



# BIBLIOTHÈQUE

CÉGEP DE L'ABITIBI-TÉMISCAMINGUE  
UNIVERSITÉ DU QUÉBEC EN ABITIBI-TÉMISCAMINGUE

## Mise en garde

La bibliothèque du Cégep de l'Abitibi-Témiscamingue et de l'Université du Québec en Abitibi-Témiscamingue (UQAT) a obtenu l'autorisation de l'auteur de ce document afin de diffuser, dans un but non lucratif, une copie de son œuvre dans [Depositum](#), site d'archives numériques, gratuit et accessible à tous. L'auteur conserve néanmoins ses droits de propriété intellectuelle, dont son droit d'auteur, sur cette œuvre.

## Warning

The library of the Cégep de l'Abitibi-Témiscamingue and the Université du Québec en Abitibi-Témiscamingue (UQAT) obtained the permission of the author to use a copy of this document for nonprofit purposes in order to put it in the open archives [Depositum](#), which is free and accessible to all. The author retains ownership of the copyright on this document.

UNIVERSITÉ DU QUÉBEC EN ABITIBI-TÉMISCAMINGUE

SENTIMENT DE JUSTICE À L'ÈRE DU #MOIAUSSI : UNE RECHERCHE HEURISTIQUE  
EN ART-THÉRAPIE TRANSFORMATRICE

PRÉSENTÉ À NANCY COUTURE  
COMME EXIGENCE PARTIELLE DU COURS  
ATH 4102 – ESSAI EN ART-THÉRAPIE

PAR  
MÉLANIE LEMAY

AVRIL 2020

- Le privé est politique.  
(Auteurice inconnue)

## RÉSUMÉ DE LA RECHERCHE

Une personne victime/survivante qui a raconté son histoire et qui a le sentiment d'avoir été traitée avec injustice ou qui ne se sent pas crue et validée se sent doublement dépossédée : « d'une part, par le contrôle qu'a exercé l'agresseur sur elle et, d'autre part, dans son processus de reprise de pouvoir » (Frenette *et al.*, 2018, p.64). Cet essai fait donc la synthèse d'une partie des connaissances acquises à force de résister à ce phénomène de victimisation secondaire notamment en démontrant comment notre système de justice, pourtant si louangé à l'international, est structurellement incapable de répondre à l'ensemble de la complexité liée à la problématique des violences à caractère sexuel. Il vise à faire la démonstration, suite à une exploration de mon identité professionnelle et à travers un processus de création, que l'art-thérapie peut être un puissant outil de transformation en plus d'ouvrir sur l'idée d'inclure un volet de justice transformatrice dans le développement d'une nouvelle approche, l'art-thérapie transformatrice, qui serait axée sur l'importance de créer des espaces favorisant le sentiment de justice des personnes victimes/survivantes<sup>1</sup>.

### CONTEXTE DE LA RECHERCHE – TRAUMAVERTISSEMENT (TW<sup>2</sup> : Culture du viol, violences institutionnelles & à caractère sexuel)

C'est pour illustrer le phénomène de victimisation secondaire que la présente recherche heuristique offre par moment des descriptions graphiques de la violence institutionnalisée de notre société et qu'elle aborde, sans détour, l'agression sexuelle armée avec séquestration et tentative de meurtre que la jeune fille mineure que j'ai été a vécu. Cette agression, par un presque inconnu, a été coordonnée en complicité avec deux amis en qui j'avais confiance. Ils étaient membres de la même équipe de football que celle de mon agresseur et m'avaient conviée à un « *after-party* » chez ce dernier (que je connaissais à peine) auquel ils ne se sont jamais présentés. Ces « amis » n'ont donc pas participé à l'acte en tant que tel, mais ils en ont été complices en

---

<sup>1</sup> Victimes/survivantes : Cette double appellation est utilisée, car « “ survivante ” célèbre l'individu, mais “ victime ” reconnaît l'énormité du système contre lequel on se bat, et son potentiel de maltraitance. Le terme “ victime ” existe dans la terminologie juridique, contrairement à “ survivante ”, qui n'a aucune définition légale et qui provient du langage militant » (Hanne, 2018, n.d.). Toutefois, c'est aux personnes concernées de déterminer la façon dont elles souhaitent se définir elles-mêmes, car l'utilisation de l'une ou l'autre de ces terminologies peut avoir de fortes répercussions en plus de ne pas faire consensus.

<sup>2</sup> « L'expression anglophone « trigger warning (TW) », traumatisme en français, désigne l'avertissement qu'un contenu (article, vidéo, film, livre, chanson) comprend des éléments qui peuvent déclencher un traumatisme psychologique chez certaines personnes » (Makonnen, 2018, n.d.).

plus d'avoir participé au camouflage et au harcèlement continu (avec le soutien d'autres membres de l'équipe qui honoraient le « *Bro Code* <sup>3</sup>») dont j'ai été l'objet suite au dévoilement de cette situation à une amie. Cette dernière, ayant été violée par le même homme l'année précédente, a divulgué mon histoire - sans mon autorisation - à l'un des capitaines de l'équipe ce qui a eu l'effet d'une bombe. Des adultes en position d'autorité ont par la suite tenté de taire, avec leurs pouvoirs institutionnels, mon histoire et j'ai été directement témoin d'autres jeunes filles qui furent elles aussi silenciées dans d'autres dossiers puisque la réputation de l'établissement (très axée sur le sport) était plus importante que nos vies. J'ai toutefois eu le support moral de certains joueurs exceptionnels qui s'opposaient à ces valeurs et qui ont été, contre toute attente, des alliés incomparables qui méritent mention. Forte de cette expérience, quelques années plus tard, j'ai contribué à démocratiser au Québec le concept « culture du viol » avec Kimberley Marin et Ariane Litalien en plus de démontrer efficacement l'impunité des violences à caractère sexuel dans les institutions postsecondaires.

Depuis, nos désirs ont fait désordre et c'est ainsi que je suis devenue, malgré moi, une « experte-survivante » et au front d'une guerre millénaire.

## AVANT-PROPOS

L'agression sexuelle violente que j'ai vécue à 17 ans est une expérience, devenue expertise, que je n'ai pas choisie. Je la vis et je la peaufine faute de pouvoir l'effacer. « À l'instar du grain de sable qui vient se glisser dans une coquille d'huître et blesser sa chair, un accident peut, en une

---

3 Dans la culture populaire, le « *Bro code* » est une forme « d'étiquette que des hommes doivent suivre lorsqu'ils décident d'adhérer à la même confrérie. Le but tacite est de développer une solidarité horizontale avec d'autres « frères » en vue, en autres, de gagner en supériorité face aux femmes » (Andrews, s.d.). Adhérer au « *Bro code* » signifie ne jamais dénoncer un autre « frère », même si son comportement est contre vos valeurs ou que vous savez que c'est mal. Autrement, vous en serez exclus et risquez même de devenir la prochaine cible de cette sous-culture. Ainsi, le « *Bro code* » garde non seulement secret les mauvais comportements, mais il les renforce. Il découle de la masculinité hégémonique. Ce concept visant d'ailleurs à analyser les processus de hiérarchisation, de normalisation et de marginalisation des masculinités, par lesquels certaines catégories d'hommes imposent, à travers un travail sur eux-mêmes et sur les autres, leur domination aux femmes, mais également à d'autres « catégories » d'hommes (Connell, 1995/2005 ; Connell, Messerschmidt, 2005 ; Messerschmidt, 2008). Face à cette forme dominante de masculinité, qui constitue souvent le sous-texte sexué du pouvoir, on peut situer des formes de masculinités connexes, qu'elles soient « complices » (lorsque des hommes participent ou légitiment la masculinité hégémonique, sans toutefois en bénéficier ou la réaliser pleinement), « subordonnées » (à l'instar des masculinités homosexuelles, qui sont culturellement exclues de la masculinité hégémonique en tant que figure repoussoir, et se construisent donc en arrière-plan de la masculinité hégémonique) ou « marginalisées » (soumises à l'emprise de la masculinité hégémonique) (Connell, 1995).

seconde, plonger notre vie entière dans la souffrance. Cependant, comme la perle qui naît de cette douleur, il nous est heureusement possible de trouver, au cœur même de la fragilité, une richesse inattendue » (Cherisey et Perret, 2011, p.2).

Toutefois, force est de reconnaître que cette perspective est aussi un privilège. Pour une trop grande majorité de victimes/survivantes, l'espace, le temps et le contexte ne permettent pas ce miracle.

Je pense notamment à Lizzy Seeborg<sup>4</sup> dont la destinée aurait pu être mienne vu la similitude de nos histoires. C'est notamment pour lui rendre hommage à elle et à toutes les autres disparues que je témoigne.

Que je reste.

Je me souviens d'ailleurs de quand je suis tombée par hasard sur un article qui racontait son histoire. Il m'avait énormément ébranlée puisque j'étais moi-même en plein cœur d'un chaos qui était beaucoup trop gros pour moi. L'hostilité et la solitude étaient intolérables.

Encore aujourd'hui c'est un mystère pour moi le pourquoi je suis ici ou sur les causes qui ont fait en sorte que c'est tombé sur moi, comme à des millions d'autres.

Je suis toutefois arrivée à la conclusion que ce n'est pas nécessaire de le savoir et que tout n'a pas nécessairement d'explication. Faut juste vivre. Dans l'ici et maintenant de chaque instant.

Apprendre à tolérer. Lâcher-prise. Faire le deuil de soi, de sa vie, de ses rêves.

Juste accepter ce qui se présente, sans jugement. Laisser partir. Par amour pour soi et envers ceux pour qui c'est trop lourd. Célébrer ceux qui restent.

Vivre un jour à la fois. Simplement.

---

4 Un joueur de football de Notre-Dame l'a agressée sexuellement dans sa chambre après que deux autres étudiants les y aient laissés seuls. Faute d'avoir été crue par les policiers de l'institution, elle s'est suicidée 10 jours plus tard.

La sobriété émotionnelle, la méditation et faire la paix en moi sont les éléments qui m'ont permis de tendre le miroir vers l'extérieur.

Apprendre à laisser les autres avec leurs propres interprétations de qui je suis, de mes gestes ou des étiquettes qu'ils veulent bien m'apposer. Comprendre que tout cela n'était qu'une projection de leur propre monde intérieur et que ça ne définit pas qui je suis ou ce vers quoi j'avance.

J'ai donc peu à peu refusé tous les rôles que mon environnement voulait que je joue pour tenter de me trouver moi, libre et sauvage.

En parallèle, j'ai erré sur tous les continents. J'ai même fait l'ascension du Kilimandjaro en 2015 pour finalement me trouver « moi »<sup>5</sup>, au milieu d'une rivière au Laos en 2016. J'ai éclaté de rire face à ce ridicule et j'ai compris pour la première fois de ma vie, face à l'horizon à partir de la *Freedom Beach* de Koh Tao (une île du golfe de Thaïlande), que je ne pouvais pas être absente ni chercher le bonheur ailleurs que là où je suis à tout instant.

Pour cesser de me distraire à courir après toutes les expériences, j'ai finalement décidé de plonger en moi et de disséquer chaque parcelle de mon âme que j'avais fuie. Toucher le fond.

Ça m'a menée vers l'art-thérapie, un voyage intérieur qui ne cesse de me surprendre. Je remercie donc le hasard, les synchronicités ainsi que toutes les rencontres que j'ai faites depuis le début de cette vaste et riche aventure.

Je remercie particulièrement Nancy Couture qui m'a accompagnée tout au long de cette rédaction qui marque la fin d'une période transitoire pour ne pas dire initiatique. Merci tout spécial également à Kharoll-Souffrant pour la révision.

Je ne sais pas ce que demain me réserve, mais je suis prête. J'embrasse l'inconnu et je couche avec l'incertitude.

---

<sup>5</sup> Le concept du « soi » dans le processus d'individuation de Jung est l'état de pure conscience auquel l'individu peut s'identifier lorsque la conscience est simplement et entièrement consciente d'elle-même (EDLPT, s.d.). C'est l'essence de l'être.

## TABLE DES MATIÈRES

RÉSUMÉ DE LA RECHERCHE.....	3
CONTEXTE DE LA RECHERCHE – TRAUMAVERTISSEMENT.....	3
(TW : CULTURE DU VIOL, VIOLENCES INSTITUTIONNELLES & À CARACTÈRE SEXUEL).....	3
AVANT-PROPOS.....	4
INTRODUCTION.....	8
1. PROBLÉMATIQUE ET REPÈRES CONTEXTUELS.....	10
1.1. Contexte sociohistorique.....	11
1.2. Conséquences psychosociales.....	14
2. REPÈRES THÉORIQUES ET CONTEXTUELS.....	17
2.1. Les violences sexuelles selon une perspective féministe.....	17
2.2. L'art-thérapie et les violences sexuelles.....	22
3. MÉTHODOLOGIE DE LA RECHERCHE BASÉE SUR L'ART.....	26
3.1. Posture épistémologique.....	26
3.2. Méthodologie de la recherche.....	27
3.3. Retombées de la recherche.....	28
3.4. Forces et limites de la recherche.....	28
4. RÉSULTATS.....	29
4.1. Compte-rendu du processus.....	29
4.2. Contenu du processus.....	32
5. DISCUSSION DES RÉSULTATS.....	39
5.1 Art-thérapie transformatrice.....	39
5.2 Ombre collective et violences à caractère sexuel.....	44
5.3 Mon identité d'art-thérapeute.....	49
6. CONCLUSION.....	52
RÉFÉRENCES.....	56
ANNEXES.....	65



## INTRODUCTION

- Mia je pense que je vais être malade ...

Ce sont les premiers mots qui sont sortis de ma bouche quand, en pleine partie des Alouettes, je me suis rendu compte qu'à moins de trois rangées de moi se trouvait l'agresseur sexuel qui m'a presque tuée en 2011. Je l'avais officiellement dénoncé aux autorités et il avait été contraint, neuf mois avant cette confrontation, de fournir son ADN dans le cadre d'une enquête criminelle qui n'a pas abouti. Étonnamment, moins de 24 heures plus tôt, j'étais en Islande. J'étais allée assister au premier congrès international sur le mouvement *#MeToo–Moving forward* dans l'objectif de mieux comprendre où nous en sommes depuis que des millions de femmes, partout à travers le monde et grâce à Tarana Burke, ont élevé leurs voix. Le constat : au même endroit qu'avant. Néanmoins, un écart s'est créé. Entre nous, et les vieilles structures qui tardent à se renouveler. C'est dans cet espace qu'il y a de l'espoir puisque ce mouvement possède un élément clé qui a le pouvoir de faire déplacer des montagnes : il a organisé son propre procès contre un système où l'impunité prévaut.

Il a fait comprendre, à grande échelle, qu'aucun système de justice dans le monde n'est en mesure de prendre en compte toute la complexité qui vient avec la problématique de la violence fondée sur le genre. Cette exposition a ébranlé les bases de toute société qui se dit « démocratique ». C'est sur cette faiblesse qu'il faut capitaliser. En effet, nous vivons dans une illusion de sécurité. Elle n'existe pas et trop de gens l'apprennent trop tard comme le démontre si bien la série Netflix « *Unbelievable* » que j'ai écoutée dans l'avion, juste avant de recroiser mon agresseur dans la banalité la plus totale. Cette série expose comment les acteurs du milieu judiciaire et plus largement notre société ne sont pas outillés pour répondre à cette problématique. À titre d'exemple, j'allègue dans une plainte déposée à la Commission des droits de la personne que j'ai été violée une deuxième fois, pendant la déposition enregistrée de ma plainte, lorsque l'enquêtrice m'a demandé de me mettre à genou et de mimer mon viol. J'étais contrainte de le faire. Même si je savais très bien que si la plainte était retenue, l'avocat de la défense allait avoir accès à cette vidéo et donc mon agresseur aussi. Cette situation humiliante et dégradante m'a fait perdre tous mes moyens. La procureure me l'a d'ailleurs reproché par la suite, non sans me rappeler que ça minait ma crédibilité ainsi que ma capacité à passer à travers un procès. Elle m'a

aussi dit que j'avais menti en prétendant que « mon agresseur n'en avait pas eu de conséquences » puisque supposément : « il n'aurait pas pu jouer au football [universitaire] en raison du stress qu'aurait suscité en lui ma dénonciation ». Sa moyenne académique aurait baissé ce qui lui aurait valu d'être exclu du programme. Comme si c'était de ma faute ou qu'encore, ça avait été mon choix à moi que tout ça explose comme ça ! Ce que j'en tire comme conclusion : aux yeux de cette procureure, la valeur de ma vie passait après la « carrière » potentielle ou plutôt le privilège de ce violeur multirécidiviste<sup>6</sup> à faire partie d'une équipe sportive. Surtout que ce dernier aurait reconnu, pendant l'enquête, qu'il m'avait effectivement séquestrée et étranglée avec mes clés, mais que « c'était pour me rapprocher romantiquement [de lui] ». Ainsi, même s'il l'avouait et que j'ai encore la cicatrice de ses ongles gravée sur mon avant-bras droit, la procureure et l'enquêtrice m'ont toutes deux dit que c'était « ma parole contre la sienne » (ce qui est un mythe soit dit en passant en vertu du Code criminel<sup>7</sup>).

Être confrontée à tant d'incohérence soulève des questions. Surtout que dans aucun manuel scolaire on explique comment survivre à un violeur, à la revictimisation subséquente ni même à comment poursuivre une vie par après. Ainsi, il y a un vide à combler de toute urgence puisque peu connaissent la vérité : celle où le viol c'est finalement l'histoire de « quelqu'un qui se fait prendre son identité, quelqu'un qui se fait prendre de force, quelqu'un qui se fait tuer en dedans<sup>8</sup> ». Le lectorat aura compris que la présente recherche se situe dans une perspective heuristique. Elle vise donc, à partir de mon expérience personnelle, à formuler des esquisses de solutions qui répondent à la question suivante : comment l'art-thérapie peut soutenir un processus de dévictimisation et favoriser une reprise de pouvoir sur sa vie ?

L'objectif étant d'explorer, ultimement, comment l'art-thérapie peut contribuer à offrir un certain sentiment de justice faute d'avoir pu le trouver dans les institutions « traditionnelles ».

---

<sup>6</sup> Je connais l'identité et l'existence d'au moins cinq autres de ses victimes. Pour plus de contexte sur ce qui s'est produit il faut consulter l'annexe, car l'angle de cet essai s'intéresse à la victimisation secondaire.

<sup>7</sup> En effet selon le Code criminel, section 273.2: Ne constitue pas un moyen de défense contre une accusation fondée sur les articles 271, 272 ou 273 le fait que l'accusé croyait que le plaignant avait consenti à l'activité à l'origine de l'accusation lorsque, selon le cas : [...] (b) il n'a pas pris les mesures raisonnables, dans les circonstances dont il avait alors connaissance, pour s'assurer du consentement. De surcroît, selon R. c. Ewanchuck, [1999] 1 RCS 330 (Cour Suprême du Canada) au paragraphe 49 : « Dans le contexte de la mens rea -- particulièrement pour l'application de la croyance sincère mais erronée au consentement -- la notion de « consentement » signifie que la plaignante avait, par ses paroles ou son comportement, manifesté son accord à l'activité sexuelle avec l'accusé ».

<sup>8</sup>Réplique de Monique Miller, 1979, dans le film « Mourir à tue-tête ».

## 1. PROBLÉMATIQUE ET REPÈRES CONTEXTUELS

En premier lieu, il importe de savoir que les lois et mesures qui encadrent le processus judiciaire désavantagent particulièrement les femmes, ne serait-ce que parce qu'elles ont été édifiées bien avant que les femmes ne soient même considérées comme étant des « personnes morales ». En effet, en Nouvelle-France, où l'âge de la majorité est fixé à 25 ans (Martel, 2017), les lois de l'époque déclarent que la « femme qui se marie passe de l'autorité du père à celle de l'époux. Elle doit demander la permission de son mari pour se lancer en affaires et même pour gérer ou vendre des biens qu'elle possédait avant le mariage » (Stoddart, 2014, n.d.). Elle est ainsi maintenue dans une dépendance financière et sociale à l'égard de son père puis de son mari.

Au XVIII<sup>e</sup> siècle, les lois maintiennent « les femmes à l'écart de la vie publique. Celles-ci ne peuvent ni accéder à l'enseignement supérieur, ni occuper de poste électif, ni se prévaloir du droit de vote, ni être membres d'un jury, pour ne citer que cela » (Stoddart, 2014, n.d.). Concernant le domaine du droit privé, il est notamment interdit « aux femmes mariées d'accéder à la propriété et aux mères de demander la garde de leurs enfants » (Stoddart, 2014, n.d.). Les principales victoires du mouvement des femmes du début du XX<sup>e</sup> siècle sont :

... leur accession aux études supérieures, l'obtention du droit de vote<sup>9</sup>, la prohibition de la vente de boissons alcoolisées (afin d'éveiller la conscience publique à la question de la violence familiale) et la reconnaissance du statut de personnes dans le cadre de la Loi sur le Sénat. Dans les années 60 et 70, comme jamais auparavant, les femmes prennent conscience de leurs droits ou des lacunes en la matière. Elles militent pour des changements législatifs en ce qui concerne la violence à caractère sexuel et exposent que les lois ne sont pas toujours appliquées, notamment en violence conjugale (une forme de voie de fait punissable en vertu du Code criminel) puisque la police hésite à intervenir dans ces problèmes où pèsent lourdement les préjugés et une opinion publique défavorable. Les tribunaux sont réticents à trouver le mari coupable sans le témoignage d'une tierce partie » (Stoddart, 2014, n.d.).

D'autant plus que ces mêmes tribunaux interdisent encore aux femmes d'être jurées. Les femmes avaient donc le droit de voter, mais pas de participer à la justice ! Sans parler de l'impact de leur absence sur les jugements rendus... Par exemple, dans les procès de viol, il était aberrant que les

---

<sup>9</sup> Après une longue lutte, les femmes du Manitoba, de l'Alberta et de la Saskatchewan obtiennent le droit de vote en 1916. L'Ontario et la Colombie-Britannique emboîtent le pas l'année suivante. Au plan fédéral, on accorde le droit de vote aux parentes des conscrits de 1917, puis, en 1918, on l'étend aux femmes blanches. Les autres provinces font de même avant 1922, à l'exception du Québec où les femmes sont privées de leurs droits de vote jusqu'en 1940. Toutefois, la victoire n'est pas complète. En effet, en 1948, le droit de vote est étendu aux Canadiens d'origine asiatique. Les Inuits l'ont obtenu en 1953, mais ce n'est seulement qu'en 1962 qu'ils peuvent exercer ce droit. Il faudra attendre 1960 pour que le gouvernement fédéral accorde ce droit aux premières nations, mais à la condition qu'ils s'émancipent. En 1988 un tribunal accorde le droit de vote aux personnes vivant avec un handicap intellectuel, de même qu'aux détenus purgeant une peine de moins de deux ans. En 2002 ces derniers peuvent désormais voter, peu importe la durée de leur peine. Ce droit a donc graduellement été élargi quand les restrictions liées à la richesse, au sexe, à la religion et à l'origine ethnique ont peu à peu été abolies. C'est donc un bon exemple pour illustrer comment, en raison des différents rapports de pouvoir et systèmes de domination ou oppression, il existe des barrières systémiques à une réelle égalité entre toutes et tous.

jurys soient exclusivement masculins puisque la capacité d'un jury à s'identifier à la victime pèse lourd dans son verdict. Cette discrimination a toutefois cessé lorsque le mouvement de défense des droits des femmes, par diverses manifestations et revendications <sup>10</sup>, a réussi à ébranler le système tout en contribuant à provoquer une ouverture en faveur d'une présence des femmes dans les jurys.

