



© Louise BERTRAND

Endocrinologue et gynécologue, le Dr Violaine Guérin nous interpelle tous sur le sens caché des maladies : le corps parle et nombre de ses expressions ne sont que mémoires de violences du passé.

Vivre des violences sexuelles est l'expérience la plus destructrice qu'il soit donné de vivre à un être humain.

C'est un crime, souvent "parfait", qui touche une femme sur quatre et un homme sur six dans sa vie.

Les personnes qui en sont victimes, majoritairement dans l'enfance, sont souvent projetées dans une amnésie post-traumatique qui les empêche de faire le lien entre leur mal être, tout un cortège de symptômes et ce qu'elles ont vécu.

Quand la conscience permet d'identifier l'auteur des violences, la société bien souvent ne veut pas voir et condamne trop rarement ces faits de violences sexuelles, qui de ce fait continuent de se propager et de la détruire.

Quand elle ne meurt pas sur le champ, la personne qui a été victime de violences sexuelles va se consumer à petit feu et mourir dans tous les cas prématurément par rapport à ce qui aurait dû être, après un long parcours de souffrances psychiques, morales et physiques. Tous les aspects de sa vie seront impactés.

C'est pourquoi il est si important d'entamer un véritable parcours de réparation de ces violences, et qu'un grand nombre de professionnels de santé soient formés à ces soins si spécifiques et subtils.

Il est aussi important de veiller à ce que les personnes victimes de telles violences soient aidées le plus tôt possible par rapport au traumatisme, d'où l'importance du dépistage et de la mise à disposition de protocoles thérapeutiques efficaces et limités dans le temps. C'est l'objet de cet ouvrage.

Oui, on peut renaître du crime de violences sexuelles, on peut guérir ses blessures, recontacter sa belle âme créative et repartir sur son chemin de vie avec toute sa force intérieure.

www.stopauxviolencessexuelles.com

ISBN 978-2-9540444-1-5

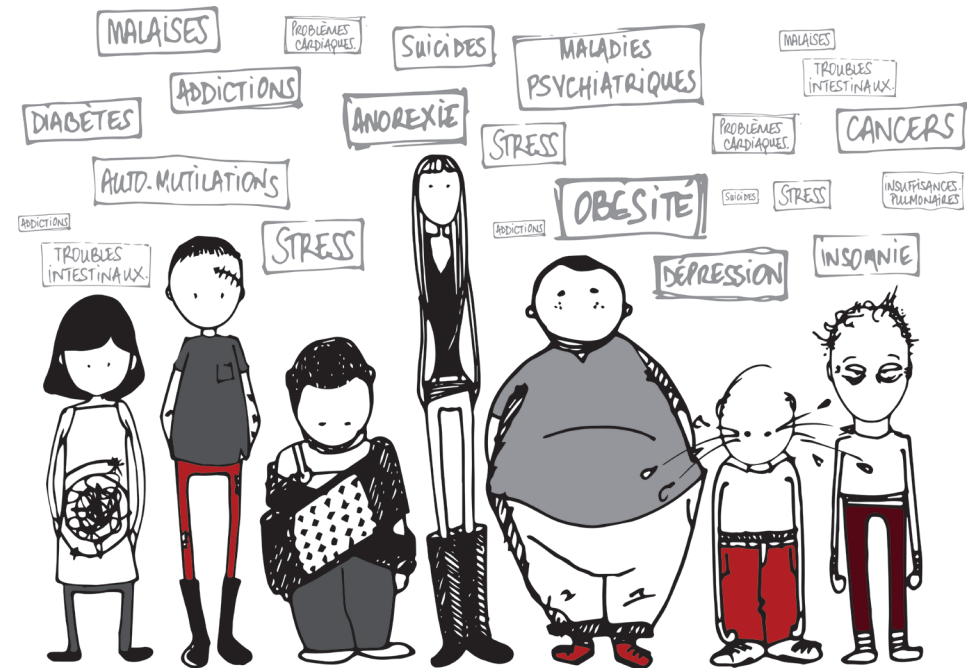
France : 25 €

Dr Violaine Guérin

Comment guérir après des violences sexuelles ?

