



équi-meeting

rencontre entre scientifiques
et professionnels
médiation

Femmes victimes de violences : Restauration de l'estime de soi

Laurence ROBERT ¹, Vanessa COMBREAU ²

¹ Enseignante D.E. et dirigeante - Le Relais Équestre Équinoxe (79)

² Chef de service du « Pôle Hébergement d'Insertion » - Association L'Escale, site La Colline (79)

club@relais-equinoxe.fr

1 Ce qu'il faut retenir

« Mon Equi-Libre » : Permettre aux femmes victimes de dépasser leur peur et leur vécu de violence pour retrouver leur place d'actrice et de sujet par le biais d'un projet médiation cheval.

2 Contexte et objectifs

Soucieux de contribuer à l'amélioration de la prise en charge des publics en difficulté, le Comité Régional d'Équitation Nouvelle-Aquitaine (CRENA) mène, auprès des publics en difficulté, depuis de nombreuses années une politique d'ouverture via son réseau Cheval et Différences (C&D). En 2017, un très fort mouvement dénonce les violences faites aux femmes et permet de mettre en lumière ces problématiques, de libérer la parole, de les mettre en évidence. Sensible à ces questions, le CRENA a souhaité travailler sur l'élaboration d'un projet spécifique à destination des personnes victimes de violences conjugales convaincu que le médiateur cheval aurait un sens dans le parcours de ces personnes.

Les violences au sein du couple correspondent à des situations où les faits de violences sont généralement récurrents, se cumulent, s'aggravent et s'accroissent.

Le rapport de force dans le couple est alors asymétrique et laisse apparaître un rapport de force dominant/dominé figé.

Ce rapport inégalitaire, instauré par l'auteur des violences, lui permet de prendre le pouvoir sur sa victime et d'instaurer un climat d'emprise.

Les violences infligées sont multiples et ont des conséquences désastreuses sur les victimes :

- Violences physiques
- Violences psychologiques
- Violences matérielles
- Violences administratives et économiques
- Violences numériques

En France, 1 femme meurt tous les 2,5 jours sous les coups de son conjoint.

Les conséquences multiples de ces violences sont le point de départ du projet avec le cheval.

Sur la **santé physique** des victimes :

- **Effets directs** (blessures, fractures, traumatisme crânien, dommages aux organes internes,...)
- **Effets indirects** (psycho traumatismes, santé physique générale affaiblie, somatisation, invalidité, syndromes de douleurs chroniques, comportements à risque dans la sexualité,...)

Sur la **santé psychologique** des victimes : Etat dépressif, troubles anxieux, troubles alimentaires, état de stress post-traumatique, addictions, troubles du sommeil, mésestime, culpabilité,...

Sur **les enfants**. Aujourd'hui considérés comme des victimes directes, les conséquences pour ces enfants sont également multiples et différent selon leur âge :

« L'exposition aux scènes de violences conjugales a d'autant plus d'impact quand l'enfant est petit car, pendant la période préverbale (jusqu'à 2 ans), il n'a pas la capacité de mettre des mots sur ce qu'il ressent, et la scène est intériorisée (on dit aussi qu'elle s'engramme) à l'état brut, sous la forme de sons, de cris, de gestes, de regards, etc. Ces sensations se fixent au niveau cérébral sous la forme d'une mémoire traumatique qui peut resurgir telle quelle dans des circonstances qui rappellent le passé. ».

Source : Edouard Durand – ouvrage Violences conjugales et parentalité, Protéger la mère c'est protéger l'enfant » – L'Harmattan 2013.

L'association L'Escale, site La Colline (79) accueille des personnes victimes de violences conjugales et leurs enfants en leur proposant un hébergement temporaire. Le travail de l'association consiste à permettre aux personnes de reprendre confiance en elles, en toute autonomie, à travers notamment des ateliers et des groupes de parole. C'est dans ce cadre que nous avons souhaité mener une action-test baptisée « Mon Equi-Libre »

Trouver une relation sans violence ni contrainte, s'autoriser à prendre du plaisir, prendre soin de soi et de l'autre, s'affirmer et donner sa confiance... Tels sont donc les objectifs qui ont été poursuivis dans le cadre de ce projet.

3 Méthode

« Tout ce qui est fait pour moi, sans moi, est fait contre moi » Nelson Mandela

La 1ère étape de cette action a été de faire découvrir le « cheval-médiateur » aux femmes qui souhaitaient participer à ce projet. Cette présentation s'est faite par Yves Decavèle, expert fédéral Equi-Handi, Equi-Social et expert du réseau Cheval et Différences du CRE Nouvelle-Aquitaine. **Phase 1 : Le Cheval médiateur**

Réunion de présentation par les experts du réseau Cheval et Différences du « Cheval médiateur » et des possibilités apportées par l'animal (PowerPoint) :

- aux futurs participants
- aux équipes encadrantes de l'association

Phase 2 : Définition des objectifs

En interne et à la lumière des éléments apportées lors de la présentation, les participants élaborent **leur projet** en collaboration avec l'équipe encadrante de l'association (cheffe de service, assistante sociale et maîtresse de maison).

