



Écouter une personne victime

I. Comprendre ses motivations

Elle va se raconter et revivre un traumatisme, répondre à des questions, faire face aux jugements potentiels et à la culpabilité toujours.

Quand la personne victime libère sa parole, elle effectue un acte psychologique et émotionnel très coûteux. Il s'agit d'un processus qui arrive à la fin d'un parcours humain éprouvant et tout le monde n'y parviendra pas.

On peut repérer quelques raisons parmi celles qui l'amène à parler :

- Elle parle pour être entendue.
- Elle parle pour être crue.
- Elle parle pour demander de l'aide essentiellement.
- Elle parle pour faire cesser ses souffrances.

II. Écouter sa parole

Prendre soin d'elle autant que de ses propos exprimés.

Une personne victime de violence vit une situation difficile et douloureuse. Si celle-ci s'est installée depuis longtemps, elle a mis en place des stratégies d'évitement. Elle a peur, honte et se sent seule. Elle ne pourra sortir du silence que si elle sent crue et écoutée sans jugement, en confiance.

Cette confiance suppose quelques attitudes fondamentales de la part des écoutants :

- Proposer un cadre sécurisant (cadre sobre, table ronde, eau, café, boîte de mouchoirs ...)
- Partir du principe que la personne victime dit la vérité.

- Ne pas juger. Quand on accueille la parole d'une personne victime, son histoire et ses émotions jaillissent comme elles peuvent. La personne peut être très émotive, troublée ou au contraire sembler ne rien ressentir et se comporter de manière très surprenante. La situation qu'elle a vécue engendre des psycho-traumatismes qu'on n'est rarement à même d'appréhender. Alors le plus simple est de prendre l'interlocuteur au sérieux, de le croire, pour ne pas rajouter à sa souffrance.
- Être attentif au langage non verbal. Donner des signes qu'on écoute. Reformuler. Offrir des commentaires propices qui encouragent à parler. Respecter les silences.
- Respecter les paroles, les choix, les décisions de la personne victime, qui fait de son mieux pour survivre dans un environnement hostile. Ne pas interférer, encore moins lui dire ce qu'elle doit faire. Envisager avec elle les suites possibles.