Dr Violaine Guérin

Comment guérir après des violences sexuelles ?



lunafoti

Tanemirt® EDITIONS



Table des matières

Préface	IX
Introduction	13

Chapitre 1 - La violence sexuelle

1.1. Cadre législatif	17
1.1.1. France	17
1.1.2. Suisse	21
1.1.2. Belgique	22
1.1.3. Canada	22
1.2. Pourquoi toute cette violence ?	22
1.2.1. La banalisation des violences faites aux enfants	22
1.2.2. Des "cadres de référence" malsains perpétrés	24
1.2.3. La pornographie	25
1.2.4. Accueillir et Aimer, un terreau souvent fragilisé	26
1.3. Quelques points fondamentaux pour bien comprendre le sujet des violences sexuelles	29
1.3.1. La victime connaît le plus souvent son/ses agresseurs ...	29
1.3.2. Une agression sexuelle est rarement isolée	29
1.3.3. Comment peut-on être amnésique de faits aussi graves ?.....	29
1.3.4. Les violences sexuelles touchent hommes et femmes à quasi égalité	32
1.3.5. Agresseur au féminin, une réalité souvent occultée	32
1.3.6. Toute la complexité de l'agresseur, ancienne victime	33
1.3.7. Envies de meurtres et autres interdits	34
1.3.8. Le corps parle	35

Chapitre 2 - L'ampleur des dégâts

2.1. Quantitative	37
2.2. Qualitative	39

Chapitre 3 – Préparer le parcours de soins

3.1. L'équipe thérapeutique	64
3.2. Le contrat avec le patient	66
3.3. Cinq aspects thérapeutiques fondamentaux à bien intégrer	67
3.4. Le bilan pré-thérapeutique	74
3.4.1. L'étape diagnostique	74
3.4.2. L'évaluation des ressources du patient	83
3.4.3. L'entourage proche : allié ou ennemi ?	87
3.4.4. Le décryptage des mécanismes d'emprise	87
3.4.5. "L'état des lieux des dégâts"	89
3.4.6. Mécanismes de défense et stratégies d'adaptation mises en place pour se protéger	93
3.4.7. Faire préciser ses objectifs au patient	94

Chapitre 4 – Accompagner pour guérir

4.1. Le coordinateur des soins	95
4.2. Le thérapeute référent	95
4.3. L'équipe multidisciplinaire.....	97
4.4. S'appuyer sur l'entourage quand il peut être soutenant	98

Chapitre 5 – Le protocole de réparation

5.1. Informer le patient des phases par lesquelles il va passer	100
5.2. Rassurer le patient sur sa capacité à guérir	106
5.3. Le "tronc commun" du processus de réparation	107
5.3.1. Remettre de l'énergie dans le corps	113
5.3.2. Restaurer l'estime de soi	116
5.3.3. Apprendre à contacter son enfant intérieur, identifier quand il submerge l'adulte, et savoir l'apaiser	119
5.3.4. Revenir dans son corps et ressentir	121
5.3.5. Faire la chasse à toutes les culpabilités.....	127
5.3.6. "Revisiter" sa famille	133
5.3.7. Se reconstruire en 10 thèmes de réparation	134
5.3.8. Sortir colère et envies de meurtre dans un espace sécurisé	140
5.3.9. La réparation judiciaire	147
5.3.10. Bâtir son nouveau projet de vie	150

5.4. Les "modules spécifiques" de la réparation	151
5.4.1. Les soins en phase aigüe	151
5.4.2. L'inceste	152
5.4.3. Les soins aux enfants.....	155
5.4.4. La grossesse	159
5.4.5. Les hommes	162
5.4.6. La violence conjugale	165
5.4.7. La prostitution	167
5.4.8. Situations d'insularité	168
5.4.9. Prise en compte d'aspects culturels spécifiques	169
5.4.10. Médicaments et addictions	171
5.4.11. Les parents d'enfants victimes d'agressions extra-familiales	174
5.4.12. Les auteurs-victimes	175
5.5. Focus sur certains "outils"	178
5.5.1. Parole et écriture	178
5.5.2. Le travail de groupe	180
5.5.3. Le sport-thérapie.....	181
5.5.4. L'art-thérapie	185
5.5.5. La socio-esthétique.....	185

Chapitre 6 – Les critères de guérison**Chapitre 7 – Clôturer le processus thérapeutique**

7.1. "Cérémonial" de clôture	190
7.2. L'évaluation du parcours de soins	190
7.3. Évaluation financière	192

Chapitre 8 – Réflexions non anodines

8.1. Le respect du corps	193
8.1.1. Le "décalottage"	193
8.1.2. La circoncision	193
8.1.3. Autres "traditions" culturelles	194
8.1.4. Le corps et les religions	194
8.2. La médecine !	195

Chapitre 9 – Conclusion 199**Bibliographie** 201**Annexes** 204