Aujourd'hui, bien que beaucoup de changements législatifs ont eu lieu depuis, il est encore possible d'avancer que cette forme d'impunité liée aux mythes, stéréotypes et rapports de pouvoir continue malgré tout de prévaloir. Exposer ces inégalités et la façon dont la justice criminelle demeure inadaptée pour répondre aux besoins des victimes/survivantes de violence à caractère sexuel est l'objectif de cette section. Elle permet d'éclairer les rouages de la violence à caractère sexuel et surtout d'illustrer à quel point les conséquences psychosociales de cette problématique sont en dichotomie avec ce qui est attendu en matière de « preuve » dans ce système.

### **1.1. Contexte sociohistorique**

« Une agression sexuelle porte atteinte aux droits fondamentaux, notamment à l'intégrité physique et psychologique et à la sécurité de la personne » (Gouvernement du Québec, 2001, p.22). C'est aussi un problème de sécurité et de santé publique qui malheureusement est très présent dans l'ensemble du monde. Chaque année des millions de personnes en font l'expérience et le Canada n'y fait pas exception. En effet, la situation actuelle démontre qu'au Canada, « 1 femme sur 3 a été agressée sexuellement au moins une fois depuis l'âge de 16 ans et 1 homme sur 6 sera agressé sexuellement au cours de sa vie » (Table de concertation sur les agressions à caractère sexuel de Montréal, 2018, p.14).

Plus concrètement, « agresser sexuellement c'est imposer des attitudes, des paroles, des gestes à connotation sexuelle contre la volonté de quelqu'un, et ce, en utilisant l'intimidation, la manipulation, l'intoxication, le chantage ou la violence verbale, physique ou psychologique » (Regroupement québécois des Centres d'aide et de lutte contre les agressions à caractère sexuel,

---

<sup>10</sup> Il est possible de penser notamment à la mobilisation des sept femmes, toutes membres de la cellule « X Action Choc » du Front de libération des femmes (FLF), qui avaient dénoncé cette injustice en criant « Discrimination ! La justice, c'est de la merde ! » lors de la comparution de Lise Balcer, le 1er mars 1971, au procès du felquiste Paul Rose. Quand les policiers ont tenté de les déloger, elles ont scandé en chœur : « On nous viole encore ! ».

RQCALACS, s.d.). « Il s'agit d'un acte visant à assujettir une autre personne à ses propres désirs par un abus de pouvoir, par l'utilisation de la force ou de la contrainte, ou encore de la menace implicite ou explicite » (Gouvernement du Québec, 2001, p.22). C'est un acte criminel. Pourtant, il n'y a aucun autre type de crime où on responsabilise autant la victime ; où on remet autant sa parole en question ; où se manifestent autant de déni et de violence de la part de l'entourage de la victime et de la société en général (Zaccour, 2019). On minimise, on banalise, on responsabilise la victime.

Selon Micheline Dumont (2015), cette méfiance spontanée (et particulièrement dirigée contre les femmes qui disent avoir vécu une agression sexuelle), est le fruit de siècles de préjugés sexistes qui persistent encore aujourd'hui en raison de notre héritage sociohistorique. En effet, dans les codes juridiques modernes (après le XVe siècle), le viol est un crime grave qui entraîne la peine de mort, mais en raison de cela la preuve du viol est incertaine et difficile à démontrer (Dumont, 2017). Les procès qui ont eu lieu lors de cette période suggèrent également que la « victime » est d'emblée suspecte. Avec l'arrivée en 1760 du code britannique, il est désormais considéré que pour qu'il y ait un « vrai » viol il faut prouver « qu'il y a eu pénétration et émission de sperme » (Dumont, 2017, p.18). Si la preuve de l'émission du sperme n'est pas établie, on utilise l'accusation de « grossière indécence », car toutes les autres formes d'agressions (exclues par ce critère) n'existent pas encore au sens de la loi. On comprend par-là que le véritable crime n'est pas sur la personne de la femme, mais sur sa possible fécondation qui est menacée (Néron, 1997).

De plus, comme en témoigne la jurisprudence précédant la fondation du Canada, quatre conditions établissant le « viol » furent progressivement édifiées à travers le temps. Ces dernières sont :

- « La résistance : Une femme doit prouver qu'elle s'est défendue, en montrant de préférence des blessures.
- La plainte spontanée : Une femme doit porter plainte très rapidement, soit en moins de 24 heures.
- La corroboration : Le témoignage de la femme seule ne suffit pas. Une autre personne doit venir corroborer sa plainte.
- La commune renommée : Une femme doit prouver qu'elle est chaste » (Dumont, 2017, p.19).

En 1892 la codification des infractions ouvre la voie à l'impunité du viol conjugal, car la définition du « viol » précise désormais qu'il s'agit de « l'acte d'un homme qui a un commerce charnel avec une femme qui d'une part “ n'est pas son épouse ” et d'autre part, ne consent pas » (Néron, 1997). La réforme du Code criminel de 1955 n'aura, elle, pour effet que de moderniser les termes de la définition de 1892 et d'abolir la peine de mort qui, à l'époque, était toujours une des sentences possibles en cas de viol (Néron, 1997). Autrement, la grande nouveauté de cette réforme est une certaine limitation de la nécessité de la corroboration du témoignage : elle se limite désormais uniquement au témoignage des victimes de sexe féminin alors qu'aucune corroboration n'est nécessaire lorsque la victime est un homme. Dans le cas de la femme, « on estime la corroboration nécessaire puisque l'on croit qu'elle pourrait porter plainte sans raison, à la suite d'un délire par exemple (!) » (Néron, 1997). Les lois à deux vitesses se reflètent aussi dans les dispositions du Code criminel concernant le viol : « on peut mettre en doute la valeur du témoignage de la victime, mais non celle de l'accusé. En outre, la défense a toute latitude pour reconstituer la vie sexuelle de la victime et essayer de démontrer qu'elle était consentante » (Stoddart, 2014, n.d.). En contrepartie l'accusé a le droit de garder le silence sans être inquiété<sup>11</sup>, car on ne peut déduire sa culpabilité du simple fait de son silence.

Toutefois, en 1982, par l'action des féministes, des modifications majeures furent apportées au Code. « La victime d'une agression sexuelle n'a plus à passer en justice au même titre que l'accusé. Le concept juridique du viol fait place à celui d'agression sexuelle » (Stoddart, 2014, n.d.). Dans les années 90 les amendements au Code criminel clarifient la notion de consentement (Stoddart, 2014, n.d.). Néanmoins, malgré les avancées acquises par l'action des mouvements féministes, les biais à l'égard des victimes/survivantes demeurent encore bien vivants aujourd'hui puisqu'ils sont malheureusement devenus des mythes et préjugés très répandus (Dumont, 2017). En conséquence, le traitement que fait l'appareil judiciaire des causes d'agression sexuelle, en particulier envers les femmes, demeure fortement influencé par cette culture juridique puisqu'elle est présente depuis des siècles et teinte encore les procès et les jugements. D'autant plus qu'au final, le système de justice criminel s'est construit à une époque où les femmes n'étaient pas

---

<sup>11</sup> C'est une réalité juridique encore en vigueur aujourd'hui, car c'est un principe de la justice fondamentale (dans R. c. Hébert, 1990). D'autant plus qu'au Canada, une personne est présumée innocente tant que la preuve ne permet pas à un juge de la déclarer coupable. C'est toutefois un droit qui génère un profond sentiment d'injustice pour beaucoup de victimes/survivantes, car il est attendu d'elles qu'elles fassent la « preuve » et donc de raconter avec moult détails, l'agression vécue (en plus de subir un contre-interrogatoire si la plainte mène à un procès).

encore considérées comme étant des personnes morales et qu'encore aujourd'hui, cette même égalité de « droit » et surtout de « fait » demeure un combat de tous les jours pour beaucoup de femmes.

## **1.2. Conséquences psychosociales**

À ces réalités historiques, juridiques et sociales, s'ajoute également le sentiment de honte et de culpabilité que vivent les personnes ayant vécu de la violence sexuelle. Par crainte de représailles ou de voir leur situation se complexifier, plusieurs personnes mettent des mois, voire des années avant de parler des agressions à cause de la honte. En moyenne, près de 42% des femmes attendent 13 ans et plus avant de demander de l'aide. Le quart ont attendu plus de 21 ans. (RQCALACS, s.d.). Les hommes quant à eux attendent près de 40 ans avant de dévoiler une agression sexuelle commise dans l'enfance (Deslauriers, Godbout, Samson, 2020). Les raisons sont multiples : « des systèmes de soutien inadaptés ; la honte ; la crainte ou le risque de représailles ; la crainte ou le risque d'être blâmées ou accusées ; la crainte ou le risque de ne pas être crues ; la crainte ou le risque d'être maltraitées et/ou d'être rejetées par la société » (Organisation mondiale de la santé, Organisation panaméricaine de la Santé, 2012, p.1). Surpasser cette difficulté demande énormément d'audace de la part de toutes les personnes se retrouvant impliquées dans une situation de violence à caractère sexuel, car cela génère énormément d'adversité.

Une des causes de cette adversité est que plusieurs institutions (mariage, famille, entreprises, écoles, églises, équipes sportives) craignent d'entacher leur réputation et mettent en œuvre des mesures pour éviter d'être condamnées sur la place publique (Lamielle, 2011). Conséquemment, lorsqu'une situation de violences sexuelles est dévoilée voire médiatisée, deux camps polarisés se forment : d'une part, ceux et celles se portant à la défense des victimes, et, d'autre part, ceux et celles se portant à la défense des auteurs (Lessard, 2017). Le tout est caractérisé par un torrent d'attaques verbales irrespectueuses ainsi que des menaces de répercussions sociales ou juridiques envers les personnes impliquées, particulièrement envers les victimes. Cela génère, en conséquence, un cercle vicieux de blâme et de honte qui pousse les victimes et auteurs à ne pas dénoncer et à rester seul.e.s avec ce lourd secret. C'est ce qu'on appelle communément la « culture du silence ».

Par ailleurs, outre le fait d'avoir été stigmatisées et mises au ban de la société, les victimes de violence sexuelle doivent aussi composer avec d'autres types de conséquences. En effet, les problèmes de santé physique liés à la violence sexuelle sont variés allant des infections transmissibles sexuellement et par le sang (ITSS) aux grossesses non désirées, à des avortements, dysfonctionnements sexuels, pathologies gynécologiques et/ou urologiques, fibromyalgie, cancers, maladie de Crohn ou même des maladies psychosomatiques (Thomas, 2015 ; Wathen, 2012 ; Benoit, Shumka, Phillips, Kennedy et Belle-Isle, 2016). La mortalité associée à la violence à caractère sexuel peut être due à un suicide, par l'infection du VIH ou encore au courant même de l'agression par homicide (Jewkes, Purna et Garcia Moreno, 2002).

La violence sexuelle est aussi associée à un risque accru de nombreux problèmes de santé mentale et sexuelle « ... dont les impacts se font sentir immédiatement, mais aussi des années après l'agression et dont les effets, qui peuvent durer très longtemps, sont tout aussi graves que les conséquences physiques » (Jewkes, Purna et Garcia Moreno, 2002, p.165).

La somatisation physique et psychologique en réponse aux violences sexuelles a donc des conséquences nombreuses telles que des sentiments de honte, de doute, de culpabilité ; des symptômes d'état de stress post-traumatique, la remise en question potentielle de son orientation sexuelle, l'apparition de troubles alimentaires, d'anxiété, de dépression, d'abus de substance, d'automutilation et d'idéations suicidaires ainsi que des problèmes sexuels et relationnels (conjugaux et familiaux) (Billette, Guay, et Marchand, 2005 ; Institut national de santé publique du Québec (INSPQ), 2018 ; Thomas, 2015 ).

De surcroît, ces symptômes ainsi que la manifestation de différentes émotions sont aussi souvent interprétés par la justice ou les professionnels de santé (encore peu au fait de ces questions) comme un signe de fragilité psychologique. La victime aurait, par essence, des problèmes que l'on attribue à d'autres facteurs qu'à l'agression subie (Lepage, 2016). Cette interprétation (psychologisation de la violence) influe donc sur la crédibilité dégagee et perçue par certains-es policiers-ères en ce qui concerne l'histoire relatée par la victime et cette perception peut aussi être renforcée par des biais sexistes défavorables qui la revictimisent à nouveau.



C'est donc pourquoi « le traitement que réservent les autorités aux victimes peut aussi générer un traumatisme » (Jimenez, 2011, cité dans Frenette *et al.*, 2018, p.28), car c'est le système et ses acteurs-trices qui décident si la plainte est acheminée, si la victime est crue, comment elle sera traitée, s'il y aura condamnation, etc. Les craintes des personnes victimes/survivantes d'être revictimisées à nouveau dans un système qui ne s'adapte pas à leurs besoins sont légitimes. En effet, selon quelques études menées aux États-Unis (notamment Campbell, 2005 ; Campbell et Raja, 2005, citées dans Frenette *et al.*, 2018), les personnes victimes/survivantes sondées ont indiqué qu'en raison de leur contact avec le personnel du système judiciaire : elles se sentaient mal (87 %), déprimées (71 %), « violées » (89 %), méfiantes envers les autres (53 %) et se montraient réticentes à l'idée de chercher de l'aide dans l'avenir (80 %). C'est la raison pour laquelle plusieurs victimes/survivantes établissent un lien entre leur agresseur et le système de justice, car les deux entités seraient intrinsèquement liées à leur victimisation, particulièrement si les acteurs du milieu judiciaire ont manqué d'empathie et d'écoute.

Cela mène donc à réfléchir à l'importance d'envisager des alternatives inédites pour ces femmes afin d'éviter de les victimiser à nouveau et de leur permettre de retrouver un sentiment de justice d'une manière qui soit fidèle à leurs valeurs et cohérente avec leurs besoins. C'est d'ailleurs tout l'intérêt de la question de recherche qui vise à déterminer comment l'art-thérapie peut soutenir un processus de dévictimisation et favoriser une reprise de pouvoir sur sa vie. Sa pertinence étant liée à l'importance de remettre en question l'identité des acteurs qui gravitent autour des dévoilements des violences à caractère sexuel, car l'expérience démontre que ces derniers – en tant que système - sont loin d'être les mieux positionnés pour le faire.

Autrement, ce ne serait pas autant nécessaire de leur offrir toutes sortes de formations et autres mécanismes visant essentiellement à ce qu'ils cessent de revictimiser constamment les victimes/survivantes. C'est même un constat assez troublant considérant qu'historiquement ; ils ont pourtant eu largement le temps d'apprendre à le faire. C'est littéralement leur travail, et ces mêmes critiques ne datent pas d'hier ni d'aujourd'hui. Elles précèdent ma naissance et même celles de tout lecteur.

## 2. REPÈRES THÉORIQUES ET CONTEXTUELS

Afin de mieux situer le cadre théorique et conceptuel qui oriente la présente recherche, deux perspectives seront présentées. Dans un premier temps, les violences sexuelles seront conceptualisées selon une perspective féministe. Et, dans un deuxième temps, les résultats d'une recension des écrits portant sur l'art-thérapie comme approche favorisant le sentiment de justice seront présentés.

### 2.1. Les violences sexuelles selon une perspective féministe

Le viol n'est pas la seule « vraie » agression sexuelle ; cette croyance historique minimise le traumatisme vécu par les victimes de voyeurisme, d'harcèlement sexuel, d'attouchements, d'exhibitionnisme ou encore l'imposition d'images sexuelles sur Internet. La violence à caractère sexuel peut donc se manifester de différentes façons et être exercée dans différents contextes. Elle inclut le harcèlement de rue, la misogynie, la menace de viol, la violence conjugale, l'exploitation sexuelle d'autrui, l'inceste, le chantage sexuel, le mariage forcé, les mutilations génitales, les actes lesbophobes, transphobes, etc (RQCALACS, 2015 ; Bergeron *et al.*, 2017 ; Gouvernement du Québec, 2016 cité dans Frenette *et al.*, 2018).

Dans une perspective féministe, la définition des violences à caractère sexuel dépasse la définition convenue dans le Code criminel. En fait, selon cette perspective, les violences à caractère sexuel sont considérées comme faisant partie d'un vaste continuum de la violence qui découle directement des normes et des croyances générées par ce que l'on appelle la culture du viol. Ce continuum est alimenté par les différents leviers de domination que sont les actes de violence et inclut aussi la manière dont les différents systèmes d'oppression interagissent tous les uns avec les autres (Romito, 2006). Il permet donc de répondre aux tentatives de cloisonnement et d'individualisation des actes de violence afin de les replacer dans leur contexte systémique. Il ne s'agit donc plus d'une série d'actes isolés, mais expose plutôt la continuité qui existe entre chaque geste de violence à caractère sexuel ainsi que le contexte de banalisation dans lequel ces actes sont commis, voire même encouragés.

La situation est encore pire lorsqu'une personne vit à la croisée de multiples oppressions et discriminations. Par exemple, 75% des jeunes filles issues des premières nations âgées de moins de 18 ans ont été victimes d'agressions sexuelles (Sethi, 2007). Une étude comparant les taux de cas d'agression sexuelle et physique chez les femmes en situation de handicap et des femmes qui ne le sont pas a démontré que celles en situation d'handicap étaient quatre fois plus susceptibles d'avoir subi une agression sexuelle (Martin *et al.*, 2006). Ainsi,

... les femmes en situation de handicap et celles qui vivent en établissement, les femmes des premières nations, particulièrement dans le Nord et les territoires, les femmes célibataires, séparées ou divorcées et les femmes sans emploi ou ayant un faible revenu courent des risques plus élevés d'être agressées sexuellement. (Ministère de la justice, 2015, n.d.)

« Les Canadiens et Canadiennes qui se définissent comme homosexuels ou bisexuels affichent un taux d'agressions sexuelles six fois plus élevé que celui observé chez ceux qui se définissent comme hétérosexuels » (Conroy, et Cotter, 2017, p.8) et « l'âge a également une incidence sur la vulnérabilité aux agressions sexuelles. Les jeunes femmes et les enfants courent les risques les plus élevés d'être victimes d'agression sexuelle » (Ministère de la justice, 2015, n.d.). Néanmoins, on peut considérer que ces chiffres ne permettent de voir que la partie émergée de l'iceberg.

Premièrement, parce qu'« uniquement 5 % des crimes sexuels sont rapportés à la police » (Perreault, 2015, p.25). Ensuite, bien qu'une partie plus importante pourrait en effet être révélée par des enquêtes et autres recherches approfondies ainsi que par le travail des organisations non gouvernementales, il n'en demeure pas moins qu'une partie importante du problème se situe en dehors des statistiques. La raison étant liée au fait que ce ne sont pas toutes les victimes de violences sexuelles qui sont outillées pour être en mesure de mettre des mots sur ce qu'elles ont vécu en raison de l'incompréhension de ce qui s'est produit ou encore parce qu'elles possèdent de nombreuses raisons qui les poussent à s'abstenir de dévoiler ce qu'elles ont vécu, tel que mentionné précédemment.

Également, certaines victimes/survivantes peuvent craindre des répercussions pour leur communauté si elles dévoilent qu'un membre de cette dernière l'a agressée. En effet, en raison des mythes et préjugés déjà existants à l'égard de plusieurs membres de la société, elles peuvent ressentir une pression à ne pas dévoiler par crainte de perdre un de leurs rares réseaux de soutien qui les protègent d'autres formes de discriminations. C'est d'autant plus problématique lorsque « la dénonciation à la police est présentée comme le chemin unique vers le courage, la guérison, la justice et la réparation » (Souffrant, 2020, n.d.).

En dépit des grandes avancées réalisées par les femmes dans certains pays, il demeure que sous la poussée des intégrismes religieux et des conservatismes politiques, de développements capitalistes sauvages et de gouvernements totalitaires, les droits fondamentaux des femmes continuent d'être brutalement bafoués à travers le monde. (Descarries, 2007, p.25).

Ici, la « Loi sur les Indiens », la « Loi 21 sur la laïcité de l'état » et les dossiers de brutalité policière exposent aussi comment les femmes ne sont pas toutes égales entre elles. D'autant plus que certaines pionnières du mouvement féministe canadien étaient ouvertement eugénistes et qu'encore aujourd'hui, des groupes de femmes sont fièrement transphobes, xénophobes, putophobes et/ou capacitistes.

Il est donc possible de constater que les violences à caractère sexuel sont liées ainsi que souvent vécues en conjonction les unes avec les autres. En effet, elles sont le résultat complexe de l'interaction entre le patriarcat et les autres systèmes de domination ou d'oppression (âgisme, capacitisme, capitalisme, cisgenrisme, classisme, néocolonialisme, hétérosexisme, impérialisme, racisme, sexisme) qui finissent par s'imbriquer et influencer les conditions sociales d'existence des personnes qui composent notre société. Les systèmes d'oppression traversent ainsi le continuum des violences et opèrent pour créer des situations complexes de violences à caractère sexuel. D'autant plus que les violences sexuelles se produisent parce qu'il y a des attitudes et des normes découlant de ce que l'on appelle la « culture du viol » qui s'ajoute aussi à d'autres oppressions systémiques qui permettent que cela arrive.

Ce concept, la culture du viol, se définit d'ailleurs comme étant un contexte social qui met en doute le témoignage des victimes et qui banalise tout type de violence à caractère sexuel, qu'il s'agisse de commentaires non désirés, de harcèlement, d'attouchements non désirés ou encore d'agression sexuelle. C'est également un environnement dans lequel les violences à caractère sexuel trouvent des justifications, des excuses, ce qui amène les victimes à devoir porter la responsabilité du crime. Ces pratiques influent alors sur nos comportements, ou sur ce que l'on tolère comme comportements de la part des gens qui nous entourent. Elles nous mettent en mauvaise posture pour reconnaître la violence subie (victime), observée (témoin) ou même exercée (agresseur). En outre,

... de 70 à 85 % des agressions sont commises par des personnes connues des victimes. L'agresseur peut être un ami, un conjoint, un membre de la famille, un voisin, un préposé aux soins, etc. Les victimes gardent le

silence par crainte du scandale dans la famille ou dans l'institution, par peur des représailles ou parce qu'elles refusent de dénoncer un proche qui risque une condamnation. Elles vivent de la honte, de la culpabilité, un sentiment d'impuissance – parce qu'elles pensent qu'elles ne seront pas crues ou qu'il n'y a pas de recours – et parfois même de la confusion par rapport à la nature du crime ou à leurs sentiments mitigés envers leur agresseur. (Tremblay, 2008, n.d.).

Certaines victimes finissent parfois par intérioriser les signes de harcèlement ou de violences sexuelles. Elles peuvent même aller, suite à une identification à l'agresseur, jusqu'à les considérer comme étant des compliments, une initiation précoce à la sexualité ou encore comme des preuves inéluctables de leur pouvoir de séduction.

