont rendus compte...je pense que ça a été envoyé par les écoles, ma violence à l'école, y a quelque chose de bizarre avec le recul, j'étais pas dans un état tout à fait...j'étais coincé, j'avançais plus. Je travaillais très mal à l'école, je rentrais y avait la violence, mais c'était toujours le système vestiaire qui m'appréhendait un peu, surtout en secondaire, ce mélange de vestiaire, de garçons pas mûrs, et de garçons beaucoup plus développés, je m'aperçois qu'en fait j'allais plus au sport. Parce que j'avais peur du côté adulte, en 3ème y a des garçons qui sont comme des hommes. Tout ce qui était masculin m'effrayait.

Par la suite vous avez eu d'autres médecins?

Bien sûr côté familial de ce que j'ai fondé par la suite il fallait se prendre un main, on n'était pas obligés de prendre le même médecin que les parents avaient mais ça veut pas dire que j'ai parlé pour autant...j'avais ma femme et tout ce que j'avais créé derrière, j'ai 2 enfants qui sont adultes maintenant.

Alors j'en ai parlé à une seule personne mais il m'a fallu énormément de temps, j'ai commencé à en parler à l'âge de 26-27 ans, il fallait que j'en parle à quelqu'un et j'en ai parlé à un monsieur qui...à un monsieur, on est encore ami, ça fait 30 ans, c'est la première personne à qui j'en ai parlé.

Et y avait un élément déclenchant?

Y a eu un moment déclenchant...oui parce que le père que j'ai jamais eu...alors y a mon père qui est mort c'est certain et ce monsieur qui a remplacé un peu mon père parce qu'il avait toujours manqué ce genre d'affection parentale.

Et euh...j'ai eu la chance de rencontrer ce monsieur, on était associés, et c'est lui qui m'a fait grandir quelque part, je pense que je manquais toujours...j'étais un peu énervé, impulsif, et ce monsieur m'a guidé quelque part du côté de l'intelligence et il m'a fait...on a ouvert une boîte ensemble. Il a découvert quelque chose en moi en parlant, je sais pas exactement comment mais en parlant. C'était quelqu'un qui m'écoutait, à l'extérieur de la maison, même ma femme je pouvais pas lui dire ce qu'il s'était passé mais lui il a tout écouté, évidemment y a eu des pleurs, tout un...tout mon âme est sorti, j'ai tout balancé et il m'a agrippé en fait quelque part et c'est devenu un ami, un père. Il est devenu un image vénérée pour moi, mon père étant décédé...d'ailleurs j'ai pleuré mon père je sais pas pourquoi. Avec le recul j'en prends de la pitié, y avait sûrement quelque chose...pourquoi il a fait ça quoi? Evidemment j'en n'ai jamais parlé avec lui, il est décédé jeune et moi j'étais jeune aussi, je pense que la communication ne s'est pas faite comme j'ai la communication avec mes enfants maintenant, on ne parlait pas.

Le médecin que vous aviez, pourquoi vous lui avez pas parlé?

Je suis très méfiant, si vous êtes là aujourd'hui...je vous parle parce que vous êtes pas mon médecin. Un médecin on se confie sur tout, normalement il est le secret familial quelque part, on a du mal à tout dire à un médecin, enfin moi personnellement. Pourquoi? Parce que c'est toute une histoire, je pense que si je lui racontais ça il allait pas me croire...mais maintenant il le sait, depuis pas longtemps mais il le sait. Il le sait depuis à peine 2 ans.

Ca s'est passé comment?

Il m'a vu dans une image...j'avais un restaurant et il venait manger à cette époque là donc il me connaît mais j'ai une double facette dans le sens où pour cacher ma vraie identité j'étais clown, je faisais énormément rire les gens mais c'était une fausse image, c'était un clown qui était triste, quand le rideau est tombé en fait euh...j'étais triste, j'ai l'impression que y a eu un très gros gâchis de mon enfance...j'étais le bon à rien, j'étais battu, je comprenais rien. Mes frères et sœurs c'étaient les mieux et ça c'est marquant...j'étais le dernier de la classe, j'étais la honte et donc j'étais plus abusé, il fallait que je me taise, pas dévoiler surtout pas...dur dur oui c'était dur mais j'en parle plus aisément maintenant..mais parce que j'en suis à ma septième année de thérapie donc j'en parle plus aisément.

Et donc vous parliez de ce médecin?

C'est dur de dévoiler ça à un médecin, on a honte, on a même honte de se dire que son père a pu...imaginez...j'avais honte de dire à mes copains que mon père buvait, et on recevait personne à la maison, on avait tellement honte de notre père...et qui nous empêchait d'avancer mais y avait tellement de barrières.

Donc mon médecin actuel c'est tout un système qui s'est dévoilé grâce un petit peu...bon ma femme voyait bien qu'il y avait un problème quelque part et la première chose qui a...comment j'ai pu avancer? Alors déjà j'ai commencé, cet ami m'a fait développé une confiance en moi, par le travail, par cette longue haleine, j'ai fait 4 métiers dans ma vie, j'ai pu prendre de la force, je me suis lancé énormément de défis et donc une force s'est déclarée et j'osais pas en parler, surtout pas à ma famille, mes enfants.

Alors comment ça s'est goupillé?

Y a 7 ans mon fils m'a dévoilé, à l'hôpital, une cause d'hospitalisation...qu'on l'avait violé, alors ça a fait un déclenchement...Pour moi je tolérais, pour mon fils je tolérais pas. Est-ce que c'est pas les mêmes personnes? Alors ça m'a tout de suite interrogé et je m'en voulais et j'en souffrais énormément et la première chose que j'ai dit c'est "qui, comment, où, à quelle époque?". Alors il m'a simplement dit, à peu près mon âge, l'âge de 7 ans, comment? j'ai pas veillé alors double culpabilité que j'ai pu avoir, manque de surveillance de notre part. qui? veut pas dévoiler. Il parcourt le même chemin que moi, il m'a avoué y a 7 ans je...j'essaie de toute part de le questionner mais y a pas moyen, c'est un bloc de glace donc ça me remet dans mon histoire à moi.

Donc après la fermeture de mon restaurant, j'ai refait autre chose, j'ai travaillé dans le commercial et ça m'a déclenché des tentatives de suicide, enfant déjà j'avais fait des tentatives, en fait je voulais plus vivre. Ma femme ne comprenait pas ces tentatives, ces mal-être que j'avais, elle ne comprenait

pas cette souffrance, et je pouvais pas parler non plus...donc mon fils en est à ce point-là aussi et ça ça m'a heurté donc j'ai fait une tentative de suicide à mon travail et je suis en incapacité de travail actuellement, j'ai plus la tête à, j'ai plus la force, j'ai du mal à être entouré pendant longtemps avec des gens.

Malgré toutes les thérapies que j'ai pu faire, où ma femme m'a envoyée, en sachant qu'y avait une souffrance familiale mais elle savait pas quoi, sachant qu'elle connaissait ma famille.

Et c'est donc suite à cette tentative de suicide que vous avez commencé les thérapies, que vous en avez parlé?

Ma femme a eu très peur, mes enfants aussi, je pouvais pas accepter que mon fils avait subi cette dégradation comme j'ai pu avoir, c'était un 2ème choc pour moi. Il m'a fallu revenir au foyer, ma femme ne comprenait pas ces réactions, je voulais plus vivre. Le fait que j'avais menti pendant des années aux miens, j'avais honte de revenir au foyer et de pas faire face encore à cette épreuve que mon fils a eu. Le château de cartes a cassé, tous les efforts que j'ai pu faire pour arriver à tout ça...c'est une démolition. Je suis resté un an ici sans dire...pas grand chose, je pouvais plus décrocher le téléphone, je voulais voir personne.

Et donc ma femme m'a aidé mais sans savoir, sans que je dévoile pour autant, donc on a fait des thérapies, j'ai vu des psychiatres, le premier n'a pas marché parce que ça ne fonctionnait pas, j'ai commencé à dévoiler au psychiatre, ma femme ne savait pas. J'allais voir un psychiatre pour m'expliquer.

Je suis parti un mois en psychiatrie mais j'en suis revenu dans un état encore plus fragile parce que là ils m'ont bourré de médicaments, ma femme n'a pas accepté ça non plus, les médicaments ça endolorit le cerveau et ça m'empêchait encore plus de parler. Je pense qu'il m'ont mis des cachets pour me calmer pour plus avoir de tentatives de suicide ou autre voilà...donc ils m'ont calmé par rapport à ça mais est-ce que c'est la bonne pratique...je crois pas. Mais j'en suis toujours aux cachets parce qu'une fois qu'on a pris cette dose de cachets on peut pas s'en séparer comme ça.

Et j'ai vu un psychiatre et puis j'en ai vu un autre...celui-là par contre je l'ai depuis 4 ans, je suis reparti en camp, dans un autre contexte, j'ai commencé à faire des groupes de parole, c'était dur, c'était mon premier groupe de parole y a 4 ou 5 ans, à Grenoble avec mon psychiatre. Donc je suis parti encore un mois, par contre je suis revenu dans un état encore plus gravissime parce qu'on nous mélange avec des schizophrènes, des bipolaires, je me suis quand même demandé si j'étais pas bipolaire...mes changements d'humeur, mes crises...mais on m'a confirmé que j'étais pas bipolaire, que j'avais un comportement tout à fait normal avec ce que j'avais vécu, ce changement d'humeur, se renfermer en moi.

Et le psychiatre que vous allez voir depuis 4 ans c'es votre médecin traitant qui vous y a adressé?

En effet c'est mon médecin traitant qui m'a adressé parce qu'on passe tous par des médecins traitants pour aller voir des spécialistes, donc je lui ai dit qu'avec le premier ça avait pas bien collé, je pense qu'il entend pas réellement ce que j'ai envie de lui dire donc ça l'intéresse plus. Et le deuxième me suis toujours, sachant que j'en ai un autre à Lyon mais lui me fait énormément avancer par contre.

En fait, par un médecin je voulais essayer le côté hypnose alors la personne de ma région m'a dit je connais une adresse à Lyon par contre, c'est pas de l'hypnose mais c'est de l'EMDR, j'avais entendu ce mot dans une thérapie de groupe que je fais avec l'association AIVI.

AIVI je l'ai découvert parce qu'un jour j'étais vraiment mal, fallait que je parle et j'ai fait SOS inceste à Paris donc j'ai appelé un numéro, j'étais anonyme, et on m'a dit "essaye d'aller à Lyon", tout en cachant ici ce que je faisais.

Mais avant que je fasse tout ça il fallait que j'en parle à ma femme, alors j'ai fait un article dans le journal anonyme en Saône et Loire, j'ai été voir une journaliste mais ma femme est toujours la dernière à savoir, je sais pas pourquoi, peut-être la peur qu'elle me quitte.

Donc j'ai fait cet article sur le journal et j'ai raconté ma vie en restant anonyme, battu, violé, de l'âge de 10 ans jusqu'à 15-16 ans, toujours caché, ma femme l'a pas lu et après mes amis disaient tu devrais en parler à ta femme. Et un jour, en sortant du travail y a eu le déclenchement et je lui ai parlé de tout ça donc ça a été le choc...ça a été un peu le choc, je lui ai fait voir l'article, je lui ai tout déballé. De ce déclenchement avec mon épouse ça a fait beaucoup bougé, elle a beaucoup aidé : "déjà on va faire une chose c'est plus voir ta famille, tu arrêtes de faire semblant, tu fais une croix dessus", on a été voir un psychothérapeute, j'ai fait 3 séances mais c'était tellement dur, il fallait insulter mes parents, il fallait reconnaître que c'était des bourreaux, il fallait crier fort et haut et j'ai eu du mal à continuer, qui est coûteuse, non remboursée et j'admets pas de parler comme ça. Mais ma femme était d'accord.

On a été à Lyon ensemble, on a été à l'association AIVI, ma femme m'a suivie pendant 2 ans, et euh...on était tous assoiffés de dire des choses là-bas, par contre y a plus de femmes que d'hommes parce que les hommes ont plus de mal à se dévoiler parce qu'on a plus honte, je manque pas de respect aux femmes, mais un homme c'est encore plus délicat parce qu'on sort encore plus diminué de ça.

Donc toutes les histoires que j'ai pu entendre là bas, ça m'a forcé encore, ma femme les a entendues aussi, elle a vu qu'on était quand même pas isolés dans ce domaine là, j'ai plus compris ce que c'était l'inceste. Donc ça m'a ressorti un peu plus fort et j'ai entendu le mot EMDR et j'ai téléphoné. J'y vais une fois par mois, c'est un coût aussi, mais j'ai fait beaucoup d'efforts, c'est tout des chocs qui font replonger dans l'enfance, on rediscute avec ma femme de pas mal de choses, ça a déclenché le fait que j'ai pas revu ma mère pendant 3ans. Donc ça a beaucoup avancé dans ma tête, ça me fait énormément souffrir, ça me soulage.

Et donc votre médecin?

Mon médecin, je lui ai dit, évidemment tout le monde se demande pourquoi je l'ai pas dit avant, toujours ce même mot qui revient à la charge...et ben parce qu'on peut pas.

Il m'a dit je comprends mieux les choses, pour lui c'est un dossier qui s'ouvre un peu plus.

Et depuis...il vous a proposé des choses à ce moment-là?

Alors y a pas tellement de solutions à ça, c'est moi qui doit faire face à tous ces mouvements, tous ces déclenchements. Après j'ai pas tout dit à mon médecin, j'ai pas été dans les détails.

J'ai dit à mes enfants aussi mais j'ai pas dévoilé qui. Je pensais aussi que mon fils allait me le dire en me disant "je te comprends", et je voudrais tellement l'aider à ce niveau-là.

En en parlant à votre médecin vous attendiez quoi de lui?

Qu'il me comprenne, de ce chemin, le pourquoi...il comprenait pas pourquoi je pétais les plombs, parce que je le disais pas, personne ne comprenait.

Qu'est-ce qui aurait pu vous en faire parler à votre médecin avant?

Euh...qu'est-ce qu'il aurait pu faire? J'arrive pas à trouver vraiment la bonne recette, je sais pas, j'en n'ai aucune idée. Peur de dire, la honte, parce qu'il me connaît. Peut-être je sais pas...peut-être si ça avait été un médecin féminin, je sais pas j'ai aucune idée. Si je sais pourquoi en fait, j'ai peur qu'il me dévoile par rapport à mon épouse, j'ai peur qu'il en parle à mon épouse, en cachette ou...j'ai eu peur qu'il dévoile ma vie à mon épouse je pense.

Qu'est-ce que vous pensez qu'on doit savoir, nous, généralistes, quand on prend en charge quelqu'un qui a été victime d'inceste?

C'est dur de juger un médecin...

Chez un enfant déjà, ça a beaucoup évolué de ce côté là je pense, je vous conseille de voir le film Polisse, moi ça m'a fait whou...il a fallu que le revoie encore 3 fois chez moi, me dire, "t'es vraiment pas isolé, enfin ils s'en occupent de ça", il faut qu'il le montre à tout public. Il faut alerter, parce que ça continue toujours, l'enfant n'est pas encore à l'abri, il faut questionner questionner par des biais...

Côté adulte, on peut pas dire à un adulte "racontez moi votre vie" c'est pas possible, si on sent quelque chose par contre, oui le questionner, mais adroitement, pas écorcher, parce qu'on est des écorchés vifs, y a sûrement une manière pour faire parler les gens. Y a des gens qui y arrivent, ya des gens qui n'y arrivent pas parce qu'il y a une maladresse, y a encore beaucoup de travail à faire. Faut être capable de l'écouter aussi, ça c'est très important, écouter, parce qu'on balance des choses, en biais. Il faut faire très attention à quelques mots qui peuvent être facteurs de la vérité, on n'ose pas dire des mots encore à notre époque.

Vous pensez que c'est indispensable d'orienter vers un psy?

Tout dépend et pour moi...le psy à mon avis il nous protège par des médicaments, le médecin peut-être moins. Le psy...pour moi ça a été une réussite de longue haleine, mais des psy spécialistes de ça. Pour moi il faudrait inventer des spécialistes et des structures dédiées à ça, parce qu'on est quand même 2 millions de personnes. C'est un gros sujet que les politiques ne veulent pas entendre, et pourtant ça fait énormément de dégâts. C'est considéré comme un crime et à mon avis au niveau de la justice y a beaucoup d'efforts aussi à faire parce que tous ces gens -là ne sont pas punis.

Et vous auriez aimé porter plainte?

La plainte, de toute façon elle est foutue. Pour moi, il devrait y avoir euh...c'est tout des procédures, ça nous heurte à repartir dans tout ce qu'on a vécu, à être interrogé pendant 48h par la police pour voir si

c'est vrai ou faux, à être reconnu c'est dur. Aussi bien une femme qu'un homme, on dit à une femme "t'as été violée bah tu l'as cherché", un homme on peut lui dire pareil.

Alors qu'est-ce que vous pouvez faire les médecins euh...si je pouvais vous aider, pour faire parler son patient il faut du temps, tous les obstacles que j'ai pu franchir...

Je me mets un peu à votre place, on a peur de froisser un patient, il faut surtout poser les bonnes questions aux patients, et pas se loucher pour qu'il revienne vous voir et surtout continuer, il faut percer les mystères. S'il pleure, si vous arrivez à atteindre une sensibilité, en lui parlant, si vous avez les mots, à mon avis, et les...allez voir au plus profond de son regard, je pense qu'il peut parler, je pense qu'il peut y arriver, il a une méfiance le patient, on a peur, on pense qu'on est coupable pendant longtemps, on va nous juger comment. Un homme de 25-30 ans, il sera très méfiant pour vous le dire, on raconte pas sa vie comme ça, on raconte les côtés simples, un homme va toujours vous dire "ça va", une femme peut-être un peu plus facilement mais un homme il est dur il a sa fierté, son orgueil. Pour défaillir cet homme...un homme quand il pleure il se cache, si vous sentez vraiment une sensibilité devant un homme...y a un petit truc.

Entretien Dorothée

49 ans

Enseignant-chercheur

semi-rural

43 minutes

Dans les locaux de l'association

Recrutement : AIVI

Est-ce que t'avais un médecin généraliste à l'époque où s'est produit l'inceste ?

Alors à l'époque où s'est produit l'inceste nous étions rentrés d'Afrique, puisqu'on a vécu une dizaine d'années là-bas, pour ma sœur l'inceste a commencé là-bas et pour moi ça a commencé au retour. Nous étions alors dans un petit village de 800 habitants ou quelque chose comme ça et évidemment on était suivi par un médecin généraliste mais en réalité comme j'étais plutôt en bonne santé sportive etc. je me souviens pas avoir eu à rencontrer mon médecin pour autre choses que les vaccinations obligatoires.

Et donc ce médecin n'a jamais posé de questions ?

Non y a jamais eu d'interactions qui auraient permis qu'un moment je puisse parler de ce que je vivais.

Et t'allais pas le voir plus régulièrement à cette période-là ?

Non ça s'est passé donc j'étais adolescente, à vrai dire la seule fois où probablement j'aurais pu en parler c'est au moment de la prescription de la contraception. J'étais au lycée et en seconde j'avais des relations sexuelles avec des garçons à l'extérieur du foyer et à ce moment-là c'était peut-être le seul moment où j'aurais pu en parler.

Et toi, t'as jamais envisagé d'en parler à ce médecin ?

Non à vrai dire j'avais le sentiment que les adultes étaient d'une manière générale totalement aveugles ou autistes et il aurait fallu qu'un adulte devine ou me pose des questions pour pouvoir ouvrir une brèche, c'est-à-dire que j'étais pas du tout...mon mode de survie c'était d'arriver à être normale dans la vie extérieure et pour garantir cette normalité rien ne pouvait venir spontanément de moi mais disons que oui j'aurais aimé qu'on devine que j'avais des bosses plein la tête sous des cheveux épais, qu'on se demande pourquoi une jeune fille de 15 ans masquait son corps avec des grandes chemises de grand-mère achetées au marché aux puces, pourquoi j'avais déjà une sorte de sexualité anormale, enfin qui à moi avec du recul me paraît pas normal à 15 ans, maintenant que je suis mère et que je vois ma fille de 15 ans donc euh il me semble que j'avais quand même un certain nombre de signes qui auraient pu faire qu'on me pose des questions. Disons que ce que j'attendrais aujourd'hui d'un médecin en face de l'adolescente que j'étais alors, c'est qu'à un moment donné quelqu'un ouvre des portes, pose des questions sur comment ça pouvait se passer ou...pour que peut-être j'ai à ce moment-là une porte qui s'ouvre mais moi je l'aurais jamais spontanément révélé.

Le médecin t'y as pensé à lui en parler ? Pour toi c'était son rôle ?

A vrai dire le médecin il me semble qu'à l'époque on le rencontrait quand même beaucoup moins qu'aujourd'hui et en tout cas jamais seul, d'ailleurs pour cette prescription de première pilule j'étais avec ma mère qui d'ailleurs savait euh...en tant que sachant mais ne disant pas constituait une chape de silence supplémentaire, je pense que euh...je pouvais pas penser au médecin spontanément, pourtant j'ai eu un avortement puisque je suis tombée enceinte au moment de passer mon bac...pas des conséquences d'un acte incestueux mais d'une relation avec d'autres garçons mais là encore ça aurait pu être un moment de questions mais je crois qu'y avait vraiment une chape trop importante et moi ce que j'attendrais c'est euh disons que dans une sorte de questionnaire de routine, de prévention ou d'accès à la sexualité, à la maternité précisément dans le cadre d'une grossesse non voulue, y ait une sorte de protocole sans suggérer de manière incongrue des choses qui n'auraient pas lieu d'être mais laisse la possibilité d'une expression qui soit aidée parce qu'en fait moi j'ai eu vraiment l'impression que ma survie dépendait de rester normale dans le monde extérieur et que...sans jalon ou sans porte ou sans quelqu'un qui me dise « si quelque chose d'anormal ou de violent est en lien avec la sexualité ou la grossesse... » alors je pouvais pas le dire, c'est vraiment ce qui semblerait à ce moment-là avoir pu me permettre de parler.

Et donc la question à poser ?

Peut-être même s'il y avait eu quelque chose, dans le cadre d'une interruption de grossesse chez les mineurs, on met en place systématiquement une enquête et on met dedans des questions...par exemple un truc à remplir avant l'intervention chirurgicale ou quoi, dans lequel y ait vraiment des questions explicites sur...le contexte des relations sexuelles ou de la présence de violence ou de non consentement dans des relations sexuelles, à ce moment-là ça m'aurait permis de cocher une case. Plutôt par écrit ou je sais pas moi peut-être même fermé dans une urne, quelque chose qui aurait protégé mes défenses à ce moment-là, mais qui en même temps pouvait donner l'occasion à un adulte de savoir que quelque chose d'anormal se passait. Donc une sorte de prévention systématique mais qui pourrait être rendu sans...sans que l'exposition constitue un risque tel que finalement on préfère le silence.

Et donc toi, ton médecin généraliste, est-ce que t'avais des attentes par rapport à lui ?

Mon attente c'était plutôt par rapport à la contraception, au moment où je l'ai vu et il se trouve que ce médecin m'a dit parce qu'évidemment j'ai pas tellement osé enfin j'ai pas osé du tout, et d'ailleurs y avait pas de questions sur la sexualité. Et il m'a dit à ce moment-là « bah si t'as pas de rapport sexuel pendant un certain temps, tu peux arrêter la pilule et puis tu la reprendras quand t'en auras besoin » ou en tout cas je l'ai entendu comme ça et c'est ce qui a fait que je suis tombée enceinte. Du coup j'aurais attendu de mon médecin davantage de dialogue et pas simplement un acte technique de prescription, à l'adolescence on est très timide et si c'est pas le médecin qui engage le dialogue c'est très difficile de formuler des demandes ou d'exprimer des choses spontanément, je pense que c'est vraiment le rôle du médecin d'aller chercher.

Tu penses que s'il avait posé des questions, t'y aurais répondu ?

En tout cas y avait plus de chances que je réponde avec des questions que sans questions, ça c'est sûr.

Et donc depuis ce médecin t'as eu d'autres médecins ?

Peut-être l'autre moment qui moi m'a vraiment marquée c'est ma première grossesse et mon premier rendez-vous avec ma première gynécologue qui m'a fait un examen médical, le tout premier et elle m'examine, elle regarde le col et à ce moment-là défile 4 jeunes, alors je sais pas si elles étaient internes ou sages-femmes à qui on dit « vous allez donc voir comment est le col d'une jeune... » et je les vois les 4 les unes après les autres me tourner les doigts à l'intérieur du vagin et pour moi ça a été d'une violence inouïe, ça a été un viol et j'ai aussitôt décidé que j'allais plus être suivie là et ça a correspondu à un déménagement mais voilà pour moi ça par exemple là encore quelque chose qui demande le consentement ou explique ce qu'il va se passer.

Actuellement t'as un médecin généraliste ?

J'ai actuellement et en fait depuis qu'il a été institué qu'il fallait un médecin référent mais ma généraliste ne sait pas du tout ce que j'ai pu vivre auparavant.

Et tu souhaites pas lui en parler ?

Disons que... je ne sais pas quel type d'apport elle aurait pu avoir en tant que généraliste. En fait y a une sorte de tel tabou et le médecin qui voit aussi mes enfants, qui voit aussi mon mari, rend il me semble plus difficile d'avoir vraiment un dialogue qui va concerner... pour la survie j'ai mis en place des clivages donc la partie normale et du coup mon médecin généraliste de famille fait partie du côté du clivage où on est dans la vie normale, positive...

