
Pour aller plus loin...

Liste de ressources non exhaustive pour mieux comprendre!

Nous avons souhaité créer un outil de ressources pour vous permettre d'aller plus loin dans la compréhension du phénomène qu'est l'inceste. Ce mémo contient des témoignages, des vidéos explicatives, des reportages, des romans... En bref, des ressources diverses et variées pour vous permettre de trouver celle qui vous convient le mieux pour comprendre la gravité de la problématique de l'inceste. Nous avons voulu cette liste assez longue et diversifiée afin, d'une part, de montrer l'ampleur du phénomène et d'autre part de montrer que l'inceste concerne tous les milieux. Toutefois, il est important pour nous de vous préciser que certaines ressources peuvent heurter votre sensibilité. Les témoignages sont parfois compliqués à écouter, à lire. Pour la majorité des ressources, nous avons indiqué des "Trigger Warning" (TW) afin que chaque personne soit avertie avant toute prise de connaissance d'une ressource. Prenez soin de vous, faites des pauses si l'écoute, la lecture ou le visionnage d'une ressource devient trop difficile.

Des pistes de lecture...

Dans cette catégorie de ressources, nous avons souhaité réunir de la littérature pour enfants comme de la littérature pour adultes. S'agissant de la littérature pour adultes, nous avons souhaité proposer des romans comme de la littérature plus scientifique sur la question de l'inceste. Les résumés sont extraits des plateformes Fnac, Babelio, etc.

De la littérature pour les enfants

"Le secret"- Tayiam, Anne Piccin et Gayelle, éditions Femmes de droit (2023) : Un livre destiné aux enfants de 4 à 12 ans qui vise à la prévention des violences faites aux enfants, en leur permettant de différencier les vrais des faux secrets.

"Touche pas à mon corps, Tatie Jacotte !" - Thierry Lenain et Stéphane Poulain, éditions Les 400 Coups (1999) : L'héroïne de cet ouvrage est une petite fille très polie. Elle accepte même de faire la bise à Tatie Jacotte, qu'elle n'aime pas. Un jour à l'école, une dame lui dit que son corps lui appartient et que l'on peut refuser un bisou.

"Te laisse pas faire ! Les abus sexuels expliqués aux enfants" - Jocelyne Robert, éditions de L'Homme (2000) : Trop d'enfants croient qu'un.e adulte à tous les droits sur elles/eux. Jocelyne Robert, sexologue, convie les lecteurs/lectrices à entreprendre une démarche de prévention visant à donner à l'enfant le pouvoir qui lui revient sur son corps et sur sa vie.

De la littérature pour adultes...

Des romans

"Je ne veux pas être jolie" - Fabienne Péryneau, éditions Plon (2020) : La voix d'une fille qui n'a eu de cesse de chercher à atteindre sa mère. La trouvera-t-elle par delà sa mort ? Quelle place la fratrie laissera-t-elle à cette voix retrouvée et au secret dévoilé ?

"My Absolute Darling" - Gabriel Tallent, éditions Gallmeister (2017) : A 14 ans, Turtle Alveston arpente les bois de la côte nord de la Californie avec un fusil et un pistolet pour seuls compagnons. Elle trouve refuge sur les plages et les îlots rocheux qu'elle parcourt sur des kilomètres. Mais si le monde extérieur s'ouvre à elle dans toute son immensité, son univers familial est étroit et menaçant : Turtle grandit seule, sous la coupe d'un père charismatique et abusif. Sa vie sociale est confinée au collège, et elle repousse quiconque essaye de percer sa carapace. Jusqu'au jour où elle rencontre Jacob, un lycéen blagueur qu'elle intrigue et fascine à la fois. Poussée par cette amitié naissante, Turtle décide alors d'échapper à son père et plonge dans une aventure sans retour où elle mettra en jeu sa liberté et sa survie.

"Le secret" - Morgane Ortin, éditions J'ai lu (2023) : Dans le train qui la ramène de Marseille à Paris, Morgane s'ennuie. "Confiez-moi un secret", demande-t-elle à ses abonné.e.s. Des centaines de messages affluent, tous plus personnels les uns que les autres. Elle en lit un, deux, puis elle les dévore tous, touchée par la fragilité qui s'en dégage. D'où lui vient cet intérêt pour l'intimité de ces personnes ? La curiosité se mue en enquête, mais à mesure qu'elle progresse, un souvenir émerge à l'ombre des secrets des autres : le sien. Une histoire de famille secrète et douloureuse, celle d'une lignée de femmes marquées par le silence.