La culture du viol concerne donc tout un système : un ensemble de valeurs, de comportements et de perceptions qui créent ensuite un contexte où la grande majorité des violences sexuelles demeurent minimisées, naturalisées, tolérées, voire même excusées. C'est donc pourquoi la très grande majorité des personnes survivantes, et plus particulièrement les femmes, ne font pas confiance au droit criminel pour trouver justice ou réparation. Une enquête de Statistique Canada réalisée auprès des victimes d'agressions à caractère sexuel a d'ailleurs révélé que « 43 % d'entre elles estimaient que la police n'aurait pas jugé l'incident assez important, 26 % croyaient que la police n'aurait pas été assez efficace et 40 % déclaraient que le contrevenant n'aurait pas été puni de façon adéquate. » (Roy, 2016, n.d.).

Des impressions tout à fait réalistes quand on considère qu'à peine 1 814 accusations pour agressions sexuelles sur 633 000 déclarées par les Canadien.nes ont abouti, en 2014, à une condamnation (Casavant, 2016 citée dans Bensimon, 2018) et que « le taux d'acquittement pour agression sexuelle (9 %) est aussi deux fois plus élevé que pour les autres crimes (4 %) » (Roy, 2016, n.d.). Le fait que les femmes connaissent souvent leur agresseur explique aussi leur silence. Par exemple, bon nombre de victimes considéraient « qu'il s'agissait d'une affaire personnelle (67 %), ne voulaient pas que le contrevenant ait des démêlés avec la justice (30 %) ou avaient peur de représailles de la part de celui-ci (22 %). » (Perreault, 2015, p.26).

Des faits qui corroborent ce qui est observé sur le terrain puisque sur « 633 000 agressions déclarées en 2014, à peine 20 735 incidents ont été rapportés à la police, soit une agression sexuelle sur 20 » (Conroy et Cotter, 2017, p.1). La violence sexuelle est donc le crime le moins susceptible d'être signalé aux autorités d'autant plus qu'il est le seul crime violent dont la

prévalence n'a pas diminué en 15 ans contrairement aux homicides, tentatives de meurtre, voies de fait, menaces et vols qualifiés (Roy, 2016).

Dénoncer à la police est donc une solution inadaptée aux yeux de la majorité des victimes, d'autant plus quand on sait que « 40 % des 20 735 plaintes déposées à la police n'ont pas été retenues » (Roy, 2016, n.d.). Pourquoi ? Doolittle (2017), suggère que c'est parce que dans beaucoup de cas, les policiers ne croient pas les plaignantes faute de formation spécialisée en la matière et qu'ils n'ont pas de techniques d'enquête en mesure de tenir compte de l'impact que le traumatisme peut avoir sur la mémoire.

Une enquête journalistique menée par le Globe & Mail a d'ailleurs déterminé que le résultat des enquêtes n'est, ni plus ni moins, qu'un jeu de hasard pour les victimes de violence sexuelle, car leurs chances de recevoir justice sont déterminées non seulement par les faits de leur cause, mais aussi par le lieu où le crime a été commis, le corps de police qui a pris leur dossier ainsi que le policier qui a mené l'enquête (Doolittle, 2017).

Les condamnations sont elles aussi une autre grande loterie considérant que la Couronne (le Directeur des poursuites criminelles et pénales [DPCP] au Québec) porte uniquement 3 752 dossiers (soit 41 % des 9 088 reçus et dont les plaignants ont décidé de procéder à la poursuite [sur 12 663 retenus par la police] (Roy, 2016)) devant les tribunaux en fonction de critères tout à fait subjectifs comme la façon dont ils évaluent la crédibilité de la victime ou encore sa capacité à passer à travers un procès. Arrive ensuite le juge qui lui aussi peut être tout autant influencé par les mythes et préjugés véhiculés par la culture du viol comme l'ont démontré certains cas très médiatisés<sup>12</sup> et qui ont inspiré des projets de loi visant la création de formations qui leur serait spécialement dédiés (Ministère de la justice, 2020).

---

12 À titre d'exemple, lors d'un procès pour agression sexuelle en 2014, l'ancien juge controversé Robin Camp avait dit à la plaignante que « la douleur et le sexe vont parfois ensemble » et lui avait demandé pourquoi elle n'avait pas « serré les genoux ». En 2017, malgré des preuves « troublantes », le juge Gregory Lenehan a acquitté un chauffeur de taxi accusé d'agression sexuelle sous prétexte que selon lui ; quelqu'un en état d'ébriété [inconsciente] peut tout à fait accorder son consentement. Ses propos n'ont été connus du grand public que parce que des journalistes étaient présents, car il avait rendu sa décision de vive voix. Le juge Jean-Paul Braun quant à lui a créé une onde de choc similaire quand, lors du procès d'un chauffeur de taxi accusé d'avoir agressé sexuellement une ado de 17 ans dans son véhicule, il avait déclaré : « on peut le dire qu'elle a un peu de surpoids, mais elle a un joli visage hein ? ». Selon ce juge, la jeune femme était certainement « un peu flattée », car « c'est peut-être la première fois qu'un homme s'intéresse à elle ». Il disait aussi croire que l'homme voulait embrasser la jeune fille – « ça, ça peut être un geste acceptable » –, mais que « ce n'est pas le même consentement pour embrasser quelqu'un et le consentement pour lui mettre, comme on dit, la main au panier ».

Pour celles (les victimes/survivantes) à qui on a laissé miroiter l'idée que le processus judiciaire serait réparateur (alors qu'il est revictimisant en soit) on créait un espoir qui est trop souvent déçu, faute d'être axé sur leurs droits. En effet, le témoin (victime/survivante) ne participe pas à la négociation des accusations déposées contre son agresseur ni même aux décisions liées à sa plainte. La raison étant que dans son essence même, le droit criminel n'est pas fait pour obtenir une condamnation. C'est plutôt un processus qui vise à protéger les droits de l'accusé face au pouvoir punitif de l'état (Kwochka, 1996 ; Delgado, 2000). C'est un processus polarisant où l'agresseur « présumé » a tout intérêt à nier les faits qui lui sont reprochés. Cette forme de justice met, trop souvent, la parole des victimes/survivantes (témoin) en opposition à celle des agresseurs ce qui a pour effet de reproduire les rapports de pouvoir déjà existants entre ces deux parties. Une étude québécoise a d'ailleurs démontré que « même les femmes qui ont déclaré être généralement satisfaites de leur parcours à travers le processus judiciaire ont affirmé qu'elles ne recommenceraient pas la démarche si elles se retrouvaient à nouveau dans une situation similaire » (Frenette *et al.*, 2018, p.13).

En somme, « certaines femmes voient dans la loi le moyen de changer leur condition, mais en même temps la loi figure parmi les instruments qui confirment leur dépendance sociale » (Stoddart, 2014, n.d.). Considérant l'état actuel du droit criminel, les besoins psychosociaux des personnes victimes d'agressions à caractère sexuel et les réalités qui leur sont propres, il est possible d'avancer la pertinence que des espaces au sein desquels les personnes victimes/survivantes peuvent s'épanouir et parvenir à éprouver un véritable sentiment de justice doivent être créés. Particulièrement lorsque l'on sait que ce ne sont que 3% des plaintes logées à la police qui se rendent à l'étape du procès (Centre de prévention et d'intervention pour victimes d'agressions sexuelle – CPIVAS, s.d.) et qu'au final ; ce ne sont que 3 agressions sexuelles sur 1 000 qui se soldent par une condamnation (Roy, 2016).

## **2.2. L'art-thérapie et les violences sexuelles**

En plus des risques associés au dévoilement, plusieurs victimes/survivantes se détournent du système de justice faute d'accepter de s'astreindre au droit criminel qui est essentiellement revictimisant dans sa nature même. En conséquence, « lorsque les victimes se sentent oubliées

par le système de justice, elles trouvent elles-mêmes des stratégies et des actions pour s'assurer d'une certaine reprise de pouvoir sur leur vie » (Cyr et Wemmers, 2011 cités dans Frenette, 2018, p.51). D'où l'importance d'innover et de réfléchir à des façons d'optimiser le développement d'un véritable sentiment de justice.

L'art-thérapie peut justement être une avenue intéressante à explorer, surtout que cette approche d'intervention ne nécessite pas la parole. Elle est donc particulièrement pertinente pour les personnes victimes/survivantes puisque plusieurs ressentent l'interdiction de s'exprimer par honte ou culpabilité en raison de la culture du silence. Grâce au processus de symbolisation, l'art-thérapie encourage l'exploration de l'identité insécure dans un environnement de soutien où la perte et l'agression peuvent être librement exprimées, dénoncées et ressenties. Elle prend aussi en compte la subjectivité de la personne et de sa souffrance, de ses expériences intérieures et relationnelles, ainsi que de son besoin de reconstruction (Corin, Poirel et Rodriguez, 2011) par le biais des arts, d'activités de groupe et l'établissement d'une qualité relationnelle (Pelletier, 2017).

L'analyse des œuvres permet aussi de mieux saisir la réalité individuelle (Pelletier, 2013) et donc de faire émerger des vécus ou des peurs qui, à travers l'art, deviendraient visibles. Il devient alors possible de transformer les croyances et les cognitions limitantes, d'augmenter la compétence et le contrôle, et de recréer le soi au-delà des rôles habituels (McNiff, 1976). Expérimenter l'expression des émotions refoulées ou dissociées permet aussi à l'artiste de se libérer de la souffrance physique et morale (Heller, 2017) qui gît en elle, en plus d'apprendre à nommer ses besoins. L'imagerie prend aussi une importance iconique en tant que témoin de la métamorphose (Kaplan, 2007) parce que créer permet d'avoir un exutoire sécuritaire où libérer les tensions internes. La créativité comme élément thérapeutique permet donc un univers rempli de possibilités où « la perte et le chagrin vécus sont représentés visuellement pour ensuite agir comme une extériorisation et une réflexion du monde intérieur servant de témoin silencieux aux capacités de guérison » (Caranci, 2007, p.16). Exprimer graphiquement cette souffrance devient ainsi une stratégie moins menaçante, car le processus de création encourage le mouvement et l'exploration en contexte sécuritaire (Pelletier, 2013). Particulièrement lorsque les sentiments négatifs sont très menaçants et réprimés, car « les œuvres d'art peuvent fournir des moyens



d'exploration plus sûrs et plus obliques » (Reynolds, 2000, p.108) pour ensuite « les remanier dans des interprétations plus positives de soi et de la vie » (Caranci, 2007, p.16).

Par ailleurs, en parallèle, la psychologie analytique (telle que théorisée par Carl Gustav Jung et dont la perspective est très utilisée en art-thérapie) considère que le processus d'individuation proprement dit, c'est-à-dire l'accord du conscient avec son propre centre intérieur (noyau psychique) ou Soi, naît en général d'une blessure infligée à la personnalité, et de la souffrance qui l'accompagne (Jung, 1964). Un trauma, dans cette perspective, devient alors une opportunité de croissance post-traumatique<sup>13</sup>. Pour ce faire, nous devons observer le dynamisme de l'inconscient et ce sont les manifestations oniriques/symbolisation qui sont, pour Jung, les plus révélatrices (Beaubien, 2009). Exactement comme en art-thérapie où l'image est considérée comme étant une représentation du paysage intérieur d'une personne. Elle éclaire ce qui était, ce qui est et ce qui pourrait être. Dans son caractère concret, elle proclame une réalité qui peut être transformée (Kaplan, 2007).

Par conséquent, l'art-thérapie combinée à l'approche jungienne permet de mettre en lumière les images qui nous habitent pour mieux les observer, les comparer et les transformer. Le remodelage du traumatisme voire même de l'identité tout entière est donc une voie non seulement vers le rétablissement, mais aussi vers la création de son être en intégrant ses expériences de vie. L'impact est majeur d'autant plus que l'art-thérapie est aussi un espace protégé de découverte qui permet la réparation individuelle et sociale des injustices (Hocoy, 2007) et que l'approche jungienne, axée sur la voie symbolique, est avant tout un effort de réconciliation avec soi-même et avec le monde, de même qu'une quête de sens (L'Association des psychanalystes jungiens du Québec, s.d.). En effet, dans une perspective jungienne « se connaître soi-même signifie que l'on vise une compréhension empirique de sa propre nature humaine. On veut connaître l'individu dans sa totalité » (Beaubien, 2009, p.55).

Ce qui offre comme potentiel « en trouvant et en reconstruisant son identité, débarrassée des entraves de leur passé et des contraintes ambiantes liées à la culture du viol, que les

---

<sup>13</sup> La croissance post-traumatique se définit par « l'expérience de changements positifs significatifs découlant des efforts d'adaptation d'une personne face à une crise majeure. Ces changements dans la vie cognitive et émotionnelle de l'individu l'amèneraient à dépasser son niveau de fonctionnement psychologique pré-traumatique » (Tedeschi et Calhoun, 1996, p.469).

victimes/survivantes puissent réellement guérir, dans le sens le plus profond du terme » (Fisher, Goodwin et Patton, 2009, p.3) qu'elles soient femmes, hommes, non-binaires ou créatives dans leur genre. Cette approche devient d'autant plus intéressante auprès des personnes que la société marginalise puisqu'elle permet de donner de la visibilité, de la stature et de la présence dans le monde (Borowsky, 2007, cité par dans Kaplan, 2007).

C'est un élément crucial, car lorsqu'un évènement survient dans la vie d'un être et que, réagissant à cet évènement, il en est affecté comme s'il était le seul à qui cela arrive, alors qu'en réalité c'est là une expérience tout à fait générale de la vie, manifestement, son attitude est fautive, à savoir bien trop personnelle, et elle l'exclut de la communauté humaine (Jung, 1964 ; 1987).

Ultérieurement, il devient même possible d'imaginer pouvoir utiliser l'art-thérapie comme outil de transformation sociale puisqu'en s'engageant dans un processus d'art-thérapie, une personne peut changer l'image et ainsi changer son comportement personnel, car l'une des « choses qui fait partie du processus visant à donner un sens à l'expérience des victimes est le développement d'une identité propre, qui va au-delà de la simple réparation des dommages causés par les traumatismes » (Fisher, Goodwin et Patton, 2009, p.3).

Ce qui peut à son tour changer une famille, un groupe ou même le monde (Borowsky, 2007, cité dans Kaplan, 2007). Particulièrement lorsque cette même personne évoluait dans l'ombre collective<sup>14</sup>. Pour sortir du piège tendu par la culture adversariale et carcérale du système de justice criminel actuel, il est urgent d'explorer d'autres avenues tant légales que psychosociales. D'autant plus que cette forme de justice est reproductrice de violences et qu'elle maintient en place des politiques dont l'essence même contribue à reproduire les rapports de pouvoir, et ce, d'une génération à l'autre. Or nous sommes capables de mieux, mais surtout d'innover puisque nous avons la chance d'avoir des mouvements sociaux forts qui sont portés par des personnes tout autant déterminées et prêtes à libérer voire renouer avec leur parole. Il suffit d'offrir le bon

---

14 « L'ombre collective, c'est l'ombre de la collectivité exogame et de ses organisations, l'ombre d'une famille, d'un groupe, d'un pays, d'une culture ou d'une civilisation. L'ombre collective a ses effets dans l'individu avec tous ses niveaux : archétypiques, transgénérationnels, culturels et historiques. Ces conceptions et réponses passent à nos yeux pour des certitudes, l'expression même de l'ordre des choses. Les notions d'ombre et d'ombre collective permettent d'interroger telles positions conscientes qui nous paraissent évidentes, de questionner nos valeurs et celles de notre civilisation, et de considérer ce que ces positionnements impliquent comme ombre, comme mise en ombre et, par conséquent, comme organisation de la violence » (Sandor-Buthaud, 2004, p. 65-67).

espace et surtout être prêts collectivement à recevoir ces éclats de vérité comme peut l'offrir, entre autres, l'art-thérapie.

### **3. MÉTHODOLOGIE DE LA RECHERCHE BASÉE SUR L'ART**

Ayant personnellement vécu de la violence sexuelle puis de la victimisation secondaire au contact de notre système de justice, il m'apparaît pertinent de m'engager dans un processus personnel d'intégration de cette expérience de vie. L'objectif étant de développer un sentiment de justice interne, faute d'avoir pu en développer un auprès des instances « traditionnelles ». Ma recherche, de type heuristique, vise à identifier comment l'art-thérapie peut soutenir un processus de dévictimisation et favoriser une reprise de pouvoir sur ma vie.

En outre, en tant que future art-thérapeute, il est tout aussi pertinent d'expérimenter une démarche de création dans une perspective de guérison et de consolidation de mon sentiment identitaire puisque je serai appelée à intervenir auprès de personnes ayant des vécus qui feront écho au mien.

#### **3.1. Posture épistémologique**

La présente recherche se situe dans un paradigme constructiviste et est appréhendée dans une perspective heuristique et exploratoire orientée sur les processus et vécus présents lors de créations art-thérapeutiques. La raison étant que cette approche favorise le processus de recherche de soi tout en permettant la formation d'une nouvelle conscience (awareness) (Sela-Smith, 2002) grâce à l'incarnation de l'expérience. Ainsi, je vise à explorer mon monde intérieur à travers un processus artistique, puisque créer génère de nouveaux savoirs via des allées et venues entre l'œuvre et le processus (Hexagram, s.d.). Cette posture favorise donc la production de connaissances et l'innovation grâce à l'expression artistique, à l'analyse scientifique et à l'expérimentation (Boudet, 2018).

De plus, l'ouverture à l'expérience qui se déroule dans un tel contexte met en mouvement cette quête d'en connaître encore davantage sur soi et le monde, parce que le questionnement initial évoluant au rythme des révélations inédites s'ouvre sur des perspectives jusqu'alors inexplorées

(Bernèche et Plante, 2009). L'approche heuristique dans une perspective artistique convient aussi à « l'autoformation existentielle », car la « matière réveille l'esprit » (Gosselin, Potvin, Gingras et Murphy, 1998, p.657) et que « l'activité créatrice peut amener, chez la personne qui crée, une nouvelle compréhension d'elle-même et de la réalité extérieure » (Noy : 1978a, cité dans Langdeau, 2002, p.142).

### **3.2. Méthodologie de la recherche**

Deux types de données seront collectées : dix productions artistiques (gribouillis<sup>15</sup>) et un journal du processus créateur afin de saisir l'expérience vécue et de faciliter l'analyse des résultats. Le choix de recourir à des gribouillis n'est pas anodin, car faire « un gribouillis permet de montrer une image de ce que le cerveau conscient n'est pas au courant » (Caranci, 2007, p.35) et donc de détourner les résistances. En effet, cette technique aide souvent à générer des images et, par la suite, à projeter des pensées ou des sentiments à travers l'expression artistique (Coreno, 2007). C'est donc un outil très intéressant pour détourner les mécanismes de défense tout en permettant d'accéder à des réponses qui auraient été très difficilement accessibles consciemment.

Mes premières réflexions seront colligées après le processus de création afin d'y recenser les découvertes que je ferai au contact des œuvres, à partir de mon ressenti. Je prévois consacrer aux productions artistiques une attention quotidienne d'une durée indéterminée afin de plonger véritablement dans le processus, et ce, pour une durée de dix jours consécutifs. Après chaque création, j'inscrirai mes réflexions personnelles sur mon processus de création dans un journal de bord. L'idée d'avoir un journal est de pouvoir garder une trace des réflexions qui vont émerger en plus de fournir des éléments de réponse aux questions suivantes :

- Dans une perspective jungienne, quelle est la symbolique associée à ce symbole ?
- Quelles sont mes associations libres ?
- Suite à cette création, comment je vis mon sentiment de justice ?

---

15 La technique du gribouillis est une série de mouvements aériens transposés sur une feuille à l'aide d'un outil graphique (crayons, stylos, pinceaux, doigts). C'est une technique amusante et non menaçante (Oster et Gould, 1987) qui aide les individus à exprimer extérieurement les parties de leur être qu'ils ont habituellement de la difficulté à partager (Hanes, 1995).

Toutes les données recueillies seront soumises à une analyse thématique qui sera effectuée afin d'extraire des thèmes du corpus de données qui ressortent de mes créations et du journal de bord. Quelques thèmes seront identifiés puis analysés pour voir comment ils se recourent, se rejoignent ou se contredisent tout en offrant, petit à petit des pistes de réflexion en lien avec la question de recherche (Paillé et Mucchielli, 2012). Comme démarche de thématization, c'est celle en continu qui a été retenue. Les thèmes seront donc identifiés et notés au fur et à mesure, regroupés et fusionnés au besoin puis hiérarchisés sous forme de thèmes centraux, car cela permet une analyse fine et riche des données (Paillé et Mucchielli, 2012).

### **3. 3. Retombées de la recherche**

Il est attendu que ma recherche contribuera au développement de ma vision de l'art-thérapie et conséquemment de mon identité professionnelle, grâce aux « insights » et à l'« awareness » qu'elle m'offrira. Peut-être même qu'elle m'aidera à concilier mes différents champs d'intérêt (la justice sociale, l'intervention féministe et la politique) afin de les intégrer dans une pratique originale et personnelle de l'art-thérapie ? Il est attendu aussi qu'elle influencera mes réflexions entourant l'impact des barrières systémiques du système de justice criminel sur le sentiment de justice des personnes victimes/survivantes de violences à caractère sexuel. Finalement, la recherche trouve sa pertinence sociale dans sa capacité à mettre en lumière l'importance d'offrir un accompagnement spécialisé et concerté pour ce type de clientèle, en particulier avec l'art-thérapie; dans ce sens, la recherche contribuera au développement des connaissances sur le déploiement de l'art-thérapie dans ce contexte d'intervention. Éventuellement les gribouillis réalisés dans le cadre de cette recherche pourraient me mener à un autre projet de création artistique.

### **3. 4. Forces et limites de la recherche**

Toute recherche a des limites et des forces. Une recherche heuristique présente une perspective subjective et intimiste d'une réalité ou d'une expérience, ce qui ne permet pas d'en extrapoler les résultats à un plus grand nombre. Toutefois, elle a l'avantage d'offrir une compréhension en profondeur, dans toutes les subtilités de cette même réalité. Comme cette recherche porte sur mes expériences de vie, je parle à travers la lunette de mon vécu : mes histoires ; mes privilèges ; ma

réalité et de ce dont j'ai été témoin que ce soit dans ce que j'ai vu, lu ou expérimenté. Étant imparfaite et faillible, j'ai des angles morts que je reconnais en moi. D'abord, je suis une profane. Je n'ai pas fait mon droit ni mon barreau. Je suis une civile aussi. Par ailleurs, je porte en moi une trajectoire de victimisation qui teinte nécessairement ma vision de l'enjeu des violences à caractère sexuel. C'est donc pourquoi, pour pallier à mes biais de chercheuse, j'ai eu recours à deux types de données et que mes conclusions sont formulées en termes d'hypothèses que d'autres recherches pourront valider ou non. En outre, je compte continuer de m'intéresser aux œuvres et aux vécus d'autres victimes/survivantes, et participer à des événements (manifestations, spectacles-bénéfices, conférences) qui leur donnent une voix.