Et t'as jamais envisagé de prendre un autre médecin, différent de celui de tes enfants, ton mari ?

A vrai dire dans l'espèce de système bureaucratique dans lequel on est je me suis même pas sentie autorisée à ça, en me disant bah non j'ai droit à un médecin référent et puis aussi pour des raisons de praticité, c'est plus facile, c'est une médecine de proximité, j'ai pas eu ce réflexe-là de me dire moi je voudrais un médecin qui s'occupe que de moi.

Donc là t'envisages pas du tout de lui en parler un jour ?

Non, peut-être parce que c'est le médecin de famille et que pour moi la question de la famille fait resurgir des choses assez violentes.

A vrai dire, j'ai eu une période de traversée vraiment de déprime pour laquelle j'ai vraiment eu besoin de prescription, vraiment j'arrivais plus à dormir j'étais repartie dans un total sentiment d'insécurité et à ce moment-là mon réflexe était d'en parler au généraliste, et il se trouve que c'est tombé dans une période de congés et donc j'en ai parlé à la remplaçante qui était là à ce moment-là et ça a été plus facile précisément parce que c'était une remplaçante, c'était un médecin donc je pouvais aborder ce sujet de mes faiblesses, c'était un médecin qui n'était pas dans ce côté « alors est-ce que tout va bien

comment se sont passées les dernières vacances en famille, et comment grandit la dernière etc ». Donc paradoxalement en fait, la familiarité du médecin généraliste n'est pas forcément favorable à un échange qui présente des faiblesses psychologiques, en tout cas pour moi.

Et donc t'en as parlé à...c'était une femme la remplaçante ?

Oui c'était une femme.

Et elle l'a accueillie... ?

Alors j'ai pas parlé d'inceste mais j'ai juste parlé...ne serait-ce que parler de sentiment dépressif d'envie suicidaire, des choses qui sont pour moi, que je clive que je cache, le fait d'avoir pu en parler avec un médecin, c'est déjà un pas important pour moi alors l'inceste c'est encore un pas supplémentaire que j'ai pas franchi y compris avec cette remplaçante. Elle l'a accueillie avec en tout cas beaucoup de professionnalisme elle m'a dit qu'il fallait prendre au sérieux ces envies suicidaires et donc elle m'a dit justement que ce serait bien d'en reparler dans 3 semaines puisqu'elle m'avait fait une prescription limitée pour pouvoir dire à ce moment-là il va falloir revoir un médecin mais elle était plus là et c'était à nouveau ma généraliste de famille et du coup j'ai pas repris de traitement.

Et l'inceste t'en as jamais parlé à personne ?

En tout cas pas à un professionnel de santé, excepté récemment là y a un an où j'ai entamé...une psychothérapeute. Enfin non j'en ai parlé à une psychothérapeute au moment où mon premier compagnon s'est suicidé j'étais vraiment très très mal dans ma peau pour surmonter ce deuil et elle m'a rapidement dit « ça appartient au passé, mettons de côté cette histoire », et donc j'avais un peu moins de 30 ans et du coup ça m'a conforté dans l'idée que c'était pas dicible, même quelqu'un, une psychothérapeute qui était là pour m'aider à surmonter une épreuve difficile, cette partie-là de ma vie n'était pas dicible, donc j'ai tu pour les 15 années qui ont suivi et ce n'est donc que récemment que j'ai pu réouvrir ce chapitre.

Y a eu un élément déclenchant ?

On va dire crise de couple, liaison en dehors mais qui je crois sont plus le symptôme que le déclencheur, le déclencheur c'est plus la mort de mon père, qui a suspendu l'espèce de menace qui me tenait dans le silence. Y avait encore une forme d'emprise et pour me protéger de la violence contenue en moi, de la colère, de toutes les représentations insupportables j'avais besoin de cliver, et ce clivage-là était maintenu par l'existence de ce père avec qui j'ai quand même, pour faire semblant que tout allait et pour faire croire à mes enfants qu'ils étaient dans une famille normale, que j'avais repositionné comme une espèce de grand-père qui vivait loin puisqu'il était reparti au Vietnam mais avec lequel on pouvait avoir une correspondance, on envoi des vœux à la période de Noël, il a été là de temps en temps, à la naissance des enfants, pour faire le grand-père modèle et donc on avait enfermée cette histoire dans le secret et dans le tabou et sans qu'il y ait de menace, d'emprise qui soit psychiquement exercé y avait quand même une forme de...d'emprisonnement dans le secret, dans le silence.

Et donc après sa mort, t'as enclenché quoi ?

Après sa mort, ce qui s'est déclenché c'est plutôt une sorte de libération du psychisme, c'est-à-dire que j'étais capable d'être réceptive à des signaux de séduction et donc en réenclenchant ce moteur de l'échange émotionnel, a resurgi...et c'est dans ces relations...qu'on m'a dit « mais y a quelque chose qui chez toi est pas normal, des relations de méfiance, d'insécurité » et donc j'ai réenclenché une démarche vers une psychothérapeute, enfin d'abord le groupe de parole et c'est parce que le groupe de parole m'a permis d'entendre d'autres et de ne plus me sentir seule dans une espèce d'enfermement et d'entendre toutes les autres m'a permis de faire cette démarche de prendre rendez-vous avec un psychothérapeute.

Et comment t'as connu le groupe de parole ?

J'ai fait des recherches sur internet et ce qui était possible pour moi dans le groupe de Lyon, c'est précisément qu'on pouvait juste par un clic dire je suis victime d'inceste et par un autre clic dire je veux participer au groupe de parole alors que dans d'autres groupes comme à Grenoble il fallait d'abord passer par une ligne d'écoute où il fallait parler à un professionnel, ensuite il fallait passer un entretien avec une psychologue pour pouvoir accéder au groupe de parole et tout ça constituait pour moi des freins insurmontables. Et donc mon sentiment c'est que quand un enfant ou un adolescent ou même un adulte est enfermé dans le silence et à priori s'il y a depuis longtemps, il faut autoriser des formes de sortie du silence qui soient protectrices. Je pense que c'est ça toute la difficulté du médecin généraliste, à la fois s'il est intrusif dans ces questionnements, évidemment il va pas susciter le dialogue et s'il fait comme si tout allait bien, tant qu'on ne lui a pas adressé une demande, il va pas solliciter la parole. C'est pour ça que de mon point de vue, c'est plutôt l'écrit, des récoltes d'informations qui sont protectrices.

T'as jamais eu envie d'écrire ?

Alors j'ai écrit à mon père, une longue lettre...mais est-ce que j'aurais pu auparavant écrire pour révéler des choses...c'est vraiment quelque chose qui est très enfermant, et qui l'est d'autant plus qu'un des mécanismes de survie c'est précisément le déni, le clivage et ça en sortir tout seul je sais même pas par quel point on s'y prend dans la mesure où c'est une espèce de mécanisme de défense qui sauve et qui met en sécurité donc soi-même spontanément on n'a pas envie de baisser des barrières ou de sortir du clivage protecteur pour la survie.

Et le groupe de parole qu'est-ce qu'il t'a apporté ?

Il m'a apporté quelque chose d'extrêmement précieux qui est le sentiment de sécurité, de pouvoir dire des choses entendables par quelqu'un...entendables justement parce que c'est par des gens qui ont traversé le même type d'épreuve. Et le sentiment prioritaire quand on parle à quelqu'un qui n'a pas traversé ça c'est qu'il va pas pouvoir entendre soit parce que ses propres mécanismes vont dire...les allusions ou ces toutes petites choses dont on a l'impression qu'elles révèlent beaucoup de choses ne sont pas audibles pour l'autre et si jamais elles deviennent audibles, en tout cas moi y a plein d'adultes enfin quelques adultes, des amis ou les gens qui m'ont accueillie quand j'ai pu enfin partir de chez moi, très rapidement ils ont eu le mur du silence aussi et donc y avait pas de lieu pour la parole.

Et donc une des choses qui serait, la plus, la plus facilitante ce serait par exemple d'atteindre un médecin qui puisse dire « ce que vous me décrivez m'évoque quelque chose que j'ai déjà entendu » et puisse dire de lui-même, « je suis capable d'avoir entendu, d'avoir écouté, d'avoir accompagné des gens qui ont vécu des viols, des traumatismes etc », qu'il dise « je suis quelqu'un qui a déjà été confronté à ça et je suis capable d'accueillir cette parole », de le verbaliser, parce que quand on est face à un médecin, juste face à son statut de médecin, ça suffit pas pour penser qu'il va être capable d'accueillir des paroles de cette nature là, alors c'est difficile pour un médecin je suppose de se présenter en disant « bonjour ».

Pour toi, il faudrait que ce soit une présentation systématique ?

Alors de façon systématique mais y a des occasions peut-être comme la contraception ou le suivi de grossesse, des problèmes en lien avec des infections urinaires, le suivi gynécologique... alors je parle pour les femmes évidemment, pour un inceste vécu par un homme ce serait très différent mais qui dans ces trucs là qui touchent l'intime puisse à un moment donné dire avec ses mots... euh je sais pas « si ce sont des choses qui d'après vous peuvent être en lien avec quelque chose que vous avez vécu parce qu'en tout cas dans mon expérience de médecin je sais que parfois les conduites à risques, ça fait partie de signes de mise en danger par rapport à la sexualité qui peuvent être des indications », et si le médecin est capable de repérer y compris dans des pratiques qui sont juste voilà... sont capables de faire un lien avec des situations traumatisantes capables de générer ce type de conduite, de pouvoir dire « dans mon expérience je sais que parfois ça peut être associé à ça » alors ça ouvre simplement l'idée que ce médecin là a déjà fait des liens avec ce qui est cliniquement repérable et ce qui peut être lié à des traumatismes très anciens.

Si ton médecin actuel te disait ça peut être que...

Peut-être que ça me permettrait de lui parler mais c'est vrai que ma posture de départ c'est plutôt tant que je sais pas si la personne en face est capable d'entendre ce que j'ai à lui dire alors je vais pas prendre le risque, parce que les rares fois où j'ai pris le risque la porte s'est fermée.

Et donc après avoir connu le groupe, t'as commencé une prise en charge par un psychothérapeute ?

Oui. En fait, d'abord mon premier contact a été par mail et ma première question a été « avez-vous déjà eu à gérer des situations d'inceste ? » donc quelque chose qui me permettait si par mail ou par téléphone on me répondait « non j'ai jamais eu à faire mais je suis tout à fait disposé à » alors je savais que j'irai pas donc déjà je n'ai pu aller que parce que j'avais vérifié préalablement mais ça c'était aussi sur la recommandation du groupe, de vérifier que le professionnel que j'allais voir était sensibilisé et formé ou ayant déjà accompagné ce genre de situation donc plutôt quelque chose qui permet de penser et de dire là il va pas y avoir un effet « oh mon dieu quel horreur » et tout à coup on a l'impression que soi-même on est porteur de quelque chose de monstrueux. Ça a donc permis que la thérapie s'enclenche, ça a duré 6 mois avec cette psychothérapeute sûrement très bien mais qui à un moment donné a dit une petite phrase qui était... enfin qui pour moi a résonné comme ça « Moi Mme je suis quelqu'un de très vieille France et je pense que ». A propos pas de l'inceste mais d'une

dispute avec mon mari, et ce petit mot là l'a repositionnée dans l'ordre de la moral et du jugement et là j'ai senti que c'était fini, je pourrais plus rien dire qui ne serait plus posée sous le regard du jugement. Autrement dit, dans la relation avec un médecin ou un psychothérapeute c'est vraiment de pouvoir dire sans être jugé jamais quoi qu'on dise. Pour moi porter un jugement dans l'ordre de la morale c'est juste rédhibitoire.

Et une des difficultés de ceux qui écoutent c'est justement de pas être dans ce réflexe de c'est bien ou c'est mal et notamment dans « pourquoi n'avez-vous rien dit ? » dans ce qui peut apparaître comme une question, en tant que celui qui est responsable de son propre silence, celui qui est resté muré dans son silence évidemment culpabilise, on est dans la honte, la culpabilité, et donc rien que dans la formulation j'aimerais plutôt trouver quelqu'un qui est capable de dire « on sait que parfois » ou alors « il est normal de pas avoir pu parler, est-ce qu'aujourd'hui ça devient possible », c'est-à-dire que l'inquisition culpabilisante et même tout ce qui donne le sentiment qu'on est soi-même d'une manière ou d'une autre responsable non seulement d'avoir été victime mais aussi d'avoir gardé le silence, renforce le silence parce qu'on n'a surtout pas envie qu'on vous dise, surtout quand on a 25 ou 30 ou 40 ans, envie d'entendre, « t'aurais dû te faire aider plus tôt » j'aurais plutôt envie d'entendre « il est toujours temps et si on reste en silence pendant un temps c'est que ce silence est nécessaire et protecteur, mais s'il est temps pour vous maintenant de pouvoir dire des choses dites là et ces choses-là ne seront pas jugées ». Mais c'est vraiment délicat parce que je pense que dans la formation des professionnels de santé, y a toutes ces façons d'engager le dialogue, y a Jean-Paul Mugnier qui a fait sa conférence avec Boris Cyrulnik à Grenoble sur la question de l'inceste, une formation auprès de professionnels, j'ai trouvé très bien qu'il donne des phrases clés, des façons d'engager, en particulier Mugnier travaille beaucoup avec des enfants qui sont placés, des façons d'engager le dialogue qui permettent à celui qui est silencieux de savoir que ces moments de silence, de retrait, de difficultés à dire font partie des symptômes normaux qui peuvent être accueillis et qu'y compris les silences sont pris en compte, mais que le praticien doit pouvoir parler pour l'autre au moins pour dire que c'est pas parce qu'il y a du silence qu'on considère qu'il y a rien. Je pense qu'un des plus grosses difficultés c'est celle du franchissement parce qu'une fois qu'on a franchi le cap, qu'on a pu dire, voilà de quoi je souffre à ce moment-là c'est beaucoup plus facile de parler, le risque évidemment c'est que la parole se referme dès qu'il y a un bout de jugement moral. Pour moi c'est ça enfin pour moi en tout cas c'était ça les freins à l'égard des personnels de santé, soit y avait pas d'espace pour dire, soit que mon corps soit utilisé comme un outil ou un machin, soit encore cette histoire de jugement.

Et avec cette psychothérapeute j'ai complètement arrêté et j'ai réenclenché grâce au groupe de parole, donc il m'a fallu encore 6 mois de groupe de parole pour que j'arrive à reprendre contact avec un autre. Donc c'est vraiment par le groupe et par le fait que dans ce lieu-là mon vécu, ma parole, sont acceptés, partagés, autorisés, qui me permet de prendre le risque de me confronter à quelque chose de plus personnel et intime dans la demande d'aide.

T'attends quoi du psychothérapeute ?

Alors c'est curieux mais j'ai encore mes clivages qui fonctionnent, je m'occupe des réminiscences de mon passé, de l'inceste dans le groupe de parole parce qu'il est dédié à ça, et du psychothérapeute j'attends plutôt, d'arriver à m'aider aujourd'hui dans des situations de blocages, dans mes trauilles d'aujourd'hui et en fait c'est un peu difficile parce que soit il va aller chercher du côté de mon passé et là il va falloir recommencer, c'est comme si à chaque fois que je vois un thérapeute il va falloir passer des mois à retraverser avec lui cette histoire là avant d'arriver à aujourd'hui. Et inversement si je suis en face d'un thérapeute qui me dit « prenons seulement cette histoire-là et laissons le passé de côté », ça marche pas non plus. Donc c'est difficile, pour l'instant j'ai pas trouvé.

Et tu sais ce qui pourrait encore t'aider à avancer ?

Ya une chose qui est sûre, je trouve que la victime de violences sexuelles et d'inceste en particulier, qui a subi pendant longtemps et qui toute sa vie va avoir des difficultés à surmonter paye cher, au sens y compris matériel le coût de ses soins, mais qu'il y ait des structures où j'ai pas à me dire à chaque fois c'est 65 euros, évidemment ça a un coût de se dire je dépense cet argent pour moi-même. Et donc c'est pour moi un risque de décrocher en me disant « Vaux-tu cet argent-là ? »

Ce que j'attendrais aussi du système de santé c'est que les violences sexuelles puissent être reconnues comme des dommages qui puissent être pris en charges par la société qui a pas pu voir, pas pu détecter et d'apporter une offre de soin accessible sans ce coût qui constitue un obstacle, une limite, matérielle et psychologique.

Alors le médecin généraliste est remboursé mais il est pas là pour prendre en charge enfin c'est ce qu'on nous apprend tous, le système de sécurité sociale plonge, il faut prendre des génériques, on doit voir le généraliste qu'en cas de nécessité absolue et du coup c'est vrai que la démarche vers le médecin je ne la fais que pour des choses obligatoires, et là oui je sais que la société accepte de rembourser ça mais pour le reste la société ne prend pas en charge mes difficultés psychiques, mes difficultés sexuelles.

Tu penses que c'est pas le rôle du médecin ?

Si je pense que c'est son rôle mais que le système ne lui permet pas de jouer ce rôle-là. En tout cas moi j'ai jamais eu aucun généraliste qui prenne 45 minutes pour un patient et qui se dise je vais écouter ses maux psychologiques et pas seulement sa gastro ou son machin. Y a évidemment un problème de temps, on sait que la consultation c'est 15 minutes, moi en 15 minutes j'ai pas envie d'écrire une boîte et de ressortir effondrée avec un paquet d'antidépresseurs.

Entretien Eve

29 ans

Chargée d'assistance téléphonique

urbain

45 minutes

A mon domicile

Recrutement : AIVI

Est-ce que t'avais un médecin généraliste au moment des faits ?

Oui, c'est le médecin de la famille dans le village à côté de chez moi, puisque je vivais à la campagne dans un village de 60 habitants. Après j'allais toujours voir le généraliste avec mes parents et les parents parlent pour toi quand tu vas voir le médecin et que t'es petit.

T'y allais régulièrement ?

Dr temps en temps, ma mère nous emmenait pas forcément voir le médecin souvent, seulement quand on était malade.

T'attendais quelque chose de ce médecin ?

Silence

Je pense que j'ai jamais rien attendu du médecin, de toute façon j'allais chez le médecin avec mes parents, c'était mes parents qui parlaient, je pense pas qu'il y ait pu avoir aucune ouverture de ce côté-là.

Et t'auras eu envie de lui en parler ?

Alors euh...je sais pas, en fait le problème c'est que moi j'étais dans le déni pendant longtemps, je suis sortie du déni y a pas longtemps et y a encore une grosse part de déni, y a des choses dont je me souviens pas en fait. Je pense qu'y a des choses que j'aurais aimé pouvoir dire au médecin généraliste et que j'ai pas pu lui dire parce que ce qu'il s'est passé avec mon père ça c'était dans le déni mais ma mère était très violente et ça n'a jamais été dans le déni, c'est des choses que j'aurais jamais pu dire à mon médecin généraliste. Déjà parce que j'étais en pleine campagne, tout le monde se connaissait, c'était le copain de mes parents, c'était pas possible, le cadre était tel que ç'aurait pas été possible.

Y a rien qui aurait pu te faire parler à ce médecin ?

Non. Non parce que bah je te dis c'était le copain à mes parents, les relations avec la famille du médecin, les enfants de la famille du médecin et ma famille étaient très proches donc ça coupait toutes les possibilités. Quelque part ça coupait même les possibilités de ce qu'on appelle le secret médical, de toute façon ça aurait été...la première chose qu'il aurait fait ç'aurait été parler à mes parents.

Et ce médecin t'as jamais reçu sans tes parents ?

Non. Me recevoir sans mes parents sûrement j'aurais pu dire des choses que je peux pas dire, déjà il m'aurait écouté, parce que chez le médecin c'était « bah qu'est-ce qu'elle a ? », mon père ou ma mère répondait et « bon bah écoute monte sur la table je vais t'ausculter » « alors elle a ça depuis combien de temps... »

Et t'as eu ce médecin jusqu'à l'adolescence ?

Après je suis allée au lycée, j'étais en internat donc c'était différent, je voyais le médecin du lycée mais à cette époque là j'étais complètement dans le déni encore.

Et donc la première personne à qui t'en as parlé ? C'était qui et comment ?

C'était mon compagnon, je suis sortie du déni après une séance d'EMDR où je me suis rendue compte, y a des images qui me sont venues, j'avais déjà des espèces de flash-back émotionnels mais jamais visuels et après cette séance d'EMDR j'ai eu 2-3 flash back visuels qui ont fait que je suis sortie du déni et donc la première personne à qui j'en ai parlé c'est avec compagnon avec qui je suis depuis 9 ans, qui a vraiment été là pour moi.

Et l'EMDR, comment t'es arrivée là ?

C'est un long processus, en fait ce qu'il s'est passé c'est que, ça faisait un petit bout de temps que j'allais pas très bien et j'ai fait une grosse dépression quand j'étais en master 1 de droit et suite à cette dépression j'ai commencé un travail thérapeutique, mais ça a été vraiment très difficile, j'ai fait vraiment une dépression énorme, je suis allée voir un médecin qui m'a dit « vous êtes en dépression prenez des antidépresseurs au revoir », un médecin généraliste qu'a pas cherché à savoir pourquoi j'étais en dépression, qu'est-ce qui allait pas dans ma vie...A cette époque-là j'étais encore sous l'influence de ma mère qui m'a dit « les antidépresseurs c'est de la merde ça va te bouffer le système nerveux » donc j'ai pas pris mes antidépresseurs, j'ai dû arrêter mes études parce que j'étais pas du tout en état, j'ai pris un peu de temps pour moi et après j'ai repris des études. Et à partir de là j'ai commencé un processus thérapeutique classique avec une psychothérapeute qui s'est étoffé au fur et à mesure parce que j'ai pris conscience d'à quel point mon mal être était grand et à quel point c'était connecté à plein de choses, donc j'ai déjà pris du recul par rapport à ma mère par rapport à l'emprise qu'elle avait sur moi, et au fur et à mesure de ça, que je réglais le problème je me rendais compte que j'allais toujours mal donc j'ai toujours cherché d'autres personnes pour m'aider, jusqu'à l'EMDR, jusqu'à avoir ces flash-backs et me rendre compte qu'il y avait un problème dont je me souvenais pas. En fait c'est un peu compliqué, parce que je me suis plus ou moins faite agressée par un camarade de classe en sixième donc moi j'avais tout remis, si tu veux tous mes problèmes, enfin une grosse partie de mes problèmes ça venait de ça, j'avais, je pensais que c'était ça le problème, et à force de travailler là-dessus, je me suis rendue compte que ça avait pas tant d'importance et on a été plus loin.

Après ces flash-back t'en as reparlé à la psychothérapeute ?

J'en ai reparlé à la psychothérapeute qui...en fait j'ai eu une grosse phase de doute, parce que je voulais pas y croire donc y a eu toute la phase de doute « je suis folle c'est pas vrai, c'est moi qui invente ça" parce que c'est plus facile de s'imaginer qu'on invente que de se mettre face au problème, y a vraiment eu une énorme phase de doute et je pense que je suis pas retournée voir la psychothérapeute tout de suite parce que j'avais besoin de passer ma phase de doute pour pouvoir en reparler avec quelqu'un ensuite, puis en fait t'as toujours l'impression que les gens vont pas te croire, pas t'écouter, alors la simple idée de te dire que les gens vont pas te croire et pas t'écouter t'es flippée alors si t'as quelqu'un en face qui te croit pas c'est encore pire parce que tu te renfermes sur toi-même.

Je pense que la psychothérapeute je l'ai revue 2 fois mais après j'ai changé de personne parce que j'avais l'impression que c'était pas la bonne personne pour parler de ça, j'ai cherché d'autres personnes qui pouvaient m'aider et je suis retournée au groupe de parole et ça m'a beaucoup aidée d'être avec des gens qui comprennent ce que tu ressens, et qui te prouvent que t'es pas folle parce que justement ils ont les mêmes symptômes que toi, les mêmes doutes que toi. Alors certains ont les mêmes doutes que toi parce qu'ils ont été dans le déni aussi et d'autres l'ont jamais été mais ont les mêmes symptômes, ils savent ce qu'il s'est passé, à nouveau tu te sens pas anormal. Plutôt que d'imaginer que ce qui m'est arrivé est anormal, moi je me suis souvent sentie anormale et surtout avec le déni, j'avais déjà ce sentiment là d'être anormal, de pas voir le monde comme les autres. Je suis passée par beaucoup de phases je pense que j'ai laissé beaucoup de petits pois sur ma route : au collège un moment donné je mangeais pas, je voulais pas manger, y a eu des grosses périodes où quand j'étais petite j'arrivais pas à dormir, je sais pas je devais avoir 10 ans. Enfin j'ai toujours semé des petits pois jusqu'au moment où les gens en face de toi te disent « mais tu fais chier sois un peu normale », généralement je changeais de truc, sans même que ce soit conscient je passais à autre chose.

T'avais quel âge au moment de l'inceste ?