- Projet monté avant tout pour elles-mêmes
- Intégration des enfants sur les deux dernières séances

Validation de ce projet par le réseau.

Phase 3 : La structure partenaire de l'action

- Choix et présentation de plusieurs structures (*visites de 2 établissements par l'association*)
- Adhésion de Laurence Robert (Relais Equinoxe) au projet
- Appropriation du projet par Laurence puis mise en œuvre de ce dernier

Phase 4 : Evaluation et Restitution

Par l'ensemble des partenaires et acteurs du projet

4 Structuration du projet

La présentation par Yves Decavèle (réseau Cheval et Différences) de ce que peut apporter le cheval à l'Homme a permis aux participantes d'obtenir les clés et de s'approprier entièrement la construction du projet.

4.1 Devenir actrice

Travail d'introspection / Un cheminement personnel

Guidées par l'équipe encadrante de l'association, les participantes ont ainsi pu passer à la phase d'écriture du projet en se positionnant en tant que victime.

L'action visant à favoriser le cheminement vers la sortie des violences, les participantes ont travaillé sur leur propre vécu et identifié les conséquences personnelles que ces violences ont entraînées sur elles.

Plusieurs conséquences communes aux différentes participantes ont pu être identifiées et ont permis de fixer les objectifs généraux de l'action.

- Construire un projet pour soi
- Favoriser le cheminement psychologique au sein du couple
- Restaurer l'estime et la confiance en soi
- Rompre l'isolement, favoriser le lien et l'entraide
- S'autoriser à agir, participer, faire des choix

Tous ces objectifs prennent le contre-pied de ce que les auteurs de violences ont instauré dans la relation.

A partir de ces objectifs et de leurs attentes elles ont pu faire une transcription en projet « cheval ». Le CRENA a ensuite affiné et validé ce projet.

4.2 S'offrir un espace-temps avec le média cheval

S'accorder une pause. Quand ces femmes arrivent dans l'association, elles sont souvent très stressées, culpabilisées, honteuses,... Cette action leur permet donc en premier lieu de s'accorder une pause. S'autoriser ce moment d'échanges et de partage avec le cheval comme lien, comme langage commun. Le cadre offert par la structure leur apporte une bouffée d'oxygène ; un espace de liberté leur permettant de se retrouver soi-même et de retrouver goût à la vie.

L'animal les oblige à mettre les contraintes du quotidien de côté car l'activité demande aux participantes de faire preuve d'une grande concentration et de vivre le moment présent.

Transmettre. Les deux dernières séances ont permis aux femmes d'amener les enfants à venir découvrir cette activité et de reprendre leur place de mère.

Les enfants qui sont victimes de ces violences, ont une image biaisée de l'autorité et de celui qui domine dans la maison. Le projet permet à ces mamans de rétablir le cadre vertical en amenant leurs enfants à une activité durant laquelle ce sont elles qui transmettent en donnant les consignes et en apportant le cadre sécurisant.

5 Résultats et Perspectives

A l'issue de ces sept séances d'activité, un rendez-vous de regroupement des participantes a été organisé. Celui-ci a permis de récolter leur témoignage et d'évaluer l'action.

A partir de ces éléments l'Escale, Le Relais Equestre Equinoxe et le CRENA ont pu analyser et identifier les points-clés de l'action. L'intérêt de cette activité a ainsi pu être confirmé et la méthodologie validée.

Aujourd'hui, l'action se déploie sur l'ensemble du territoire de la Nouvelle-Aquitaine avec un soutien fort du CRENA (accompagnement à la structuration de l'action, accompagnement financier).

Agenda du projet

- 05 février 2019 : Prise de contact CRENA/Association
- 28 février 2019 : Rencontre et présentation entre l'association et le CRENA
- 15 mars 2019 : Présentation du cheval-médiateur à l'association et aux futures participantes
- mars 2019 : Ecriture du projet par les participantes (encadrées par l'asso)
- mars 2019 : Visite du centre équestre n°1
- mars 2019 : Visite du centre équestre n°2
- 04 avril 2019 : Finalisation et validation du projet par le CRENA
- Mi-avril : Rencontre entre Laurence Robert, les participantes et le CRENA pour présentation et validation du projet
- 02 mai 2019 : 1ère séance (femmes)
- 09 mai 2019 : 2ème séance (femmes)
- 16 mai 2019 : 3ème séance (femmes)
- 20 mai 2019 : 4ème séance (femmes)
- 03 juin 2019 : 5ème séance (femmes)
- 12 juin 2019 : 6ème séance (femmes + enfants)
- 26 juin 2019 : 7ème séance (femmes + enfants)
- juillet 2019 : Restitution par les participantes
- 23 juillet 2019 : Evaluation du projet – Echanges association/CRENA



UNE ACTION DU RÉSEAU CHEVAL ET DIFFÉRENCES

Comité Régional d'Equitation Nouvelle-Aquitaine
Téléphone : 05.49.05.11.31 ou 07.88.45.11.08 - E-mail : maeva.mazan@crena.fr