## 4. RÉSULTATS

### 4.1. Compte-rendu du processus

J'ai commencé la série de dix gribouillis le 10 avril 2020. Toutefois, j'ai instauré une pratique quotidienne à partir du 14 avril jusqu'au 22 avril. De manière générale, les créations ont été réalisées dans le calme et avec l'intention de m'observer afin d'en savoir plus sur mon propre sentiment de justice à l'égard de la violence que j'ai vécue, avec le sentiment en plus que la société y avait donné son aval. Quand je me sentais prête à laisser parler mon inconscient, je m'installais doucement sur un bureau dans ma chambre avec mon matériel : (a) Crayons de plomb, (b) crayon de couleur en gel blanc parfumé à la vanille, (c) papier de construction noir format 8 ½ x 11, (d) journal de création, (e) stylo à l'encre liquide noir.

Je mettais ensuite de la musique en lien avec l'état d'esprit dans lequel je me trouvais. Je prenais quelques instants pour me déposer et, avec le soutien de la respiration profonde, je laissais monter en moi l'inspiration. Une fois en contact avec mon état intérieur, je continuais le mouvement que j'avais éveillé en moi en traçant une ligne continue au crayon de plomb sur le papier de construction que j'avais déjà préalablement placé devant moi. Je faisais ce trait en étant assise les yeux fermés et majoritairement avec ma main droite qui est ma main non dominante pour une durée allant de 45 secondes à 2 minutes. Une fois le gribouillis créé, je le prenais entre mes mains puis je le faisais tourner dans les quatre orientations possibles afin d'en dégager une image.

Me laisser choisir<sup>16</sup> par une forme prenait entre 4 à 10 minutes et je traçais ensuite ce que j'avais trouvé avec le crayon de couleur en gel blanc. Le processus de traçage durait environ 6 à 15 minutes puisque je prenais le temps d'observer chaque ligne afin d'évaluer lesquelles rendraient le meilleur résultat.

Ce qui est intéressant avec les œuvres ainsi créées, c'est que l'orientation de celles-ci (portrait comparativement à paysage) est le fruit du hasard puisque ce n'était pas une intention. C'est arrivé en fonction de ce que je trouvais comme image dans le gribouillis et c'est donc une coïncidence si pour l'ensemble des dix créations c'est ainsi qu'elles se sont présentées à moi. C'est la même chose pour ce qui est du fil conducteur qui s'est créé en lien avec le règne animal, car je n'avais pas comme objectif de m'arrêter uniquement à ce type de symboles. C'est accidentel si le résultat rappelle les vénération associées aux rituels sacrés liés aux animaux-totems et qui sont très présents chez de nombreux peuples issus des premières nations ou encore auprès de certaines cultures africaines et européennes. Ce n'est donc pas une pâle copie ou un désir d'appropriation de ces pratiques sacrées, mais le rendu d'une partie de mon propre processus d'individuation tel que théorisé par Carl Gustav Jung. Cette méthode d'analyse permet « d'élargir et d'enrichir le contenu inconscient par le biais de parallèles faits avec les sciences humaines et l'histoire des symboles, nécessitant une vaste connaissance de la psychologie des anciens, de la mythologie, de l'archéologie et de l'histoire comparée des religions » (Lévesque, 2010, p.102). C'est d'ailleurs pourquoi je me suis référée à différentes sources qui ont étudié la symbolique des animaux et que je m'en suis inspirée pour donner sens aux images créées.

Concernant d'autres liens entre les œuvres, c'était intentionnel d'utiliser un support avec un ton noir ainsi qu'un outil graphique de ton blanc afin de symboliser le passage de l'ombre à la lumière. Également, pour des raisons esthétiques et afin de garder une uniformité entre chacune d'entre elles, j'ai fait le choix de garder les créations au stade de la préimage. La raison étant que ça facilite aussi, à mon sens, l'interprétation et l'analyse des résultats dans une perspective jungienne puisqu'elle se veut « une reconquête de soi par le biais d'images laborieusement créées. Elle est découverte de soi via des symboles personnels riches en énergie de vie. Les

---

16 Le gribouillis sert, entre autres, à déconditionner le mental et à accéder à l'inconscient. Il permet de dégager des formes gorgées de messages inconscients et il importe d'arrêter sa conscience à celle qui retient le plus notre attention. La raison étant que c'est elle qui recèle le plus haut risque de détourner les mécanismes de défense habituels contrairement à une forme que nous aurions choisie « rationnellement » et donc, avec contrôle.

images créées sont des empreintes ; elles guident vers le processus d'individuation » (Lévesque, 2010, p.113). Sinon, concernant les entrées dans le journal de bord, j'ai constaté, à la fin de la série de 10 images terminée le 22 avril dernier, que je ne me suis jamais intéressée à inscrire quoi que ce soit avant de créer ou entre deux créations. Je trouve cette situation intéressante dans la mesure où je l'interprète comme étant la manifestation de comment mon propre esprit fonctionne depuis l'agression. En effet, je segmente toutes mes activités et les explore de façon complètement déconnectées les unes des autres. Dans le sens où, pour survivre, j'ai appris à tout mettre dans différents tiroirs et à les ouvrir uniquement lorsque le contexte me l'impose. Je me coupe donc de la globalité de mon expérience faute de pouvoir l'organiser dans un sens « habitable » puisque je dois quand même affronter les situations de la vie courante (travail, étude, quotidien) en demeurant fonctionnelle. Cette stratégie permet de survivre, mais pas de vivre puisque je me retrouve tellement absorbée par certaines tâches que parfois j'en oublie même d'avoir conscience de mon environnement.

C'est notamment pourquoi je répondais, tout d'un trait (même si ça prenait entre une heure et quart et trois heures), dans mon journal aux différentes sous-questions dont je m'étais dotée afin de répondre, plus globalement, à la question de recherche. Autrement, je craignais ne pas être en mesure de compléter la tâche et même d'oublier les éléments de réponse ou les associations réalisées au contact de l'image. D'ailleurs, pour mieux comprendre le sens des images, j'ai eu recours au « dialogue jungien ». Ce terme désigne le processus par lequel un individu identifie et différencie les aspects de sa personnalité en dialoguant avec l'un d'eux à travers le symbole qu'il emprunte dans l'image créée. C'est un processus qui fait appel à l'imagination, à l'écriture, à la peinture ou à toute autre forme d'expression qui donne une existence réelle au contenu inconscient (Chauvin et Frizon-Hémard, 2016).

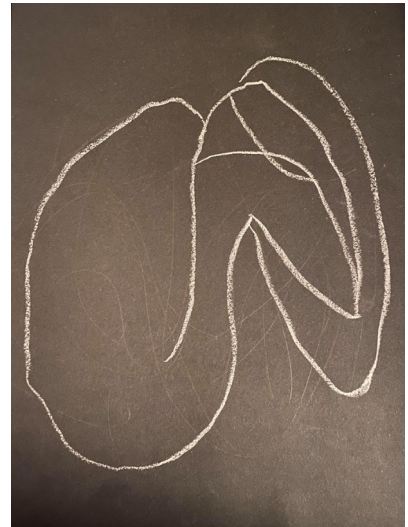
Ce passage de l'inconscient au conscient met le sujet sur son chemin de développement (processus d'individuation) tout en permettant de ressentir la présence et la force d'une ou plusieurs « facettes » de sa personnalité (Chauvin et Frizon-Hémard, 2016). C'était un processus laborieux, mais fort éclairant. Les moments où j'ai eu accès à tant de profondeur sont très rares. Ça m'a donné le goût de poursuivre une pratique similaire par la suite dans l'optique de renouer davantage avec ma vie intérieure.



## 4.2. Contenu du processus

Le condor qui est apparu dans la première création m'a fait comprendre que j'ai besoin « d'intégrer la sagesse de ceux qui sont déjà morts » (Perrier, 2016). Autrement, l'amertume fait en sorte que tout ce que je touche goûte la mort, car « je n'ai pas encore entièrement fait le deuil de ce qui s'est produit » (extrait du journal de création, 10 avril 2020). D'autant plus que je trébuche perpétuellement sur « le cadavre en putréfaction » (extrait du journal de création, 10 avril 2020) de la jeune fille que j'ai été.

En effet, je la trimballe partout où je vais puisque la laisser partir voudrait dire (selon plusieurs) que si je ne performe pas ma souffrance ; c'est que forcément ce que je dénonce ne m'est pas arrivé et que j'ai menti. Je m'y accroche comme pour démontrer que ma résilience n'efface en rien l'impact de ce qui s'est produit. Toutefois, cette « force » ou ce militantisme me garde enfermée dans le rôle de la « survivante » qui, ultimement, devient l'envers de la même médaille, dont l'autre face est celle de la « victime ». Ça participe donc au même processus de victimisation que la société impose sur nous toutes quand on dénonce. Cette dynamique me donne l'impression de demeurer, en conséquence, comme « soumise » au regard et au jugement des autres en plus de freiner mon propre épanouissement puisqu'il devient dépendant, d'une manière ou d'une autre, de la reconnaissance d'autrui et de la société.

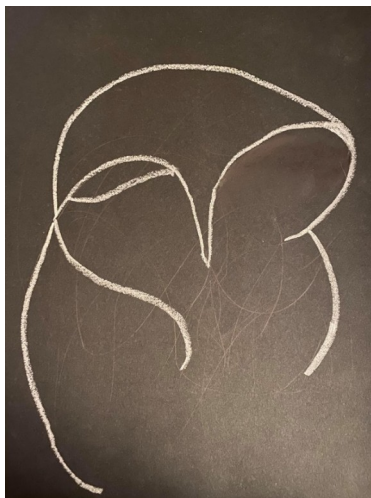


*Condor des Andes. Format 8 ½ x 11.  
Crayon de plomb et crayon de couleur  
en gel blanc.*

Au jour deux, une chouette est apparue. Elle est annonciatrice d'une mort imminente, de transition et de changements importants (Fontaine, s.d.). Celle-ci m'a d'ailleurs permis de nuancer ma posture et de comprendre que je peux me libérer de la dynamique victime/survivante. Toutefois, je dois d'abord en comprendre la source et j'ai réalisé que c'est le fait que mon histoire ait été exposée, sans mon consentement (et au détriment de ma vie), qui a créé ce besoin d'écoute et de reconnaissance. En effet, du jour au lendemain, « je me suis retrouvée face à mes pires cauchemars sans aucun soutien et en étant très peu outillée pour y faire face du haut de mes 17

ans » (extrait du journal de création, 14 avril 2020). Je ne connaissais personne qui s'était déjà relevé d'une telle épreuve alors j'ai dû faire preuve d'imagination, de créativité et surtout d'ingéniosité pour arriver là où je suis aujourd'hui.

Cette chute vers ce point de non-retour, loin du silence assourdissant et de mes anciennes illusions, m'a donc poussée, à la dure, à développer la faculté de voir dans l'obscurité en plus d'apprendre à « voir au-delà du voile de la tromperie et de l'illusion » (Fontaine, s.d.). Ainsi, graduellement et à force de mettre toute mon énergie pour me battre contre l'étiquette de « victime », je me suis même mise à développer un certain sentiment de toute-puissance qui m'offrait (en compensation) espoir et conviction que tout finirait par s'équilibrer ; comme par magie. Cette chouette m'a donc offert de constater que c'est à moi de rétablir l'équilibre et laisser partir, doucement et tranquillement, les mécanismes de protection que j'ai acquis à travers les années et qui sont finalement devenus « un cercle vicieux qui me brime dans ma capacité d'édifier ou d'être qui j'ai réellement envie » (extrait du journal de création, 14 avril 2020). Faute de souplesse, ces mécanismes de protection ont pris la forme d'une routine devenue rigide et qui laisse très peu de place à l'imprévu ou au mouvement.



*Chouette blanche. Format 8 ½ x 11.  
Crayon de plomb et crayon de  
couleur en gel blanc.*

En effet, « l'activisme et mes études ont sournoisement envahi toutes les sphères de ma vie (faute d'avoir trouvé d'autre refuge) et ce rôle a même fini par se substituer à mon identité » (extrait du journal de création, 14 avril 2020). La chouette m'a donc démontré que c'est une posture que je gagnerais à transformer si je souhaite véritablement faire place à d'autres expériences, en dehors de la victimisation. D'autant plus que, en raison de l'ombre collective, la société nous incombe d'un immense poids soit celui d'être non seulement victimisées, mais aussi d'être responsables de notre propre émancipation. En effet, pour aspirer à un peu d'écoute et d'empathie, on nous exige de porter la charge de déposer notre vérité sur la place publique (médias et/ou tribunaux) pour ainsi prouver à des gens déjà hostiles à nous croire que ce n'est pas juste des allégations ou qu'encore on n'essaie pas

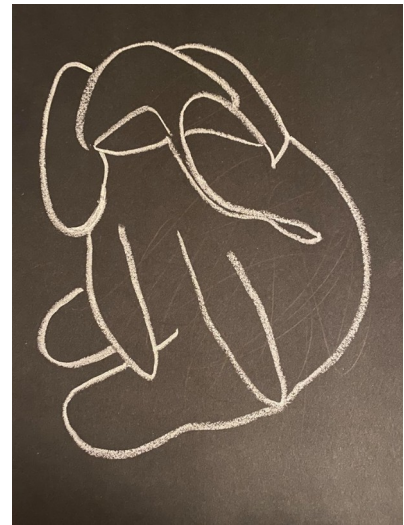
d'accuser « faussement quelqu'un de viol »<sup>17</sup>. Comme si dénoncer devrait être uniquement notre travail à nous afin de nous défaire, de façon très stéréotypée, de la revictimisation qui nous est apposée par le regard des autres afin d'ensuite répondre à un ensemble de critères prédéterminés et inflexibles alors que nous avons très peu de pouvoir et de marge de manœuvre pour y arriver. Particulièrement quand on regarde à quel point cette même société nous exige d'adopter, en tout temps, une identité qui mérite ou justifie une « crédibilité » sans jamais s'intéresser à comment réagit ou fonctionne véritablement la psyché d'une personne victime/survivante. On nous impose donc, par toutes sortes de façons, de ne jamais « craquer » ni oser être trop colorées ou exubérantes. Il faut plutôt se montrer crédibles en toute occasion, ne pas « courir après le trouble » et surtout performer pour être la « victime parfaite<sup>18</sup> ». On est même formellement évaluées là-dessus lors de l'enquête, car ils sondent l'entourage pour déterminer quel genre de personne on est. Ça moule nos comportements jusqu'à créer une identité qui finalement est imposée par les contraintes extérieures, que l'on y résiste ou non. Ainsi, ces dernières années, je considère que « je n'ai pas été définie par l'intérieur, mais par l'extérieur ; d'où le vide » (extrait du journal de création, 14 avril 2020). J'ai eu à grandir et à évoluer dans un sol qui était hostile à mon existence et à ma vérité, où je devais jouer le jeu. C'est notamment ce qui m'a menée à éteindre l'étincelle qui m'habitait, car « qui peut croire quelqu'un qui plaisante tout le temps ? Qui ne donne pas l'impression d'être marquée au fer rouge ? » (extrait du journal de création, 14 avril 2020). Même si je sais consciemment que je ne peux pas continuer de les laisser empiéter sur mon bonheur, il faut que ça se consolide « par en dedans ».

---

17 Cette accusation et la culpabilisation sous-jacente des victimes (« *victim blaming* ») n'apparaît jamais ou que très rarement pour d'autres crimes. Elle vise à faire taire les victimes/survivantes en plus de renforcer les différents mythes et idées reçues sur le viol comme celui entourant les « fausses » allégations. Un sondage réalisé de novembre à décembre 2015 en France, par l'institut IPSOS pour l'association Mémoire traumatique et victimologie démontre que : « 32% des personnes interrogées considèrent que certaines victimes accusent par vengeance leur agresseur et 23% pour attirer l'attention » (Salmona et Salmona, 2015). Hors les fausses allégations ne représentent qu'entre 2% et 8 % des plaintes (à la police alors que l'on sait que 90% des victimes/survivantes ne porteront jamais plainte aux autorités), soit la même proportion que pour l'ensemble des crimes de toute nature (Elkouri, 2017, n.d.). Toutefois, lorsqu'une fausse allégation est officiellement démontrée, l'histoire de celle-ci se retrouve surmédiatisée ce qui crée un biais de confirmation qui alimente le mythe.

18 « Les “ parfaites ” victimes adoptent un comportement bien précis à la suite de l'agression. Ces représentations, qui sont des distorsions de la réalité, contribuent à la banalisation de la violence sexuelle envers les femmes et à l'inquiétante tendance à rendre les victimes responsables de leur agression sexuelle. Lorsque les comportements de la victime et le portrait de l'accusé ne coïncident pas avec nos attentes générales d'une victime et d'un agresseur, nos préjugés nous encouragent à discréditer le témoignage de la victime. Or, cette divergence ne permet absolument pas de conclure qu'une agression sexuelle n'a pas été commise » (Cloutier et Racine, 2016, n.d.).

C'est d'ailleurs le message de l'éléphant qui est apparu le lendemain. Ce dernier « nous connecte à tout ce qui a été et à tout ce qui sera » (Samuel, 2014, n.d.). Dans la philosophie bouddhiste, il représente le processus d'éveil et nous invite à choisir notre propre réalité (Monde éléphant, 2019). À croire en l'impermanence des choses et que tout est en mouvement. J'en ai compris (en dialoguant avec cet éléphant) que je dois changer mon état d'esprit, car « c'est la clé vers la création d'une vie véritablement satisfaisante » (extrait du journal de création, 15 avril 2020).

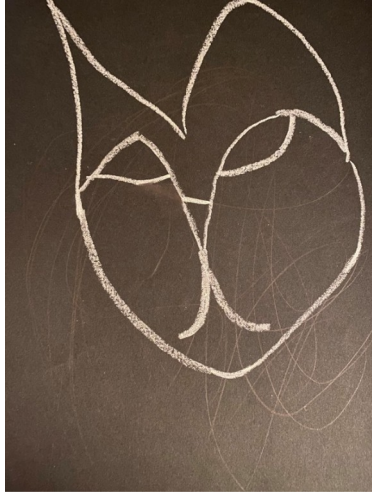


*Éléphant blanc. Format 8 ½ x 11.  
Crayon de plomb et crayon de couleur  
en gel blanc.*

« Exister autrement, dans l'ici et maintenant » (extrait du journal de création, 15 avril 2020). Laisser partir le contrôle et l'hypervigilance qui tente de prédire les événements ainsi que les postures rigides que j'ai eu à adopter pour survivre.

L'éléphant m'a donc permis de comprendre que « le véritable rétablissement réside dans l'affranchissement de cette prison intérieure et que je peux désormais me permettre de choisir qui j'ai envie d'être en fonction de mes propres aspirations, de mes rêves et de mes talents » (extrait du journal de création, 15 avril 2020). Retrouver ma subjectivité. La liberté consiste aussi à me réapproprier mon propre pouvoir d'agir en m'émancipant des attentes de reconnaissance que la société m'amène à déposer entre d'autres mains et dont le rôle vise à déterminer si oui ou non mon histoire mérite d'être adressée devant un tribunal.

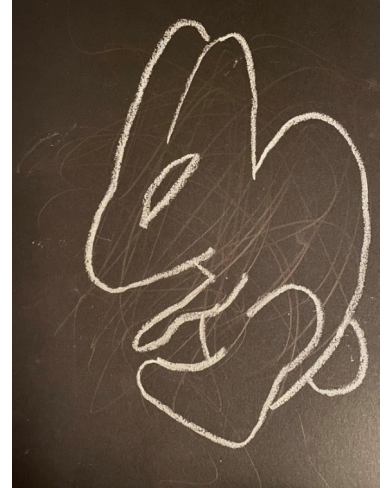
Cette posture mentale, soit de savoir que je n'ai jamais eu besoin qu'un juge détermine si oui ou non c'était véritablement un viol « hors de tout doute raisonnable », est émancipatrice en elle-même puisque j'ai toujours su en mon for intérieur ce qui s'est passé simplement parce que j'y étais. Toutefois, au contact de l'image, j'ai compris que ma motivation à porter plainte était liée à la crainte intériorisée qu'il en viole « d'autres » en raison de la complicité potentielle de mon silence. Désormais je sais que les victimes qui sont venues après moi ne sont pas de mon ressort, mais plutôt de la société dans laquelle je vis et qui est si complaisante avec lui puisque de mon côté j'ai tout fait ce qui était en mon pouvoir pour l'arrêter.



*Lynx des neiges. Format 8 ½ x 11.  
Crayon de plomb et crayon de couleur en gel blanc.*

C'est alors, au quatrième jour, qu'un lynx est apparu. Ce dernier sait « tirer les leçons de ses échecs et évolue en évitant de commettre les mêmes erreurs. Il part souvent de loin, mais en grandissant il accomplit de belles et grandes choses » (Abigaël, s. d.). Il m'invite donc à avoir espoir que les connaissances acquises dans l'adversité sauront se transformer en expérience utile pour le monde.

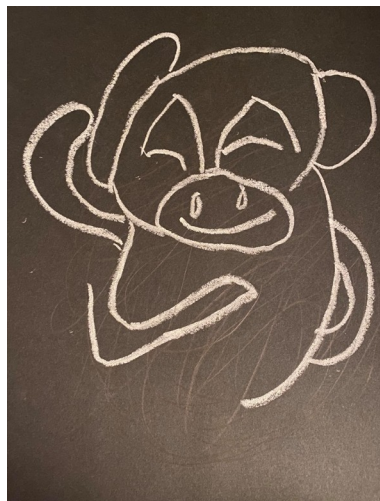
D'autant plus que le lapin qui est venu le lendemain m'enseigne qu'il est possible d'avoir plusieurs vies en



*Lapin blanc. Format 8 ½ x 11.  
Crayon de plomb et crayon de couleur en gel blanc.*

une. En effet, c'est un animal qui est étroitement lié aux saisons, aux changements de la nature et au cycle de la vie dans la façon où celle-ci peut accueillir plusieurs générations à la fois (Lefrontal, s.d.). Il représente la fécondité, l'abondance et la croissance. Il me démontre que « je peux me permettre de célébrer et d'admirer le chemin que j'ai parcouru jusqu'ici ainsi que la femme que je suis devenue grâce à la force acquise au contact de l'adversité (croissance post-traumatique) » (extrait du journal de création, 17 avril 2020).

Apprendre à découvrir la beauté qui réside en moi en plus d'apprécier et consolider l'expertise que j'ai développée au fil des années plutôt que de continuer de la rejeter par honte ou par crainte que cette histoire finisse par définir toute ma vie. J'en comprends aussi que « c'est à moi de définir mon propre sentiment de justice, car il a autant de manifestations qu'il y a de visages »



*Singe enjoué. Format 8 ½ x 11.  
Crayon de plomb et crayon de couleur en gel blanc.*

(extrait du journal de création, 17 avril 2020). Qu'il ne faut pas se laisser emprisonner dans les pièges que nous tend l'illusion de la « justice » traditionnelle ni dans la rigidité à laquelle elle nous convie par son fonctionnement. Il faut transcender ça.