Je pense que ça a été entre 3 et 12 ans mais y a encore une grosse part de déni. Aujourd'hui je suis toujours entre 2 choses, entre la volonté de vivre normalement donc tu te remets dans le déni pour pouvoir vivre normalement, tu mets ton énergie dans autre chose que penser à ce qui t'es arrivé, t'as toujours l'impression que faire les choses comme tout le monde ça me demande énormément d'énergie. Et y a des moments où je vais vouloir savoir ce qu'il se passe et du coup j'aurais plus du tout d'énergie pour rien d'autre autour, je vais à nouveau me sentir mal, la moindre chose va me mettre dans des états émotionnels etc etc et comme ça tu peux pas aller au bout. Ça m'est déjà arrivé d'être dans le tram et d'avoir peur que les gens autour de moi m'agressent, je suis dans le tram je l'ai déjà fait 5000 fois mais ce jour là...parce qu'émotionnellement avec les flash-back qui reviennent. Pour le coup le sentiment d'anormalité est d'autant plus important parce que tu sais consciemment que t'as aucune raison d'avoir peur mais tu peux pas contrôler émotionnellement ce qu'il se passe. Donc je sais qu'il faut que j'aille plus profond pour régler le problème mais d'un autre côté j'ai besoin

de stabilité, j'ai besoin d'avoir un travail, donc c'est toujours cette chose très difficile. C'est vrai qu'un boulot à plein temps ça me prend toute mon énergie, après je vais pas...

Je pense que le problème que j'ai dans ma thérapie c'est que je vois des gens différents, je vois mon médecin généraliste je suis sous antidépresseurs, qui est au courant mais on n'en a pas vraiment parlé puisqu'il sait que je vois quelqu'un d'autre à côté en terme de psychanalyse et si tu veux je vois des gens différents et on travaille par petits bouts et y a rien de centralisé. Si par exemple en EMDR je fais un gros travail je vais être mal, y aura jamais de lien avec le généraliste, c'est moi qui vais aller le voir pour lui dire que je vais très mal, et c'est difficile à gérer, parce que si tu te mets à fond dans le travail je sais que je vais me mettre en arrêt. Et le médecin généraliste va rien comprendre de ce qu'il se passe, parce que t'allais mieux pendant 5 ou 6 semaines.

Tu lui en parles à ton médecin ou t'abordes jamais le sujet ?

On n'a jamais vraiment abordé le sujet, enfin je lui ai dit, mais il a jamais abordé le sujet plus il a dit « bon bah tu vois quelqu'un en psychanalyse ».

On a parlé du fait que j'étais dépressive, que j'étais très mal et à cette époque là il a dit « bon je te mets sous antidépresseurs parce que de toute façon tu pourras pas aller mieux sans, même ton travail de psychanalyse pourra pas t'avancer » mais par contre il s'est pas du tout mêlé du travail de psychanalyse.

Et t'aimerais bien qu'il t'en parle ?

Je pense que le fait qu'on n'en parle pas il doit pas toujours bien comprendre la situation. Du coup il a un regard trop obtus par rapport à m'arrêter, pas m'arrêter, la situation générale.

T'attendrais quoi de lui ?

J'aimerais bien, je trouve dommage qu'il soit complètement en dehors de la psychanalyse parce qu'il peut pas suivre mon évolution, il peut pas comprendre ce qu'il se passe chez moi. Il va voir que les symptômes et il va que gérer les symptômes, il gère que l'urgence, y a pas de mise en place de prévention, je vais y aller quand j'en peux plus. Je pense qu'y a des moments, je te donne un exemple, par exemple si on avait mis en place un mi-temps thérapeutique ça m'aurait évité d'être en arrêt plus tard. On est toujours en train de traiter, je vais voir que quand vraiment ça va mal.

Et spontanément t'as pas envie d'aller lui en parler ?

C'est toujours ce sentiment de est-ce qu'il va me comprendre, est-ce qu'il va m'envoyer chier...c'est difficile parce qu'à chaque fois qu'on t'envoie chier tu te sens tellement mal, tu te sens tellement comme de la merde que c'est difficile de faire le pas et si ce pas là est franchi, tu peux plus avoir confiance c'est fini. C'est-à-dire le jour où il t'envoie chier et t'as pas compris, tu peux plus le voir t'es obligé de changer de médecin. Y a déjà une fois où il m'a envoyé chié, il m'a réarrêté parce que j'allais très mal et j'ai vraiment eu du mal à aller le voir, enfin je sais pas c'était peut-être pas son jour, il m'a dit « faut faire plus d'effort pour aller mieux » et j'avais envie de lui dire « mais je fais tout ce que je peux » et j'étais tellement mal que j'ai même pas pu argumenter, j'étais dans un état de faiblesse

complet et il me gueulait dessus en me disant que voilà quoi fallait que j'aïlle mieux, que je fasse plus d'effort.

Ce jour-là ça a été dur de retourner voir le médecin même pour des raisons médicales, ce jour-là je me suis sentie tellement incomprise et euh [pleurs] que ça a été vraiment difficile en fait et euh le problème c'est que les gens n'associent pas nos différents symptômes à l'inceste que ce soit les généralistes, l'EMDR, ils vont pas faire le lien entre les différentes choses, faut que nous on amène sur la table le lien mais sinon si toi t'as pas conscience que telle chose est liée à ça, ils vont pas le faire. Dans le livre du Dr Salmona elle décrit bien cette chose c'est que je pense qu'enfant y avait tellement de symptômes qu'on aurait pu se douter qu'il y avait quelque chose qui allait pas, mais jamais on s'est dit « elle a des problèmes de sommeil, après elle a des problèmes pour s'alimenter, après des problèmes de concentration à l'école... », jamais rien n'a été mis ensemble, c'est-à-dire que successivement j'ai eu tous ces problèmes et jamais personne s'est dit « mais y a quelque chose qui va pas », les gens juste tu les fais chier, tu fais chier les gens, il faut plus que t'es ce problème parce que t'es anormal, il faut traiter LE symptôme parce que t'es chiant d'avoir ce symptôme là. Bon les médecins sont moins dans t'es chiant mais il faut traiter le symptôme, on se demande pas pourquoi t'as ce symptôme. Je suis sûre que si aujourd'hui j'allais voir un médecin en lui disant j'ai des problèmes de sommeil, il va me dire « on va voir ce qu'on peut te prescrire ». Je pense que le médecin s'est trop mis dans un rôle de prescription et il voit pas ce qui peut y avoir derrière. Je pense que c'est aussi à cause de l'idée que le médecin généraliste va traiter certaines choses, au niveau de la psychanalyse autre chose, c'est cet effet d'être scindé qui fait qu'y pas de lien dans tout ça. Mon médecin généraliste m'a quasiment dit « le problème psychologique c'est pas que je m'en fous mais c'est pas mon domaine »

Des médecins j'en ai vu un certain nombre, je dis pas qu'ils sont tous comme ça mais...celui-là m'écoute suffisamment, quand je suis au bout il m'arrête, parce qu'y a des médecins...t'es pas malade tu t'arrêtes pas.

Et les autres médecins que t'avais vu avant tu leur avais parlé de l'inceste?

Bah de l'inceste non parce que c'est le seul médecin que j'ai vu depuis que je suis sortie du déni mais d'autres choses quoi...quand je suis allée voir le médecin qui m'a prescrit des antidépresseurs j'allais super mal je supportais plus personne, je vivais en cité universitaire dans un 8m2 les sanitaires étaient en dehors et j'allais tellement mal que j'entrouvrais ma porte, je regardais dans le couloir et si y avait personne, parce qu'il fallait pas qu'on me demande "ça va?" sur le chemin entre ma porte et les toilettes sinon je me serais mise à pleurer, donc je vérifiais qu'y avait personne je courrais jusqu'aux toilettes et je faisais l'inverse pour rentrer chez moi. Je sortais quasiment plus de ma chambre...et tu vois ce médecin là en avait rien à foutre de ça, il a trouvé la maladie c'était la dépression et il a trouvé la solution c'était l'antidépresseur, le reste...Celui là de médecin il m'a pas conseillé d'aller voir quelqu'un pour la psychanalyse, là on était à l'apothéose...c'était une femme d'ailleurs. T'as souvent vraiment l'impression qu'on gêne avec ce problème là, qu'on gêne avec la dépression, qu'on gêne avec les symptômes, même si t'en parles à des gens, même dans la société en général y a des gens qui comprennent pas la dépression, les gens pensent juste que t'en as marre de ta vie, tous les jours

tu veux que ça change, t'as pas le courage de la faire changer alors tu pleures. Et euh je pense qu'une bonne partie des médecins n'ont pas envie d'entendre ça parce qu'y a pas de solution pour ça, y a pas de médicaments pour ça, l'antidépresseur aide mais fait pas tout et c'est la même chose avec l'inceste, y a pas de médicaments pour régler l'inceste, y a ce côté très gênant et quand t'en parles au généraliste ou au psychothérapeute tu sens automatiquement cette gêne en fait, c'est-à-dire qu'y a pas de solution toute faite.

Et le médecin que tu as actuellement tu lui en as parlé facilement?

Non. J'allais vraiment mal, je commençais à pas être dans un état d'aller travailler, et je suis allée le voir, je retombais dans une dépression assez importante, il me fallait une solution. J'étais allée voir quelqu'un qui a écrit un livre sur l'inceste qui est un médecin psychiatre je crois, qui a écrit un livre sur l'inceste il y a quelques temps et qui m'a enfin qui a pas du tout entendu ma dépression, je suis allée le voir en me disant il va me comprendre, je cherche des gens qui vont me comprendre constamment, et ça a été une énorme déception parce que déjà il me demande comment je suis arrivée à lui et il me dit "ah oui c'est plus du tout ma spécialité l'inceste", donc en gros t'es pas le cas qui m'intéresse en ce moment, après il me dit "moi maintenant ce que je traite c'est comment les carences en vitamine en fer peuvent influencer sur le moral donc là de toute façon on fait rien tant que vous avez pas fait de prise de sang pour voir comment vous êtes carencée", donc moi ok je suis dépressive hein donc je suis ressortie de là et j'y suis retournée une fois quand même mais il m'a toujours pas écoutée, il m'a dit bon ben "tu prends du magnésium du machin du truc", du coup à nouveau la solution...y a pas d'écoute quoi et ça a à nouveau été terrible et je pense que c'est ça qui m'a foutue dans la dépression. J'avais vraiment envie de creuser ce problème de l'inceste, d'avancer sur ce terrain là même si c'est dur et en face de toi tu te retrouves avec un mur et toi tu y vas avec le mot inceste que tu mets sur la table ce qui est déjà très difficile et en face de toi on te dit "magnésium, oméga 3, fer..."...ok. Et là tu te sens seule, et puis tu pars et ça m'a vraiment remise dans ma dépression, "je suis pas légitime d'être mal" enfin tout ce que tu peux te raconter de négatif.

Et donc je suis arrivée dans cet état là chez mon généraliste et l'inceste c'est sorti, enfin je lui ai dit que je pensais que j'avais vécu l'inceste et que j'allais à nouveau très mal, que ça faisait quelques temps que je me traînais une dépression avec des hauts et des bas et que je pensais avoir été victime d'inceste. Enfin voilà ça s'est vraiment limité au strict minimum on n'est pas rentrés dans le...

Lui il m'a dit "bon bah là de toute façon vous êtes pas en état de travailler, vous êtes pas en état de faire une psychanalyse non plus, sans antidépresseurs votre cerveau fonctionne plus normalement parce que vous êtes trop dépressive" il m'a expliqué les effets des antidépresseurs, combien de temps il faudrait que je les prenne et puis c'est tout.

Moi ce que je reproche beaucoup à mon généraliste, enfin c'est vrai que c'est difficile de tout savoir, mais c'est qu'ils aient pas un réseau avec lequel il travaille, il aurait pu me dire "je connais tel psychothérapeute, je suis sûr qu'il est fiable", on va te proposer un dermatologue si t'as besoin mais au niveau de la psychanalyse...

Et comment t'as connu le groupe de parole?

Aaah une longue histoire c'est très amusant, mon inconscient a beaucoup joué.

Comme j'ai été agressée par un garçon en sixième, j'avais besoin de parler de ça à l'époque et je suis déjà allée voir le groupe de parole par 2 fois en disant "moi j'ai pas été victime d'inceste" je pensais vraiment pas l'être à cette époque là "mais j'ai été agressée par un camarade de classe". C'est la première fois que, j'ai pleuré toute la séance, c'est la première fois que j'ai pu exprimer des choses sans honte parce qu'autour de moi elles le faisaient sans honte et je me suis rendue compte que c'est les mêmes peurs, la même souffrance, la même incompréhension...ça a été une libération totale c'est la première fois où tu te dis je suis enfin entendue et les gens en face me croient vraiment.

Donc j'y suis allée 2 fois et ça a été très difficile d'y retourner parce que j'avais l'impression de leur avoir menti, y a toujours cette impression d'avoir fait quelque chose de mal qui reste...et on m'a accueillie avec mon histoire comme ça sans jugement, on m'a dit "bah tu savais pas tu savais pas c'est pas grave maintenant tu sais t'es là" et c'est vraiment sur tout mon cursus la chose qui me fait avancer le plus, ça me permet d'accepter la vérité et au final de me rendre normal dans mon anormalité, par rapport à ce que j'ai vécu ma réaction est plutôt normale, on n'a pas toutes la réaction similaire mais c'est très proche et c'est une sorte de soulagement, t'as l'impression de trouver ta place quand tu trouves le groupe de parole.

T'as connu comment?

Par internet, j'ai cherché sur internet.

Et là tu continues tout?

Alors l'EMDR oui, la psychanalyse j'ai arrêté, j'avais l'impression qu'on n'avancait plus. L'EMDR pas énormément une fois par mois en ce moment, ça m'a beaucoup aidé parce qu'en fait on a commencé par soulager mon quotidien, en allant au boulot j'étais souvent très angoissée par tout un tas de truc du style...peur de pas être à la hauteur, de pas être sûre d'être à ma place donc déjà quand on a viré tout ça, j'ai eu plus d'énergie pour le reste.

Et d'une manière plus générale qu'est-ce que nous les médecins on devrait savoir en prenant en charge les victimes d'inceste?

[silence]

Je pense que parfois juste prendre du recul, pas tout de suite vouloir médicaliser ou donner une réponse. Je pense que vous êtes tellement habitués à chercher une solution que vous voulez tout de suite donner une solution et parfois vous prenez pas le temps de voir que c'est un problème complexe, et en voulant donner tout de suite une solution, vous nous enfermez dans une petite boîte et soit on pourra plus venir vous voir parce qu'on sera dans la mauvaise boîte et on se sentira pas légitime soit vous allez restreindre à un problème plutôt qu'à l'ensemble et je pense que la plupart des victimes d'inceste avant de parler surtout pour les plus âgées, on a développé tout un tas d'états secondaires, de façon de cacher, pour pouvoir être adaptées et si tu poses tout de suite une solution elle peut être inadaptée. Je sais pas comment dire, je dirais...plus accompagnants, alors je sais que

c'est pas forcément le rôle d'un médecin généraliste parce que vous voyez des dizaines de clients par jour. On a besoin d'être plus accompagné, dans l'ensemble du processus en fait.

Et en ce qui concerne le dépistage en tant qu'enfant, des idées?

Je pense poser plus de questions, c'est vrai que moi j'avais des bleus sur tout le corps tout le temps, y en a c'était moi qui me les faisais mais y en a c'était pas moi qui me les faisais donc euh...y a souvent...moi j'entends encore mon père me dire que j'ai pas le droit d'en parler des choses comme ça donc il faut vraiment être à l'écoute, faut pas être à demi à l'écoute, si tu me dis "ces bleus comment t'as fait?" je vais dire "je suis tombée" et si tu me dis "et celui-là" si tu me poses la question peut-être je te dirai "bah je sais celui là je me souviens pas" et ça c'est bizarre. Mais ça c'est tout le monde c'est pas que les médecins malheureusement, je pense que les enseignants sont bien mieux placés mais généralement ils préfèrent fermer les yeux sur plein de choses...après en tant que médecin ouais être plus à l'écoute, et après c'est difficile mais voir les enfants sans leurs parents, enfin avec un autre médecin tu peux pas être seul avec un enfant mineur mais peut-être avec un autre médecin...après je sais pas [silence]

ouais je dirais poser plus de questions en général à l'enfant directement, sur sa vie, ce qu'il fait, ce qui lui fait peur. Mais je pense que c'est délicat en fait pour quelqu'un qui voit pas l'enfant tous les jours de dépister, je dirais que quand l'enseignant donne l'alarme au médecin ce serait plus là que le médecin aurait un rôle d'attention mais...enfin les symptômes ils se voient tous les jours, moi mes problèmes de concentration c'est mon enseignant du CP, il a dit à mes parents que j'étais débile, donc ma mère elle m'a fait faire un test de QI, le QI ça allait bien donc on en est resté là.

Je pense que pour les médecins généralistes c'est vraiment quelque chose de difficile le dépistage...peut-être tout simplement aborder le sujet de la sexualité parce qu'on n'en parle pas assez. Qu'est-ce que c'est la sexualité? Parce que même si on est enfant, enfin moi j'ai vécu à la campagne, depuis toute petite je vois des chiens se monter l'un sur l'autre. C'est assez tabou en France la sexualité alors que c'est quand même quelque chose. Je pense que ce tabou amène à tous ces non-dits et la possibilité de l'inceste parce que les choses sont pas au clairs pour les enfants. Donc ouais peut-être parler de la sexualité plus jeune et à quoi ça sert et quand ça arrive, ce genre de chose.

C'est vrai que pour moi je sais même pas si on m'avait posé la question...enfin si peut-être, je pense que si on m'avait posé des questions précises j'aurais pu répondre.

Tu te rendais compte que c'était pas normal?

Je pense pas en fait, je pense que euh...si tu veux chez moi la règle des parents était absolue, ce qu'on avait ou pas le droit de faire c'était les parents qui le décidaient, pendant longtemps euh...y avait le cadre de la loi très loin et puis y avait un cadre plus petit qui était la loi familiale et qui était absolu, c'est-à-dire que les ordres donnés par les adultes étaient absolus. Donc pour moi je me rendais pas compte, ça faisait partie de la loi familiale et il fallait le respecter, ça faisait mal c'est sûr, je détestais ça mais je pense pas que je me sois vraiment rendue compte que c'était pas normal.

Entretien Annie

44 ans

Sans profession

Milieu urbain

56 minutes

Lieu public (restaurant)

Recrutement : SOS IPR

Est-ce que vous aviez un médecin généraliste à l'époque où vous avez subi l'inceste?

Je pense pas j'étais trop petite, j'étais bébé.

Vous avez jamais vu de médecin généraliste?

Pour ça non, pas à l'époque

J'avais un médecin de famille quand j'étais plus grande et j'ai occulté mes souvenirs pendant longtemps.

Donc ce médecin de famille n'a jamais...

Non non.

Si elle a su quelque chose à une époque elle a rien dit.

Comment ça s'est passé le souvenir?

Mon père m'a écrit une lettre des années après que j'ai pas comprise sur le coup, je voyais pas ce qu'il voulait me dire ni ce que ça signifiait et j'en ai parlé plus de 2 ans après comme ça par hasard, enfin par hasard..., j'en ai parlé à une éducatrice et c'est elle qui a mis le mot juste sur le geste, et c'est à partir de ce jour là, où elle a mis le mot inceste sur le geste que j'ai compris ce que j'avais vécu et toute l'étendue que ça impliquait, ça expliquait beaucoup de choses de la vie que j'avais vécu avant, de mes peurs, mes difficultés, mais il a fallu le mot juste pour que je fasse face à la réalité.

Et cette éducatrice comment vous lui en avez parlé?

Je sais plus comment c'est venu dans la conversation, ça date d'il y a quelques années peut-être qu'elle avait des doutes je ne sais pas, en tout cas, on parlait de mon père, je lui ai parlé de cette lettre et après elle a parlé d'inceste et là j'ai compris. Peut-être qu'avant j'étais pas prête à affronter cette réalité psychologiquement et l'esprit fait bien les choses et m'avait protégé sans doute parce que j'aurais pas été capable de vivre avec à l'époque même si ça reste toujours très compliqué.

Y a pas eu d'événement particulier qui vous en a fait parler à ce moment-là?

Si bien sûr malheureusement, y avait eu la lettre, et après mes 2 filles ont été placées, et le placement judiciaire a eu lieu parce qu'il y avait instruction sur mon père mais moi à l'époque j'ai pas voulu...c'était trop horrible pour que je puisse m'imaginer, je préférais me dire qu'on m'accusait moi

parce que je savais très bien que j'avais pas pu faire une horreur pareille, plutôt qu'on accuse mon père, peut-être parce que justement ça aurait mis trop de choses en questions et j'aurais pas tenu le coup face à cette réalité là.

A partir de là vous avez compris beaucoup de choses?

J'ai trouvé que ça éclairait beaucoup de mes peurs, mes inquiétudes, mes difficultés avec les hommes et au niveau des relations intimes, j'ai eu souvent beaucoup de peurs et ça explique aussi parfois des blocages que je peux avoir, quand je suis en face de souffrance grande liées à mon passé j'ai beaucoup plus de mal à avoir des relations intimes, comme si y avait un lien entre psychique et physique.

Les souvenirs vous sont revenus après?

Alors des souvenirs en tant que tel, oui et non, non dans le sens que j'ai pensé à des souvenirs, c'est des cauchemars épouvantables que j'ai fait, dont l'un entre autre, il avait l'air tellement réel à mon réveil que j'avais beau savoir qu'étais une adulte, que j'étais chez moi, que la porte était fermée, j'ai quand même vérifié qu'y avait personne dans mon lit parce que je sentais le poids de la personne comme si elle avait vraiment été là donc ça je pense que c'est pas seulement un cauchemar, c'est une réminiscence, et y en a eu d'autres qui m'ont brassée mais c'est vrai que j'aime pas trop y penser parce qu'après pendant 2-3 semaines je suis pas bien du tout, pour l'instant j'ai du mal à...j'ai pas envie de me souvenir, j'ai pas envie de faire face à ça. Le peu que j'ai de souvenirs, de cauchemars, ça me suffit largement entre guillemets comme horreur et comme chose pas agréable à se rappeler. Après je pense que je sais très bien quelque part ce qu'il s'est passé mais j'ai pas envie de m'appesantir dessus, c'est déjà assez dur de vivre avec juste l'idée d'être dans une famille incestueuse, d'avoir un père incestueux qui a peut-être été un grand-père incestueux c'est déjà pas mal sans en plus rajouter des détails ou des souvenirs plus précis.

Et donc après avoir découvert ça vous avez entamé des démarches?

J'avais une psychiatre qui me suivait et...c'est vrai que quand elle est partie en vacances, j'en ai parlé à ma médecin généraliste je lui ai dit que j'étais embêtée, en plus je venais de découvrir et elle m'a proposée à ce moment-là de venir la voir, et c'est vrai que ça m'a énormément aidée de savoir que je pouvais aller la voir si j'allais pas bien et euh...j'en ai beaucoup profité ça a été très bénéfique pour moi.

Et donc votre médecin généraliste vous lui avez parlé d'inceste?

Ouais, c'était une bonne médecin. D'abord ça faisait un moment que j'allais dans son cabinet et je sais pas y a une façon de faire, quelque chose qui s'est instauré, un jour on en a parlé. Peut-être qu'aussi il se trouve que je l'ai vue quelque jour après l'éduc et c'était tellement fort que c'est sorti, je peux pas vous dire je sais plus, c'est vrai que j'en ai parlé.

Et ce dévoilement elle l'a accueilli de façon adaptée?

Je me souviens pas comment elle a réagi sur le coupas en tout cas oui, je pense que si j'avais eu un déni ou un truc comme ça j'aurais jamais parlé plus. J'ai eu une fois..je suis allée voir un spécialiste qui m'a parlé de fantasmes, j'avais qu'une envie c'était de lui mettre une gifle parce que quand même faut pas déconner et non je voulais pas retourner le voir. Franchement les gens feraient mieux de se taire parfois.

Et donc avec votre généraliste vous avez continué à travailler dessus après?

Oui, l'avantage c'est que en plus elle est dans un centre de santé, quand j'en avais besoin, je disais à la secrétaire que je voulais un rendez-vous un peu plus long pour que j'ai le temps de parler.

Elle vous a proposé des choses? Elle vous a orienté vers quelqu'un?

Ca j'ai pas de souvenir...parce que je sais que j'ai entendu parler de l'association SOS IPR mais je sais plus si c'est par elle ou quelqu'un d'autre. En tout ca elle m'a toujours encouragée à en parler, à communiquer là-dessus et à ne pas juste forcément en parler qu'à elle. Et quand je lui ai dit que j'allais au groupe de parole de SOS IPR, elle m'a pas du tout découragée, bien au contraire, je pense pas qu'elle ai dit quoi que ce soit.

C'est la première personne après l'éducatrice à qui vous en avez parlé?

Je pense, elle est très humaine. Moi j'ai une grosse difficulté, je manque vachement de confiance en moi et cette femme elle a le chic pour me dire "mais là vous avez fait ça c'était bien et ça vous avez réussi "donc à chaque fois que j'allais la voir en lui disant ça va pas, tout va mal je rate tout, elle me disait mais y a ça qui va mieux , là vous avez progressé, et du coup je repartais avec plus de confiance en moi et rien que ça c'était énorme et se sentir écoutée et reconnue pour moi c'était très important. Je me suis sentie reconnue par cette femme

C'était ce qui vous manquait le plus?

Oui aujourd'hui ça me manque, j'aimerais bien que ma famille reconnaisse le geste de mon père, c'est très dur pour moi de savoir que quelque part il est pas reconnu.

Je pense que je lui ai parlé de mes cauchemars et des liens que j'avais fait, ça explique pourquoi je supportais pas de dormir dans le lit de quelqu'un, pourquoi c'était si difficile avec mon premier copain...Je parais un peu moins anormale d'avoir vécu des trucs qui semblent tellement plus simple pour d'autres personnes.

