

Une ville la nuit : la part du mythe

Autor(en): **Pralong, Estelle / Chatelain, Isabelle**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **L'Émilie : magazine socio-culturelles**

Band (Jahr): **[96] (2008)**

Heft 1521

PDF erstellt am: **21.07.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-284928>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Une ville la nuit: la part du mythe

Les femmes ont peur de sortir le soir.

Pourtant, elles courent plus de dangers chez elles ou avec leur entourage que dans la rue.

Rencontre avec Isabelle Chatelain, animatrice d'autodéfense Fem Do Chi

(la voie de l'énergie des femmes) qui fait le point sur les dangers réels courus par les femmes.

Elle nous renseigne aussi sur les outils dont nous disposons pour nous protéger sans nous limiter dans nos déplacements. *Interview.*

Estelle Pralong

L'émilie : Quels sont les dangers que courent les femmes lorsqu'elles sortent seules le soir?

Isabelle Chatelain : En réalité, dans la rue, ce sont les hommes qui sont d'avantage agressés physiquement. Le danger est moindre pour les femmes par rapport à des agressions physiques ; la proportion s'inverse dans les agressions se déroulant à domicile. Quant aux violences sexuelles dans la rue, elles sont majoritairement d'ordre verbal ou se limitent à des attouchements. Les violences sexuelles impliquant un contact prononcé, voire une pénétration, sont en majorité commises par quelqu'un de connu et se déroulent au domicile des femmes ou de leur agresseurs.

L'émilie : Pourtant, les femmes ont souvent peur, non?

IC : Effectivement, lors des stages d'autodéfense Fem do chi, la motivation des participantes réside souvent dans la peur qu'elles ont de sortir le soir. Pourtant, quand ces dernières font le récit d'éventuelles agressions, celles-ci ne se sont généralement pas passées dans la rue. Les violences sexuelles dans la rue ou les parkings existent, mais ce risque est minoritaire. La peur est disproportionnée car ces dangers sont mis en avant par les médias et la société. Historiquement, ce discours vise à limiter le déplacement des femmes. Ce qui est réellement dangereux, c'est que les sentiments de peur sont détournés des principaux risques.

L'émilie : Les stages Fem do chi que vous proposer ont une vocation préventive, qu'est-ce qu'on y apprend?

IC : On y apprend à avoir une attitude mentale qui valide nos ressentis, un langage verbal clair et surtout une meilleure compréhension du langage corporel. Le rapport au corps des femmes est souvent lié à la séduction et leur langage corporel donne davantage une image de fragilité que de force. Par exemple, porter des talons, donne une image «vacillante», pas vraiment l'image de quelqu'un de physiquement stable. Idem pour le déhanchement, qui donne un message d'ouverture plutôt que d'ancrage au sol. Il s'agit d'avoir conscience de son langage corporel et d'apprendre à identifier rapidement le danger. Ainsi, les adolescentes et les femmes deviennent plus à même d'écouter les signaux de malaise ou de danger que leur envoie leur corps. Dès lors qu'un tel signal est perçu, il s'agit pour elles de mettre en place ce qu'elles ont appris en matière de langage corporel et de désamorçage des situations conflictuelles. Durant le stage, les jeux de rôle permettent aux participantes de faire part de leur vécu et d'identifier leurs failles. Le but est de se sentir à priori en paix avec soi et avec les autres, et lorsqu'un malaise nous signale un danger, d'être prête à réagir.

L'émilie : Vous parlez de failles, de quoi s'agit-il?

IC : C'est important d'être consciente de ses propres failles, car les agresseurs les utilisent avec talent contre nous. Je vais vous donner un exemple. S'il vous tient à cœur de ne pas avoir de comportements racistes et qu'une personne de couleur vous importune, il va vraisemblablement jouer de cet argument : «vous ne voulez pas me parler parce que vous êtes raciste». Là vous commencez à argumenter que non, et vous vous rendez la tâche plus difficile pour poser vos limites. Par ailleurs, les personnes qui ont un vécu d'agression ont parfois acquis un sentiment d'impuissance qui peut être réactivé dans certaines situations ce qui empêche d'agir verbalement et/ou physiquement pour se défendre.

L'émilie : Les femmes auraient du mal à faire confiance en leur propre perception?

IC : Oui, elles ont du mal à faire confiance en leur propre perception, parce que souvent l'éducation des filles focalise sur le fait qu'elles doivent être gentilles, jolies et attentives aux autres, ce qui les pousse à adopter une position réactive au lieu d'une position pro-active. Par conséquent, cela rend la tâche plus difficile lorsqu'il s'agit de mettre des limites et d'être ferme face à quelqu'un qui les importune. Ceci est encore plus flagrant pour les adolescentes qui sont dans une grande confusion pour distinguer un réel compliment d'une remarque lourde et sexiste. Notre tendance à prendre soin de l'autre et à privilégier l'autre dans l'interaction nous pousse à vouloir anticiper ces réactions et à penser que si nous réagissons, nous allons empirer la situation. Pourtant, plus nous écoutons notre ressenti, plus nous nous affirmons, plus facilement nous sortons de situations désagréables, voire dangereuses.

L'émilie : Vous nous avez appris que les femmes courent plus de dangers chez elles que dehors...

IC : C'est vrai et il est capital de le savoir, non pas pour être en permanence sur ses gardes, mais pour pouvoir percevoir les signaux d'alarme. En effet, on nous apprend que le danger vient de l'extérieur. Par conséquent, lorsqu'un proche commet un acte déplacé, il n'est souvent pas perçu comme tel par la personne agressée. La femme aura davantage de peine à identifier le rapport de pouvoir qui s'instaure et le possible danger qui en découle. Elle aura tendance à minimiser ou nier son ressenti, ce qui l'empêchera d'exprimer fermement son désaccord.

Pour tout renseignement concernant les stages Fem do chi, appeler le 022 344 42 42, consulter le site www.femdochi.ch, ou écrivez un courriel à contact@femdochi.ch