Justement, un singe enjoué est venu à ma rencontre au jour six. Son expression m'invitait à me laisser envahir par l'esprit de

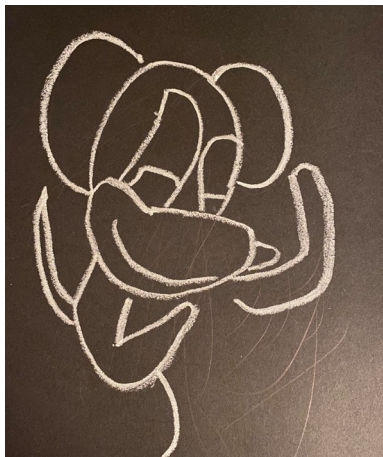
l'innovation, car son énergie convie à s'appuyer sur l'ancien pour le dépasser et innover (Charpy, s.d.a). C'est étonnant, car à son contact j'ai eu comme vision de créer une nouvelle approche qui s'inspirerait de la justice transformatrice. Ainsi, « l'art-thérapie transformatrice » viserait à s'intéresser au monde intérieur de la victime/survivante afin qu'elle prenne elle-même conscience de ses besoins et détermine, dans un souci d'empouvoirement<sup>19</sup>, quel sera le meilleur chemin (juridique et/ou thérapeutique) pour qu'elle puisse se construire un sentiment de justice à son image.

Le lendemain de cette vision, une girafe m'est apparue. Il est dit que son langage est un chemin de liberté, de cohérence et de lucidité (Jambon, 2014), car elle propose de choisir ses règles de vie en fonction de ce que lui dicte le cœur. De baser ses choix sur ses sentiments et la puissance des émotions, en toute confiance et tranquillité (Fontaine, s.d.). C'était un symbole réconfortant, car il me permet de me dégager du sentiment d'injustice que la procureure a généré en moi en décidant de ne pas donner suite à ma plainte et de continuer d'explorer mes autres options.



*Girafe. Format 8 ½ x 11. Crayon de plomb et crayon de couleur en gel blanc.*

Notamment celle de continuer à dénoncer afin de poursuivre la communication que j'ai entamée avec la société via mon militantisme puisque « non seulement cela rétablit peu à peu le déséquilibre, mais c'est aussi tout ce qui me reste » (extrait du journal de création, 19 avril 2020). « Rien n'a été aussi libérateur que lorsque j'ai commencé à mettre des mots sur mon histoire » (extrait du journal de création, 19 avril 2020) pour reprendre quelques extraits du dialogue.



*Souris enjouée. Format 8 ½ x 11. Crayon de plomb et crayon de couleur en gel blanc.*

Comme la souris venue au huitième jour, aimée ou détestée, je m'approprie mon territoire qu'on le veuille ou non (Charpy, s.d.b). À son instar, je suis « un petit qui rêve de battre un grand

---

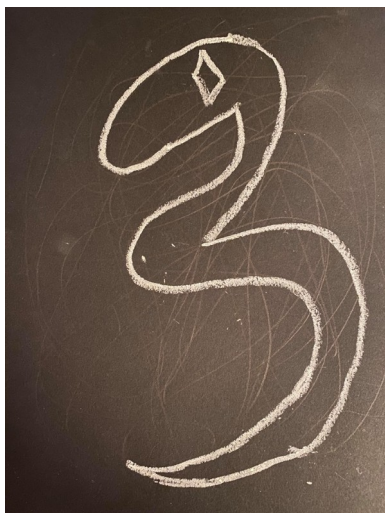
<sup>19</sup> Ma traduction favorite du mot « *empowerment* ».

» (Auxi, 2018, n.d.). « J’aspire à une société véritablement juste et équitable » (extrait du journal de création, 20 avril 2020).

Au jour 9, un flamand rose m’a fait réaliser que ce désir de justice réside dans ma propre capacité à renaître de mes cendres (puisque l’un de ses symboles les plus connus est celui du phénix) (Flamand Rose Shop, 2019). Pour y arriver, cet être m’invite à prendre du recul sur mes émotions afin de percevoir les leçons de l’âme plutôt que de continuer à me noyer dans le marasme émotionnel (Vaia, 2017) que l’expérience de victimisation a généré en moi. J’interprète cela comme « une invitation à retrouver mon équilibre et à tendre vers ce qui me procure de la joie » (extrait du journal de création, 21 avril 2020). À trouver des stratégies pour que cette injustice cesse d’envahir les différentes sphères de ma vie pour ainsi vivre de nouvelles expériences, plus en accord avec mon essence (Vaia, 2017).



*Flamand rose. Format 8 ½ x 11. Crayon de plomb et crayon de couleur en gel blanc.*



*Serpent. Format 8 ½ x 11. Crayon de plomb et crayon de couleur en gel blanc.*

Ultimement, le serpent qui est apparu au dixième jour m’invite, à son image lorsqu’il perd sa peau, à abandonner mes perceptions afin qu’un nouveau « Sois » renaisse. La clé étant que « je reconnaisse ma propre vérité d’autant plus qu’aucun procès ou juge ne peut m’offrir cette liberté, car elle m’appartient » (extrait du journal de création, 22 avril 2020). C’est apprendre à poser un regard nouveau sur le vrai sens de la justice qui lui, est entièrement subjectif.

L’apparition fortuite de ces animaux porteurs de symboles de libération et de force m’invite donc à revisiter mon expérience sous un nouvel angle. À constater que le fil conducteur entre chacun d’entre eux est l’importance de s’intéresser à la notion de « sentiment de justice » afin de soutenir un véritable processus de dévictimisation. En effet, le chemin qui s’est tracé d’une œuvre à l’autre me mène à voir émerger une compréhension de l’art-

thérapie qui serait orientée vers la transformation d'une expérience prédéfinie par les différents acteurs du milieu judiciaire et qui est, dans son essence, essentiellement revictimisante afin de la transformer pour qu'elle devienne plutôt une histoire personnelle où le sentiment de justice se définit de l'intérieur et s'intègre au sentiment identitaire, guidant ainsi le processus d'individuation. Le tout ayant un potentiel de transformation sociale ; car lorsqu'une personne s'affranchit de l'état statique de la souffrance en lui donnant un nouveau sens, « elle ouvre la voie à d'autres possibles en créant un précédent en plus de nous permettre d'aspirer à de meilleurs lendemains » (extrait du journal de création, 22 avril 2020).

## **5. DISCUSSION DES RÉSULTATS**

Être en contact avec mon processus m'a fait réaliser à quel point je suis fatiguée. Fatiguée de lire et d'écrire sur le sujet, fatiguée de répéter, répéter et répéter, mais surtout fatiguée d'attendre tout le temps et constamment que les choses changent. Plus le temps avance, plus je constate l'ampleur de cette fatigue qui est tout autant collective que planétaire aussi. Néanmoins, le fait d'avoir exploré de façon créative cet enjeu m'a permis de le voir sous un autre jour et surtout de connecter à l'esprit de l'innovation qui est si précieux lorsque l'on fait face à une impasse. C'est d'ailleurs tout l'intérêt de la question de recherche qui visait essentiellement à déterminer comment l'art-thérapie peut soutenir un processus de dévictimisation et favoriser une reprise de pouvoir sur sa vie. Sa pertinence étant liée à l'urgence de réfléchir hors des repères traditionnels qui, par expérience, ont largement échoué à remplir leurs objectifs en plus d'avoir largement trahi la vaste majorité des victimes/survivantes, et tout cela ; au profit des agresseurs. Bien humblement, je suis convaincue que l'art-thérapie peut jouer un très grand rôle pour contourner ces enjeux, exactement comme les mouvements sociaux le font déjà. J'ose croire que les prochaines sections sauront convaincre les lecteurs de cette perspective, car elles approfondissent les réponses déjà offertes par les œuvres précédemment.

### **5.1. Art-thérapie transformatrice**

Le climat actuel et les préjugés auxquels font face les victimes/survivantes les enferment dans des représentations fausses qui les empêchent d'obtenir justice et de compter sur l'appui dont elles



ont besoin (Cloutier et Racine, 2016). Cette absence d'appui est la raison pour laquelle la présente recherche heuristique visait à explorer, via une recherche création, la façon dont l'art-thérapie peut soutenir un processus de dévictimisation tout en favorisant l'empouvoirement chez une victime/survivante qui en ferait l'expérience. L'objectif étant aussi d'observer comment cette approche peut être utile afin de favoriser le développement d'un sentiment de justice personnalisé tout en évitant les pièges liés à la victimisation secondaire.

Étant moi-même victime/survivante de violence sexuelle, militante et art-thérapeute, il m'apparaît évident que l'art-thérapie représente un immense potentiel à explorer d'autant plus que collectivement nous sommes rendus là. C'est avec cette vision que j'ai ressenti énormément de plaisir à unifier, de manière créative, mes différents champs d'intérêts et ce, grâce aux savoirs jungiens qui facilitent l'interprétation de symboles. Une des stratégies qui est venue à moi dans le cadre de cette recherche (au contact de l'image du singe plus précisément) est l'idée de « combiner les notions de justice transformatrice à l'art-thérapie » (extrait du journal de création, 18 avril 2020). La raison étant que traditionnellement, la justice criminelle a toujours répondu à l'enjeu de la violence à caractère sexuel dans une perspective punitive et en mettant les droits des accusés en priorité tout au long des procédures.

Ainsi, il y a très peu de place dans un tel système pour répondre aux besoins des victimes/survivantes ce qui laisse la majorité d'entre elles dans un profond sentiment d'injustice. Il y a donc urgence de réfléchir à d'autres moyens de rendre justice et d'élargir le sens que l'on accorde à celle-ci (comme l'a suggéré mon dialogue avec le lynx et le lapin). Là où l'idée d'unir l'art-thérapie à la justice transformatrice se démarque est dû au fait que dans une telle approche, « on placerait le besoin des victimes/survivantes de se développer un sentiment de justice qui leur est propre au coeur du processus » (extrait du journal de création, 18 avril 2020). Pour y arriver, « un processus en art-thérapie serait utile dans la mesure où il permettrait d'offrir un espace sécuritaire où la victime/survivante serait en mesure d'établir, en toute sécurité, quels sont ses besoins psychosociaux ainsi que les modalités (sociales, légales et politiques) dont elle aurait potentiellement envie de se prévaloir dans une perspective d'empouvoirement » (extrait du journal de création, 18 avril 2020).

Recourir aux perspectives qu'offre la justice transformatrice plutôt que criminelle permettrait donc de détourner les problématiques liées à la revictimisation tout en réussissant à répondre à la complexité liée à la mise en application d'un réel processus en justice transformatrice, car ce type d'accompagnement nécessite une mobilisation et une transformation de la société pour être considéré comme « réussi ». Il est donc aisé de comprendre que la justice transformatrice atteint très rarement cet objectif ultime puisque ça nécessite énormément de ressources et de volonté de la part de tous les acteurs impliqués (tant sociaux que politiques ou judiciaires). En effet, « peu de projets de justice réparatrice/transformatrice, sinon aucun, ont eu le pouvoir de transformer soit le système de justice pénale soit la société, peu importe le potentiel qu'on leur supposait » (Hugues et Mossman, 2004, p.77).

Néanmoins, les fondements de la justice transformatrice demeurent très intéressants pour détourner la problématique liée à la victimisation secondaire puisque cette vision de la justice suppose la capacité de provoquer efficacement un changement chez des personnes, des familles et des collectivités (La Prairie, 1994). Ses objectifs étant « l'autonomisation des parties et la reconnaissance mutuelle de leur situation et de leurs “ qualités humaines communes ” » (Bush et Folger, 1994, p. 84-85). La justice transformatrice entrevoit donc une « nouvelle façon radicale de caractériser des problèmes ce qui, en retour, attire de nouvelles réponses » (Hugues et Mossman, 2004, p.77), car elle considère que :

« une fois que les problèmes ont été caractérisés comme criminels, ils sont traités dans le cadre pénal dont la forme punitive signifie que la faute est déterminée dans un duel juridique entre l'accusé et l'État, mettant particulièrement l'accent sur les règles qui protègent l'accusé; la victime est traitée moins comme un participant que comme un témoin; la procédure est dissociée du contexte communautaire et historique; et l'objet est de déterminer la culpabilité et le châtement (Kwochka, 1996, citée dans Delgado, 2000, p. 158).

Ainsi la force de la justice transformatrice est la possibilité de se servir de la substance d'un conflit pour examiner des options et mettre au point des réponses qui non seulement sont acceptables pour toutes les parties, mais qui favorisent aussi le développement et le renforcement des relations entre tous les intéressés (Commission du droit du Canada, 1999). Le conflit devient alors « un moyen grâce auquel les parties concernées et la société en général peuvent changer de façon appréciable et, en ce sens, il est potentiellement transformateur » (Hugues et Mossman, 2004, p.77). En conséquence, il est utile de considérer la justice transformatrice comme « une approche qui transforme de manière radicale notre compréhension du concept de “ justice ”, ce

qu'elle représenterait, de même que les nombreux changements qu'il faudrait apporter aux systèmes civil et pénal » (Hugues et Mossman, 2004, p.77).

À l'instar des prémisses de la justice transformatrice, Hocoy (2007) soutient que l'image peut avoir la même fonction sur le plan social puisqu'elle devient témoin d'une réalité personnelle et collective tout en devenant la médiatrice entre les deux univers ; attestant alors d'une universalité quant à son contenu symbolique (Pelletier, 2013). Ainsi, comme je l'ai moi-même expérimenté au contact du processus, c'est pratique de combiner les notions de la justice transformatrice à l'art-thérapie puisque « les victimes de violence interpersonnelle pourront progressivement y rompre les silences et les tabous ; en dépeignant des émotions ou des angoisses intenses dans un cadre sécurisant » (Lambert, 2010, p.55). La victime/survivante peut alors y concevoir des solutions nouvelles tout en trouvant un sens à ses souffrances grâce à l'utilisation de couleurs, symboles, formes ou lignes.

Cette méthode d'intervention permet aussi d'offrir des expériences gratifiantes et génératrices de réussites personnelles tout en créant des espaces où les victimes/survivantes peuvent doucement et tranquillement apprivoiser leur réalité. Et ce, « sans être dans l'attente ou l'espoir que leur agresseur ou même que les acteurs du milieu judiciaire reconnaissent le tort qui leur a été causé » (extrait du journal de création, 18 avril 2020). Il devient donc possible pour elles d'avancer et de développer un sentiment intérieur de justice sans être revictimisées ou dépossédées de leur pouvoir, car en « exprimant visuellement des expériences douloureuses ; elles parviennent à modifier celles-ci et à les transformer en des images internes plus acceptables » (Lambert, 2010, p.55-56). Exactement comme lorsque j'ai compris, grâce au flamand rose (phénix) et au serpent, que je peux changer de peau et donc d'expérience face à mon vécu pour ainsi vivre plusieurs vies.

Par ailleurs, à travers le cheminement créatif, il devient possible de comprendre que nous sommes maîtresses de nos destinées et non seulement et uniquement une victime (Lambert, 2010) comme me l'a démontré le dialogue que j'ai eu avec l'éléphant. Cette compréhension fut importante dans mon processus de « dévictimisation », car le terme « victime » est tellement connoté et lié à l'identité qu'il en devient difficile à transcender et à s'en affranchir faute d'autres

mots. D'ailleurs, on m'a longtemps critiquée de m'identifier à ce terme puisque ça donne l'impression à des personnes peu familières à la problématique de la violence à caractère sexuel que je passe mon temps à me « victimiser » sur la place publique. Toutefois, comme me l'a suggéré le symbole de la girafe, c'est plutôt un problème de sémantique, car il n'y a pas d'autres mots (excepté survivante qui lui provient des milieux militants) pour qualifier objectivement le fait d'avoir vécu de la violence sexuelle. Pourtant, en contrepartie, il en existe une panoplie pour qualifier les agresseurs ou même leurs gestes (ce qui témoigne de notre tendance à les contextualiser, voire même les excuser).

C'est un problème dérangeant et perturbant, car ça laisse l'impression qu'il y a quelque chose d'anormal chez quelqu'un qui ne semble pas entièrement anéanti par la victimisation sexuelle vécue. Ça mine sa crédibilité de ne pas « performer sa victimisation » comme on l'aurait attendu d'elle (tel qu'expliqué à travers la symbolique du condor). Particulièrement si cette dernière n'a pas été passive dans sa réaction face à l'agression ou dans l'après. L'art-thérapie permet donc d'explorer d'autres possibles, d'autres représentations de soi et de la problématique. De l'exprimer dans toute sa complexité et sous différents angles en plus de rendre visible ce qui gît à l'intérieur, exactement comme je l'ai expérimenté. Les outils et techniques offrent diverses « possibilités pour accéder aux souvenirs et aux images traumatisantes et en permettre l'assimilation, mais aussi pour exprimer et se distancer des émotions intenses, pour transformer des images insoutenables en images symboliques positives, pour déclencher et accroître des actions de contrôle et de libération, pour faciliter des résolutions avec le monde extérieur, pour récupérer son intégrité physique et psychologique » (Lambert, 2010, p.55).

Dans mon cas, le processus m'a permis de comprendre que oui je suis victime, mais que ce qui me définit véritablement c'est « tout le processus et le cheminement parcouru pour ne pas me laisser définir que par ça » (extrait du journal de création, 21 avril 2020). Je suis beaucoup plus et ce que j'ai à offrir dépasse largement la vision étriquée que plusieurs posent sur moi, car mon histoire en est une de liberté et d'affranchissement. D'empouvoirement et d'amour. Pour moi, mais aussi pour toutes ces personnes qui ont croisé ma route et qui se sont ouvertes à moi pour que je porte leur vécu dans mes revendications et dans mes mobilisations. Ainsi l'art-thérapie m'a permis de négocier mon vécu, mais de le transcender également en une version qui dépasse

largement les conceptions prédéterminées ou circonscrites de qui j'aurais « dû » être. Comme l'affirment Barbès et Lalonde (2006) ou encore Jacobson (2007), l'art-thérapie invite à l'exploration de son être et à s'appuyer sur l'action contre la discrimination sociale et familiale pour ainsi mieux transformer les systèmes. D'autant plus que le travail créatif est en quelque sorte apparenté au monde ou du moins, si ce n'est pas le cas, au monde tel qu'il le sera ou pourrait l'être (Borowsky, 2007, citée dans Kaplan, 2007).

Le langage visuel permet de transformer un état social statique et de négocier avec une multitude de perspectives d'autant plus que l'analyse de la composition spatiale de l'image traduit les ressources à l'intérieur d'un système (Huss, 2016). Cela permet donc d'agir sur cet état individuel et social. C'est d'autant plus intéressant pour favoriser la résilience, car selon Boris Cyrulnik (2016) : « si on ne peut pas guérir de sa souffrance, on peut en faire quelque chose, à condition de pouvoir en faire un récit. » (n.d.). Ainsi, je crois sincèrement que « l'art-thérapie apporte une contribution importante et originale au rétablissement face à la violence sexuelle en plus d'offrir l'opportunité d'unir les voix » (extrait du journal de création, 22 avril 2020). Cette approche permet d'abord de se réapproprier sa propre voix ce qui est déjà colossal en soit, particulièrement lorsque l'on sait que lorsque l'une seule d'entre nous se donne le droit d'en parler, ça donne l'espace et l'encouragement à d'autres d'en faire de même. C'est une réaction en chaîne.

## **5.2. Ombre collective et violences à caractère sexuel**

Au contact du Lynx j'ai réalisé que ça fait vraiment longtemps que je me questionne sur les causes profondes de l'impunité dont jouissent les agresseurs. En effet, « quels sont les motifs qui justifient le fait de mettre autant d'énergie et de ressources à protéger un violeur au point où c'est même institutionnalisé par les méthodes d'enquêtes ou encore par la résistance des acteurs du milieu judiciaire à réviser leurs pratiques ? » (extrait du journal de création, 16 avril 2020). Avec du recul (et suite à la revue de la littérature ainsi que le processus en art-thérapie) j'interprète que c'est certes lié à la culture du viol, mais aussi à l'ombre collective de notre société. Même si un paquet de « règles » pullulent pour dicter le comportement d'une femme « digne » afin qu'elle se « protège » du viol ; il est étonnant de constater la quantité de violence qu'exerce notre société

quand l'une d'entre elles décide de donner un nom, un visage aux violeurs. Ces derniers sont comme « invisibles, omnipotents et protégés par une sorte d'omerta lorsqu'ils ne correspondent pas à l'image stéréotypée des agresseurs de fond de ruelle » (extrait du journal de création, 16 avril 2020).

En conséquence, les événements de violence sexuelle sont très largement ignorés, cachés ou connus sans pour autant susciter de réaction d'écoute ou d'empathie pour les victimes/survivantes puisque j'ai l'impression que notre société ne reconnaît pas ces violences comme « faisant partie intégrante de son histoire et de son identité » (Sandor-Buthaud, 2004, p.65). En raison de l'inconscient collectif (constitué des tabous sociaux, de honte, de déshonneur collectif, etc. (Pelletier, 2013)), elle préfère les lire comme étant des événements « isolés », « imprévisibles » ou encore comme l'œuvre de « malades mentaux<sup>20</sup> ». Leur évocation est même vécue par la collectivité comme menaçant ses idéaux et sa cohésion (Sandor-Buthaud, 2004, p.65) : « *On pourra plus cruiser* » ! « *C'est rendu qu'il faut faire des contrats notariés pour baiser* » ! « *#Metoo a détruit les relations hommes/femmes* » ! « *Plus jamais je ne vais oser complimenter une femme ou risquer de me retrouver seul en compagnie d'une* » ! Qui n'a pas déjà entendu ces propos larmoyants et alarmistes ? Cette dynamique amène les victimes/survivantes à porter seules le poids des violences vécues et à vivre de la revictimisation secondaire.

D'autant plus qu'une partie importante du fardeau de la preuve repose sur nos épaules, et ce, même si c'est très rare qu'aucun membre de l'entourage ne se soit rendu compte de quoi que ce soit ou n'a été témoin d'interactions qui appuient les allégations des victimes/survivantes. Dans mon cas, « tout un Cégep savait, mais personne ne voulait s'en mêler. Au contraire, on voulait me faire taire même si ce n'est pas moi qui avait instigué tout ça » (extrait du journal de création, 10 avril 2020). « Je pense que lorsque les gens sont confrontés à quelque chose qui leur est difficile à traiter, ils trouvent difficile de savoir quelle est la bonne chose à faire » selon Marla Brassard, professeure de psychologie et éducation (Lamielle, 2011). D'autant plus lorsque ce même comportement (pourtant contraire à l'éthique ou illégal) pourrait être acceptable - ou du moins ignoré - au sein du groupe auquel on s'identifie. À titre d'exemple :

---

20 Perspective qui est d'ailleurs excessivement stigmatisante pour les personnes qui vivent avec des difficultés réelles au niveau de leur santé mentale. C'est une posture qui favorise aussi la déresponsabilisation des agresseurs au même titre que peut l'être les faux-semblants liés à la consommation excessive d'alcool.

« Joe Paterno (un ex-entraîneur-chef très populaire et de longue date de l'équipe de football universitaire de la Penn State University), aurait été mis à pied - entre autres - pour ne pas avoir dépassé le strict minimum afin de dénoncer les actes répréhensibles d'un collègue (un ancien entraîneur adjoint, Jerry Sandusky, qui aurait agressé sexuellement pas moins de huit enfants sur une période de 15 ans). Le licenciement de Paterno a généré une onde de choc qui a même abouti à des manifestations, car cette situation aurait été perçue par de nombreux membres de la communauté de la Penn State University comme étant une menace pour les étudiants, les anciens élèves et les fans qui avaient construit leur vie sociale et, dans certains cas, une grande partie de leur identité, autour de l'enracinement et du sentiment d'appartenance lié à l'équipe des « Nittany Lions » (Lamielle, 2011, n.d.).