Vous aviez déjà une psychiatre?

Ouais, quand j'ai eu ma première fille j'ai fait une dépression, l'assistante sociale m'a conseillée d'aller voir un psychiatre et je suis tombée sur un super psychiatre. L'inconvénient c'est qu'il était dans un CMP et ça c'est vraiment trop triste parce qu'après faut tout recommencer avec le psychiatre suivant. Après y avait une femme, c'était très très long et quand enfin j'ai eu l'impression qu'y avait un échange et que j'étais comprise et ben elle est partie elle aussi. Ca c'était horrible, parce qu'après je suis

tombée sur un crétin, la confiance c'était pas ça du tout, il m'a plus mis la tête sous l'eau qu'autre chose, ça a été très dur.

Donc vous avez arrêté avec lui?

Euh...pas tout de suite parce que j'allais vraiment pas bien mais je pense qu'après j'avais plus le même échange, j'ai senti assez vite que le regard était pas le même

Et après j'étais à Grenoble et j'ai vu une psychiatre sur Pont De Claix, elle a été, à l'écoute et dans la proposition de possibilités de se voir si nécessaire, en tout cas j'ai senti une bienveillance et un désir d'être là, peut-être que même c'est elle qui m'a dit que je pouvais en parler aussi à ma médecin généraliste, en tout cas elle s'est jamais opposée à ce que j'en parle. Ca c'est sur qu'avec cette dame là ça a pas été négatif.

Y a des phrases qu'on vous a dites qui vous ont marquée?

Alors là...oui me dire que c'était pas moi la responsable ni la coupable, que j'y étais pour rien, au début ouais, ne pas me remettre en cause, mettre les choses et les personnes à leur place, l'agresseur c'est mon père, l'agressée c'est moi, j'ai rien demandé, il avait pas à faire ce qu'il a fait ça. Ca c'était très bon, remettre chaque personne à sa juste place, on n'est pas responsables, on n'est pas coupables, on y est pour rien. Y a aucune raison d'attentir à la pudeur d'une jeune fille quel que soit son âge, quand bien même elle serait habillée de façon provocante elle peut pas en être consciente, c'est une petite fille donc il faut penser petite fille, il faut pas penser aguicheuse, ça c'est une pensée d'homme c'est pas une pensée de femme, surtout pas une pensée de jeune fille. Une petite fille si elle est bien dans son corps c'est tant mieux pour elle, c'est tout bénéfique, c'est très bien. Si l'homme en face il voit autre chose c'est l'homme qui doit se poser des questions, on va pas toutes se mettre en tchador quand même. Donc je suis pas responsable je suis pas coupable, le responsable et le coupable c'est mon père, ça c'est très important.

A part le psychiatre vous avez vu d'autres personnes pour ça?

Je suis allée à l'association SOS IPR et je ne crois pas que...j'ai peut-être vu une psychologue mais vraiment à partir d'un moment c'était beaucoup mon généraliste qui m'aidait quand j'en avais besoin et que la psychiatre était pas forcément aussi disponible.

Et donc à l'association vous participez aux groupes de parole?

Oui, après c'est vraiment très irrégulier, y a des mois pendant lesquels je vais y aller puis y a un moment pendant lequel je vais plus y aller du tout après j'y retourne. Alors ya des périodes où j'y suis plus allée parce que c'était trop difficile j'étais trop mal et puis y a des périodes où je pense c'est parce que j'ai pas été assez rigoureuse.

Ca vous fait avancer comment?

Parce que...c'est triste à dire mais on se reconnaît dans la souffrance, ya des choses je crois pour vraiment les sentir faut les avoir vécu donc y a des fois on n'a pas besoin de dire beaucoup plus

d'explications sur ce qu'on ressent, on a très bien compris ce que l'autre veut dire, pas besoin d'explications, de justifications, l'autre comprend tout de suite. Et ça quelque part c'est..pas rassurant mais ça aide. Ça aide à se dire qu'on n'est pas seul à avoir ce genre de difficultés même si parfois c'est difficile mais on se sent un peu moins seul. Y a une sorte de solidarité du groupe et de bienveillance aussi qui fait que c'est un lieu où on peut en parler, où on peut à priori tout dire et euh...où le cadre est là pour éventuellement si ça devait être trop difficile être là après. C'est un peu comme un cocon c'est un lieu où on sait que quelque part on est là pour prendre soin de nous et la personne qui va nous recevoir va être là pour veiller à ce que ça se passe bien, si à un moment on éprouve le besoin de sortir parce que c'est trop du on peut mais on ne part jamais sans avoir revu la responsable.

Qu'est-ce qui vous a le plus aidé à avancer?

Wahou...ça c'est difficile à dire. Moi dans mon cas c'est ce côté que mon médecin généraliste a de montrer ce que je réussis à faire là où j'ai progressé, je crois que c'est ça...me renvoyer un message positif, quelque chose de constructif, même...c'est vrai que c'est étrange ce lien qui s'est instauré avec ce médecin mais pour moi ça a énormément d'importance. Elle a déménagé elle est partie de Grenoble, pour moi ça a été très dur, bon celle qui la remplace est très bien aussi, j'ai toujours le mail de l'ancienne, il m'est arrivé d'aller la voir de temps en temps et voilà c'est un repère aussi, c'est important. C'est des gens, on sait qu'on peut compter sur eux, y a un peu plus qu'une relation médecin à patient y a une relation humaine derrière et ça c'est vachement important, on est patient mais on est aussi une personne avec peut-être un vécu plus difficile que d'autre et qui est acceptée tel quel et justement plutôt poussée dans le bon sens.

La nouvelle généraliste vous lui en avez parlé également de l'inceste?

Oui de toute façon je suis toujours au même centre de santé donc le dossier est resté. C'est vrai que surtout au début entre mes 2 médecins y avait des contacts, donc y a des choses qui ont pu être dites.

Là vous continuez encore avec cette généraliste?

Ah oui, j'ai pas changé de centre de santé, c'est pas à côté, j'y vais parfois pour d'autres questions mais c'est vrai que quand je vais pas bien et que je sais pas forcément à qui m'adresser je sais que je peux aller la voir.

Donc ces médecins ont répondu à vos attentes?

Oui, oui, de toute façon c'est un médecin y a des choses qu'elle peut pas faire, un médecin c'est pas fait pour trouver un logement ou un travail. A une époque quand j'allais voir la psychiatre, j'avais dit à ma psychiatre, je viens chez vous pour discuter, pour tout ce qui est médicament, c'est avec mon médecin généraliste que je vois ça. J'avais apprécié que mon médecin soit d'accord avec cette décision que j'avais prise, qu'elle la respecte. Je me suis jamais sentie forcée et ça c'est très appréciable, parce que j'ai pas envie de dépendre de cachets toute ma vie. Là ça fait un moment que

je l'ai mon traitement et je sais pas si je vais réussir à l'arrêter, j'en ai parlé au psychiatre, je lu ai dit que j'étais pas contente. Mais j'aimerais vraiment ne plus en dépendre. Donc ouais le côté question traitements c'est important aussi, parce que franchement quand on va à l'hôpital on a l'impression d'avaler des cachets...

Y a encore d'autres choses qui pourraient vous aider à avancer?

Plus ça va plus je me dis que je vais finir par déménager de Grenoble, maintenant c'est une petite métropole et quand je vais à la campagne ça me fait trop de bien donc si je peux m'éloigner un peu je le ferais, mais par contre je pense que je continuerai à aller voir mon médecin généraliste parce que ouais c'est vraiment un repère, c'est un lieu, c'est une personne, c'est important.

Qu'est-ce que vous pensez qu'on doit savoir, nous les généralistes quand on prend en charge une victime d'inceste?

Alors là...ça je sais pas du tout, je pense qu'il faut être très à l'écoute de la personne, et peut-être le plus possible veiller à ce que chaque personne dans son histoire soit bien à sa place, dans une histoire incestueuse c'est pas toujours facile, rappeler aux personnes que leur mère c'est leur mère, l'enfant y a des choses qu'il doit pas porter, faire très attention à la place de chacun autour de la personne et veiller à ce que au mieux possible, chacun reste à sa place, la mère à sa place de mère, le père à sa place de père. Si y a des enfants, qu'ils restent des enfants, pour que la confusion s'arrête le plus possible, parce que l'inceste c'est aussi de la confusion, donc tant qu'il reste de la confusion, quelque part on reste dans l'inceste, de façon sans doute moins forte mais on y reste quand même. Donc ça il faut être très vigilant, de ce qu'on dit, à qui on le dit, comment on le dit, c'est pour ça que le généraliste ça a un côté professionnel, c'est son travail, y a des choses il vaut mieux les dire à son médecin qu'à sa copine ou à sa sœur ou à sa mère.

La mère en tant que mère elle a sa responsabilité, le père aussi, l'agresseur c'est lui le coupable, la victime c'est la victime, ça excuse pas tout, ça permet pas tout mais on peut reconnaître la personne en tant que victime. C'est dur parfois.

Est-ce que vous avez des idées pour essayer d'améliorer le dépistage?

Wahou...[silence] alors là j'ai rien qui me vient...non moi je serais très mauvais conseillère, moi dès que je vois un homme avec une petite fille je le surveille ou presque...c'est plus fort que moi quelque part, mais euh...[silence] je pense que c'est vraiment quelque chose de très délicat, parce que ça peut tellement partir dans tous les sens. Le même geste dans 2 familles différentes peut avoir des consonances tellement différentes, c'est pas forcément mauvais de laisser son enfants dormir dans son lit, après c'est comment, quand, combien de fois...Tout est affaire de dosage, quand est-ce qu'on bascule j'en sais rien...

Le problème c'est...est-ce qu'on fait attention, ou bien est-ce qu'on s'inquiète pour rien, est-ce qu'on met des barrières là où il faudrait pas, ça je sais pas.

Comment on aborde la question sexuelle avec les enfants...j'en sais rien. Même moi avec mes enfants c'est une chose qui m'a toujours posé questions, c'est quelque chose ça fait plus peur qu'autre

chose...l'inceste c'est un tabou c'est très dur d'en parler parce que c'est un tabou. En général les gens ils vous croient pas parce que c'est tellement gros, la première choses qui vient à l'esprit c'est "c'est pas possible" parce que c'est tellement incongru, sauf que ça existe, ça arrive. Comment trouver le juste milieu entre dénoncer tout et n'importe quoi, mentir pour punir quelqu'un et puis après faire face à une vraie victime et comment l'aider ça..je sais pas je sais pas je sais pas.

C'est une question qui m'interpelle, j'essaie de réfléchir...c'est sûr que si on pouvait prévenir d'une manière ou d'une autre. Peut-être réfléchir à la façon d'aborder les question sexuelles auprès des enfants, que ça reste à leur niveau..y a un très beau conte de Jacques Salomé qui est sur l'inceste si j'ai bon souvenir qui dit de faire intervenir une poupée, de montrer à l'enfant qui y a des endroits sur la poupée, qui sont des endroits à soi, et qu'un adulte ne doit pas toucher, on doit lui dire non et qu'il doit respecter ce non. Ca peut être une façon qui me semble assez saine de parler d'une chose difficile en étant assez léger pour que l'enfant ne reparte pas en ayant absolument peur...qu'il sache faire la...qu'il se dise oui d'accord là j'ai le droit de dire non et surtout si je dis non et qu'on n'écoute pas mon non j'ai le droit de râler et d'en parler à quelqu'un d'autre. Ca c'est très important de dire aux enfants qu'ils ont le droit de dire non et que pour certaines choses ce non doit être écouté, respecté, absolument pas dépassé. Même obliger un enfant à faire la bise non, moi les gens que je connais pas je leur fais pas la bise je leur sers la main alors je vois pas pourquoi on obligerait un enfant.

Entretien Louise

47 ans

assistante de direction

milieu urbain

33 minutes

A son domicile

Recrutement : SOS IPR

Est-ce que vous aviez un médecin généraliste à l'époque où vous avez subi l'inceste?

Oui j'avais un médecin généraliste, tout à fait, donc un médecin de famille, vraiment très très proche de mes parents et donc oui voilà c'était un médecin comme j'en n'ai plus connu après.

Vous alliez le voir régulièrement?

Quand c'était nécessaire, pour les maladies infantiles...mais il venait quand même régulièrement à domicile parce que mon père était malade donc il venait faire des visites régulières à domicile.

Et ce médecin n'a jamais su pour l'inceste?

Non, il n'a jamais essayé d'aborder le sujet, j'ai pas du tout souvenir de...non pas du tout.

Vous n'avez jamais souhaité lui en parler?

Non à l'époque en plus j'étais toute jeune donc...le problème est là, on en parle très rarement, on n'ose pas donc voilà...et puis on connaissait mon père, et la peur de mon agresseur, quand on vous dit que vous pouvez pas en tant qu'enfant, on fait pas. C'est un sujet tellement tabou, caché, en plus on vous dit de surtout pas le dire donc à cet âge là on dit rien...même plus tard...j'ai jamais avant...je sais pas quel âge j'avais la première fois que j'en ai parlé mais bon je devais avoir 30-35 ans. Alors que ce dont je me souviens ça a dû commencer vers 6-7 ans.

Donc ce médecin vous n'avez jamais envisagé de lui en parler?

Jamais, ça m'a pas effleuré l'esprit du tout du tout.

Et y a quelque chose qui éventuellement aurait pu vous en faire parler?

C'est difficile à dire...déjà c'était y a 40 ans donc les choses étaient probablement différentes, je sais pas peut-être qu'il aurait dû me poser des questions ou s'intéresser différemment à la famille. Il était pas très psychologue on va dire, il était médecin généraliste il s'occupait des maladies, pas des problèmes familiaux.

Donc s'il avait posé des questions vous auriez peut-être répondu?

Bah je pense qu'au fil du temps, probablement pas la première fois mais je pense qu'après si y a une confiance qui s'installe entre un médecin et son patient, y a moyen d'aborder le sujet, sans pour ça trouver des solutions mais oui oui peut-être bien.

Vous aviez des attentes par rapport à votre médecin?

A l'époque non, ça ne me venait vraiment pas à l'esprit, d'abord parce que...je pense que du vivant de mon père jamais j'en aurais parlé à quelqu'un, en parler aux gens qui connaissaient mon père c'était inutile parce que je voulais pas qu'on le juge, donc voilà, rien que ça c'était pas possible d'en parler à mon médecin.

Et par la suite, la première personne à qui vous en avez parlé?

Je pense que ça doit être une amie. Dans le milieu médical je dois en avoir parlé très tard, au moment où j'ai dû faire enfin j'ai décidé de faire une thérapie, un moment dans ma vie où ça n'allait pas du tout et donc oui je pense que...mais bon là c'était pas un médecin généraliste c'était un thérapeute donc effectivement ils ont je pense la capacité et la formation de vous faire parler même si vous n'avez pas envie, un moment ça...on en parle.

Il s'est passé quelque chose pour que vous décidiez de faire cette thérapie?

Oui, c'est à un moment de ma vie où j'étais pas bien du tout et j'ai quand même eu pas mal d'échecs dans ma vie sentimentale et je me suis dit...voilà j'ai probablement un souci, et voilà j'ai décidé de...enfin plus rien n'allait, au travail ça n'allait pas, je me remettait en question pour tout, je me culpabilisais de tout enfin je suis encore comme ça. Et donc voilà je me suis dit faut essayer au moins quelque chose et j'ai fait une thérapie.

Et le thérapeute, vous avez pu en parler?

Oui très très vite finalement, très vite parce que moi-même je me disais que c'était probablement à cause de ça et donc si je n'en parlais pas j'allais pas pouvoir avancer et donc comprendre certaines choses, donc j'en ai parlé au bout de 2-3 séances je pense.

Et vous aviez un médecin généraliste à cette époque?

J'avais un médecin généraliste tout à fait, mais à qui j'en ai pas parlé du tout.

Pourquoi?

Je sais pas en fait. Probablement la honte ou...oui je l'ai dit au médecin que j'allais pas bien mais voilà il a pas creusé, voilà il m'a conseillée la thérapie, de me faire aider, mais sans essayer lui-même de comprendre ce qui allait pas.

Et par la suite vous n'en avez pas reparlé?

Non, non

Actuellement vous avez toujours ce médecin?

Non parce qu'en fait, moi je viens de Belgique, je me suis installée à Grenoble fin juin donc ici j'ai pas encore trouvé de généraliste et en Belgique le médecin que j'avais quand j'étais toute petite est décédé, puis j'en ai eu un autre et euh..je la voyais pas très souvent, j'allais chez le médecin que quand c'était vraiment nécessaire, et du coup ce médecin s'occupait...mon père était décédé à l'époque, elle l'a pas connu, elle s'occupait aussi de ma maman qui était malade. Peut-être aussi voilà...les médecins ne s'occupent pas spécialement du relationnel dans la famille, bon ici ce médecin s'occupait énormément de maman et sa préoccupation première c'était que je m'en occupe de ma maman et quelque part moi j'étais au deuxième plan. Peut-être aussi que c'est moi...je montre pas facilement si ça va pas, je m'en plains pas donc c'est pas facile non plus de poser des questions mais y a que ça qui peut aider...c'est poser des questions. Anodines parfois, peut-être simplement dire tiens voilà ton papa, ta maman...je sais pas.

Actuellement vous attendriez quelque chose d'un médecin généraliste sur le plan de l'inceste?

Sur ce plan là non, sincèrement non, plus maintenant. Maintenant j'ai trouvé, enfin j'ai trouvé, je fais parti du groupe de parole de victimes ici, de SOS inceste, donc oui peut-être que ça m'aiderait mais je ne m'imagine pas me dévoiler à un médecin comme ça que je connais pas, faudra du temps, et comme je le verrai probablement pas souvent enfin j'espère...voilà.

Et le groupe de parole comment vous avez connu?

Par hasard, dans un magazine, les nouvelles de Grenoble ou bien Isère magazine je sais plus trop dans lequel y avait un article sur l'association SOS inceste donc je me suis "tiens pourquoi pas". En Belgique j'avais aussi déjà cherché à faire partie comme ça d'un groupe, me renseigner, mais j'avais rien trouvé près de chez moi mais ici comme c'était vraiment tout proche j'ai fait la démarche d'y aller.

Et ça vous apporte quoi?

Déjà de pouvoir en parler et d'être dans un milieu où d'autres personnes ont vécu, pas la même chose mais dans le même domaine donc ce sont des victimes de l'inceste en général. On va dire que ça rassure, on n'est pas tout seul quoi, et puis on peut partager, je sais que j'ai des comportements probablement liés à ça et de pouvoir les exposer et mettre des mots sur des doutes, y a d'autres personnes qui ont les mêmes doutes donc on n'est pas anormal.

On n'est pas très nombreux mais c'est 2h de parole libre, ça secoue un peu quand même, ça secoue et ça fait quand même écho à plein de choses mais moi ça me fait du bien quand même.

Et le thérapeute à qui vous en avez parlé, vous avez continué un suivi?

Non j'ai arrêté après 15-20 séances et puis bon je me sentais...il m'avait donné quelques réponses donc ça me suffisait à l'époque...quelques réponses ce sont pas des réponses, plutôt des explications sur le pourquoi, le comment ce qu'il s'est passé, comment on le ressent comment on le vit, pourquoi on le vit comme ça, comment un enfant réagit, comment un adulte réagit, enfin voilà comprendre un peu le comportement humain, ça aide quand même.

Y a des phrases qu'il vous a dit qui vous ont marquée?

Déjà le..dire que je suis la victime, parler de la culpabilité, de....simplement dire c'est normal de sentir certaines choses, de dire que ce que j'ai vécu je le revis quelque part à chaque fois que j'ai une relation amoureuse. Par contre j'ai quand même retenu, il m'a dit "si vous souffrez, c'est parce que vous permettez aux autres de vous faire souffrir", pas pour dire c'est de ma faute mais il faut arrêter...c'est pas parce que j'ai permis toute petite qu'on me fasse du mal que je dois continuer là dedans, il faut que je trouve le moyen de dire cette personne là elle risque de me faire du mal donc je la retire de ma vie.

Et y a des phrases qui vous ont marquée négativement?

Non, sincèrement non.

Donc ce thérapeute c'est la seule personne du monde médical à qui vous en avez parlé?

Oui c'est la seule personne, en même temps j'ai pas rencontré plein de gens du monde médical, bah oui des spécialistes mais je pense pas que...

Ce qui vous a aidé le plus à avancer?

La thérapie, ça m'a vraiment aidé énormément.

Et actuellement y a d'autres choses qui pourraient encore vous aider?

Là tout de suite non je vois pas, y a que moi qui peux...déjà la démarche de pouvoir encore faire quelque chose, ça je suis déjà super contente. Par contre mon objectif à long terme, là tout de suite je suis pas prête, c'est de pouvoir aider, pouvoir utiliser mon expérience et écouter les autres, pouvoir apporter une écoute, c'est quelque chose qu'on peut pas effacer, faut vivre avec. Ou alors là je lis un bouquin sur la résilience, je vais voir ce qu'il raconte j'ai pas encore bien avancé mais je sais pas si j'y arriverai, mettre ça dans un coin de mon cerveau et le laisser là je sais pas.

Et le médecin qui vous a conseillé la thérapie vous auriez attendu qu'il creuse un peu plus?

Je pense que si elle avait creusé, oui je pense que j'aurais pu lui en parler mais c'était pas une attente du tout mais j'aurais pu lui en parler.

Qu'est-ce que vous pensez que doivent savoir les médecins généralistes en prenant en charge une victime d'inceste?

Franchement je sais pas trop, ce que vous devez savoir...je vois pas trop. En tout cas une chose est sûre, si le médecin généraliste découvre, déjà il faut pas aller trop vite, mais je dirais qu'il faut en tout cas que la victime sente que le médecin est là, mais est là tout le temps. Parce que bon un médecin généraliste on le voit parfois comme moi quoi, moi si je le vois 2 fois par an c'est voilà, j'ai pas l'habitude d'aller chez le médecin, à ce moment là c'est au médecin à faire la démarche d'aller vers le patient parce que le patient peut-être qu'il ira pas, il va avoir peur, ça fait peur parce qu'il va se dire, "qu'est-ce qu'il va faire, est-ce qu'il va en parler à mes parents, à mon entourage" donc être bien bien

clair avec la victime. A ce moment là il faut que le rôle soit presque inversé de la prise de rendez-vous quoi, la démarche...parce que sinon après ça va...la victime aura peut-être évoqué quelque chose et si elle voit plus le médecin pendant 6 mois je sais pas elle va se dire, elle va avoir des craintes, peut-être qu'elle est jugée, elle va se poser plein de questions, il faut pas un laps de temps trop long entre les consultations.

Et vous avez des idées pour améliorer le dépistage?

Ah...je sais pas moi je connais aucune victime autre que le groupe, j'en n'ai jamais connu avant, enfin peut-être mais je sais pas...franchement je sais pas. Je pense qu'il y a que poser des questions, mais à part ça, faire parler, parler de la famille, demander, "est-ce que tout se passe bien?"

Je pense qu'en posant des questions, j'ai l'impression quand même...mais l'enfant est quand même fragile mais s'il peut se sentir en confiance y a moyen.

Faut installer une relation qui dépasse, "la tension ça va, les battements du cœur ça va". Si le médecin arrive à installer une relation qui dépasse le diagnostic physique..mais pour ça faut se voir régulièrement.

Entretien Sophie

64 ans

Retraitée ostéopathe

Urbain

32 minutes

Dans les locaux de l'association

Recrutement : AIVI

Est-ce que vous aviez un médecin généraliste à l'époque de l'inceste?

Non bah non, parce que...j'étais toute petite, enfin j'avais sans doute un pédiatre je sais pas mais bon..j'étais dans le brouillard à l'époque.

Vous n'avez aucun souvenir?

Si j'ai eu des souvenirs, j'ai fait de la bioanalyse enfin j'ai fait beaucoup de thérapies dans toute ma vie et en 2007, l'année après la mort de mon père en bioanalyse j'ai des scènes que j'ai revécues et c'était donc quand ma mère a accouché à l'hôpital à Angers, je suis restée 8 jours avec mon père et...voilà tout est revenu, j'avais 2 ans et 8 mois. Et après y a eu énormément de violences physiques et de coups tout le temps et il avait pris l'habitude de...me toucher les seins, des caresses des choses comme ça mais bon y a plus eu vraiment d'inceste, les scènes qui se sont vraiment passées étaient en dehors de ma mère j'avais 2 ans et demi.

Mais bon y a tout un truc de perversité et de coups, de violences physiques.

Et à l'époque vous aviez pas de médecin?

Ah ben non, à l'époque pfff, y avait le médecin de campagne à côté. Et une fois à Paris, je suis arrivée à 8 ans, j'étais déjà dans un état glauque, complètement perdue dans ma scolarité, très myope, et euh...j'étais pas là, j'étais une enfant...je pouvais pas travailler à l'école, j'étais en dehors du monde on va dire ça comme ça. Et puis à force c'est revenu, ça a été très très long, ma vie a été très difficile parce que j'ai pas pu travailler pendant...jusqu'à 20 ans. Et puis après ça a été, bon j'ai pas eu mon bac évidemment parce que je travaillais pas du tout, j'étais complètement embuée, un peu comme une autiste, dans un état second.

Et à cette époque là vous aviez des souvenirs de l'inceste?

Je n'avais pas de souvenirs, je détestais mon père, j'ai toujours détesté mon père très très fort et je me demandais pourquoi et dans mon fort intérieur je savais qu'il s'était passé des choses mais je n'avais pas de souvenirs. J'avais pas mis de mots dessus mais j'étais dans une haine, j'avais...ouais je le détestais, je détestais mon père. Bon d'abord il était très violent avec moi et avec mon frère...je me souviens, on habitait la campagne, il tapait les chiens et je me souviens j'avais 3-4 ans, j'avais déjà la haine contre lui, jamais j'ai eu de câlins, jamais j'allais sur ses genoux, y avait une...voilà. Mais au fond de moi je savais qu'il s'était passé des choses mais je n'avais pas le souvenir.

Et par la suite vous avez vu des médecins?

Non parce qu'après ma mère était très contrôlante donc voilà.

Et devenue adulte, vous avez entamé des thérapies?

Oui toute ma vie j'ai eu des thérapeutes, j'ai commencé à 30 ans, quand j'ai eu mon enfant, je suis tombée en dépression vraiment grave, on m'a dit que c'était le post-partum, en fait j'ai eu une césarienne, j'ai très mal supporté la césarienne, d'avoir été ouverte comme ça...enfin bon...et puis j'ai fait 6 mois de vaginisme, et là une psy m'a dit que c'était vraiment très révélateur. En fait, pour mon premier rapport sexuel, j'étais en vaginisme aussi, c'était impossible de rentrer, et ça me l'a refait donc après la naissance, alors que mon enfant n'est pas passé par le bas, et j'ai eu 6 mois d'impossibilité. Et ensuite je suis tombée en dépression, je pouvais juste m'occuper de mon enfant, j'adorais mon fils et donc là j'ai commencé...je pouvais plus sortir dans la rue parce qu'à chaque fois que je croisais un homme j'avais l'impression qu'il allait m'enfoncer un couteau dans le ventre donc il a fallu que je fasse quelque chose. Donc j'ai commencé une analyse, j'ai commencé la psychanalyse pendant 5 ans au départ et puis après tout le temps de ma vie j'ai eu des thérapeutes, diverses formes de thérapies, de la thérapie classique, de la psychothérapie classique, de la bioanalyse, j'ai fait pffff je me souviens même plus tout ce que j'ai fait.

Et donc le souvenir de l'inceste vous est revenu?

C'était en bioanalyse, j'étais en formation psy parce qu'en fait pour ma retraite je voulais être psychothérapeute donc j'ai fait d'abord une formation de...intégrations posturales de 3 ans et puis après j'ai fait une autre formation de bioanalyse pendant 3 ans. Et c'est là qu'en fait, on se met..on laisse le corps lui-même vivre ce qu'il a à vivre, on respire, bon le thérapeute est là mais ne dit rien, et on laisse remonter ce qui doit remonter, revivre, c'est des moments...on revit des scènes où le corps est très douloureux.

Donc j'ai découvert ça, ça m'a pas étonnée du tout.

Vous en avez parlé à votre thérapeute?

Oui on en a parlé mais elle le savait déjà puisque par rapport à mes symptômes justement de vaginisme tout ça...après elle m'a dit qu'elle le savait mais elle m'en avait jamais parlé avant.

C'est pas comme les gens qui ont été violés sur toute leur enfance, pendant plusieurs années, moi c'est pas ça que j'ai vécu. Ma mère aurait pas laissé son mari partir la nuit, c'est pas le même inceste que d'autres, c'est différent.

Vous avez un suivi par un généraliste?

Non non j'avais pas de généraliste enfin un généraliste classique très rapide, 10 minutes, on n'a pas le temps de parler. C'aurait été bien avant d'avoir quelqu'un qui aurait pu avoir l'écoute de ça c'est clair mais bon...déjà j'ai pas tellement été malade, j'étais malade étant petite tout le temps mais adulte non, mais je pense que ça aurait été vraiment bien d'exprimer ça, c'est sûr, mais y a pas beaucoup de généralistes qui écoutent, qui prennent le temps d'écouter.

Et ce qui vous bloquait...?

Ben c'est quelque chose dont on parle pas, par exemple y a pas très longtemps je suis allée voir un homéopathe, un type très connu à Bordeaux, qui s'occupent surtout des cancers, c'est un type assez remarquable mais quand je lui ai parlé de ça tout de suite il a nié, il a fait comme si ça ne pouvait pas exister, c'était des fantasmes ou des histoires, bon ben j'ai arrêté j'ai pas continué. Et pourtant c'était un très bon médecin, qui soignait différemment mais bon j'ai tout de suite vu que ça on ne pouvait pas parler de ça. C'est comme si les hommes se protégeaient beaucoup entre eux, c'est comme si tout d'un coup non ça peut pas exister, c'est pas vrai c'est dans le fantasme des femmes...ou des enfants.

Et votre généraliste actuel c'est un homme?

C'est un homme il est sympa, mais bon c'est rapide, je vais pas commencer, ya 10 personnes dans la salle d'attente...faudrait que je prenne quelqu'un mais bon j'ai pas plus envie que ça de moi m'exprimer à un médecin généraliste.

Vous n'avez pas spécialement d'attentes dans ce domaine-là?

Je pense que ce serait bien mais c'est un peu tard, ça aurait été bien quand j'étais jeune mais ma mère était toujours là, de toute façon ma mère m'aurait jamais laissée seule avec le médecin. Même à 18 ans, ma mère voulait savoir si j'étais vierge donc elle se posait quand même des questions donc on allait voir un grand gynéco qui était un de ses amis donc elle est restée, elle voulait voir, le type il était complètement paniqué, elle est restée à côté de moi. Elle a pas pu me laisser seule...bon alors il a rien dit c'était très vague. Ma mère ne m'a jamais...enfin y avait quelque chose de tellement possessif.

Qu'est-ce qui aurait pu vous faire parler de ça au médecin?

Qu'il me dise par exemple...j'avais des problèmes d'estomac, je souffrais à chaque repas, je gonfle énormément, il aurait pu me dire "tiens tu as mal au ventre, pourquoi as-tu mal au ventre, qu'est-ce qu'il se passe?" je sais pas essayer de creuser quel était ce malaise, pourquoi j'étais très en retard à l'école, j'avais 2 ans de retard, pourquoi...je sais pas, une écoute d'un enfant. Mais le problème c'est que quand la mère est là bah on peut pas parler. Comme devant un juge, les enfants de mon mari, on les a écoutés chez les flics y a 2 ans, bah ils ont pas parlés parce que la mère avaient emmenés une de ses amis qui notaient tout ce qu'ils disaient. Je veux dire l'enfant a besoin d'être écouté seul, c'est très dur de parler devant...j'ai toujours protégé ma mère et j'ai jamais rien dit.

Et comme adulte, qu'est-ce qui aurait pu vous faire parler?

C'est très très difficile, parce que quand j'ai commencé la psychanalyse, pendant 2 ans, je me souviens j'étais incapable de parler, je ne faisais que pleurer sur le divan et à chaque fois que je sortais je claquais ma porte avec toute ma colère, je signifiais que j'étais très mal mais je ne pouvais même pas raconter quoi que ce soit, c'est pas facile de parler, c'est très très difficile.

Le groupe de parole, comment vous l'avez connu?

Comment j'ai connu...alors là [silence], c'est parce que je voulais faire la formation, mais comment je l'ai connu, j'ai un trou de mémoire je m'en souviens plus. Enfin je voulais faire la formation pour ouvrir un groupe à Bordeaux et donc j'ai eu un contact avec Isabelle Aubry, elle m'a dit qu'il fallait d'abord que je fasse des stages donc j'en ai fait 3 mais je suis pas sûre de le faire parce que je suis tellement mal après ça me secoue beaucoup.

Ca vous apporte quoi le groupe?

Ca me démolit plutôt que ça m'apporte j'ai l'impression, entendre toutes ces femmes...alors ça me fait du bien quelque part d'être reconnue en tant que victime d'inceste mais je suis un peu trop dans l'empathie donc après je suis mal pendant 1 semaine ou 2, je suis un peu...je me sens pas très très bien. Mais bon j'ai l'impression qu'il faut quand même que je recommence...je vais peut-être essayer l'EMDR parce que tout le monde en parle comme quelque chose de....mais bon faut trouver un bon thérapeute. J'ai l'impression que je serais jamais guérie, je serai toujours....bon je vais beaucoup mieux qu'avant mais j'ai encore des moments de mal-être ou de dépression, ça dure une journée ou deux et puis je rebondis, je rebondis vite mais c'est vrai que d'aider l'autre, soigner l'autre, on s'oublie hein. Donc c'est difficile la retraite. Et je ne me vois pas recevant maintenant des gens chez moi donc je peux plus m'occuper vraiment des gens donc pour moi c'est difficile de plus être...il faut que je me gère moi et quand je travaillais sur les gens, toute la journée du matin au soir, je m'oubliais quelque part donc j'arrivais à gérer quelque part donc la retraite c'est très difficile.

Mais le groupe, je sais pas si ça m'aide, je pense qu'un thérapeute pour moi ce serait quand même...enfin je dis pas que c'est pas aidant j'ai pas dit ça...oui ça m'aide quelque part mais je me dis il faudrait que je continue à faire une thérapie, ça fait 5 ans que j'en n'ai pas fait et je sens que..

Difficile de dire si ça me fait du bien ou pas le groupe, disons que j'ai un rebond, je fais des cauchemars avant, oui sans doute que ça me fait du bien mais c'est difficile de l'apprécier.

Et qu'est-ce qui vous a aidé le plus à avancer jusqu'à présent?

Mon travail ça c'est clair...euh...quand j'allais faire des stages de méditation, ça c'est vraiment ce qui m'aide le plus la méditation, après...le chant, la chorale ça c'est important. Avoir des relations avec des hommes c'est pas toujours évident, là mon mari il en prend plein la figure quand je rentre du stage je suis pas toujours bien, voilà quoi. Mon mari a beaucoup regardé sur internet, il m'a dit que d'après mes réactions il mettait pas du tout en doute ma parole, je sais pas où il a regardé mais d'après des sites canadiens je sais pas quoi, j'ai exactement tous les symptômes donc pour lui ça ne pose aucun doute parce que c'est vrai quand on dit ça les gens doutent en général. Même une amie qui a pourtant subi des choses par sa mère m'a dit "oh tu sais c'est des fantasmes". C'est très difficile d'être crue.

Y a des choses qu'on vous a dit qui vous ont marqué?

C'est-à-dire avant je ne parlais pas de ça je ne parlais que de la violence physique, y a qu'avec ma dernière psy...c'est là que je me rends compte que j'ai pas beaucoup parlé de la sexualité, j'ai pas beaucoup exprimé mes...en fait ça j'en n'ai pas énormément parlé et c'est vrai que c'est pas évident

pour moi de parler de ça, même ici j'ai un peu de mal...enfin je m'exprime mais c'est pas si facile que ça.

Même avec votre psy vous êtes bloquée?

La dernière j'ai pu en parler mais avant j'ai pas beaucoup parlé de sexualité. J'étais très bloquée. Mon premier mari, jusqu'à mes 33 ans j'ai pas eu d'orgasme je savais pas ce que c'était de prendre du plaisir. Et après effectivement le deuxième homme de ma vie j'ai connu enfin des grands plaisirs mais c'est vrai que les 10 premières années de ma vie c'était pas génial.

Et maintenant y a d'autres choses qui pourraient vous aider à avancer?

A l'heure de maintenant? C'est vrai que si la reconnaissance de mes souffrances, vous voyez d'avoir exprimé ça en famille, je pense que la reconnaissance par ma mère, par mon père, par...je pense que ça aurait pu vraiment m'aider mais à l'époque on n'en parlait pas du tout. Je pense que ça aurait peut-être été bien, ce que font les jeunes maintenant, elles vont au procès, elles font des choses, que le médecin soit au courant, à l'écoute de ça je pense que c'est très important pour aider mais aussi pour aller en justice...ça n'empêche que la psychothérapie est très importante mais ça la reconnaissance par rapport à la famille ça doit être très important, enfin je l'imagine puisque moi je ne l'ai pas vécu. Et...je pense que ça doit être quand même...

Et que pensez-vous que les médecins généralistes doivent savoir en prenant en charge des victimes d'inceste?

Déjà de...d'essayer d'entendre la personne vraiment et que ça existe c'est horrible mais ça existe et oui y a des hommes qui sont pervers qui peuvent faire certaines choses, enfin pas que les hommes, certaines femmes aussi et de pas nier en disant "oooh ce sont des fantasmes", je pense qu'on a fait beaucoup de mal à ce niveau là euh...ouais que ça existe. Nous en tant que femme c'est inimaginable et souvent comme on pense que c'est inimaginable on ne croit pas l'enfant. C'est arrivé y a pas très longtemps justement parce que quand j'ai accueilli les 3 petits-enfants mon frère était très malade et pourtant dieu sait s'il était au fait de ça mais dans sa dernière année les enfants tout de suite quand on les a recueilli, le petit tout de suite a dit "tu sais mon papa me frottait nu sur le lit, sur son sexe" donc on en a parlé, et puis la petite fille était toujours en train de se frotter, de mettre ses fesses à l'air, à 4 pattes etc, évidemment nous on a exprimé ça et mon neveu, donc le fils aîné de mon frère a tout de suite dit "ce n'est pas vrai, mon père n'a pas pu faire ça ce n'est pas vrai ce sont des mensonges". Et il a été dire à son petit qui avait donc 5-6 ans quand il l'adit, "tu es un menteur" et ça s'est clos. Mais nous on lui a dit on te croit et puis après on l'a dit psy de l'école. Mais vous voyez tout de suite la parole ça a été "non c'est pas vrai". On doit toujours croire un enfant quand il s'exprime, et c'est pas à moi qu'il l'a dit c'est à mon mari, tout de suite il l'a dit "tu sais mon papa...". Alors mon frère il avait été à 12 ans...son père enfin mon père s'est mis contre ses fesses, il était en train de se brosser les dents, bon il l'a pas pénétré mais lui psychologiquement il s'est senti pénétré et il lui a dit des saloperies dans l'oreilles et il s'en est jamais remis, et pourtant y a pas eu l'acte de pénétration mais pour lui c'est comme si son père l'avait violé et il est devenu un peu dingue, parano, sa vie a basculé

aussi. Mon père était pervers et il profitait de tout pour sa sexualité, tout était bon. Donc je crois que les généralistes il faut qu'ils croient les enfants même si c'est horrible, même si...bon évidemment on dit maintenant qu'il y a des enfants qui mentent, que les enfants de divorcés ma mère dit "oui tu vas faire ça comme ça je vais avoir la garde", bien sûr y a certainement des fois des manipulations de la mère mais je pense que globalement il faut croire les enfants.

D'autres idées pour améliorer le dépistage?

Je sais pas trop, les enfants qui dorment pas, qui ont très très mal au ventre, qui travaillent pas, qui n'arrivent pas du tout à se concentrer c'est vraiment...je pense que ce sont desqui sont très timides, qui n'osent pas parler, qui sont complètement terrorisés, moi j'ai vécu dans la peur, toute ma vie j'ai eu peur et toute ma vie après j'ai eu des successions de...j'ai failli être enlevée à 16 ans, j'ai failli être violée au moins 2-3 fois, bon j'étais très en alerte quelque part mais si y a un homme malade c'est sûr qu'il va tomber sur moi, il va pas tomber sur la copine à côté, non le pervers il va sentir l'enfant qui est fragile ou qui a déjà eu quelque chose ou qui va être en fragilité et il va toujours tomber sur cette personne. Il va sentir la faille. Et même encore y a pas très longtemps je me suis faite agressée sur l'autoroute, la faille les hommes la sentent cette faille, je sais pas pour les autres je leur ai pas demandé. C'est assez hallucinant, même à mon âge et je fais très attention quand je prends les transports en commun de pas regarder mes hommes dans les yeux, ça me marque toute ma vie. C'est arrivé un nombre incalculable de fois, mais j'étais très forte physiquement et je suis passée toujours ricrac.

Des choses à ajouter?

Etre à l'écoute des enfants et faire attention aux mères qui sont très...elles empêchent l'enfant quelque part par leur attitude, je pense maintenant ma mère dans son inconscient devait le savoir mais elle faisait tout pour que...y a de l'empêchement pour que l'enfant ne parle pas, quand à 17-18 ans je lui ai demandé d'aller voir un psy elle m'a dit "non tu n'en n'as pas besoin". Voilà, j'ai rien d'autre à ajouter.

Entretien Manu

35 ans

ATSEM

Milieu urbain

30 minutes

A mon domicile

Recrutement : AIVI

Est-ce que vous aviez un médecin généraliste à l'époque de l'inceste?

Je m'en souviens pas, j'avais 6 ans, la moyenne nationale c'est 6-9 ans.

Vous n'avez aucun souvenir de cette époque-là?

De mon médecin généraliste non, je devais aller le voir mais en fait une des conséquences de l'inceste c'est qu'on a des périodes de trou et ça c'est...je sais pas du tout, un trou noir quoi. Je me souviens d'avant, j'ai eu des consultations avant que ça se passe, après aussi mais pendant, j'ai dû en avoir forcément mais...trou noir.

Et donc après l'inceste vous vous souvenez l'avoir revu?

Alors après on est partis en fait donc non...

Et vous avez changé de médecin?

Oui, quand je suis partie j'avais 9 ans.

Et donc le médecin que vous avez eu, vous lui en avez pas parlé?

Non j'en ai parlé à celui d'après, enfin ça me dérange pas de le dire, je le dis voilà, comme ça il le sait parce que pour moi c'est une info importante qu'il faut qu'il sache.

Et donc le médecin que vous avez eu en déménageant, vous avez pas envisagé de lui en parler?

Non, parce qu'en fait ça a changé dans les années 2000, ça a commencé à changer avec les marches blanches dans les années 1990 mais avant c'était un sujet que peu de gens savaient...peu de gens savaient aborder armés en fait, soit ça déstabilise parce que c'est gore soit ils peuvent pas nous aider parce qu'ils sont pas informés sur la réalité.

Donc vous aviez même pas envisagé de lui en parler?

Absolument pas non.

Quelque chose aurait pu vous en faire parler?

Le climat, le climat a beaucoup changé depuis, y a eu beaucoup de procès, maintenant ya vraiment un climat de dénonciation de la pédophilie qui n'existait pas dans les années 1980-1990.

Et y a pas quelque chose que ce médecin aurait pu dire ou faire?

Non, ça dépend pas de lui, franchement il était super bienveillant et tout mais pour moi les gens ils sont pas armés en fait, y a un climat vraiment de l'époque, c'est un climat très particulier, c'est possible d'entendre "c'est pas grave" donc après quand on a passé le cap de parler c'est vraiment très difficile quand on a un retour comme ça. Je voulais pas avoir la double peine entre guillemets, je voulais pas rajouter ça, prendre le risque en fait.

Maintenant y a vraiment un changement radical.

Et à quel moment vous avez décidé d'en parler?

J'ai toujours dit à mon médecin ce que j'avais vécu, je l'ai toujours dit à ma gynéco, je pense que c'est important mais j'en n'ai jamais vraiment parlé, c'est plus sur les associations à l'heure actuelle que sur mon médecin, même s'il est là, il m'a toujours dit qu'il était là.

Votre médecin c'est le médecin que vous avez eu en tant qu'adulte?

C'est mon médecin de famille, il me connaît depuis que je suis toute petite, depuis que je suis au collège. Je lui ai dit très tôt en fait mais comme ça banalement "voilà j'ai vécu ça", il le sait quoi.

Et vous lui avez dit à lui parce que...vous l'auriez dit à n'importe quel autre médecin?

Ah non non non il faut une personne en qui on a toute confiance. Je pense qu'il est bienveillant, je sens cette bienveillance, y a des médecins...de toute façon j'aurais pas été chez lui si j'avais pas senti ça, je l'aurais pas gardé en tant que médecin.

Vous avez parfois besoin d'en reparler avec lui?

Non, on en parle mais comme ça, c'est pas un sujet médical, on en parle parce que voilà il sait que j'ai ça et puis lui il a besoin de parler aussi parce qu'il a des expériences et des fois il m'en parle, ça le soulage, parfois il a besoin d'en parler parce qu'il a vécu des trucs durs, enfin il a fait un signalement et pour lui c'était dur et il m'a parlé de ça, ça l'aide ça le soulage.

Et il a jamais proposé de vous orienter vers quelqu'un?

Non parce que j'allais plus ou moins bien, j'étais pas en détresse.

Donc sur ce plan là vous attendez rien spécialement de lui?

J'attends ce qu'il est, c'est-à-dire qu'il est super humain donc pour moi c'est un bon médecin j'attends ça, humain, professionnel. Après spécialement j'attendais pas parce que je vous dis le climat il a changé et après on grandit et y a d'autres choses. Moi je pense que les médecins ils ont un rôle surtout quand y a un signalement. J'aurais aimé moi, après c'est foutu.

Et votre gynécologue vous lui en avez parlé facilement?

Bah je lui ai dit comme ça. Elle l'a toujours gardé en tête on n'en a jamais reparlé et un jour elle m'a dit, "je sais que c'est difficile là" parce que c'était dur. Mais elle est géniale.

Ca vous est arrivé de tomber sur des professionnels non satisfaisants?

Ca m'est pas arrivé après il doit y avoir des histoires, après je suis tombée sur une femme...les gens ils sont à côté en fait, c'est un sujet qui est gore, ils vont pas forcément se renseigner. Ma gynéco actuelle par exemple, j'y vais pas j'ai du mal parce que l'autre était...je sais pas formidable, pas forcément parce qu'elle en parlait, je sais pas c'est un tact, et puis après c'est de l'humanité aussi. Mais...elle ne sait pas ce que c'est et ça on le sent en fait, je pense qu'elle est dans un autre monde, le monde de l'inceste c'est beaucoup de personnes mais y a beaucoup de gens qui savent que c'est beaucoup de personnes, y a très peu de gens qui savent que notre famille, souvent on est obligé de couper les ponts. Et du coup on va pas...la gynécologie c'est quand même un truc où y a des rappels, on a des flashs et tout donc c'est sûr que oui si je sens un gramme de quelque chose déjà de pédophilie je n'irais pas, si je sens quelqu'un de pervers je n'irais pas, si je sens quelqu'un à côté de la plaque je lui dirai pas, parce que c'est pas la peine, c'est comme m'affliger à moi-même des trucs que j'ai déjà vécu. C'est tellement dur à vivre que c'est pas la peine de le faire.

Comment vous avez connu l'association?

Parce qu'en fait j'ai trouvé le bouquin d'Isabelle Aubry à la bibliothèque et après je me suis rendue aux groupes de parole.

Et qu'est-ce que ça vous apporte les groupes?

Ca apporte qu'on se sent pas fou parce que une des défense des pédocriminels c'est de dire "t'es folle, t'es pas normal, t'es trop sensible" donc non parce qu'on est plusieurs à penser ça. après c'est des résistants qui sont là c'est des gens qui sont quand même assez costauds assez solides, et qui ont la force de penser comme nous donc on se retrouve dans leurs propos. Et puis c'est une thérapie hein, par la parole.

Ca fait longtemps que vous y allez?

Non depuis le mois de janvier.

Et avant vous faisiez d'autres choses pour vous?

J'ai fait une psychothérapie pendant 3 ans avec une psychologue. A elle j'ai tout lâché, de toute façon quand on peut parler, quand on sent qu'on peut parler je pense qu'on lâche tout.

Elle est super.

C'est une amie qui l'a consultée et qui m'a dit faut que t'aïilles la voir elle est super.

Et vous avez arrêté?

Oui j'ai arrêté parce que c'est payant en fait, c'est pas remboursé les psychologues. Je voulais pas un psychiatre. Je comprends pas pourquoi les psychologues sont pas remboursés.

Et entre la thérapie et le groupe de parole vous avez fait d'autres choses?

Non, et pas de traitement surtout pas, parce que pour moi c'est comme s'ils gagnaient, parce qu'avec l'inceste, y a souvent la drogue et l'alcool et du coup moi c'est n'importe quoi, tout de dont je peux me libérer je m'en libère.

Et vous avez l'air de beaucoup vous documenter sur l'inceste?

Alors je lis pas les témoignages parce que c'est trop hard j'ai pas envie mais des médecins ouais, y a des médecins sur internet qui sont vachement bien, Isabelle Aubry je trouve que ça tient la route ce qu'elle dit.

Et ça vous aide à avancer?

Ah oui oui oui, en fait on vit des choses et les gens en face n'ont pas forcément des réactions appropriés, dans notre famille notamment parce qu'ils ont tout intérêt à ce que ça n'éclate pas en scandale et enfin on comprend que non on n'était pas fous, on n'était pas sensibles on n'était pas en colère que c'est normal, on a une réaction normale et enfin tous les processus, par exemple les pertes de mémoire, qui est un truc assez bizarre à vivre, une dissociation de personnalité, on a plusieurs personnalités éclatées, on est capable d'aller à l'école alors qu'on est mal et porter le masque, on a quelqu'un d'extérieur qui est propre, et se dire que c'est un regard externe qui a rien à voir avec notre famille, qui est très carré, professionnel, moi j'ai besoin de ça. Voilà "t'as vécu ça comme ça parce que", enfin c'est de la science quoi, c'est des mathématiques, c'est propre, ça permet de sortir psychologiquement de ça, je sais pas comment ça se fait.

Vous auriez attendu de votre médecin qu'il vous dise ce genre de choses?

Ouais j'aurais bien aimé mais après mon médecin je lui en veux absolument pas mais après je mets tout ça sur le dos du contexte et pour moi mon médecin, j'attends surtout de mon médecin qu'il soit humain parce que l'humanité ça suffit pas mais c'est vraiment...ça peut presque suffire en fait.