Ce cas de figure illustre donc pourquoi certaines personnes tiennent tant à protéger l'agresseur et/ou l'institution en gardant le silence. Dénoncer devient une menace à leur propre identité. Surtout qu'il faut déjà beaucoup d'aplomb pour affronter et contester une situation dont nous sommes témoins et où nous n'avons rien à gagner, car les mécanismes de la domination/oppression sont rampants et omniprésents dans tous les milieux en plus de faire partie intégrante de notre socialisation (ombre). Apprendre à y résister est un combat de tous les jours (Jung, 1933) puisque ça demande des sacrifices, des efforts en plus de prendre des risques, ce que, malheureusement, la vaste majorité n'est pas prête à faire (Lamielle, 2011).

C'est cette posture qui explique selon moi pourquoi mon histoire a été accueillie si froidement, tant par l'entourage que par les acteurs du milieu judiciaire. Ni ces derniers ni les témoins ne sont formés pour intervenir adéquatement et c'est une faille majeure de notre « état de droit ». Dans un tel contexte, il devient possible de formuler des réponses aux motivations qui poussent quelqu'un qui a été témoin ou qui fut informé d'un comportement contraire à l'éthique ou même illégal de la part d'une personne appartenant à leur propre groupe (social ou culturel) à vouloir protéger l'agresseur et/ou l'institution en gardant le silence.

Pire, certaines personnes pourraient même aller « jusqu'à mal interpréter ou mal percevoir ce qu'ils ont vu - en particulier lorsque les accusations ne correspondent pas à l'expérience qu'ils ont avec une personne pourtant bien-aimée et très admirée » (Lamielle, 2011, n.d.). Cette rencontre « improbable » vient « faire effraction dans les certitudes qui structurent notre vision du monde et notre éthique, ce qui nous fait violence et peut susciter en nous une violence en retour » (Sandor-Buthaud, 2004, p.67). On trouve toutes sortes de raisons, toutes plus contradictoires les unes des autres, pour ne pas porter les histoires des victimes/survivantes devant les tribunaux. On leur dit que c'est leurs « agissements » qui justifient cette décision ou qu'encore, elles ont détruit leur propre preuve en parlant aux médias ou en se lavant. Les causes et les raisons varient, mais le

résultat demeure le même : elles sont culpabilisées, revictimisées puis enfermées dans « un vécu d'exclusion, ancré dans le déni et le silence collectif » (Sandor-Buthaud, 2004, p.65).

Suite à l'analyse des impacts que j'ai vécus après avoir dévoilé l'agression dont j'ai été victime au Cégep, c'est tout à fait compréhensible que la vaste majorité des victimes/survivantes continuent de faire le choix du silence, même post #Metoo. La raison étant qu'elles continuent d'évoluer dans l'ombre de notre société. Ainsi, lorsqu'elles parlent voire dénoncent, j'ai l'impression qu'elles deviennent automatiquement une menace à notre unité nationale, à nos institutions et à nos lois. On veut les garder enfermées dans le déni et le silence collectif puisqu'elles nous confrontent avec leurs « appréhensions et conceptions qui nous paraissent étranges, voire aberrantes » (Sandor-Buthaud, 2004, p.66) comme j'ai pu le vivre et le ressentir à de multiples reprises.

Le plus triste étant que certaines d'entre nous en viennent à douter d'elles-mêmes ou de ce qui s'est véritablement produit. Elles pensent que finalement ce n'était peut-être pas si grave que ça ou qu'encore, ce ne sera pas possible pour elles de dénoncer les autres violences qu'elles auraient pu vivre puisque « si la plainte de celle-là qui était pourtant si évidente n'a pas fonctionné ; c'est impossible que les autres oui » (extrait du journal de création, 16 avril 2020). Sans parler de toutes celles pour qui dénoncer ne fait même pas partie du spectre des possibles, car elles sont déjà dans l'ombre collective pour d'autres formes de discriminations/oppressions.

Toutefois, l'ombre a aussi le pouvoir de nous mettre en contact avec des forces secourables de notre nature profonde (Dehing, 2007). C'est d'ailleurs pourquoi, au contact du processus de création, l'hymne international « un violeur sur ton chemin (*Un violador en tu camino*) » est revenu à ma conscience lorsque je me suis intéressée à renouer avec ma voix (grâce à la girafe qui est venue à ma rencontre). Cet hymne détourne le piège qui nous est tendu collectivement en tant que femmes victimes/survivantes de violence à caractère sexuel et vient casser la « fatalité » qui nous incombe en unissant nos voix. Via ses paroles puissantes, il tourne le miroir vers les véritables responsables de la violence : les violeurs, les policiers, les procureurs, les juges, l'État oppresseur, le patriarcat ainsi que les autres systèmes de domination/oppression.



Plus spécifiquement, sur les agents de la victimisation et de la revictimisation secondaire tel que décrit plus tôt. À mon sens (et après la rencontre avec cette image), la raison pour laquelle cet hymne et le mouvement international #Metoo sont si puissants est lié au fait que ça nous libère de l'impuissance acquise et du silence institutionnalisé par l'ombre collective (Jung, 1946). « Elle expose les rouages ainsi que le lien qui existe entre toutes nos trajectoires de victimisation et prouve que nos histoires sont indéniablement liées les unes aux autres » (extrait du journal de création, 16 avril 2020). Que ce n'est pas le fruit du hasard ou même de notre simple « faute ». Cette prise de conscience collective est une brèche historique qu'il faut continuer d'élargir consciemment pour que davantage de personnes puissent en bénéficier. Que d'autres voix puissent elles aussi se joindre, de multiples façons, en favorisant leur empouvoirement puisque c'est en nous que doit débiter cette libération (Jung, 1933).

D'autant plus qu'unifier les voix est un acte révolutionnaire en soit, car peu comprennent la multitude de façons dont on nous apprend à « minimiser nos voix, nos droits, nos désirs et nos besoins. À devenir opprimés.e par les systèmes et les institutions. Nous avons des symboles, des normes et des règles qui ne nous permettent pas de participer ou contribuer à la société » (Adaway s.d.) à notre plein potentiel, car la « psychopathologie » de la société devient enracinée dans la psychologie de l'individu (Jung, 1946). Ce phénomène, l'ombre collective, participe activement à « l'impuissance acquise » qui est internalisée en chacun d'entre nous. Cette impuissance se manifestant dans toutes les façons et manières dont on nous a appris à ne pas parler pour nous-mêmes ou pour les autres (Adaway, s.d.).

Le philosophe de l'éducation brésilien Paulo Freire (1968) pense d'ailleurs que l'impuissance est la forme d'oppression la plus forte, car elle permet aux gens de s'opprimer eux-mêmes ainsi qu'autrui. Ça se traduit dans nos méthodes éducatives, nos productions culturelles et dans l'expression même de ce que nous offrons de notre être au monde. « On apprend à taire voire couper tout ce qui dépasse et dérange » (extrait du journal de création, 10 avril 2020). On tue notre propre humanité et subjectivité par crainte d'une violence externe plus forte. Ne pas parler nous garde ignorants, en silo, séparés. « D'autant plus que la rencontre avec l'ombre nous rappelle notre détresse et notre impuissance : elle nous confronte à des problèmes que nous ne pouvons résoudre par nos propres moyens » (Dehing, 2007, p.63). Hocoy (2007) relie d'ailleurs

l'individuel au collectif en affirmant qu'une grande part des souffrances, des symptômes ou des psychopathologies touchant les personnes rencontrées en art-thérapie prend racine dans l'ombre sociale.

Ce n'est donc pas le fait de discuter de sujets difficiles qui nous divise, mais c'est l'action de ne pas en parler qui le fait (Adaway, s.d.). « Notre silence, notre complicité sournoise » (extrait du journal de création, 14 avril 2020). Ce n'est pas par accident. Il a été socialisé, valorisé et institutionnalisé. C'est la dictature du bonheur à tout prix, du conformisme poussé à l'extrême, d'éviter les sujets « lourds » et surtout de taire les injustices auxquelles nous sommes confrontés quotidiennement. C'est ce qui explique pourquoi nous traversons nos vies et nos existences avec un sentiment de vide et/ou de solitude, car nous n'échangeons sur notre aliénation que très rarement. D'autant plus que « notre société ne valorise pas la contemplation, l'engagement civique ou même l'originalité et punit durement, de toutes sortes de façons, ceux et celles qui sortent du rang » (extrait du journal de création, 10 avril 2020).

À mon avis, « l'art-thérapie transformatrice » pourrait représenter une avenue prometteuse à cet effet « en plus d'unir mes différents champs d'intérêt dans une pratique unique et originale de l'art-thérapie tout en étant en cohérence avec mon identité professionnelle » (extrait du journal de création, 18 avril 2020). D'autant plus que l'art-thérapie peut contribuer à dévoiler la part d'ombre collective qui influence l'ensemble des sphères sociales et ainsi permettre de s'affranchir des injustices imposées par l'ombre de la société (Hocoy, 2007). Toutefois, c'est une perspective ou plutôt un « *insight* » qui mérite d'être davantage peaufiné ce qui pourrait être fait dans le cadre d'un doctorat, de recherches ultérieures, au sein d'un projet-pilote ou encore lors d'un autre projet de création artistique. Surtout que, ultimement, très peu d'études se sont penchées ou intéressées au « sentiment de justice » des personnes victimes/survivantes ou sur des moyens qui permettraient de faciliter la création de cet état subjectif dans une perspective d'empouvoirement.

### **5.3. Mon identité d'art-thérapeute**

Bien qu'il ne s'agissait pas d'un objectif de la recherche, le processus vécu a eu des impacts sur mon identité professionnelle d'art-thérapeute. Cette dernière section souhaite en rendre compte.

Surtout que, lorsque je regarde autour de moi et que je vois la créativité de celles et ceux qui vivent et s'organisent en parallèle, je ne peux qu'être inspirée par ces êtres qui n'attendent pas d'avoir la permission pour exister. Ces personnes ne sont pas parfaites, mais elles essaient. C'est tout ce qui compte. Elles agissent et évoluent là où elles ont du pouvoir : sur elles-mêmes. Elles réfléchissent à des alternatives et à des idées innovantes qui participent à la déconstruction des rapports de pouvoir et/ou de domination. Leur existence devenue résistance est en elle-même révolutionnaire, car elles passent de la parole aux actes même s'il ne s'agit que d'un sourire. Elles vivent tout simplement. En essayant quotidiennement de bâtir leur propre définition du bonheur, loin des standards et des normes qui visent à éteindre cette étincelle ou leur humanité. Elles se donnent l'espace pour fleurir tout en créant peu à peu le monde de demain. « C'est en imaginant le nouveau que l'ancien devient désuet » (extrait du journal de création, 22 avril 2020) pour reprendre les paroles du serpent qui est venu à ma rencontre.

C'est un peu de cette conscience, de cette beauté que j'ai envie de transmettre dans mon éventuelle pratique. Ça requiert énormément d'efforts, de temps et de sacrifices pour évoluer dans la société et faire entendre sa vérité quand on a été victime/survivante de violence à caractère sexuel que ce soit dans le processus judiciaire criminel ou encore dans l'espace public. Ça exige aussi de déposer entre d'autres mains le récit de nos pires traumatismes, ce qui laisse très peu de place à la reprise de pouvoir. Particulièrement si on croit, souvent à torts, que « l'on va guérir uniquement en obtenant un verdict de culpabilité ou encore si on attend des excuses ou même réparation puisque c'est encore une fois redonner du pouvoir aux agresseurs » (extrait du journal de création, 15 avril 2020) si je cite l'éléphant qui s'est adressé à moi.

D'autant plus qu'une fois que le crime a été commis, c'est la victime/survivante qui porte la blessure en elle. C'est elle qui fait l'expérience de la souffrance. C'est elle qui vit avec les difficultés et conséquences qui découlent de ce geste. Le processus de création art-thérapeutique relaté me permet d'avancer que l'art-thérapie permet de voir au-delà, qu'elle offre l'opportunité de revenir à soi et de se réapproprier son histoire à sa façon afin de « trouver justice autrement » (extrait du journal de création, 18 avril 2020). « Il en va des nations comme de l'individu » (Jung, 1933, p.178).

Je souhaite donc, dans ma pratique de l'art-thérapie, augmenter les espaces d'empouvoirement tout en m'intéressant principalement à comment favoriser un véritable sentiment de justice à la couleur de toute personne qui se retrouverait devant moi, car c'est elle l'experte de sa propre vie et surtout des conséquences avec lesquelles elle est prête à vivre puisqu'il y en a toujours lorsqu'on est victime/survivante d'injustices. C'est d'ailleurs la clé soit comprendre qu'« on ne peut pas prendre des individus uniques puis les contraindre à rentrer dans un système qui nie leur humanité ou agentivité tout en étant statique et rigide » (extrait du journal de création, 15 avril 2020). On devrait plutôt augmenter les modèles et faire preuve d'innovation<sup>21</sup> en écoutant ce que les victimes/survivantes ont à dire surtout que « ce n'est qu'une fois révélée que la part d'ombre peut se transformer » (Pelletier, 2013, p.19).

Malgré ma démarche individuelle, je réalise que je me situe aussi dans une perspective collective qui s'exprime, entre autres, à travers mon activisme et dont la démarche répond (en quelque sorte) à ce que Carl Gustav Jung (1921 [1950]) a qualifié « d'inconscient collectif ». Plus précisément, selon cette théorie, l'humanité partagerait des éléments communs qui configurent une sorte d'héritage psychique antérieur à l'humanité (Jung, 1921 [1950]). Il est donc fondamentalement d'ordre symbolique et nous en avons hérité en tant que groupe social (Jung, 1921 [1950]). Ça aurait même un impact sur notre comportement et nos émotions. Ainsi, pour comprendre les symboles qui l'habitent afin de se connaître lui-même, l'individu doit aller à la rencontre de ses propres archétypes, dont notamment son ombre (sa dimension animale), son

---

<sup>21</sup> Comme avec l'idée d'abolir les prisons ou même de démanteler la police (et l'armée) qui sont des revendications portées par des communautés noires ainsi que par plusieurs militant.es de divers horizons. L'essence de cette vision provenant du fait que les criminels ayant du pouvoir (argent ou diverses formes de capital social) vont moins en prison et/ou se feront moins arrêtés que les autres (injustice) et que c'est un système inefficace pour réduire ou prévenir le crime. C'est même source de violence, de domination et d'oppression.

À contrario, avec l'argent injecté dans ces structures, il serait possible de créer de nouveaux services psychosociaux qui seraient portés et soutenus par les communautés en plus d'être ancrés dans la prévention et la réduction des méfaits. À titre d'exemple, ce ne sont que 4 à 8% des hommes qui commettent 90% des violences sexuelles et en moyenne, ils font entre six à cinquante victimes (Dick et Ziering, 2015 ; Regroupement des intervenants en matière d'agression sexuelle -RIMAS, s.d. ; Zaccour, 2019) au courant de leur vie.

Toutefois, le système de justice criminel du Canada préfère (selon les propres mots du DPCP lorsqu'ils ont défendu la position de ma procureure de ne pas aller à procès) laisser « 1000 coupables en liberté plutôt que d'avoir un seul innocent en prison » et ce, même si l'on sait que lorsqu'il y a condamnation (3 cas de violence sexuelles sur 1000), le taux de récidive des auteurs de violence sexuelle passe de 65% à 6 à 8% chez ceux qui ont accepté volontairement de suivre un traitement thérapeutique (RIMAS, s.d.). À l'heure actuelle, ces traitements ne sont accessibles que s'il y a eu condamnation ; faute de financement. Ainsi, si ces traitements étaient mieux financés et accessibles dans la société, il y a lieu de croire que le nombre de victimes/survivantes chuterait, car la prévention serait réalisée à la racine.

anima/us (la part du sexe opposé présente en lui), et surtout le Soi, l'archétype lié au sens de la vie (Jung, 1921 [1950]).

Je trouve donc intéressant d'observer la manière dont mon propre processus m'a permis d'explorer, sans le nommer explicitement, ces différents archétypes et surtout de me rendre compte (avec du recul) que mon histoire de vie témoigne de la façon dont l'inconscient collectif peut réellement être prédictif (Jung, 1921 [1950]). En effet, c'est tout de même curieux

qu'exactement un an avant la vague internationale #MeToo j'ai pris la parole publiquement à l'émission « *Tout le monde en parle* » afin d'inciter les personnes victimes/survivantes à collectiviser nos histoires et que ça m'a menée à me retrouver au cœur de ce mouvement historique alors que je commençais tout juste mes études en art-thérapie. D'ailleurs, quelques jours avant de recevoir l'invitation à cette populaire émission,



*La liberté guidant le peuple. Format 18 x 24. Crayon de plomb, feutre noir, pastels gras et secs.*

j'avais dessiné (le 11 septembre 2016 et dans le cadre d'un travail de session sur la méthode des gribouillis) une image que j'avais intitulée « *La liberté guidant le peuple* <sup>22</sup> ». Drôle de coïncidence, mais au combien représentatif de ce fil invisible qui nous lie tous.

## 6. CONCLUSION

Peu savent qu'au Canada la violence à caractère sexuel est officieusement décriminalisée. Dans le cadre de la présente recherche heuristique, j'ai eu l'opportunité de découvrir comment le collectif interagit avec mon vécu et participe aux situations de discrimination que je continue de vivre, notamment au contact du système de justice criminel. Surtout que personne ne peut échapper à l'ombre collective de l'humanité, car elle appartient à la nature humaine (Jung, 1978). C'est ce qui explique, en partie, pourquoi les victimes/survivantes portent en elles le poids de la

---

<sup>22</sup> En hommage à un tableau (du même nom) mondialement connu et où le personnage central féminin attire tous les regards. Symbole de la démocratie, elle est ici (la Liberté) tant une idée qu'une personne réelle, à mi-chemin entre le tangible et l'idée : « une douleur impudente se lit dans ses traits, au total bizarre mélange de Phryné, de poissarde et de déesse de la liberté » (Heinrich, 1833, p.339).

honte et de la culpabilité pour un crime qu'elles n'ont pourtant pas commis. Cette souffrance est amplifiée par la violence qu'elles reçoivent lorsqu'elles décident de dénoncer, car « la revictimisation c'est voir empirer une situation déjà suffisamment difficile » (Frenette *et al.*, 2018, p.28).

Dans un contexte où le trauma sexuel affecte déjà l'ensemble des sphères de la vie d'une personne qui a vécu de la violence sexuelle, c'est particulièrement inquiétant de constater à quel point le système de justice criminel contribue à amplifier l'impact des conséquences liées à ce crime. Ça ne devrait pas non plus être le parcours du combattant pour avoir accès à de l'aide et du soutien. Malheureusement, avec du recul, je ne sais pas si c'est le viol ou la réponse de la société qui a été le pire. Je ne devrais avoir eu à sacrifier autant simplement pour être entendue.

Si je continue de témoigner, c'est que j'essaie, au meilleur de mes capacités, de faire de cette expérience quelque chose d'édifiant tant qu'à l'avoir vécu. Ça n'effacera pas les pertes, les séquelles ni même le rejet. Ça ne ramènera pas non plus les moments perdus à jamais ni les personnes qui ont quitté ma vie faute de comprendre ou par lassitude. C'est un deuil que j'apprends encore à amadouer, mais le processus art-thérapeutique que j'ai vécu m'amène à porter mon attention sur les qualités et les forces que j'ai développées à force de résister. À constater aussi que j'ai fait tout ce qui était en mon pouvoir pour mettre un terme à la situation et que ça ne m'appartient pas si mon agresseur n'a pas été jugé par le système de justice criminel, même après mon dévoilement. C'est la complaisance de son entourage, des adultes en position d'autorité qui ne sont pas intervenus (au Cégep) et de la justice qui sont en faute.

Le processus de création entamé dans le cadre de cette recherche-crédation m'a donc permis d'être plus en contact avec la souffrance que j'ai vécue suite à l'agression et m'a fait comprendre que tant que cette problématique va demeurer dans notre ombre collective, il va y avoir d'autres victimes et d'autres agresseurs. D'où l'importance de remettre en question nos normes et ce que l'on tient pour vrai, car l'absence de cadres et de limites favorise un climat où l'impunité prévaut. C'est un chantier qui peut sembler ambitieux, mais c'est une lutte qui a déjà été remportée dans le passé. En effet, les hommes politiques, les journalistes, les évêques s'opposaient unanimement au droit de vote des femmes. Les juristes surtout s'y opposaient. Pour eux, le droit de vote était

inconciliable avec le Code civil en vigueur au Québec, selon lequel les femmes étaient considérées comme des incapables devant la loi (Dumont, 2008). Autre exemple : les femmes du Québec étaient à la merci du Code civil jusqu'en 1964, car ce dernier les mettait en état de dépendance économique et sociale face à leur époux. Abolir la subordination légale des épouses était considéré jusque-là comme une « absurdité juridique » (Dumont, 2008, p.94). Ainsi, ce n'est pas d'hier que les femmes s'organisent, luttent et résistent.

À toute époque, on leur a toujours dit qu'elles allaient trop loin et exagéraient dans leurs revendications. Qu'elles demandaient l'impossible. Et à chaque fois, elles ont triomphé. J'ai donc confiance dans le fait que nous sommes en train d'assister à un moment historique et que ce n'est qu'une question de temps avant que le Code criminel ne s'adapte à l'ensemble de la complexité liée à la problématique de la violence à caractère sexuel. Que d'autres lois vont suivre et que d'autres, discriminatoires dans leur essence, vont quant à elles être abrogées. C'est en raison de cette conviction que je n'ai toujours pas nommé publiquement le nom de mon agresseur. J'ai eu des centaines d'opportunités pour dévoiler son identité sur la place publique, mais symboliquement je me suis toujours préservée de le faire parce que j'ai encore espoir en notre État de droit. En sa capacité d'évoluer et de s'ajuster. Particulièrement grâce aux initiatives qui se dessinent à l'horizon et qui découlent toutes des prises de paroles qui ont eu lieu ces dernières années.

Toutefois, pour éviter les erreurs liées à l'obtention du droit de vote, il va falloir faire des efforts conscients afin que l'avenir qui est en train de se tracer « soit pluriel et véritablement en mesure d'atteindre l'objectif de libérer la parole des survivantes. Il faut travailler à mettre de l'avant la pluralité des besoins, des réalités et des expériences vécues par les victimes d'agressions sexuelles » (Souffrant, 2020, n.d.). Réfléchir à des moyens créatifs pour les aider à pouvoir se prémunir de leurs voix et de leurs droits en tendant vers le développement d'un modèle de justice qui placerait au cœur de son fonctionnement la défense des droits humains<sup>23</sup>.