En terme de dépistage, vous auriez des idées?

Je pense que le monde médical devrait travailler en lien avec les écoles parce que les enfants qui ont vécu ça sont souvent en difficultés, ils sont souvent en échec scolaire, ils ont un comportement particulier, pas forcément pour dire qu'ils ont une sexualité précoce mais ils sont souvent en colère pour rien enfin ils ont souvent des caractéristiques et il faudrait qu'elles aient les moyens surtout, financiers et en terme d'emploi du temps, et qu'on dise pas à ceux qui tirent le signal d'alarme, y a trop de signalements, c'est vous qui exagérez.

Mais nous, on a des angoisses aussi, souvent on fait des projections alors que l'enfant il a rien.

Et vous vous souvenez de vos symptômes à l'époque de l'inceste?

Moi j'avais des tremblements parfois mais je les contrôlais, et puis ouais on est ailleurs quoi, on est comme drogués.

Donc mise à part, plus de relations entre les médecins et l'école, d'autres suggestions?

Des campagnes de prévention, surtout pas l'état qui s'en mêle parce qu'une campagne de prévention de l'état c'est la catastrophe, des vraies campagnes avec des vrais slogans. En 1989, ils ont fait "Mon corps c'est mon corps", moi c'est une campagne qui m'a choquée. Ça m'avait choquée en tant que victime, je m'étais dit "mais attends tu crois que ça on le sait pas, qu'on n'a pas dit non". Parce que ça c'est un truc de pédophile aussi, de dire "mais si t'aimes ça". Ça se voit que c'est des gens qui connaissent pas, moi j'aurais jamais été voir les assistantes sociales, le slogan en lui-même m'a choquée.

Et surtout si un enfant est signalé, qu'on l'arrache tout de suite, sinon il est foutu.

Le jour même du signalement il faut prendre le gamin faut pas le remettre.

Vous saviez que c'était pas normal?

Oui j'ai toujours su, on m'aurait donné un flingue je les aurais flingués, je sais que c'est pas bien, enfin de toute façon moi c'est bien ou c'est pas bien je sais pas mais je les aurais flingués. C'est sale pour moi c'était sale.

Et en tant qu'adulte, pour améliorer la prise en charge?

Alors là en tant qu'adulte j'aurais bien aimé qu'on soit dans des maisons de repos quand on a besoin, c'est pas mon cas mais je parle aussi pour les autres victimes mais c'est vrai que j'aurais bien aimé avoir ça dans mon parcours, une maison de repos où on est dans la nature, on prend soin de nous, on a une psychothérapie. Alors je sais que ça coûte cher mais le problème c'est que 90% des pédophiles c'est d'anciennes victimes et un moment si on veut arrêter faut vraiment prendre en charge les victimes pour que ça se reproduise pas et j'aimerais vraiment dans la prise en charge des victimes...y a un médecin qui propose et qui a fait une étude à Paris, il a pris en charge les pédophiles, il a mis les médicaments, il a réussi à les soigner et le gouvernement ne l'a pas soutenu dans son projet et pour moi c'est important ça aussi, pour que ça s'arrête, parce que ce qui est insupportable pour moi c'est de me dire qu'il y en a encore, à l'heure où on parle y en a plein, c'est un truc de fou, pour moi je n'arrive même pas à penser à ça, ça me rend folle. Je pense qu'il faut militer, pour moi le but c'est de militer.

Et faudrait donner les moyens à la police aussi.

Et donc ces centres de repos seraient uniquement destinés aux victimes d'inceste?

Moi je préfère être mélangé, après je pense qu'il y a des victimes qui préfèrent rester entre elles.

D'autres choses que vous attendriez des médecins?

Qu'il y ait vraiment une connaissance de la réalité et tous les mythes par rapport aux femmes, et surtout pour pas qu'ils défaillent parce qu'il y a des choses très gores, moi mon médecin par exemple, il m'a dit "j'en ai fait un de signalement, c'est bon je l'ai fait". Ça veut dire qu'il en peut plus et moi je suis très contente de pas avoir à faire son métier et faut vraiment que les médecins soient soutenus et c'est pas normal qu'on en arrive à ça alors qu'on pourrait prévenir en amont. On devrait mettre nos

nez dans les familles, que le gamin quand il parle il soit vite pris en charge, qu'il y ait un nettoyage, qu'il y ait vraiment une prévention qui soit faite.

Y a des choses qu'on vous a dites qui vous ont marquée?

La chose qui m'a marquée, c'est "c'est vrai vous l'avez vécu", ça m'a sauvée en fait parce qu'en fait on doute tout le temps parce que c'est trop dur pour nous, on serait bien contents que ça se soit pas passé parce qu'on serait tranquille, et en plus on nous met des bâtons dans les roues, c'est-à-dire que quand vous parlez on vous dit non puis après si mais c'est pas grave , tu t'en remettras. Dans les familles incestueuses c'est comme ça que ça fonctionne et le psy va être là et dire "c'est grave et c'est vrai"

Et donc vous aviez oublié?

J'ai toujours su, j'ai toujours de souvenirs mais pas tout, le pire pour moi à l'époque il a été enfoui et je pense que tout n'est pas revenu encore.

J'ai eu des flash quand j'ai commencé ma vie professionnelle, à l'époque je faisais des remplacements dans les lycées, ma vie s'ouvrait, j'étais bien et quand on est bien, tout revient. Et là j'ai commencé à faire la thérapie et les couches remontent et remontent mais je pense qu'il en reste toute notre vie en fait.

Et qu'est-ce que vous pensez que les médecins doivent savoir en prenant en charge les victimes d'inceste?

Je pense qu'ils doivent savoir tous les fonctionnements d'une famille incestueuse, tous les fonctionnements d'un réseau pédophile et tous les fonctionnements psychiques qui vont se passer dans la tête de l'enfant et des choses qui peuvent surprendre mais en fait sont normales. Et qu'ils connaissent vraiment bien leur sujet et qu'ils se protègent aussi eux parce que je pense qu'un médecin qui fait ça il est courageux parce qu'il va y avoir des pressions sur lui parce qu'il va toucher à la famille et la famille c'est précieux en France, qu'il sache bien à quoi il s'attaque.

Vous auriez attendu du médecin qu'il vous explique la loi?

La loi morale oui, la loi pénale non parce que je crois pas en la justice de notre pays mais la loi morale oui.

Qu'est-ce qui vous a plus aidé dans votre prise en charge?

Je dirais les anciennes victimes, toutes les anciennes victimes qui se battent et qui sont soutenues. Et puis le temps, y a rien d'autre à faire c'est le temps, et la psychothérapie évidemment ça c'est sûr et certain ça sauve la vie mais surtout c'est le temps.

Y a d'autres choses qui pourraient encore vous aider à avancer?

Non pas spécialement, de mon médecin j'attends rien de plus il est formidable, super humain, nickel.

Entretien Livia

42 ans

Professeur des écoles

Milieu urbain

43 minutes

A son domicile

Recrutement : AIVI

Est-ce que vous aviez un médecin généraliste à l'époque de l'inceste?

Oui, oui j'avais un médecin généraliste mais à aucun moment y a eu d'opportunité de parler de ça puisque moi j'étais dans un contexte assez particulier je vivais qu'avec mon père et c'est lui qui était incestueux avec moi donc...voilà.

Ce médecin vous n'alliez pas le voir plus régulièrement à cette époque là?

Non, pas du tout, pas du tout.

Vous n'avez jamais envisagé de lui en parler?

Non, parler de l'inceste je crois que...enfin moi quand j'en ai parlé la première fois c'était à une amie, enfin non à une copine plutôt, que je connaissais depuis 3 mois, j'avais 19 ans à l'époque, ça faisait depuis l'âge de 8 ans que ça durait et...voilà cette copine je lui ai dit et après c'est allé dans ma famille puisqu'elle connaissait mon oncle qui était sur Lyon et elle est allée voir mon oncle pour dire ce que je lui avais raconté.

Donc euh...milieu médical pendant toute ma période où j'ai vécu avec l'inceste ne m'a pas été une porte de secours puisque pour tout vous dire même, je prenais la pilule et pour prendre la pilule, bah j'allais voir un gynécologue et c'est mon père qui m'emmenait voir un gynécologue donc euh voilà ça a été voilà c'était verrouillé jusqu'à l'âge de 19 ans, dans tous les domaines.

Et vous arrivez à définir ce qui vous bloquait?

Bah oui c'est la culpabilité, c'est la honte c'est la menace, la peur, c'est tout ça. Moi j'étais vraiment isolée avec mon père, avec la famille de mon père, ma famille du côté de ma mère, ma mère et mon frère vivaient en Corse, enfin vivent en Corse et le seul ancrage maternel que j'ai c'est ici à Lyon donc un frère à ma mère, mon oncle, la personne qui a été alertée en premier. Parce qu'en fait je vivais à la campagne et je suis arrivée à l'âge de 19 ans à Lyon pour faire ma fac et je me suis confiée à une copine de fac mais auparavant quand j'étais dans le milieu là bas voilà c'était pas possible.

Et y a quelque chose qui aurait pu vous en faire parler?

Je ne sais pas si y a quelque chose qui aurait pu m'en faire parler, je crois que c'est plutôt le fait d'avoir quitté cette prison, d'avoir vu que je pouvais quitter cette prison en venant qui a fait que ma parole s'est libérée en même temps.

Et si on vous avait posé des questions dans ce sens là, vous auriez répondu?

Euh...j'aurais répondu certainement pas en disant la vérité puisque je ne disais pas la vérité à la gynécologue que je voyais puisque j'allais la voir toutes les années pour la pilule et que...voilà ça aurait pu être une personne à qui j'aurais pu le dire, j'ai pris la pilule assez jeune dès l'âge de 13-14 ans. D'ailleurs elle avait été elle-même étonnée que ce soit un papa qui emmène une fille voir un gynécologue et à aucun moment je n'ai saisi ce genre de perche parce que voilà..on est sous l'emprise du bourreau, on est sous la menace on a honte, on pense que c'est de notre faute, voilà et euh...on n'en parle pas.

A l'époque vous attendiez quelque chose de cette gynécologue ou de votre médecin?

Non parce que je crois que je pensais que c'était impossible qu'on me vienne en aide, je crois que j'étais enfermée là dedans et que..c'était...je voyais pas comment on pouvait m'aider et euh...

Et donc par la suite vous avez eu d'autres médecins?

Donc après bien sûr j'ai eu d'autres médecins, quand ça a été révélé déjà j'ai été voir un médecin généraliste sur Lyon, une gynécologue et puis bien sûr une psychologue, des psychiatres. J'ai eu donc un médecin généraliste, pendant mes études mais que...je voyais pas beaucoup en fait et euh le premier médecin généraliste qui a vraiment compté pour moi a été un médecin qui m'a suivie après ma première dépression, parce que j'en suis, actuellement je suis en dépression et j'en suis à ma troisième grosse dépression. Et euh ce médecin je l'ai vu après ma dépression du procès, je faisais mes études, j'avais 24-25 ans, mon procès a eu lieu quand j'avais 20 ans ou 21 ans, et donc ce médecin je l'ai rencontré après quand même, et c'est un médecin généraliste qui m'a beaucoup aidée, en fait ça a été mon premier psychologue. J'avais un psychiatre en parallèle donc avec qui je travaillais sur le traumatisme etc mais ce médecin généraliste c'était un médecin qui m'a suivie et que je voyais régulièrement, qui m'a prescrit un traitement antidépresseur, enfin le 2ème parce que j'en avais eu un premier avec le psychiatre et puis j'avais arrêté, et quand j'ai rechuté, ce médecin m'a beaucoup aidée, et voilà. Et depuis, donc j'ai changé plusieurs fois de médecins généralistes parce qu'il a quitté son cabinet et après j'en ai eu deux, j'en ai eu une très peu de temps mais qui a été important parce qu'elle était là au moment où j'ai fait ma dépression post-partum après la naissance de ma fille, et euh...donc elle a essayé de me soutenir, me soigner et n'y arrivant pas, m'a faite hospitalisée. Et actuellement j'en ai un aussi qui est au courant de mon histoire, avec qui j'en parle avec qui j'essaie d'échanger sur mes difficultés. Actuellement quand je le vois, on parle de ma dépression de voilà, tout comme je suis suivie par un psychiatre depuis plus de 7 ans. Et point de vu médical, j'ai aussi eu un psychiatre spécialisé en EMDR, voilà. J'ai été beaucoup en contact avec le milieu médical, mais l'inceste a laissé beaucoup de séquelles sur moi et elles sont là encore et les médecins je les vois et on échange, on essaie de trouver des solutions et c'est pas toujours évident.

Donc tous les médecins que vous avez eu étaient au courant pour l'inceste?

Oui, j'ai toujours eu affaire à des personnes très professionnelles qui...en qui je sentais que je pouvais faire confiance. C'est pas facile d'avoir eu un médecin généraliste pendant 10 ans, avec qui on a beaucoup travaillé sur le psychologique et quand il est parti, il savait que ça allait être dur pour moi,

parce qu'il tenait lieu de psychologue pour moi. Les personnes qui l'ont remplacé à son cabinet, je leur ai fait confiance, je cache pas mon état, je cache pas quand je suis pas bien et l'inceste fait partie maintenant, enfin a une importance dans ma vie, je me suis rendue compte depuis peu des conséquences de l'inceste, que ça avait vraiment été ravageur dans ma vie et maintenant je ne le cache plus et la plupart des personnes de mon entourage sont au courant. J'en parle plus facilement, je suis allée à l'association AIVI depuis peu, ça fait seulement 3 mois que je les connais mais c'est vrai que d'entendre et d'échanger ça permet de bien...de voir ce que peuvent vivre d'autres personnes à côté euh...voilà quoi, les médecins font partie de cet entourage.

Qu'est-ce que vous attendez des médecins?

Actuellement je suis en dépression, je vais pas très bien, même pas bien du tout parce qu'on n'arrive pas à trouver un traitement adéquat qui soulage mes angoisses. Le traumatisme de l'inceste a provoqué chez moi des angoisses différentes, des difficultés, je suis sous antidépresseur et anxiolytique. J'ai eu des problèmes de santé, de grosse fatigue, je suis en instance de divorce parce que mon mari a pas supporté toutes les conséquences de l'inceste sur ma personnalité, surtout l'après dépression post-partum donc il est tombé dans l'alcoolisme, je l'ai soutenu, j'ai été forte à ce moment-là j'ai été très forte, je l'ai aidé à s'en sortir, et il s'en est sorti et euh toute cette énergie que j'ai passé à ce moment là je l'ai perdu pour moi, un mari à soutenir, des enfants, un travail pas reposant, quand on rentre le soir on est fatigué physiquement et j'ai craqué physiquement au mois de Décembre puis moralement, avec des maux de dos, des migraines, des douleurs secondaires et puis là on tâtonne sur les traitements antidépresseurs. J'ai vu un neurologue aussi pour mes problèmes de migraine et ce neurologue et mon psychiatre sont en lien pour essayer de trouver un traitement qui puisse me faire aller bien mais c'est assez difficile parce qu'on a du mal à le trouver, je suis pas forcément bien et le traitement que j'ai actuellement est un traitement qui me convient pas bien parce qu'il m'endort. Donc les médecins en ce moment c'est, aussi bien avec mon neurologue, psychiatre et médecin généraliste, on cherche la solution pour que je sorte de cette dépression. J'ai fait une demande de congé longue maladie, j'ai vu une assistante sociale, je vais voir des experts donc le milieu médical je suis dedans en ce moment.

Et vous pensez que le psychiatre est indispensable en complément du généraliste?

Le psychiatre est indispensable parce que je le vois une à deux fois par semaine et je fais vraiment un travail sur l'inceste, sur moi, sur ce que je ressens, mes difficultés. Quand j'allais mieux je le voyais moins, je le voyais une fois par mois mais depuis le procès j'ai toujours été suivie par un psychiatre et le médecin généraliste je le vois pour les petits bobos bien sûr mais à chaque fois que je le vois on parle de mon état de santé mentale, parfois c'est lui qui me fait mes arrêts maladie. C'est pas avec mon médecin généraliste que je fais le travail en psychologie mais j'ai une entière confiance en lui et quand je le vois je lui en parle et ça me fait même du bien de lui en parler parce que c'est une deuxième version, une deuxième opinion, voilà il est souvent pertinent dans ce qu'il dit et du même avis que mon psychiatre et voilà quoi.

Et donc vous disiez que vous avez essayé l'EMDR aussi?

J'ai fait pendant un an des séances d'EMDR et ça l'a beaucoup aidée, c'est quelque chose qui a fait ressortir vraiment le...certains dénis, certaines choses que j'avais refoulées en moi notamment la culpabilité de ma mère là-dedans où elle savait très bien elle était consciente de ce que je vivais mais elle le taisait et quand j'ai fait ma dépression post-partum, à la naissance de ma fille, c'est ce qui est ressorti, je l'ai dit à ma famille maternelle et autant ma famille maternelle a fait bloc avec moi quand on a fait un procès à mon père, quand il a été question de ma mère, là la famille a par contre éclaté avec ceux qui ne pouvaient pas y croire, ceux qui n'avaient pas envie d'y croire, et ceux qui y croyaient donc...c'est à ce moment-là que j'ai fait des séances d'EMDR pour faire ressortir toutes ces choses que j'avais refoulées, de son comportement vis-à-vis de moi, des réactions, parce que...je savais qu'elle savait et on en parlait pas, même quand j'allais la voir, je me confiais pas à ma mère parce que...voilà quoi. Je savais qu'elle savait et pour elle c'est comme si c'était pas important et elle s'en foutait.

Comment vous avez connu l'EMDR?

L'EMDR je l'ai connu grâce à un psychiatre, et sa belle-sœur me l'a fait. Quand j'ai fait ma deuxième dépression je suis retournée le voir et à ce moment-là il m'a envoyé en séance d'EMDR et en parallèle m'a envoyé vers un autre psychiatre que je suis depuis 7 ans.

Et l'AIVI comment vous avez connu?

Par hasard, parce que dans toutes mes souffrances, j'allais voir un ostéopathe qui est au courant de mon histoire aussi et il m'a dit un jour qu'il était bien dommage que l'inceste je n'en parle qu'en milieu médical, que j'ai pas d'échanges avec d'autres personnes qui auraient vécu la même chose que moi et que c'était difficile pour moi d'être comprise par les autres et que si j'avais la chance de rencontrer des personnes qui avaient vécu la même chose que moi et bien peut-être que ça pourrait m'aider. Donc il m'avait dit d'essayer de me renseigner, de voir si ça existait pas des associations, ce que j'ai fait et en effet je suis tombée sur l'AIVI par hasard et je me suis inscrite en Janvier et j'ai fait ma première réunion en Février alors même qu'à ce moment là j'étais hospitalisée en clinique mais j'y suis pas restée parce que ça me convenait pas et voilà j'en suis ressortie.

Et donc vous avez porté plainte?

Oui, j'ai porté plainte oui ça par contre ça m'a complètement libérée de l'inceste ça m'a déculpabilisée en tant que responsable, que coupable, je ne me sens plus du tout coupable, je ne me sens plus du tout honteuse, je sais que c'est pas de ma faute, je sais que j'avais face à moi une personne maléfique, pervers sexuel, qui a été puni par la justice, mon histoire a été reconnue. Ça a été facilité parce qu'il est passé aux aveux et il a tout avoué, il même fait des tentatives de suicides, cependant mon procès n'a eu lieu qu'en correctionnel, n'est pas passé aux assises et ça je le regrette actuellement parce que mon père n'a pris que 6 ans de prison et est sorti au bout de 4 ans et demi et je pense que si c'est passé qu'en correctionnel, on a un peu voulu, me....protéger oui et non mais protéger ma mère qui aurait dû être plus, qui aurait dû témoigner et répondre un peu plus à des

questions. Et comme c'était un avocat de la famille, il m'a incitée à choisir la correctionnalisation plutôt que la pénalisation.

Qui est-ce qui vous a conseillé de porter plainte?

La famille, en fait dès que la famille a été au courant ils sont venus me chercher, ils m'ont ramenée en Corse et j'ai déposé plainte à la gendarmerie de mon village en Corse.

Qu'est-ce qui vous a aidé le plus à avancer?

Dans toute la prise en charge, c'est les différentes thérapies que j'ai suivies, aussi bien avec les psychiatres qu'avec le médecin généraliste, ce sont les médicaments. J'ai des personnes qui me connaissent, qui pensent que je suis assez forte, avec une certaine résilience, moi actuellement j'en doute, parce que je suis pas bien donc euh...[pleurs] je vis une période très difficile, ce qui m'a beaucoup aidée aussi c'est le sport. J'ai trois enfants, c'est ce qui m'aide à tenir actuellement et puis j'ai un métier que j'aime, je me suis battue pour y arriver, ça a pas été facile pour moi parce que je me suis faite toute seule. J'ai craqué 3 fois dans ma vie, une fois à cause du procès, une fois après la naissance de ma fille et une fois pendant mon divorce, mon mari est tombé dans l'alcoolisme parce que ma personnalité avait changé, y a certaines choses, certaines conséquences de l'inceste qui m'ont influencées, qui ont fait que ma personnalité a changé et après ma dépression post-partum mon couple ne s'est pas retrouvé et mon mari n'a pas osé me le dire, n'a pas osé rompre, a cherché des solutions dans l'alcool. L'année dernière a été une année très difficile. Moi j'ai tenu le coup et puis j'ai pris la décision de demander le divorce et en demandant le divorce je me suis rendue compte que c'était pas facile de reconstruire à nouveau et là j'ai des démons qui sont remontés et toute la fragilité que j'ai développée à cause de ce traumatisme a surgi et donc là je suis en train de vivre ma troisième grosse dépression où j'ai du mal à refaire surface, à m'en sortir.

Est-ce que vous avez des idées qui permettraient d'améliorer le dépistage?

Déjà ce serait bien sûr dans le monde de la petite enfance, les crèches, les nounous, l'école, c'est en parler, que ce ne soit plus tabou, peut-être aussi que ce crime soit jugé plus sévèrement. C'est difficile je pense de dépister parce que quand on est victime d'inceste on a tellement honte, moi j'ai souvent employé l'image de l'huître mais c'est vraiment ça, on est fermé comme une huître et faut vraiment forcer pour ouvrir et pouvoir comprendre donc on peut en parler, faut en parler je pense, la meilleure des solutions c'est en parler, en parler dans le monde de la petite enfance, avec les PMI tout ça, en parler avec les enfants ce serait difficile mais quand y a des situations moi je vois à l'école, des enfants un peu turbulents, qui veulent baisser le pantalon des copains ou toucher les fesses du copain, nous en tant qu'enseignants, on revient là-dessus et disant que le corps nous appartient et qu'on n'a pas le droit...enfin moi je sais qu'en tant qu'enseignant, quand ça arrive dans ma classe, je pose les mots avec les enfants et je leur dis voilà, ton corps il est à toi et personne d'autre doit le toucher, au niveau de ta culotte, ton slip, ton caleçon, c'est à toi et si ça arrive un jour, il faut que tu en parles à un adulte. Voilà c'est...je vois pas comment on peut faire beaucoup plus, c'est tellement quelque chose de sournois que de toute façon ça enferme les enfants donc...parce que moi quand ça

m'est arrivée, je pensais que c'était normal que mon père fasse ça, fasse ton éducation sexuelle, en tant qu'enfant...j'ai été violée la première fois à 8 ans, auparavant y avait eu des attouchements, on pense que c'est normal, on peut pas croire que son père...donc filiation directe et c'était impossible d'en parler. Peut-être que si c'est une filiation moins directe on peut en parler à ses parents mais bon j'imagine la menace, les conséquences.

Et quand est-ce que vous avez découvert que c'était pas normal?

Je l'ai découvert, compris adolescente, à l'âge de 12-13 ans même avant 11, à l'adolescence je l'ai compris mais j'étais enfermée là-dedans et j'étais sous la menace, sous la contrainte et ça faisait déjà un certain temps, je me sentais coupable donc euh...j'en n'ai jamais parlé.

Entretien Joseph

54 ans

Reprographie industrielle

Milieu urbain

28 minutes

Sur son lieu de travail

Recrutement : bouche à oreille

Est-ce que vous aviez un médecin généraliste à l'époque de l'inceste?

Non j'étais petit, j'étais vraiment petit. Bon y avait du social parce qu'on était une famille nombreuse mais...enfin je crois que les gens pouvaient pas s'en douter en fait, parce que comme on est une famille nombreuse on est plusieurs à avoir subi ça, bon je l'ai appris après mais enfin y a pas eu que les attouchements et un truc un peu hard qu'on m'a dit que je pouvais pas inventer parce que c'est un souvenir un peu vague, le souvenir que mon père m'ait forcé à lui faire une fellation et après il m'a jeté...c'est horrible quoi, il m'a jeté par terre, le truc...voilà.

Et par la suite vous avez vu des médecins?

Non en fait c'est un truc qui est remonté en 1985, on était en vacances en Crète et j'ai commencé à avoir des bouffées d'angoisse, une oppression, plus pouvoir respirer et puis les médecins grecs ils m'ont dit c'est psychologique alors moi j'y croyais pas, je me suis dit vivement que je rentre en France pour être soigné et malheureusement en France ils m'ont dit oui c'est psychologique. Donc il fallait trouver ce que c'était et c'est ça qui est sorti.

Entre la période de l'inceste et 1985 vous aviez complètement oublié?

J'y pensais pas en fait, j'y pensais pas.

Y a eu un événement particulier qui a déclenché ça?

Non la personne avec qui j'étais à l'époque s'est blessée donc c'était un peu galère, donc il a fallu qu'on la porte et je sais pas ça a fait remonté ça, bon pourquoi je sais pas mais...

C'était que de l'angoisse au départ, ça revenait pas à ce moment-là, y avait uniquement ce phénomène qui m'a rendu la vie impossible et quand je suis rentré, j'ai fait quelques séjours aux urgences parce que dès que ça me prenait j'arrivais plus à respirer. J'ai eu une période pendant 10 ans où j'ai pris des antidépresseurs, y avait une dépendance, c'était horrible, je pouvais aller nulle part sans ma boîte de cachets, y a un moment je voyais un psychiatre je lui ai dit il "il faut arrêter ça c'est invivable, y a une dépendance trop importante je veux pas être un légume", j'ai réussi à arrêter, y a eu une période d'angoisses et de choses violentes et puis j'ai plus rien pris.

A cette époque là vous aviez un généraliste?

Oui on a essayé l'homéopathie pas mal de choses, enfin rien n'y fait. Ce qu'il y a c'est que après chacun est différent, moi je sais que je fais une thérapie depuis pas mal d'années. En fait si j'en fais

pas, y a une accumulation de haine qui s'installe ce qui fait qu'au bout d'un certain temps j'explose sans arrêt, c'est vital quoi, si j'ai pas ça je suis une boule de nerfs permanente. Donc cet énervement, du fait que je peux rien faire de mon bourreau vu que c'est mon père...j'ai porté plainte mais comme y avait prescription...déjà quand j'ai porté plainte auprès du procureur de la République, y a des flics qui m'ont appelé, qui s'occupent justement des gens qui ont vécu ça. Quand ils m'ont appelé j'ai même pas pu parlé, j'ai fondu en larmes, c'était une reconnaissance pour moi, et puis après ils m'ont dit "vous voulez une confrontation avec votre père?" j'ai dit non mais j'aurais dû en fait j'aurais dû y aller quoi, parce que mon père il reconnaissait pas l'acte le plus dégueulasse, ils m'ont dit de toute façon on peut rien faire quoi et mon médecin me dit que...c'est dur mais il me dit que c'est une victime, que mon père a été une victime, il a subi aussi des attouchements un peu après la guerre, chez les curés et apparemment il aurait eu des choses pas mal.

Et porter plainte c'est venu de votre initiative?

Non, je voyais un...CMP, j'ai vu un toubib qui m'a fait prendre conscience déjà que j'étais une victime, parce que bien souvent on pense que c'est de notre faute, et c'est elle qui m'a incité à me faire reconnaître comme victime et ça m'a fait un bien fou, mais c'est temporaire, parce que le problème c'est que on vous fait ça et vous l'avez à vie et après on te dit "bah démerde toi va vivre", c'est ça le plus compliqué en fait.

Et donc après vos bouffées d'angoisse et les passages aux urgences qu'est-ce que vous avez fait?

Ouais bah c'est le généraliste que j'avais à l'époque qui m'a dit que ce serait bien que j'aille voir quelqu'un d'un peu spécialisé quoi.

Et vous saviez déjà que c'était en rapport avec l'inceste?

Bah c'est grâce au premier psychiatre que j'ai vu en fait, qui m'a fait toucher du doigt, ça quoi, et puis un jour c'est sorti.

Et votre médecin généraliste, vous travaillez à dessus aussi?

Bah disons que c'est quelqu'un avec qui on est...enfin c'est une personne moi ça me gêne pas de pleurer devant lui c'est rare quoi, je sais pas y a un truc, c'est facile.

En fait avec lui je suis libre de pleurer, d'insulter, d'avoir la haine, c'est un endroit, c'est un moment à moi, je peux être comme j'ai envie. C'est rare donc c'est voilà. Y a un climat de confiance.

Vous avez eu d'autres médecins à qui vous n'en avez pas parlé?

Bah c'est mon seul médecin généraliste, avant j'ai vu des psy au CMP, dans un circuit normal sans passer par un CMP, j'ai vu une psychologue clinicienne, enfin j'ai essayé plusieurs choses pour essayer d'évacuer.

Y a des choses qu'on vous a dites qui vous ont marquées?

On m'a dit qu'il fallait lui pardonner, alors ça...pfiou ça c'est...j'envisage pas, d'ailleurs ça fait des années que je le vois plus. Enfin j'ai bien compris que le fait de pardonner c'est surtout pour moi j'aïlle mieux, que j'ai plus cette haine. Mon toubib a même été jusqu'à essayer de me demander "Est-ce que ça vous a rendu plus fort le fait d'avoir subi ça?". C'est sûr que ça m'a donné la haine, je vais au delà de mes limites des fois mais...voilà.

Et cette phrase elle vous a choqué?

Je l'ai comprise mais dire que la saloperie qu'on vous a faite a fait que vous vous êtes mieux démerdés que si vous aviez rien vécu, même si c'est pas faux mais ça fait rien quoi...moi j'ai pas fait ça à mes gosses. Bon ça s'est dit ça s'est dit, c'est sûr que ça m'a donné une certaine rage pour réussir des choses, ça m'a surtout rendu exigeant, et pas confiance aux autres ça c'est sûr et...exigeant ouais. Et bien souvent dans ma relation avec les autres, je m'énerve assez vite, parce que y a cette relation, je l'associe presque à de l'inceste des fois, je me défends pour éviter d'être touché. Quand on vous fait ça quand vous êtes mômes, mon père il faisait ça c'était doux, je savais que c'était pas bien, que c'était pas normal et je me rappelle moi quand je l'entendais siffler, c'était viens je te touche, donc c'était pas possible, je me planquais, y a des moments c'était pas possible, quand j'étais couché, il venait me toucher alors qu'y avait mon frère à côté donc ça amenait plein de choses derrière, super malsaines.

Et maintenant vous vous souvenez de tout?

Ah oui, même ce que m'ont dit après mes frères et sœurs de ce que eux avez vécu...mais ça a complètement, enfin moi j'ai dans ma famille des cas sociaux quoi, des gens qui s'en sortent pas.

Et tout petit vous saviez que c'était pas normal?

Tout petit je savais que c'était pas normal, ça allait pas, mais j'en n'ai jamais parlé à personne.

Et pourquoi?

Parce que c'est super dur d'y faire sortir, on a honte je crois, on pense que...on se dit mais qu'est-ce qu'on a fait pour avoir ça quoi.

Et y a quelque chose qui aurait pu vous faire parler?

Oh je crois pas non ou alors il aurait fallu tomber sur quelqu'un de confiance qui voit que vous avez un problème et qui essaie de trouver pourquoi. Mais il aurait fallu qui soit fort le mec...ou la nana, plus la nana même, parce que...ma mère aussi m'a touché mais vachement moins souvent quoi.

Et donc votre médecin, quand vous lui avez dit, sa réaction était adaptée?

Oh je pense oui, je suis encore avec et puis il me suit donc...

Et il vous a orienté vers des spécialistes, des structures?

Non parce que je crois qu'il est euh...il est thérapeute je crois, enfin il a passé des trucs. Ce qu'il y a c'est que même si c'est un généraliste il a fait des trucs pour travailler avec le mental, psychologue ou psychiatre je sais pas ce qu'il est exactement, psychothérapeute je crois. Ce qu'il y a c'est quand ça se passe bien, ça peut être aussi un copain, quand ça se passe bien et qu'on se sent libre...

Pour vous c'est indispensable d'avoir un psychiatre qui vous suit à côté?

Oh non pour moi mon généraliste a les compétences, puis il me fait du bien c'est l'essentiel je crois.

Et vous avez vu d'autres professionnels?

Avant oui, même des comportementalistes, enfin en fait je vais voir quelqu'un pour vider un peu tout, parce que si j'y vais pas de toute façon y aurait cette accumulation et je serai invivable donc autant que je vide le sac. En fait faut que je vide la sac constamment, là je vais le voir une fois par mois, ça dure 40 minutes, ça me suffit mais si y avait pas ça...déjà au bout d'un mois, y a une accumulation qui s'est faite et à chaque fois que j'arrive je suis un peu...faut que je vide quoi, si je vide pas...

Votre médecin vous en attendez quoi à l'heure actuelle?

De toute façon on peut pas en guérir donc faut apprendre à vivre avec, j'attends rien, je veux juste que quand j'y aille il m'écoute et que, tant que ça me fait du bien et ben j'y vais. Je sais qu'il y en a d'autres qui m'ont dit...qui m'ont fait arrêté en fait au bout d'un certain temps pour éviter de s'habituer mais le problème c'est que moi je le sais, dès que je m'arrête y a cette accumulation de nervosité qui se met là et si je la vide pas ça va pas quoi. Y a d'autres médecins qui voulaient pas de dépendances en fait.

Qu'est-ce qui vous a aidé le plus à avancer?

La haine que j'avais de mon bourreau je pense, ça a été un moteur pour plein de choses, comme en plus de toute façon y a prescription et je pourrais jamais rien contre lui.

Ou alors faudrait que je fasse comme il me dit, essayer de lui pardonner mais bon, après est-ce que quand il va partir je serai complètement libéré et je me dirai "ça y est c'est fini il est mort c'est bon", je sais pas.

Qu'est-ce qui pourrait encore vous aider?

Ce qui pourrait faire que je m'en sorte complètement? Je sais pas, je crois rien en fait ou alors faudrait que moi faudrait que je fasse un chemin mental dans ma tête pour arriver à mais je pense pas que...j'imagine pas que ce soit possible en fait, comme c'est là tout ce temps et que de toute façon je peux pas l'effacer donc la seule solution c'est d'apprendre à vivre avec et depuis le temps avec les thérapies que je fais depuis pas mal d'années, ça m'aide à continuer.

Et vous n'avez jamais été mis en relation avec une association de victimes?

J'y avais pensé un moment, dénoncer ça et puis faire partager enfin partager c'est un bien grand mot...essayer de faire en sorte que le victimes se débloquent et en parlent avant qu'il soit trop tard,

avant qu'il y ait prescription et qu'ils puissent plus rien faire. Ca ce serait top, que toutes les victimes puissent se déclarer avant, pour que les gens qui ont fait ça aillent en tôle, qu'ils payent.

Et le moyen pour y arriver?

Quelqu'un qui a vécu ça et qui en parle et qui disent aux gens, il faut en parler avant que ce soit trop tard si vous voulez que votre bourreau il paye, faut que ça sorte. Ce serait l'idéal.

Et puis ceux qui ont mis une prescription ils ont pas vécu ça c'est pas possible, c'est...

Et les groupes de parole vous n'avez jamais essayé?

Non, je trouve que c'est plus dur en fait. Seul avec le thérapeute ça va on peut parler de tout. En groupe comme ça c'est...moi il faut qu'il y ait la confiance.

Et vous avez des idées pour améliorer le dépistage?

Pour savoir si les enfants il subissent ça? [sifflement] Sauf si l'enfant il en parle mais sinon c'est impossible, y a pas de marque physique y a pas...Et encore moi j'ai pas subi de pénétration anale tout ça, y en a c'est pire, enfin c'est pire...y a eu la violence, y a eu l'alcool, des images pornographiques...Malgré qu'il y ait pas eu le pire, c'est déjà...enfin je sais pas y a un thérapeute qui m'a dit "mais vous avez tout eu et vous êtes encore vivant" mais c'est ma rage qui a fait que je suis encore vivant.

Et donc si l'enfant en parle pas?

Bah on peut pas y voir et en général on n'en parle pas, parce qu'il y a la honte quand même et puis...pfff on sait que ça existe que quand on nous le fait en fait, et dès qu'on nous le fait plus et bah on vit même si on nous l'a fait mais dans l'instant où on nous le fait pas ça va. En fait on appréhende les moments propices, moi je sais que c'était le soir quand j'étais couché c'est...vous pouvez pas vous sauver quoi. Tant qu'on est dehors, il a beau siffler, on peut se cacher mais de toute façon après le soir il faut rentrer.

Et pour améliorer la prise en charge chez les adultes?

Un thérapeute, enfin quelqu'un à qui parler. Mais c'est beaucoup de non dits ça, personne en parle, et puis bien souvent les gens en parlent et on les croit pas donc euh...c'est je sais pas y a ce truc là dans la société où on a l'impression que c'est pas...Moi une fois j'avais vu un reportage sur TF1 où le juge il disait à un mec qui avait fait subir un inceste à une gamine "attention monsieur c'est pas bien faut pas recommencer", putain [sifflement] c'est du délire là. J'étais révolté devant ma télé, c'était...un con.

Vous on vous a toujours cru?

Oui, j'étais avec des thérapeutes mais je l'ai pas dit ailleurs que là quoi, vous vous en vantez pas donc euh...disons qu'on peut pas inventer ça on peut pas dire pour le plaisir "ouais j'ai subi ça quand j'étais même" et puis on n'en parle pas, moi à part en thérapie sinon...

Et que doivent savoir les médecins généralistes en prenant en charge une victime d'inceste?

Je crois qu'il faut être un minimum formé je pense pour pouvoir accueillir ça et essayer de l'aider au mieux...enfin l'aider au mieux c'est...ouais je crois que...on s'en rend compte en fait, le médecin qui est généraliste et qui reçoit ça à mon avis il va en parler à quelqu'un de mieux formé que lui pour essayer d'avoir des pistes pour aider la personne qui est venu lui en parler, parce que c'est délicat quoi, c'est pas qu'il faut faire attention à ce qu'on dit mais...[silence] bah c'est pas évident de recevoir ça aussi je pense.

Et on vous avait expliqué la loi?

Non le médecin qui m'a fait porté plainte il m'a juste dit que j'étais une victime et que c'est un crime, faire ça à quelqu'un c'est un crime. Surtout un adulte vis-à-vis d'un enfant, surtout un parent, qui est sensé être là pour vous protéger bah il vous fait pas ça quoi, on m'a fait prendre conscience que c'était un crime et que j'étais victime. Et être reconnu comme ça, ça m'a aidé aussi.

Annexe 7 : Cadre législatif

Viol: acte de pénétration sexuelle commis sur la personne d'autrui par violence, contrainte, menace ou surprise.

Agressions sexuelles: actes commis sans pénétration mais avec contrainte, menace, violence ou surprise. La contrainte morale peut résulter de la différence d'âge existant entre une victime mineure et l'auteur des faits et de l'autorité de droit ou de fait que celui-ci exerce sur cette victime.

Atteintes sexuelles: relation sexuelle entre un majeur et un mineur en l'absence de contrainte, menace, violence ou surprise

	Commis par un ascendant légitime, naturel ou adoptif ou par une personne ayant autorité sur la victime	Commis par un majeur autre
Viol sur 15 ans et plus	20 ans d'emprisonnement (article 222-24 4°) Prescription 20 ans après la majorité	15 ans d'emprisonnement (article 222-23) Prescription 20 ans après la majorité
Viol sur mineur de moins de 15 ans	20 ans d'emprisonnement (article 222-24 2°) Prescription 20 ans après la majorité	20 ans d'emprisonnement (article 222-24 2°) Prescription 20 ans après la majorité
Agression sexuelle ou tentative sur 15 ans et plus	7 ans d'emprisonnement 10000 euros d'amende (article 222-28) Prescription 10 ans après la majorité	5 ans d'emprisonnement 75000 euros d'amende (article 222-27) Prescription 10 ans après la majorité
Agression sexuelle ou tentative sur mineur de moins de 15 ans	10 ans d'emprisonnement 150000 euros d'amende (article 222-30) Prescription 20 ans après la majorité	7 ans d'emprisonnement 100000 euros d'amende (article 222-29) Prescription 20 ans après la majorité
Atteinte sexuelle sur mineur de plus de 15 ans	2 ans d'emprisonnement 30000 euros d'amende (article 227-27) Prescription 10 ans après la majorité	
Atteinte sexuelle sur mineur de moins de 15 ans	10 ans d'emprisonnement 150000 euros d'amende (article 227-26) Prescription 20 ans après la majorité	5 ans d'emprisonnement 75000 euros d'amende (article 227-25) Prescription 20 ans après la majorité

Mai 2014 : le sénat adopte une proposition de loi portant le délai de prescription à 30 ans après la majorité (48 ans) pour les viols et les agressions sexuelles avec circonstances aggravantes et à 20 ans après la majorité (38 ans) pour les autres agressions sexuelles.

Cette loi doit être adoptée par l'Assemblée Nationale avant d'entrer en vigueur.

Annexe 8 : Modèle de signalement (d'après les recommandations HAS 2011)

Cachet du médecin

SIGNALEMENT

(Veuillez écrire en lettres d'imprimerie)

Je certifie avoir examiné ce jour (en toutes lettres) :

date (jour de la semaine et chiffre du mois) :

année :

heure :

L'enfant :

nom :

prénom :

date de naissance (en toutes lettres) :

sexe :

nationalité :

adresse :

Accompagné de (noter s'il s'agit d'une personne majeure ou mineure, indiquer si possible les coordonnées de la personne et les liens de parenté éventuels avec l'enfant) :

La personne accompagnatrice nous a dit que :

L'enfant nous a dit que :

Cachet du médecin

Examen clinique fait en présence de la personne accompagnatrice :

Oui

Non

(rayer la mention inutile)

Description du comportement de l'enfant pendant la consultation :

Description des lésions s'il y a lieu (noter le siège et les caractéristiques sans en préjuger l'origine) :

Compte tenu de ce qui précède et conformément à la loi, je vous adresse ce signalement.
Signalement adressé au procureur de la République

Fait à _____, le _____

Signature du médecin ayant examiné l'enfant :

Annexe 9 : Article soumis à la revue Exercer

● RE: soumission d'un article



exercer

Aujourd'hui à 11h24 AM

À moi

Bonjour,

*Je me permets de prendre contact avec vous concernant votre soumission à la revue exercer.
Votre manuscrit est adressé ce jour à 3 membres de notre comité de lecture*

Nous devrions pouvoir vous formuler un retour sous six à huit semaines.

Vous en souhaitant bonne réception

Bien cordialement,

Marilyn PERONNET

Secrétariat de rédaction

exercer, la revue française de médecine générale

3 rue Parmentier

93100 MONTREUIL

De : celine charbit [mailto:celine_charbit@yahoo.fr]

Envoyé : jeudi 16 octobre 2014 10:03

À : exercer@cngc.fr

Objet : soumission d'un article

Résumé

Contexte En France, les études de victimisation sont rares. Le nombre de victimes d'inceste est estimé à 3% de la population. Le médecin de premier recours a un rôle primordial pour dépister, favoriser la parole des victimes et les accompagner. Seulement 9% des victimes en parlent pour la première fois à leur médecin.

Objectifs Quels sont les symptômes d'alerte? Quelles sont les attentes des victimes d'inceste envers leur médecin généraliste?

Méthode Etude qualitative par entretiens semi-dirigés auprès de 15 adultes victimes d'inceste dans leur enfance.

Résultats L'enfance était marquée par de nombreux symptômes répétés, qui persistaient et se diversifiaient à l'âge adulte, points d'alerte pour les médecins. La normalité du vécu, la peur de trahir la famille, puis la honte, la culpabilité, les jugements étaient les principaux freins à la parole pour l'enfant puis l'adulte. C'était au médecin d'interroger systématiquement sur d'éventuelles violences subies. Les victimes souhaitaient être écoutées, recevoir des explications sur leurs symptômes en lien avec les traumatismes et être accompagnées.

Conclusion Prendre du recul sur des symptômes répétés chez un enfant et l'interroger alors seul sans ses parents, poser systématiquement à tout adulte la question d'éventuelles violences subies dans l'enfance permettraient aux praticiens d'abattre les murs du silence qui emprisonnent les victimes d'inceste.

Mots-clés : inceste, dépistage, soins primaires, médecin généraliste

Background In France, victimization surveys are rare. The number of incest victims is estimated at 3% of population. The general practitioner has a key role to identify, encourage victims to disclosure and support them. Only 9% of victims speak first to their general practitioner.

Objectives What are the warning symptoms? What do victims of incest expect of their general practitioner?

Method Qualitative study with semi-structured interviews in 15 adults who were victims of incest as child.

Results Childhood was marked by several and repeated symptoms that persisted and diversified into adulthood, warning signal for physicians. The normality of living, the fear of betraying the family, then shame, guilt and judgments were the main obstacles to disclosure for the child and then the adult. General practitioner should inquire systematically about possible past abuse. Victims wanted to be heard, to receive explanations about their symptoms related to trauma and to be supported.

Conclusion Take a step back from a child repeated symptoms and then questioning him alone without his parents, ask routine an adult questions about possible past abuse during childhood enable practitioners to break down the walls of silence that imprison the victims of incest.

Key-words: Incest, screening, primary care, general practitioner

Introduction

En France, les études de victimisation sont rares. Dans l'enquête IPSOS-AIVI (Association internationale des victimes d'inceste) de 2009 auprès de 931 personnes, 3% déclarent avoir été victimes d'inceste (5 % des femmes, 1% des hommes) [1]. Dans l'enquête CSF (Contexte de la sexualité en France), menée par l'INED et l'INSERM en 2006, sur un échantillon de 6824 femmes, 10% avaient eu au moins une tentative ou un rapport sexuel forcé avant leurs 18 ans. 27% de ces abus étaient intrafamiliaux [2]. La fréquence et les répercussions sur la santé physique, le développement psychologique et le bien-être psychosocial font de l'inceste un enjeu de santé publique. Soumis à la loi du silence et également à un devoir de loyauté, les enfants victimes de violences sexuelles trop souvent n'en parleront jamais ou seulement des décennies plus tard. La Haute Autorité de Santé (HAS) a publié en 2011 des recommandations visant à favoriser un dépistage précoce, rappeler le contexte réglementaire, et informer les professionnels de santé [3]. Le médecin de premier recours a un rôle primordial pour dépister, favoriser la parole des victimes et les accompagner. Seulement 9% des victimes en parlent pour la première fois à leur médecin [1]. Quels sont les symptômes d'alerte? Quelles sont les attentes des victimes d'inceste envers leur médecin généraliste?

Matériels et méthodes

Il s'agissait d'une étude qualitative par entretiens individuels semi-dirigés. Les critères d'inclusion étaient d'avoir été victime d'inceste et la maîtrise de la langue française. Le recrutement a été fait sur la base du volontariat dans des associations à Lyon (Association Internationale des Victimes d'Inceste) et Grenoble (SOS Inceste Pour Revivre), et par des médecins généralistes. Les entretiens se sont déroulés entre Juillet 2013 et Avril 2014 dans les départements Rhône, Isère et Saône et Loire. Les lieux d'entretien ont été choisis par les personnes interrogées selon des critères de praticité et intimité: domicile, domicile du chercheur, cabinets médicaux, locaux associatifs, restaurant. L'anonymat était garanti. Le canevas d'entretien a été établi selon les données de la littérature et a été testé puis modifié lors d'une enquête de faisabilité constituant les deux premiers entretiens de l'étude. L'entretien débutait en abordant les relations avec le médecin généraliste dans l'enfance et les freins à la révélation. Il se poursuivait en explorant les relations avec le monde médical à l'âge adulte, les motivations et les freins à la révélation comme adulte et la prise en charge effectuée. Il se terminait en recueillant les attentes de prise en charge par le médecin généraliste et leurs idées concernant le dépistage. Avec l'accord des participants, les entretiens ont été enregistrés et intégralement retranscrits par l'enquêteur. Ils ont été menés jusqu'à saturation des données. Une analyse verticale par relevé systématique des verbatim a été faite au fur et à mesure du recueil. Une analyse transversale par classification des thèmes et sous-thèmes a été réalisée dans un tableau EXCEL. Un second chercheur a réalisé une carte heuristique sur l'ensemble des données permettant une triangulation. Les auteurs déclarent n'avoir aucun conflit d'intérêt. Aucune déclaration à la Commission nationale de l'informatique et des libertés n'a été faite.

Résultats

Description de l'échantillon

L'échantillon se composait de 15 personnes de 29 à 64 ans dont 2 hommes et 13 femmes. 11 faisaient partie ou avaient fait partie d'une association. Les caractéristiques de l'échantillon sont détaillées dans le tableau 1.

L'expression du corps

Symptômes chez l'enfant

L'enfance était marquée par de nombreux symptômes non spécifiques mais répétés. Plusieurs victimes rapportaient des souvenirs de signes physiques dans leur enfance, comme des douleurs abdominales *"J'avais toujours des maux de ventre"* (Eliane). Elles notaient une énurésie *"ça m'arrivait de faire pipi au lit la nuit et j'avais quand même 12 ans"* (Louna). Des symptômes pelviens étaient rapportés *"j'ai repris mon carnet de santé et y avait marqué infections urinaires, douleurs pelviennes"* (Chloé). Des troubles du comportement alimentaire et du sommeil étaient présents *"je mangeais pas, je voulais pas manger, y a eu des grosses périodes où quand j'étais petite j'arrivais pas à dormir"* (Eve). Beaucoup évoquaient un comportement qui leur semblait anormal, *"très timide, un peu insupportable, agité, un comportement un peu bizarroïde"* (Paul), notamment sur le plan sexuel *"j'avais déjà une sorte de sexualité anormale"* (Dorotheé). Des difficultés scolaires étaient notées *"il ne travaille pas bien à l'école"* (Paul).