---

23 En effet, je rêve qu'il y ait davantage de milieux diversifiés qui permettent la pleine réalisation de soi. Je souhaite des espaces sécuritaires, spécialisés et intégrés qui rassemblent les différents services tout en unissant ensemble différentes perspectives et approches thérapeutiques dont les victimes/survivantes ont besoin pour être véritablement placées au cœur du processus. Ça permettrait aussi de rendre honneur aux multiples expériences de victimisation vécues en conjonction les unes avec les autres tout en favorisant l'empouvoirement souhaité pour traiter chacune d'entre elles. La création d'un nouveau domaine de droit spécialisé en violence fondée sur le genre qui reconnaîtrait le caractère historique, social et surtout systémique de cette problématique aux trop nombreuses ramifications serait

Je suis convaincue que l'idée de poursuivre le développement de « l'art-thérapie transformatrice » pourrait être un des moyens employés afin de soutenir l'atteinte de ces objectifs. Ayant moi-même eu l'opportunité d'entrevoir ses bienfaits dans le cadre de la présente recherche, je suis satisfaite des possibles que ça a ouvert en moi. Ne serait-ce qu'en raison de la façon dont ça m'a poussée vers une meilleure acceptation et intégration de mon vécu en plus de tendre vers une meilleure estime de moi-même. En effet, longtemps je m'en suis voulu de ne pas avoir su comment agir ou mieux me défendre face à ce cirque. En ayant changé mon propre regard sur le sens que j'accorde à la justice, je réalise que je suis davantage en mesure de me pardonner pour tout ce que j'ai fait afin de survivre et c'est exactement ce que je souhaite pour toute victime/survivante. J'ai espoir, maintenant plus que jamais, que la façon dont nous avons appris à naviguer dans cette société va nous permettre d'enfin être vues comme des expertes à part entière, et ce, indépendamment de notre passé, de notre scolarité ou encore de notre statut social.

J'ai confiance en nos propres capacités. Ce n'est qu'une question de temps avant que les prises de conscience réalisées ces dernières années ne s'ancrent dans nos lois, car les mouvements sociaux ont toujours précédé la justice. C'est le collectif qui pense, écrit ou encore modifie les balises et assises de notre société. On assiste donc au tout début d'une véritable révolution apportée par les vagues #AgressionNonDénoncée, #StopCultureDuViol, #MoiAussi, #EtMaintenant et désormais #C'estAssez ! Le passage du temps saura certainement en fera la démonstration : nous avons rendez-vous avec l'histoire.

---

aussi idéal. D'autant plus que l'idée serait qu'il puisse veiller à véritablement faire valoir nos droits et assurer notre sécurité. Par ailleurs, comme la Commission des droits de la personne et de la jeunesse (CDPDJ) vient de rendre imprescriptible les dossiers de violence sexuelle, leurs responsabilités pourraient être jumelées aux services offerts par l'IVAC via la création d'une chambre spécialisée. Ce type de solution pourrait aussi s'installer de façon parallèle et complémentaire aux autres domaines de droit déjà en vigueur en plus d'être une réponse parallèle aux besoins juridiques des victimes/survivantes laissés en suspend par la potentielle création d'un Tribunal spécialisé (qui est axé sur le droit criminel). C'est un modèle qui pourrait ensuite être utilisé dans les autres Organismes des droits de la personne provinciaux et territoriaux ainsi qu'à la Commission canadienne des droits de la personne. La mise sur pied d'espaces décisionnels dans toutes les institutions et paliers de gouvernement qui seront prêts à recevoir - de manière transpartisanne - la constellation d'expériences qui nous lie collectivement serait essentielle aussi afin de viser une véritable transformation de notre société. Ce sont certes des propositions très institutionnelles, mais elles sont adaptées aux lacunes systémiques auxquelles nous faisons face. Par ailleurs, faute de pouvoir appliquer adéquatement les idéaux offerts par la justice réparatrice ainsi que ceux portés par la justice transformatrice en raison du climat social actuel, ces propositions innovent à partir de nos structures déjà existantes. Elles permettraient aussi de tendre vers ces idéaux tout en nous assurant d'offrir, à court et moyen terme, des options intégrées, ajustées et cohérentes aux besoins psychosociaux et juridiques des victimes/survivantes tout en assurant une certaine forme de défense de droit tant au niveau individuel que collectif.



## RÉFÉRENCES

- Abigaël. (s.d.). *Avoir le lynx comme animal spirituel* [Site internet]. Consulté le 16 avril 2020 à <https://www.wemystic.fr/lynx-comme-animal-spirituel/>
- Adaway, D. L. (s.d.). *Culture of Silence* [Site internet]. Consulté le 16 mai 2020 à <https://adawaygroup.com/culture-of-silence/>
- Andrews, S. (s.d.). *Bro code Decoded* [Site web]. Consulté le 2 mai 2020 à <https://www.drshawnandrews.com/bro-code-decoded/>
- Association des psychanalystes jungiens du Québec (APJQ). (s.d.). *À propos : l'approche Psychanalytique jungienne* [Site web]. Consulté le 13 mai 2020 à <http://www.apjq.org/fr/approche.html>
- Auxi, C. (2018). *Souris animal totem* [Site web]. Consulté le 20 avril 2020 à <https://www.diamantvoyance.fr/souris-animal-totem/>
- Barbès-Morin, G. et Lalonde, P. (2006). La réadaptation psychiatrique du schizophrène. *Annales Médico Psychologiques* 164, 529-536.
- Bergeron, M., Hébert, M., Ricci, S., Julien, M., Rousseau, C., Duhamel, N., Kurtzman, L. (2017). *Violences sexuelles en milieu universitaire - Résultats de l'enquête ESSIMU pour l'Université du Québec à Montréal*. Montréal : Université du Québec à Montréal.
- Beaubien, L. (2009). *L'expérience mystique selon C.G. Jung : la voie de l'individuation ou la réalisation du Soi*. Thèse de doctorat, Université Laval, Québec.
- Benoit, C., Shumka, L., Phillips, R., Kennedy, M-C. et Belle-Isle, L. (2016, 30 mai). *Dossier d'information : La violence à caractère sexuel faite aux femmes au Canada*. [Site web]. Consulté le 2 mai 2020 à <https://cfc-swc.gc.ca/abu-ans/wwad-cqnf/svawc-vcsfc/index-fr.html>
- Bensimon, P. (2018). La récidive : talon d'Achille en matière criminelle. *Revue du Barreau*, 77, 339-425.
- Bernèche, R. et Plante, P. (2009). L'art-thérapie : un espace favorable à la résurgence du potentiel créateur. *Revue québécoise de psychologie*, 30(3), 11-28.
- Billette, V., Guay, S. & Marchand, A. (2005). Le soutien social et les conséquences psychologiques d'une agression sexuelle : synthèse des écrits. *Santé mentale au Québec*, 30(2), 101-120.
- Boudet, D. (2018). La création de soi par soi dans la recherche-crédation : comment la réflexivité augmente la conscience et l'expérience de soi. *Approches inductives*, 5(1), 289-310.

- Bush, R. A. B., et Folger, J. P. (1994). *The Promise of Mediation : Responding to Conflict through Empowerment and Recognition*. San Francisco, CA : Jossey-Bass Publishers.
- Caranci, K. (2007). *The Relationship Between Major Depressive Disorder, Personality, and Art Therapy*. Mémoire de maîtrise inédit. Concordia University, Montréal.
- Carrigan, T., Connell R.W. et Lee, J. (1985). « Toward a new sociology of masculinity », *Theory and Society*, 14(5), 551-604.
- Casavant, L. (2016). *L'Enquête sociale générale, un instrument pour élucider le « chiffre noir » de la criminalité – mise à jour*. Notes de la Colline. Recherches et analyses de la bibliothèque du Parlement du Canada
- Centre de prévention et d'intervention pour victimes d'agression sexuelle, CPIVAS. (s.d.). *Statistiques : de l'hypersexualisation à l'exploitation sexuelle, le dos large du consentement* [Site internet]. Consulté le 20 avril 2020 à <http://www.cpivas.com/statistique-de-la-violence-sexuelle.html>
- Charpy, B. (s.d.a). *Singe, L'Enfant Créateur* [Site internet]. Consulté le 18 avril 2020 à <http://grandourschaman.free.fr/singe-lenfant-createur.html>
- Charpy, B. (s.d.b). *Souris, l'Art de la Juste Expansion* [Site internet]. Consulté le 20 avril 2020 à <http://grandourschaman.free.fr/souris-lart-de-la-juste-expansion.html>
- Chauvin, M-A. et Frizon-Hémard, C. (2016, mai). *Concepts Jungiens* [Site internet]. Consulté le 13 mai 2020 à <http://afdialogue.eu/index.php/articles/concepts-jungiens/>
- Cherisey, L. et Perret, V. (2011). *Le grain de sable et la perle*. Paris, France : Presses De La Renaissance.
- Cloutier, M. et Racine, M. (2016). La « parfaite » victime. *La Presse* [Journal en ligne], Consulté le 2 mai 2020 à [https://plus.lapresse.ca/screens/c61ad8d1-54fd-4459-a7da-ea995d68a691\\_\\_7C\\_\\_0.html](https://plus.lapresse.ca/screens/c61ad8d1-54fd-4459-a7da-ea995d68a691__7C__0.html)
- Commission du droit du Canada (1999). *De la justice réparatrice à la justice transformatrice : document de discussion*. Ottawa, Canada : Commission du droit du Canada.
- Connell, R. W. (1995). *Masculinities*. Cambridge, Angleterre: Polity Press.
- Connell, R. W. et Messerschmidt, J.W. (2005). Hegemonic Masculinity: Rethinking the Concept, *Gender & Society*, 19(6), 829-859.
- Conroy, S. et Cotter, A. (2017). *Les agressions sexuelles autodéclarées au Canada, 2014*. Ottawa, Canada : Publications du Ministre de l'industrie – Statistique Canada.
- Coreno, C.A. (2007). *Using Art Therapy to Decrease Depression with Adults in a Partial Hospitalization Program*. Mémoire de maîtrise inédit. Ursuline College, Cleveland.

- Corin, E., Poirel, M-L et Rodriguez, L. (2011). *Le mouvement de l'être : paramètres pour une approche alternative du traitement en santé mentale*. Québec, Québec : Presses de l'Université du Québec.
- Crête, M. (2019, 18 juillet). *La « catho-laïcité » de l'État* [Site internet]. Consulté le 12 avril 2020 à <https://www.ledevoir.com/politique/quebec/558894/le-mouvement-laique-et-le>
- Cyrułnik, B. (2020, 14 mai). *Comprendre la mémoire traumatique* [Site internet]. Consulté le 14 avril 2020 à <https://www.franceculture.fr/conferences/universite-de-nantes/comprendre-la-memoire-traumatique>
- Dehing, J. (2007). L'œuvre de Jung - ombre et clarté. *Cahiers jungiens de psychanalyse*, 123(3), 51-77.
- Delgado, R. (2000). Prosecuting Violence : A Colloquy on Race, Community, and Justice. *Stanford Law Review*, 52(750).
- Descarries, F. (2007). *Chronologie de l'histoire des femmes au Québec et rappel d'événements marquants à travers le monde*. Montréal, Québec : Institut de recherches et d'études féministes (IREF).
- Deslauriers, J-M., Godbout, N. et Samson, A. (2020). *L'abus sexuel chez les garçons est un enjeu de santé publique trop souvent absent des politiques gouvernementales*. [Site web]. Consulté le 2 mai 2020 à <https://policyoptions.irpp.org/magazines/february-2020/les-hommes-victimes-dabus-sexuels-durant-lenfance/>
- Dick, K et Ziering, A. (2015). *The hunting ground* [Documentaire]. New-York, N.Y. : The Weinstein company
- Doolittle, R. (2017). Why Police Dismiss 1 In 5 Sexual Assault Claims As Baseless. *The Globe and Mail* [Journal en ligne], Consulté le 2 mai 2020 à <https://www.theglobeandmail.com/news/investigations/unfounded-sexual-assault-canada-main/article33891309/>
- Dumont, M. (2008). *Le féminisme québécois raconté à Camille*. Montréal, Canada : Les éditions du remue-ménage
- Dumont, M. (2015, 17 septembre). *Les longues racines des agressions sexuelles et la riposte des femmes*. Conférence présentée dans le cadre du colloque du 35e anniversaire du Calacs - Agression Estrie : « Les agressions à caractère sexuel. Un problème de société », Sherbrooke.
- Dumont, M. (2017, 10 février). *Alice, la Justice et Gerry*. Article inédit. Sherbrooke, Québec.
- Dworkin, A. (1983). *Right-wing women*. New-York, N.Y. : Perigee Book.

- EDLPJ. (s.d.). *Le soi : l'essence de l'être* [Site internet]. Consulté le 2 mai 2020 à <https://edlpj.org/pages/le-soi-lessnesse-de-letre?locale=fr>
- Elkouri, R. (2017). La vérité sur les « fausses plaintes ». *La Presse* [Journal en ligne], Consulté le 2 mai 2020 à [https://plus.lapresse.ca/screens/394ad0e5-c3b7-4fc9-ac53-286df6355f6b\\_\\_7C\\_\\_0.html](https://plus.lapresse.ca/screens/394ad0e5-c3b7-4fc9-ac53-286df6355f6b__7C__0.html)
- Fisher, A., Goodwin, R. et Patton, M. (2009). *Les hommes et la guérison*. Ottawa, Canada : Le Projet pour hommes.
- Flamand Rose Shop. (2019, 21 septembre). *Flamant Rose (Phénix) : Mythe et Légende* [Site internet]. Consulté le 21 avril 2020 à <https://flamant-rose-shop.com/blogs/blog-flamant-rose/flamant-rose-symbole>
- Fontaine, L. (s.d.). *Animal Totem : Chouette* [Site internet]. Consulté le 14 avril 2020 à <https://www.animal-totem.fr/animal-totem-chouette/>
- Fontaine, L. (s.d.). *La Girafe Animal Totem et ses Significations* [Site internet]. Consulté le 16 avril 2020 à <https://www.animal-totem.fr/giraffe-significations/>
- Freire, P. (1968). *Pédagogie des opprimés: suivi de Conscientisation et révolution*. Fribourg-en-Brisgau, Allemagne : Verlag Herder
- Frenette, M., Boulebsol, C., Lampron, E-M., Chagnon, R., Cousineau, M-M., Dubé, M., Lapierre, S., Sheehy, E., Regroupement des maisons pour femmes victimes de violence conjugale (RMFVVC), Fédération des maisons d'hébergement pour femmes (FMHF), Regroupement québécois des CALACS (RQCALACS), Concertation des luttes contre l'exploitation sexuelle (CLES), Gagnon, C. (2018). *Femmes victimes de violence et système de justice pénale : expériences, obstacles et pistes de solution*. Montréal : Service aux collectivités de l'Université du Québec à Montréal/RMFVVC/FMHF/RQCALACS/CLES.
- Gosselin P., Potvin, G., Gingras J. M., et Murphy S. (1998). Une représentation de la dynamique de création pour le renouvellement des pratiques en éducation artistique. *Revue des sciences de l'éducation*, 24(3), 647-666.
- Gouvernement du Québec (2001). *Orientations gouvernementales en matière d'agression sexuelle*. Québec, Québec : Publications Gouvernement du Québec.
- Hannes, M. (1995). Clinical Application of the “ Scribble Technique ” with Adults in an Acute Inpatient Psychiatric Hospital. *Journal of the American Art Therapy Association*, 12(2), 111-117
- Hanne, I. (2018, 15 avril). Violences sexuelles : de « victimes » à « survivantes ». *Libération*

[Journal en ligne], Consulté le 2 mai 2020 à [https://www.liberation.fr/planete/2018/04/15/violences-sexuelles-de-victimes-a-survivantes\\_1643553](https://www.liberation.fr/planete/2018/04/15/violences-sexuelles-de-victimes-a-survivantes_1643553)

Heinrich, H. (1833). *De la France*. Paris, France : Eugène Renduel. 420 p.

Heller, V. (2017). *Notes du cours ATH-2011 Psychodiagnostic et psychopathologie en art thérapie* [Diaporama PowerPoint]. Université du Québec en l'Abitibi-Témiscamingue, Rouyn-Noranda.

Hexagram. (s.d.). *Qu'est-ce que la recherche création?* [Site web]. Consulté le 2 mai 2020 à <https://hexagram.ca/index.php/fr/orientations-scientifiques/qu-est-ce-que-la-recherche-creation>

Hocoy, D. (2007). Art Therapy as a Tool for Social Change: A Conceptual model. Dans F. F. Kaplan (Dir.), *Art therapy and Social Action*, (p. 21-39). Philadelphie, PA : Jessica Kingsley.

Hugues, P. et Mossman, M-J. (2004). *Repenser l'accès à la justice pénal au Canada : un examen critique des besoins, des réponses et des initiatives de justice réparatrice*. Ottawa, Canada : Publications du ministère de la justice du Canada.

Huss, E. (2016). Toward a social critical, analytical prism in art therapy : The example of marginalized Bedouin women's images. *The Arts in Psychotherapy*, 50, 84-90.

INSPQ. (2018). *Conséquences des agressions sexuelles sur la santé*. [Site web]. Consulté le 2 mai 2020 à <https://www.inspq.qc.ca/rapport-quebecois-sur-la-violence-et-la-sante/lesagressions-sexuelles/consequences-des-agressions-sexuelles-sur-la-sante>

Jacobson, N. (2007). Politiques et pratiques en santé mentale. Comment intégrer le concept du rétablissement. *Santé mentale au Québec*, 32(1), 245-264.

Jambon, C. (2014). *Communication Non Violente : quand apprendre à communiquer avec le langage girafe change la vie* [Site web]. Consulté le 19 avril 2020 à <https://apprendrea-educer.fr/communication-violente-comment-communiquer-langage-girafe-29/>

Jewkes, R., Purna S. et Garcia Moreno, C. (2002) *Chapitre 6 du Rapport mondial sur la violence et la santé : « La violence sexuelle »*. Genève, Suisse : Organisation Mondiale de la Santé (OMS).

Jung, C.G. (1921 [1950]). *Types psychologiques*, Genève, Suisse : Georg Éditeur.

Jung, C.G. (1933). *Correspondance - Tome 1: 1906-1940 « Lettre à Albert Oppenheimer, du 10 octobre 1933 »*, Paris, France : Albin Michel Littérature

Jung, C.G. (1946). *DerKampf mit dem Schatten (The Fight with the Shadow)*. Princeton, NJ : Princeton University Press

- Jung, C.G. (1964). *L'homme et ses symboles*. Paris, France : Robert Laffont.
- Jung, C.G. (1978). *Présent et avenir*. Paris, France : Éditions Denoël.
- Jung, C. G. (1987). *Dictionary of Analytical Psychology*. Londres, Angleterre: Ark Paperbacks.
- Kaplan, F. (Dir). (2007). *Art Therapy and Social Action: Treating the World's Wounds*. Philadelphie, PA : Jessica Kingsley.
- Kwochka, D. (1996). Aboriginal Injustice : Making Room for a Restorative Paradigm, *Saskatchewan Law Review*, 60(153).
- Lamielle, P. (2011, décembre). *Cultures of Silence: Why Penn State and other institutions don't bring wrong-doing to light - and how outsiders should react* [Site internet]. Consulté le 2 mai 2020 à <https://www.tc.columbia.edu/articles/2011/december/cultures-of-silence-why-penn-state-and-other-institutions-d/>
- Lambert, J. (2010). L'art-thérapie auprès des personnes victimes de violence interpersonnelle. Dans J. Hamel & J. Labrèche (Éds), *Découvrir l'art-thérapie*. Paris : Larousse.
- Langdeau, L. (2002). *La portée formatrice de l'expérience d'un processus créateur vécu par des éducateurs en formation professionnelle continue*. Thèse de doctorat inédite, Université de Montréal, Montréal.
- La-Philo (s.d.). *Analyse de l'allégorie de la caverne (Platon)*. [Site internet]. Consulté le 2 mai 2020 à <https://la-philosophie.com/platon-caverne-allegorie>
- LaPrairie, C. (1994). *Altering Course : New Directions in Criminal Justice Sentencing Circles and Family Group Conferencing*. [Inédit].
- Lebard, J. (2014, 25 avril). *Je veux que tout le monde m'aime* [Site internet]. Consulté le 2 mai 2020 à <https://www.psychologies.com/Moi/Moi-et-les-autres/Relationnel/Articles-et-Dossiers/Je-veux-que-tout-le-monde-m-aime>
- Lefrontal. (s.d.). *Symbolique du lapin* [Site internet]. Consulté le 17 avril 2020 à <https://www.lefrontal.com/symbolique-du-lapin>
- Lepage, S. (2016, 25 septembre). Les victimes de violences sexuelles ont une sensation de danger permanent. *Obs* [Journal en ligne], Consulté le 2 mai 2020 à <https://www.nouvelobs.com/societe/20160921.OBS8525/les-victimes-de-violences-sexuelles-ont-une-sensation-de-danger-permanent.html>
- Lessard, M. (2017). Les dénonciations publiques d'agressions sexuelles : du mauvais usage de la présomption d'innocence. *Canadian Journal of Women & the Law*, 29(1), 401-440.
- Lévesque, A-M. (2010). L'approche jungienne. Dans J. Hamel et J. Labrèche (dir.), *Découvrir l'art-thérapie*. Paris : Larousse.

- Makonnen, R. (2018, 31 janvier). En français SVP : remplacer « trigger warning » par « mise en garde » ou « traumavertissement ». *On dira ce qu'on voudra* [Entrevue en ligne], Consulté le 2 mai 2020 à <https://ici.radio-canada.ca/premiere/emissions/on-dira-ce-qu-on-voudra/segments/chronique/57276/en-francais-svp-trigger-warning-translation-oqlf>
- Martel, C. (2017, 2 mars). « *L'histoire des droits des femmes au pays* » [Site internet]. Consulté le 2 mai 2020 à <https://www.larevue.qc.ca/lhistoire-des-droits-des-femmes-au-pays/>
- Martin, S. L., Ray, N., Sotres-Alvarez, D., Kupper, L. L., Morocco, K. E., Dickens, P. A., Scandlin, D. et Gizlice, Z. (2006). Physical and Sexual Assault of Women With Disabilities. *Violence Against Women*, 12(9), 823–837.
- McNiff, S. (1976). The effects of artistic development on personality. *Art Psychotherapy*, 3, 69–75.
- Messerschmidt, J. W. (2008) « And Now, the Rest of the Story : A Commentary on Christine Beasley's "Rethinking Hegemonic Masculinity in a Globalizing World" ». *Men and Masculinities*, 11(1), 104-108.
- Ministère de la justice. (2015, 7 janvier). *Projet de loi C-46 : Demandes de communication de dossiers à la suite de l'arrêt Mills, examen de la jurisprudence*. [Site internet]. Consulté le 2 mai 2020 à [https://www.justice.gc.ca/fra/pr-rp/sjc-csj/ajc-ccs/rr06\\_vic2/p3\\_4.html](https://www.justice.gc.ca/fra/pr-rp/sjc-csj/ajc-ccs/rr06_vic2/p3_4.html)
- Ministère de la justice. (2020, 7 février). *Projet de loi C-5 : Loi modifiant la Loi sur les juges et le Code criminel*. [Site internet]. Consulté le 2 mai 2020 à <https://www.justice.gc.ca/fra/sjc-csj/pl/charte-charter/c5.html>
- Monde éléphant. (2019, 20 septembre). *Signification de l'Éléphant (symbolisme)* [Site internet]. Consulté le 15 avril 2020 à <https://monde-elephant.com/blogs/blog-monde-elephant/que-signifie-les-elephants-tout-savoir>
- Néron, J. (1997, octobre). *Survol de l'histoire du droit criminel canadien*. Conférence présentée dans le cadre des Soirées-conférence de l'Association québécoise Plaidoyer-Victimes. Montréal.
- Organisation mondiale de la santé (2005). *Étude multipays de l'OMS sur la santé des femmes et la violence domestique à l'égard des femmes : premiers résultats concernant la prévalence, les effets sur le plan sanitaire et les réactions des femmes*. Genève, Suisse : OMS.
- Organisation mondiale de la santé, Organisation panaméricaine de la Santé (2012). *La violence sexuelle, comprendre et lutter contre la violence à l'égard des femmes : WHO/RHR/12.37*. Genève, Suisse : OMS.
- Oster, G.D., et Gould, P. (1987). *Using Drawings in Assessment and Therapy*. New-York, N.Y. : Brunner/Mazel.