Les victimes attendaient du soignant qu'il prenne du recul par rapport à ces symptômes répétitifs pour suspecter une violence sexuelle *"s'il avait noté tout ce que j'avais il aurait peut-être pu comprendre"* (Louna). Le médecin devait interroger l'enfant en cas de doute *"c'est qu'à un moment donné quelqu'un ouvre des portes, pose des questions sur comment ça pouvait se passer"* (Dorotheé). La présence des parents lors des consultations empêchait toute ouverture *"Il m'a jamais posé de questions, il m'a toujours reçue avec ma mère"* (Betty). Il était indispensable de recevoir l'enfant seul *"déjà même petit qu'y ait pas les parents"* (Chloé).

Symptômes chez l'adulte

Il était rapporté un ou plusieurs épisodes dépressifs, particulièrement après la naissance d'un enfant, *"J'ai craqué après la naissance de ma fille"* (Livia). Le post-partum était à l'origine de la révélation à un soignant *"la maman que j'étais a pris la parole pour demander de l'aide"* (Betty).

Les tentatives de suicide étaient possibles *"ça m'a déclenché des tentatives de suicide, en fait je voulais plus vivre"* (Paul).

Des troubles anxieux étaient signalés à plusieurs reprises, *"je pouvais plus sortir dans la rue parce qu'à chaque fois que je croisais un homme j'avais l'impression qu'il allait m'enfoncer un couteau dans le ventre"* (Sophie).

Les difficultés sexuelles étaient un symptôme majeur, *"y a eu un blocage sexuellement parlant, pendant des années"* (Paul).

Certaines victimes décrivaient une agressivité, des *"excès de violence"* (Carole).

Le mur du silence

Les freins à la parole chez l'enfant

La méconnaissance de l'anormalité d'une relation incestueuse était soulignée par la plupart des victimes *"quand ça m'est arrivé, je pensais que c'était normal que mon père fasse ça, fasse ton éducation sexuelle"* (Livia). Il s'agissait du seul modèle de fonctionnement familial connu *"le rôle de l'aînée c'était de servir d'objet sexuel au père"* (Betty). Les victimes regrettaient le manque d'informations délivrées à ce sujet de façon individuelle (famille, médecin, professeur) ou collective (campagnes d'informations à destination des enfants). Apporter ces connaissances aurait pu prévenir l'inceste *"ce tabou amène à ces non-dits et la possibilité de l'inceste parce que les choses sont pas au clair pour les enfants"* (Eve). Certaines victimes voyaient dans ces relations une preuve d'amour parental. Des conséquences négatives sur la famille étaient craintes *"y a quand même la peur de perdre ses parents, l'amour qu'ils ont même s'il est pas forcément bon"* (Chloé). L'attachement familial menait les enfants à se taire pour *"protéger la famille"* (Eliane) et l'agresseur pour éviter le *"jugement"* (Louise). Le maintien de l'unité familiale était important *"j'avais peur que mon père aille tuer mon frère, que mon père que je voyais comme un protecteur, aille en prison"* (Louna).

La peur de ne pas être cru revenait régulièrement car *"l'enfant était pris pour un menteur"* (Paul).

Les freins à la parole chez l'adulte

A l'âge adulte, il était nécessaire de dépasser certains sentiments pour permettre la révélation. La peur, la honte et la culpabilité étaient évoquées par la majorité des victimes. La honte était liée à la relation incestueuse mais il y avait également la culpabilité de ne pas avoir dénoncé *"je me sens coupable, de pas avoir été capable de dire stop"* (Betty).

Plusieurs personnes rapportaient un déni des faits *"y a eu toute la phase de doute, je suis folle c'est pas vrai, c'est moi qui invente ça"* (Eve). La mythomanie était préférable à l'inhumaine réalité des faits. Cela allait jusqu'à l'amnésie complète plusieurs années, la mémoire revenant progressivement à l'occasion d'un événement traumatique puis par fragments, *"j'ai occulté mes souvenirs pendant longtemps. Avant j'étais pas prête à affronter cette réalité psychologiquement"* (Annie).

La crainte des réactions à la révélation appelées *"la double peine"* (Manu), constituait un frein important: la dédramatisation, la banalisation, la remise en cause des faits, le jugement et le rejet. L'absence de reconnaissance risquait de replonger les victimes dans le silence *"si j'avais eu un déni ou un truc comme ça j'aurais jamais parlé plus"* (Annie). Les victimes faisaient face à un *"mur du*

silence" (Dorothee). L'ensemble de ces réactions renforçait les victimes dans *"l'idée que c'était pas dicible"* (Dorothee). Il y avait une nécessité de protéger l'autre, y compris le soignant, *"pour pas qu'ils défaillent parce qu'il y a des choses très gores"* (Manu).

Les attentes envers le médecin généraliste

Ouvrir les portes

Poser systématiquement la question d'antécédent de violences sexuelles était attendu par plusieurs victimes *"dans le protocole une fois de temps en temps la question sera posée, avec l'image que la graine sera posée"* (Betty). Le questionnement ne devait pas être trop intrusif, *"le questionner, mais adroitement, pas écorcher"* (Paul). Plusieurs victimes suggéraient l'écriture comme aide pour sortir du silence, pour que la parole soit délivrée en *"milieu protégé"* (Dorothee).

Le soignant devait faire comprendre qu'il était formé et sensibilisé, *"je suis capable d'avoir entendu, écouté, accompagné des gens qui ont vécu des viols, des traumatismes"* (Dorothee). Ces paroles permettaient aux victimes de comprendre que leur histoire était *"entendable"* et qu'elle ne provoquerait ni gêne ni choc ni jugement.

L'accueil de la révélation : un soignant humain mais professionnel

Les victimes attendaient du soignant qu'il soit humain et non technique. Certaines avaient eu l'impression d'être trop médicalisées, *"enfermée dans une petite boîte"* (Eve). L'aspect humain faisait *"ressortir le fait que tout ce qui s'est passé c'est pas normal"* (Chloé).

L'empathie ne devait pas tomber dans la sympathie, l'humanité ne devait pas altérer le côté professionnel. Le médecin devait rester dans son rôle de médecin, d'écouter, d'accompagnant, sans exprimer de gêne, dégoût ou révolte: *"j'aurais pas supporté qu'elle tombe des nues ou qu'elle me dise oh bah ma pauvre !"* (Betty).

Un des rôles attendu du médecin après la révélation était *"d'être accompagnant"* (Eve), de pouvoir suivre et orienter si besoin.

Nommer les réactions et les personnes

Un des besoins exprimés par plusieurs des victimes était l'explication des symptômes pour être rassurées sur leur *"normalité"*, *"on comprend que non on n'était pas fous"* (Manu). La participation à un groupe de parole leur permettait de comprendre leurs réactions. Ces réactions étaient replacées dans la normalité *"des gens qui comprennent ce que tu ressens et qui te prouvent que t'es pas folle parce qu'ils ont les mêmes symptômes que toi"* (Eve).

Le coupable et la victime devaient être nommés, pour permettre la reconnaissance en tant que victime et la déculpabilisation, *"me dire l'agresseur c'est mon père, l'agressée c'est moi"* (Annie).

Discussion

Forces et limites de l'étude

La méthode qualitative était la plus appropriée pour répondre aux objectifs. L'investigateur était novice et a pu influencer non consciemment les réponses des participants. Les émotions du chercheur face au vécu difficile des interviewés ont pu perturber le déroulement des entretiens. Les souvenirs d'enfance ont été limités par la mémoire et potentiellement interprétés par l'adulte suite aux thérapies. Le stade de récupération du traumatisme a pu influencer les réponses. 11 participants faisaient ou avaient fait partie d'une association et avaient préalablement eu l'occasion de réfléchir et communiquer sur ce sujet, leur réflexion pouvait être plus aboutie. L'atteinte de la saturation des données était soumise à la subjectivité de l'enquêteur. Le biais d'interprétation était limité par la triangulation des données.

L'expression du corps

Dans ses recommandations de 2011, la HAS reprend plusieurs études internationales pour établir une liste d'indices évocateurs d'inceste. La présomption s'effectue sur un faisceau d'arguments concordants, il n'existe ni signe spécifique ni outil validé en France pour aider au diagnostic [3].

Comme chez l'enfant, aucun symptôme n'est spécifique chez l'adulte mais la multiplicité des signes doit alerter le médecin. La conférence de consensus de la Fédération Française de Psychiatrie cite le syndrome de stress post-traumatique, l'anxiété, la dépression, les difficultés d'ordre sexuel et domestique, les conduites addictives, les troubles du comportement alimentaire, les automutilations [4]. Des conséquences organiques sont démontrées. Une étude rétrospective de Dong menée de 1995 à 1997 sur 17337 adultes a identifié l'antécédent de violences dans l'enfance comme un facteur de risque cardio-vasculaire indépendant des facteurs de risques reconnus [5]. En 2000, Heim a montré que les femmes ayant des antécédents d'abus sexuels dans l'enfance sécrétaient six fois plus d'ACTH en réponse aux stress que les femmes sans antécédent. Cette hypersécrétion pouvait participer aux troubles de l'humeur et aux troubles anxieux [6].

Selon Salmona, 60% des victimes de violences sexuelles développent un état de stress post-traumatique. Le non dépistage de celui-ci est à l'origine d'une minimalisation des symptômes ou à l'inverse d'une dramatisation avec possible étiquetage en pathologie psychiatrique [7].

Le post-partum est une période à risque. Il s'agit au même titre que les examens médicaux d'un "élément gâchette" selon l'expression de Bala [8].

Le mur du silence

La méconnaissance du caractère abusif de l'agression est retrouvée dans la plupart des entretiens. D'après Josse, les jeunes enfants sont incapables de remettre en cause la probité des actes de l'agresseur, proche représentant l'autorité morale [9]. Selon Daligand, l'enfant voit dans l'attitude

incestueuse l'amour de ses parents, et souvent pense que l'initiation au plaisir génital doit être faite par le père [10]. La compréhension de l'anormalité se fait plus tard, par comparaison avec les autres enfants. S'installent alors la honte et la culpabilité. Cela montre l'importance des campagnes d'information et de prévention comme le programme "Mon corps c'est mon corps" Canadien ou la campagne de Janvier 2014 du Collectif Féministe Contre le Viol "Un enfant n'est jamais consentant". La Fédération Française de Psychiatrie estime que ces campagnes n'apportent pas la preuve qu'un enfant saura se défendre contre une agression sexuelle s'il en a entendu parler, mais l'information faciliterait la révélation [4]. La prévention individuelle consiste à questionner l'enfant seul en consultation sans présence d'un tiers. Girodet propose d'utiliser un vocabulaire adapté à l'enfant et des questions indirectes: "Est-ce que quelqu'un t'a fait quelque chose qui t'a fait très peur ou que tu n'as pas aimé?" [11]. Dans une étude américaine de 2002, Devoe suggérait l'utilisation de questions ouvertes et ciblées: "Parle moi de ton papa, y a t-il des choses que tu aimes/n'aimes pas chez lui?" [12].

Spécificité de l'inceste, la proximité affective avec l'abuseur est citée par Josse comme un facteur de sous-déclaration des faits. L'attachement à l'agresseur et la peur des conséquences négatives pour la famille rendent la révélation plus difficile. Garder le secret est un moyen de maintenir la cohésion et de protéger la famille [9].

Selon Daligand, l'enfant fait des révélations qui n'auront pas les effets escomptés parce qu'il sait en les disant qu'elles ne seront pas crues [10]. Le manque de crédibilité accordé aux victimes est d'autant plus important dans le cas des violences intra-familiales. Josse ajoute que l'enfant est peu enclin à parler en l'absence de personne de confiance. Abusé par un proche, il doute de la bienveillance des adultes. Il est donc capital de préciser à l'enfant qu'il est cru, auquel cas le risque de rétractation est majoré [9].

Summit résume le syndrome d'adaptation de l'enfant victime en 5 phases: le secret, la relation d'autorité, l'adaptation de l'enfant (il accepte et survit), le dévoilement retardé et non convaincant, la rétractation [13].

Une étude de Williams (1994) a consisté à interroger 129 femmes hospitalisées dans l'enfance pour une violence sexuelle. 38% n'avaient aucun souvenir de celle-ci 17 ans plus tard [14].

Les attentes envers le médecin généraliste

Le questionnement

L'ensemble des personnes interrogées souligne l'importance de poser la question des violences sexuelles. En 2010, une étude néo-zélandaise tirait les mêmes conclusions, les victimes auraient aimé pouvoir en discuter avec leur médecin mais attendaient que celui-ci les interroge. Elles ne révélaient qu'aux professionnels qu'elles évaluaient attentifs et sensibilisés à ces questions. Le mode de questionnement n'était pas consensuel. Certains suggéraient de poser la question de manière systématique dans la collecte des antécédents à l'accueil de chaque nouveau patient. D'autres proposaient que la question soit intégrée à un questionnaire écrit, l'écriture semblant un mode de

sortie de silence plus protecteur. D'autres préféraient que la question ne soit posée qu'après plusieurs consultations pour se sentir en sécurité avec le praticien. Pour ces dernières, la question devait faire suite à une suspicion et non être systématique [15]. Ouvrir sur de possibles violences est primordial. Les questions sont à adapter à chaque patient selon les symptômes qu'il présente, avec tact et pudeur.

Une étude Canadienne de 2004 a donné lieu à l'édition d'un "Manuel de pratique sensible à l'intention des professionnels de santé" construit à partir de "leçons tirées de survivantes d'abus sexuels dans leur enfance". Les survivants disaient être à l'affût de signaux tels qu'affiches et brochures attestant la sensibilisation du praticien. Le manuel recommandait d'interroger systématiquement sur des antécédents de violences pour rompre la loi du silence. Il était important d'éviter les questions directes, soulagements pour certains mais trop intrusives pour d'autres. Les questions devaient être présentées de manière à souligner le lien entre violences et santé: "Y a-t-il, dans votre passé, des événements posant des difficultés au moment de subir un examen?" Il est préconisé de systématiquement recourir aux deux méthodes écrite et orale [16].

L'accueil de la révélation

L'humanité et l'empathie ressortent dans la plupart des études. La Fédération Française de Psychiatrie insiste sur la qualité de l'accueil qui ne doit pas inhiber l'expression de la souffrance. L'entretien ne doit être ni suggestif, ni intrusif, ni humiliant. Il faut prendre en compte la personne en souffrance et non le traumatisme, avec une écoute empathique. L'accent doit être mis sur l'accompagnement, préparé dès la révélation avec anticipation du parcours ultérieur [4].

Les Canadiens préconisent de témoigner empathie et compassion, de préciser le secret professionnel, de valider la divulgation, de rassurer et proposer un suivi personnalisé [16]. Comme l'ont dit les participants, il s'agit de trouver l'équilibre entre empathie et sympathie en évitant de véhiculer de la pitié et d'exagérer les éléments négatifs. Pour Bala, les patients doivent se sentir crus et entendus, il faut valoriser leur force et leur courage et déculpabiliser en remettant coupable et victime à leur place [8].

L'étude Néo-Zélandaise ajoute que les patients ne doivent pas être traités différemment après la révélation. Certaines personnes interrogées avaient le sentiment d'être cataloguées [15]. Une étude française de 2011 a montré que des médecins ont tendance par la suite à attribuer tous les symptômes à cet événement de vie. Dans cette étude, plusieurs médecins évoquaient un malaise ressenti lors de la révélation [17]. Salmona parle de stress émotionnel chez les personnes recevant la parole des victimes. Dans un inceste, ce stress est majoré par la connaissance de l'agresseur et la remise en cause de l'opinion que le soignant avait de l'agresseur [7]. Les Canadiens recommandent aux praticiens de ne pas ignorer leur propre malaise, au risque de le faire ressentir au patient. Cela augmenterait les sentiments de honte et culpabilité chez la victime [16].

Nommer les réactions

Plusieurs survivants expriment le sentiment d'être "fous", impression renforcée pour Salmona par la méconnaissance des conséquences psychotraumatiques et des mécanismes neurobiologiques en jeu [7]. L'absence de connexion entre les symptômes et l'antécédent de violences sexuelles peut conduire à les étiqueter à tort comme pathologie psychiatrique. Bala recommande dès la révélation d'expliquer que les symptômes doivent être vus comme un vestige de mécanismes de survie et non comme des signes de folie [8].

Les victimes sont particulièrement en demande d'explications scientifiques sur la mémoire traumatique.

Selon Salmona, la compréhension de ces mécanismes permet aux victimes de retrouver un sentiment de dignité [7].

Conclusions

Selon les données épidémiologiques, chaque médecin généraliste a dans sa patientèle des enfants victimes d'inceste et des adultes survivants d'inceste. Les conséquences dévastatrices de l'inceste font du dépistage un enjeu considérable aussi bien chez l'enfant que chez l'adulte. Il s'agit pour le praticien d'y penser, d'être capable d'évoquer l'inceste face à des symptômes répétés et de pouvoir interroger l'enfant seul sans ses parents. Informer les enfants sur les abus sexuels est capital. Ils sont nombreux à méconnaître l'anormalité d'une telle relation. Chez l'adulte, poser systématiquement la question d'antécédent d'inceste permettrait d'abattre certains murs du silence qui emprisonnent les victimes. Les survivants d'inceste attendent de leur médecin des informations sur la normalité de leurs symptômes, de nommer victime et bourreau et un accompagnement. Un questionnaire écrit est un moyen possible pour vaincre non seulement le malaise de la victime mais également celui du médecin. Les consultations médicales réveillent chez certaines victimes un sentiment de vulnérabilité en réitérant les traumatismes. Il convient d'être vigilant lors de chaque consultation à promouvoir un sentiment de sécurité.

Bibliographie

1. IPSOS, AIVI, Axa atout cœur. Les français face à l'inceste. Rapport d'étude. Paris;2009.
2. Institut National de la Santé et de la Recherche Médicale, Institut National d'Etudes démographiques, Agence nationale de recherche sur le sida et les hépatites virales, Bajos N, Bozon M. Enquête sur la sexualité en France. Pratiques, genre et santé. Paris: Edition La Découverte, 2008.
3. Recommandations de bonne pratique. Repérage et signalement de l'inceste par les médecins: reconnaître les maltraitements sexuels intrafamiliaux chez le mineur. Paris: HAS, 2011.
4. Fédération Française de Psychiatrie avec le soutien de la Direction Générale de la Santé. Conséquences des maltraitements sexuels: les reconnaître, les soigner, les prévenir. 7^{ème} conférence de consensus de la Fédération Française de Psychiatrie. Paris: Fédération Française de Psychiatrie, 2004.
5. Dong M, Giles WH, Felitti VJ, et al. Insights into causal pathways for ischemic heart disease: adverse childhood experiences study. *Circulation*. 2004;110:1761-6.
6. Heim C, Newport DJ, Heit S et al. Pituitary-adrenal and autonomic responses to stress in women after sexual and physical abuse in childhood. *JAMA*. 2000;284:592-7.
7. Salmona M. Le livre noir des violences sexuelles. Paris: Dunod, 2013.
8. Bala M. Caring for adult survivors of child sexual abuse. *Issues for family physicians. Can Fam Physician*. 1994;40:925-31.
9. Josse E. Déceler les violences sexuelles faites aux enfants. 2007. Disponible sur: <http://www.resilience-psy.com>.
10. Daligand L. L'enfant et le diable. Accueillir et soigner les victimes de violences. Paris: L'Archipel, 2004.
11. Girodet D. Accueil et prise en charge aux urgences pédiatriques des enfants victimes d'abus sexuels. In: Aujard Y, Beaufile F, Chaussain JL *et al.*, ed. Journées parisiennes de Pédiatrie 1997. Paris: Médecine-Sciences Flammarion;1997.351-4.
12. Devoe ER, Faller KC. Questioning strategies in interviews with children who may have been sexually abused. *Child Welfare*. 2002;81:5-31.
13. Summit RC. The child sexual abuse accommodation syndrome. *Child abuse and neglect*. 1983;7:177-93.
14. Williams LM. Recall of childhood trauma: A prospective study of women's memories of child sexual abuse. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*. 1994;62:1167-76.
15. McGregor K., Glover M, Gautam J, Jülich S. Working sensitively with child sexual abuse survivors: What female child sexual abuse survivors want from health professionals. *Women and Health*. 2010;50:737-55.
16. Schachter CL, Stalker CA, Teram E, Lasiuk GC, Danilkewich A. Manuel de pratique sensible à l'intention des professionnels de la santé – Leçons tirées des personnes qui ont été victimes de violence sexuelle durant l'enfance. Ottawa: Agence de la santé publique du Canada, 2009.
17. Meslin J. Rôle du médecin généraliste dans la révélation tardive d'abus sexuels par les patients. Thèse d'exercice de médecine. Nantes: s.n., 2011.

Annexe 10 : La mémoire traumatique

Face à une situation dangereuse, se produit une réaction émotionnelle de survie non consciente commandée par l'amygdale cérébrale. Elle provoque la synthèse d'hormones de stress par les glandes surrénales, hormones qui permettent la mobilisation d'énergie. Cette réaction est analysée par le cortex cérébral au niveau de l'hippocampe. L'événement dangereux est mémorisé puis disponible pour être évoqué puis raconté avec un rappel de la charge émotionnelle de moins en moins importante à chaque évocation. C'est la mémoire autobiographique.

En cas de violence, la réaction émotionnelle s'enclenche. La victime est réduite au néant face au non sens de la violence et à la volonté de destruction de l'agresseur. Le cortex cérébral est paralysé. Cet état de sidération ne contrôle plus la synthèse des hormones de stress qui ont une toxicité cardiovasculaire et neurologique. Face à ce risque, le cerveau se protège par une disjonction en lien avec la production de substances assimilables à des drogues dures. L'amygdale cérébrale ne transmet plus les informations à l'hippocampe pour traiter la mémoire de l'évènement et donner des repérages temporo-spatiaux.

La disjonction traumatique est à l'origine de la mémoire traumatique et de la dissociation. Les victimes sont dans un état d'anesthésie émotionnelle et physique. Elles continuent de vivre les violences mais elles ne ressentent plus rien (état de dissociation). Elles ont un sentiment d'irréalité voire d'indifférence et d'insensibilité comme si elles étaient absentes ou devenues de simples spectateurs de la situation.

La mémoire traumatique peut faire revivre à l'identique l'expérience sensorielle et émotionnelle sans possibilité de contrôle cortical conscient. Elle est activée à chaque rappel, conscient ou non des violences. Elle ne peut pas être racontée. Elle ne peut être que revécue de façon hallucinée sans aucune possibilité d'en modifier le cours. Elle se manifeste sous forme de cauchemars, de réveils hallucinés, ou de flash back. La victime va tout faire pour y échapper (hypervigilance, conduites de contrôle et d'évitement, conduites dissociantes).

La victime est amenée à produire elle-même les conduites dissociantes pour reproduire l'état d'anesthésie qui lui permet d'échapper à sa souffrance en coupant toute émotion. Les conduites dissociantes peuvent être dirigées contre autrui. L'agresseur utilise la victime pour jouer son propre rôle, celui de la victime qu'il a été ou bien celui de la victime de violences dont il a été témoin par le passé.

Devenir un agresseur est toujours un choix.

Un enfant victime peut être dans un état dissociatif permanent, seule façon de survivre. Il se construit comme il peut, en insécurité permanente. Il passe son temps à observer l'agresseur pour anticiper les violences. Il devient soumis, attentif aux besoins des autres avec de grandes capacités d'analyse et d'observation. Il a le sentiment de ne pas savoir qui il est.

Si la victime devenue parent ne parle pas des violences subies, son enfant va avoir une connaissance émotionnelle de celles-ci. Il pourra être traumatisé à son tour.

Charbit Céline : Quand les adultes victimes d'inceste sortent du silence...Etude qualitative auprès de 15 victimes d'inceste

Nbr f. 170 4ill. 2 tab.

Th. Méd : Lyon 2014 n°

Résumé:

Contexte En France, les études de victimisation sont rares. Le nombre de victimes d'inceste est estimé à 3% de la population. Le médecin de premier recours a un rôle primordial pour dépister, favoriser la parole des victimes et les accompagner. Seulement 9% des victimes en parlent pour la première fois à leur médecin.

Objectifs Quels sont les symptômes d'alerte? Quelles sont les attentes des victimes d'inceste envers leur médecin généraliste?

Méthode Etude qualitative par entretiens semi-dirigés auprès de 15 adultes victimes d'inceste dans leur enfance.

Résultats L'enfance est marquée par de nombreux symptômes répétés, qui persistent et se diversifient à l'âge adulte, points d'alerte pour les médecins. La normalité du vécu, la peur de trahir la famille, puis la honte, la culpabilité, les jugements sont les principaux freins à la parole pour l'enfant puis l'adulte. C'est au médecin d'interroger systématiquement sur d'éventuelles violences subies. Les victimes souhaitent être écoutées, recevoir des explications sur leurs symptômes en lien avec les traumatismes et être accompagnées.

Conclusion Prendre du recul sur des symptômes répétés chez un enfant et l'interroger alors seul sans ses parents, poser systématiquement à tout adulte la question d'éventuelles violences subies dans l'enfance permettraient aux praticiens d'abattre les murs du silence qui emprisonnent les victimes d'inceste.

MOTS CLES : inceste, dépistage, soins primaires, médecin généraliste

JURY :

Président : Madame le Professeur Liliane DALIGAND

Membres : Monsieur le Professeur Pierre FOURNERET

Madame le Professeur Associé Marie FLORI

Madame la Docteur Elise BENEDINI

DATE DE SOUTENANCE : 24 Novembre 2014

Mail de l'auteur : celine_charbit@yahoo.fr