- Paillé, P. & Mucchielli, A. (2012). Chapitre 11 - L'analyse thématique. Dans : P. Paillé & A. Mucchielli (Dir), *L'analyse qualitative en sciences humaines et sociales* (pp. 231-314). Paris, France : Armand Colin.
- Pelletier, L. (2013). *L'art-thérapie et l'empowerment : Enjeux et perspectives*. Mémoire de maîtrise, Université du Québec en Abitibi-Témiscamingue / Université du Québec à Montréal, Rouyn-Noranda.
- Pelletier, L. (2017). *Notes du cours ATH-2008 L'art-thérapie spécialisée auprès des groupes* [Diaporama PowerPoint]. Université du Québec en l'Abitibi-Témiscamingue, Rouyn-Noranda.
- Perreault, S. (2015) *La victimisation criminelle au Canada, 2014*. Ottawa, Canada : Publications du Ministère de l'industrie – Statistique Canada.
- Perrier, A. (2016, 17 juin). *Le Condor* [Site internet]. Consulté le 10 avril 2020 à <https://www.luminessens.org/post/2016/06/17/le-condor>
- R. c. Ewanchuk. (1999). 1 R.C.S. 330
- R. c. Hebert. (1990). 2 R.C.S. 151
- Regroupement des intervenants en matière d'agression sexuelle (RIMAS). (s.d.). Statistiques [Site web]. <https://www.rimas.qc.ca/statistiques/>
- Reynolds, F. (2000). Managing depression through needlecraft creative activities: A qualitative study. *The Arts in Psychotherapy*, 27(2), 107-114.
- RQCALACS. (s.d.). *Les Agressions sexuelles, c'est non. Ensemble réagissons !* [Site web]. Consulté le 2 mai 2020 à <http://www.rqcalacs.qc.ca/mobilisation.php>
- RQCALACS. (s.d.). *Statistiques* [Site web]. Consulté le 2 mai 2020 à <http://www.rqcalacs.qc.ca/statistiques.php>
- Romito, P. (2006). *Un silence de mortes : la violence masculine occultée*. Paris, France : Éditions Syllepse.
- Roy, M. (2016, 20 mars). 3 agressions sexuelles sur 1 000 se soldent par une condamnation. Pourquoi? *L'Actualité* [Magazine en ligne], Consulté le 2 mai 2020 à <https://lactualite.com/societe/3-agressions-sexuelles-sur-1000-se-soldent-par-une-condamnation-pourquoi/>
- Salmona, M et Salmona, L. (2015) *Rapport d'enquête de l'Association mémoire traumatique et victimologie : les français-e-s et les représentations sur le viol et les violences sexuelles*. Bourg-la-Reine, France : Institut IPSOS.



- Samuel. (2014, 26 mars). *Peuple des éléphants animal totem* [Site internet]. Consulté le 15 avril 2020 à <https://www.lereturdesdragons.com/animal-totem-elephant/>
- Sandor-Buthaud, M. (2004). Au-delà du bien et du mal : la réalité de l'ombre et de la destructivité. *Cahiers jungiens de psychanalyse*, 112(4), 61-78.
- Sela-Smith, S. (2002). Heuristic research: a review and critique of Moustakas method. *Journal of humanistic psychology*, 42(3), 53-88.
- Sethi, Anupriya. (2007). Domestic Sex Trafficking of Aboriginal Girls in Canada: Issues and Implications. *First Peoples Child & Family Review*, 3(3), 57-71.
- Souffrant, K-A. (2020, 17 avril). Les origines premières du mouvement #MoiAussi. *La Gazette des femmes* [Magazine en ligne], Consulté le 2 mai 2020 à <https://gazettedesfemmes.ca/18662/les-origines-premieres-du-mouvement-moiaussi/>
- Stoddart, J. (2014, 26 août). *Femmes et loi* [Site internet]. Consulté le 2 mai 2020 à <https://thecanadianencyclopedia.ca/fr/article/femmes-et-loi>
- Table de concertation sur les agressions à caractère sexuel de Montréal. (2018). *Guide d'information à l'intention des victimes d'agression sexuelle 3e édition*. Québec, Québec : Publications Gouvernement du Québec.
- Tedeschi, R. G., Calhoun, L. G. (1996) The Post-traumatic Growth Inventory : Measuring the positive legacy of trauma, *Journal of Traumatic Stress*, 9, 455-471.
- Thomas, J-L. (2015). Les conséquences des violences sexuelles sur la santé physique : revue de la littérature. *Revue Française du dommage corporel*, 253-69.
- Tremblay, K. (2008) *Violence sexuelle subie par les aînées: Briser le tabou pour mieux soutenir les femmes*. Montréal, Québec : Regroupement québécois des CALACS.
- Vaia, V. (2017, 24 janvier). *Flamant Rose* [Site web]. Consulté le 21 avril 2020 à <https://laconscienceamour.forumactif.com/t17-les-animaux-totems>.
- Wathen, N. (2012). *La victimisation avec violence : répercussions sur la santé des femmes et des enfants*. Ottawa : Publications du ministère de la justice du Canada.
- Zaccour, S. (2019). *La fabrique du viol*. Montréal, Québec : Leméac Éditeur.

## ANNEXE

- « *Oui j'tai violée so what ? Je l'ai fait parce que je voulais te rappeler que t'es rien d'autre qu'une plotte qu'on baise pis que t'es personne ici. Moi j'tun gars de foot pis si t'arrête pas d'en parler ; avec mes parents on va te poursuivre, ils sont au courant* ».

Ces mots, mon violeur me les a dits lors d'un party où, après qu'un cercle se soit formé autour de nous et qu'on m'a obligée à lui serrer la main, il m'a entraînée dehors pour me menacer pour la énième fois. Du haut de ses 19 ans, il savait déjà que l'argent, la justice et le pouvoir étaient de son bord. Je l'avais enregistré, mais ce soir-là on m'a volé mon téléphone. Ses textos de menaces, l'harcèlement continu de lui en train de se masturber ou les preuves de mes demandes répétées pour qu'il me fiche la paix se sont donc envolées. Je suis vite devenue la risée du Cégep dans mes tentatives pour le retrouver, mais c'était peine perdue. Le reflet que tout le monde me renvoyait était que j'exagérais et que je semais le drame partout où j'allais.

L'énergie du désespoir m'a poussée à contacter la police pour une première fois. J'ai parlé du cellulaire volé et de ce qui s'était passé, mais j'ai été coupée au milieu de mon récit pour me faire demander, sur un ton accusateur : « *s'tu ton ex ? Parce que si oui ça serait vraiment bas d'essayer de te venger comme ça* ». Sur le moment j'ai figé et mon réflexe a été de raccrocher. Quelques mois plus tard, quand j'ai repris tout mon petit change pour les contacter à nouveau, le policier au bout du fil m'a dit : « *c'est ben triste qu'est-ce qui t'es arrivé, mais tu réalises-tu que tu vas détruire sa vie si tu portes plainte ?* »<sup>24</sup>.

À l'époque, j'avais 17 ans et tout ce que je croyais être vrai jusque-là était mort. Je suis « sortie de la caverne » comme dirait Platon<sup>25</sup>. J'ai compris que ma vie (de « femme ») ne valait rien à côté de la sienne ou plutôt de sa « carrière » présumée. Lui aussi savait. C'est d'ailleurs ce qui lui

---

24 Ces propos et la poignée de main forcée sont des éléments truffés d'anciens relents religieux comme l'injonction à pardonner, « tendre l'autre joue » et surtout ne pas adopter une posture de « vengeresse ». Dans une société qui se dit laïque, il est surprenant de voir comment le religieux continue d'interférer dans nos interactions sociales ainsi que dans l'application des lois tellement c'est ancré dans notre culture qui elle, est essentiellement teintée de « catho-laïcité » (Crête, 2019, n.d.).

25 La Caverne désigne le monde de l'opinion, alors que l'extérieur désigne le monde de la connaissance. Platon affirme que le lieu naturel des hommes est l'ignorance. bercés par les sens et les préjugés, la plupart des hommes vivent sous le joug de la “doxa” (opinion) (La-Philo, s.d., n.d.).

permettait de passer à l'acte en toute quiétude et de bander si fort. Ce pouvoir infini sur la vie d'autrui. Le sadisme dans les interactions subséquentes qui créait l'emprise. Le silence de sa victime. La jouissance intrinsèquement liée au sentiment d'impunité. À la complicité sournoise de tous, car « *c'est tellement un bon gars* ».

En parallèle, je pouvais bien avoir l'air d'une « *folle* ». Sans savoir, j'étais devenue anorexique (pour gérer le stress et tenter d'avoir un minimum de contrôle sur ma vie). Je ne dormais plus et j'avais coupé contact avec ma famille ainsi qu'avec mes vrais amis. Je savais que trop bien que tout ne deviendrait que plus infernal si en plus il fallait qu'ils s'en mêlent, car je croyais (à tort) qu'il n'y avait rien « de légal » qui pouvait être fait dans ce contexte-là. Néanmoins, j'avais un plan : mourir d'overdose à Amsterdam. L'overdose avait le mérite d'avoir l'air accidentelle, mais finalement je l'ai « manquée ».

À la place, j'ai eu droit à des visions quasi mystiques qui m'ont fait comprendre que je n'étais pas « souffrance », mais un être qui faisait l'expérience de la souffrance. Cette nuance était tout ce dont j'avais besoin pour commencer à guérir. Ensuite, quelques mois plus tard, une connaissance s'est ouverte à moi pour me suggérer d'aller chercher de l'aide. C'est donc ainsi que j'ai atterri pour la première fois dans un Calacs et que j'ai découvert le féminisme. Néanmoins, j'ai eu de la chance. Je ne sais pas ce qui se serait passé si cette personne n'avait pas croisé ma route. J'étais excessivement fragile et jusque-là, je croyais que c'était faire preuve de faiblesse que d'aller chercher de l'aide. Qu'il fallait être minable pour se cacher derrière l'idée que les femmes étaient des petits êtres « fragiles » que la société opprime. J'avais toujours su tenir tête aux hommes de ma vie, mais je n'avais pas encore croisé un violeur. Autre nuance importante.

En effet, j'ai été élevée pour être une « femme forte ». Une de celles qui ne laisse personne la mener par le bout du nez ou qui la soumet à devenir un lave-vaisselle. Moi, j'étais destinée à faire carrière. À construire ma vie avec un homme et faire le tour du monde à ses côtés. Construire mes choix de vie d'égal à égal. J'étais donc une jeune fille fortement influencée par les idées « de la droite <sup>26</sup>» et j'avais entièrement internalisé la misogynie du monde qui m'entourait. Je

---

26 Dans un contexte où les femmes sont subordonnées aux hommes, les femmes de droite concluent ce qui leur paraît le marché le plus avantageux : en échange de leur conformité aux rôles traditionnels, la droite leur promet la sécurité, le respect, l'amour. Elles font donc le pari qu'il est préférable de prendre le parti du patriarcat plutôt que de combattre ce système (Dworkin, 1983)

respectais toutes les règles pour ne pas être une « putain » ou avoir l'air de « l'avoir cherché » parce que jamais je ne me serais mise dans une « telle situation ». J'étais une fille intelligente, « *one of the boys* » qui se respectait. Je n'étais donc pas le genre de fille à raconter ma « vie privée » ou à me casser la tête avec des sujets « lourds ». Je voulais être aimée par tout le monde et sans m'en rendre compte, j'étais la cible parfaite. Le genre qui enterre ça loin en elle et qui vit une vie en parallèle. Qui nie en bloc d'être une « victime », parce que le mot est trop connoté et qu'elle ferait n'importe quoi pour préserver sa réputation.

J'avais vécu toute ma vie comme ça alors j'ai littéralement changé de dimension quand le destin s'en ait mêlé et qu'il m'a fait rencontrer, par hasard, une autre de ses victimes. J'avais invité cette fille-là à aller prendre un café parce que je savais qu'elle connaissait tout sur tout le monde. Je voulais savoir si mon agresseur avait une réputation parce que « fucké demême » ça ne se pouvait pas que ce soit juste dans ma tête. C'est donc ainsi, entre deux fous rires à jaser de gars, que j'ai glissé son nom. Son visage s'est tout d'un coup assombri et est devenu livide. Il ne m'en fallait pas plus pour comprendre. Je lui ai demandé « est-ce qu'il t'a violée toi aussi ? » et c'est là qu'elle a éclaté en sanglots.

En parlant ensemble, on s'est rendu compte qu'il avait le même motus operandi : a) cibler des filles (insécures) qui ont peur de déplaire<sup>27</sup>, b) organiser un événement et s'arranger que personne d'autre ne se présente, c) nous attirer dans sa chambre en prétextant vouloir nous montrer ses « *posters* », d) réagir de façon passive-agressive face à notre résistance à y aller, e) marchander la paix en jouant sur notre insécurité et en menaçant implicitement de nous exclure de la « gang », f) resserrer l'étau en nous séquestrant, g) passer à l'acte avec des gestes de sadisme, h) créer une myriade de menaces de répercussions sociales au cas où on parle, i) passer à la prochaine cible.

Nommer à voix haute la façon dont on s'était retrouvées là fut immensément libérateur pour moi. J'étais soulagée de constater que non seulement j'avais raison d'être troublée, mais que tout ça était parfaitement calculé. Au point où cette fille m'a même dit, en pleurant, que si seulement elle en avait parlé ; peut-être que ça ne me serait jamais arrivé. Je ne vais jamais oublier cette soirée

---

27 Comme si notre estime de nous-mêmes s'était construite seulement sur l'approbation des autres. Vouloir être apprécié de tous signifierait donc prendre autrui comme mètre étalon de notre propre valeur. Seul le regard de l'autre nous conférerait de l'importance (Lebard, 2014).

puisque c'était tout ce dont j'avais besoin à ce moment-là. Ni plus, ni moins. J'ai donc été profondément brusquée quand elle en a parlé à des membres de notre cercle social parce que je n'étais pas prête. Je lui en ai longtemps voulu. Néanmoins, je comprends aujourd'hui qu'une partie d'elle devait vivre avec la culpabilité de ne pas avoir agi plus tôt. Peut-être que dans son geste, elle espérait sincèrement que nous allions recevoir du support de l'équipe ou même du Cégep. Toutefois je dois reconnaître que je suis déçue que des années plus tard, elle ait refusé de collaborer avec les autorités lors du dépôt de ma plainte alors que c'est elle qui avait initié tout ça. Surtout qu'à la base, ce n'est pas pour moi que j'ai dénoncé. C'est pour les prochaines. Je n'ai jamais eu besoin d'une condamnation de la part d'un tribunal pour valider ma vérité. Je sais très bien ce qui s'est passé puisque j'y étais. Néanmoins, dans la souffrance, j'avais espoir que ça me libérerait d'un certain poids, soit celui qu'il ne répète pas son geste à nouveau.

Un médecin m'avait d'ailleurs dit que c'était de ma faute s'il y violait d'autres parce que je ne l'avais jamais emmené en cours. Puis, un an plus tard, le chef de police de la ville où j'habitais m'a convoquée à son bureau (insulté que j'aies dénoncé l'incompétence de ses policiers à *Tout le monde en parle*), en compagnie de son responsable aux communications. Il m'a fait croire que ma posture témoignait de mon incapacité à être passée à autre chose et que je n'en serais véritablement libérée que lorsque je déposerais officiellement ma plainte. Aujourd'hui je sais que c'était un piège. C'est celui qu'on tend aux victimes et qui les pousse à croire que leur point de vue n'est valide que si leur agresseur a été déclaré coupable. L'histoire qu'on ne dit pas c'est que ce scénario relève de l'exception plutôt que de la règle. C'est pour démontrer cette affirmation ainsi que pour exposer les mécanismes de la victimisation secondaire que je me suis intéressée à faire la présente recherche.

D'autant plus que le DPCP a maintenu, dans une rencontre où je contestais la décision de ne pas aller à procès, qu'« ils préfèrent avoir des milliers de coupables en liberté qu'un seul innocent en prison ». Je peux comprendre pour les délits mineurs, mais en cas de viol ; un agresseur peut faire plusieurs victimes au courant de sa vie<sup>28</sup> ! Combien de vies brisées pour maintenir en place la

---

28 Ce ne sont que 4 à 8% des hommes qui commettent 90% des violences sexuelles et en moyenne, sur un même campus, ils font entre six à quinze victimes (Dick et Ziering, 2015). Pourtant, après une arrestation, le taux de récidive des auteurs de violence sexuelle passe de 65% à 6 à 8% suite à un traitement thérapeutique (RIMAS, s.d.), mais ces traitements ne sont accessibles que s'il y a eu condamnation, faute de financement.

réputation cette institution (la justice criminelle) ? D'autant plus qu'il est grand temps de commencer à penser aux 997 victimes/survivantes sur 1000 qui ont r été oubliées par le système.

De surcroît, il faut aussi se pencher sur les cas extrêmement rares de victimes/survivantes qui ont vu leur violeur être déclaré « coupable » par un tribunal pénal (3 sur 1000). En effet, cette forme de justice, punitive et ancrée dans la culture carcérale, a-t-elle vraiment répondu à leurs besoins ? Ce long processus revictimisant a-t-il réellement contribué à leur reconstruction et au développement d'un véritable sentiment de justice ou sont-elles sorties de ce système plus brisées qu'elles ne l'étaient avant d'y entrer ? À qui ce système sert-il et pour qui travaille-t-il réellement ? Ces questions doivent être posées car la conviction et le sentiment d'avoir obtenu justice et réparation en tant que victime/survivante sont deux choses bien distinctes tel que décrit précédemment. D'autant plus que la criminalisation de la violence sexuelle dans le système de justice pénale a toujours été une erreur historique et qu'aucune formation ni réforme ne pourra changer cela. La raison en est que tout ce processus est entièrement centré sur les droits de l'accusé et repose également sur le principe de la présomption d'innocence, un pilier fondamental du système juridique et de la démocratie au Canada.

Par conséquent, c'est impossible de lutter ni être moralement contre cela. Surtout que pour certaines victimes/survivantes, on ne peut nier que l'idée d'être entendues par un juge peut être source d'empouvoirement. On ne devrait jamais préconiser de supprimer tout levier qui pourrait potentiellement empêcher la création de nouvelles victimes/survivantes puisque certains violeurs ne peuvent être réhabilités et représenteront toujours une menace pour la société<sup>29</sup>. Ceci étant dit, nous devons regarder plus loin et innover car le droit pénal ne devrait pas être la norme ni la première ou la seule option présentée aux victimes/survivantes. L'accès aux autres domaines du droit et aux alternatives à la justice devrait être tout aussi financé et l'accès à l'aide et au soutien

---

29 Il suffit de penser à l'histoire de Marylène Lévesque, la jeune femme assassinée par un meurtrier récidiviste le 22 janvier 2020, et dont la mort a fait les manchettes parce qu'elle a mis en lumière les failles du système de libération conditionnelle et le manque de formation/expertise des agents de la Commission des libérations conditionnelles du Canada (CLCC). Ou encore au combat mené par les victimes/survivantes de Jacques Groleau, surnommé le « violeur au dentier », qui a un passé criminel de 40 ans comme délinquant sexuel et qui est connu comme multirécidiviste depuis 1981. Il pourrait bénéficier d'une libération d'office après avoir purgé les deux tiers de sa peine, soit 10 ans. Or, tel que dénoncé par l'une des survivantes (dont l'identité est protégée par un mandat d'arrêt) : « la seule chose qu'il a montré jusqu'à présent c'est qu'il récidive à 100% ».

ne devrait pas être un parcours du combattant comme c'est le cas actuellement. C'est devenu un devoir civique à mes yeux que d'exposer publiquement ces enjeux.

C'est d'ailleurs un des motifs qui m'a poussée à cofonder « Québec contre les violences sexuelles » avec Kimberley Marin et Ariane Litalien en octobre 2016. Au sein de cette implication citoyenne, nous avons réalisé l'impossible en démocratisant le terme « culture du viol » au Québec en plus d'influencer le gouvernement du Québec à se pencher sur la création d'une loi-cadre dans les institutions postsecondaires. Nos actions ont d'ailleurs amené le gouvernement du Québec à investir 44 millions pour lutter contre les violences sexuelles en octobre 2016 et 23 millions \$ pour lutter contre les violences sexuelles sur les campus en août 2017 en plus de faire de la violence sexuelle un enjeu prioritaire et transpartisan en raison de l'intérêt dans la société civile et auprès des médias que nous avons su créer, susciter et maintenir. À titre d'exemple, suite à la publication d'une lettre ouverte signée par tous les principaux partis politiques provinciaux et fédéraux, nous avons contribué à créer une discussion visant à inclure la notion de violences à caractère sexuel dans la « Loi sur les normes du travail » et dans le « Code canadien du travail ».

De plus, je suis devenue personnellement très familière avec le mouvement international #MeToo puisque j'ai moi-même pris la parole publiquement afin de raconter mon histoire ce qui m'a valu plusieurs invitations à des événements d'envergure tels que la 63e session de la Commission de la condition de la femme des Nations Unies (CCFNU 63) en tant que membre de la délégation canadienne et j'ai aussi participé au premier Congrès international sur le mouvement #MeToo – Moving Forward qui a eu lieu à Reykjavik en septembre 2019. J'ai également eu l'opportunité de créer et d'organiser un colloque scientifique intitulé « Justice à l'ère du #MoiAussi » qui m'a valu l'invitation à venir témoigner, en tant qu'experte-survivante, au « Comité d'experts sur l'accompagnement des personnes victimes d'agressions sexuelles et de violence conjugale », formé par la ministre de la Justice et procureure générale du Québec, Sonia Lebel.

Conséquemment, j'ai su transformer le traumatisme que j'ai vécu en une expérience riche et épanouissante puisque je me suis donné l'espace de dénoncer cette violence vécue en plus d'être allée chercher des ressources en parallèle afin de pouvoir persévérer sur plusieurs années. Je crois donc qu'il est possible de croître à partir d'une expérience traumatique, exactement comme le

suggérait Jung (1964). Mon existence même en témoigne et c'est pour cela que je déploie tant d'énergie pour que d'autres puissent bénéficier. L'expertise existe, il suffit d'élargir la façon dont on la définit en plus de la rassembler. Le fait que tant de victimes/survivants et de mouvements sociaux dénoncent à l'unisson la manière dont les institutions les ont historiquement trahies et abandonnées est un signe de l'urgence que nous avons à sortir du mode de pensée qui a établi le problème en premier lieu, car « un problème ne peut être résolu en réfléchissant de la même manière qu'il a été créé » pour reprendre cette célèbre citation de Albert Einstein.

Nous le devons aux prochaines générations.