"La Familia Grande" - Camille Kouchner, éditions du Seuil (2021) : C'est l'histoire d'une grande famille qui aime débattre, rire et danser, qui aime le soleil et l'été. C'est le récit incandescent d'une femme qui ose enfin raconter ce qui a longtemps fait taire la Familia Grande. (TW : Ce livre aborde des sujets tels que l'inceste et les violences sexuelles, il peut heurter votre sensibilité).

"Le voyage dans l'Est" - Christine Angot, éditions J'ai lu (2021) : Christine, 13 ans va enfin rencontrer son père, Pierre Angot, à Strasbourg, puisqu'il travaille au Conseil de l'Europe, en tant que traducteur de haut vol. Malheureusement, cela ne va pas du tout se passer comme elle l'imaginait puisque son père, en la soumettant à un odieux inceste, continue à la nier en tant que sa fille. Cet inceste va se poursuivre longtemps, Christine, désespérée, étant incapable d'y mettre fin. (TW : Ce livre contient des propos descriptifs de violences sexuelles).

De la littérature plus scientifique

"Le berceau des dominations" - Dorothee Dussy, éditions Pocket (2013) : Tous les jours, près de chez vous, un bon père de famille couche avec sa petite fille de neuf ans. Ou parfois, elle lui fait juste une petite fellation. Ou c'est une grande sœur avec sa petite sœur. Dans cette anthropologie de l'inceste, Dorothee Dussy se penche sur les mécanismes complexes par lesquels l'inceste est couramment pratiqué dans l'intimité des foyers français. (TW : Ce livre aborde l'inceste et les violences sexuelles).

"La culture de l'inceste" - sous la direction d'Iris Brey, Juliet Drouar et avec la participation de Wendy Delorme, Dorothee Dussy, Sokhna Fall, Ovidie et Tal Piterbraut-Merx, éditions du Seuil (2022) : "Culture de l'inceste" ? C'est trop fort ? Trop violent ? Cette formule, adaptée de l'expression "culture du viol", elle-même définie dans les années 1970 par les féministes américaines n'est pourtant pas une provocation. C'est une invitation à penser l'inceste en termes culturels et non individuels, à l'envisager, non pas comme une exception pathologique, mais comme une pratique, inscrite dans la norme, qui la rend possible en la tolérant, voire en l'encourageant. (TW : Ce livre contient des propos sur l'inceste et les violences sexuelles).

"Défendre les enfants" - Edouard Durand, éditions du Seuil (2022) : Dans les tribunaux où il a exercé ses fonctions de juge des enfants, Edouard Durand a vu des enfants grandir et d'autres mourir. Celui que l'on surnomme parfois "l'ange gardien des petit.e.s" consacre sa vie à leur protection. Au cours de ces entretiens, il nous raconte ce que nous préférons parfois ignorer : les violences conjugales, celles faites aux enfants, l'inceste. Il affirme avec force que la maison doit être un lieu de sécurité et que nous sommes collectivement responsables. Déjouer la stratégie de l'agresseur.e, restaurer le langage face à la violence, remettre la loi à sa place : pour permettre aux enfants de grandir et les protéger, Edouard Durand appelle à une législation plus impérative, qui ne soit plus soumise aux aléas de perception d'un.e juge, d'un.e expert.e, d'un.e assistant.e social.e. Ce livre nous élève en nous mettant à hauteur d'enfant. S'il dit la maltraitance, il rapporte aussi des moments de joie quand la vie reprend son cours. (TW : Ce livre contient des propos qui peuvent heurter votre sensibilité).

Rapports

Commission Indépendante sur les abus sexuels dans l'Eglise - Les violences sexuelles dans l'Eglise catholique en France des années 1950 aux années 2020 (dit rapport "Sauvé").

Commission Indépendante sur l'inceste et les violences sexuelles faites aux enfants - "Violences sexuelles faites aux enfants : le coût du déni"

Des films à voir absolument...

Nous le savons, tout le monde n'est pas passionné.e de lecture. C'est pour cette raison que nous avons souhaité vous proposer différents films à visionner pour comprendre le phénomène qu'est l'inceste ainsi que son ampleur. De nouveau, le visionnage de ces films peut être compliqué car ils abordent des sujets lourds. Ne vous forcez pas, faites des pauses, si le besoin s'en fait sentir.

Dalva (2023) - Emmanuelle Nicot : L'histoire de Dalva, victime d'inceste par son père et tentant de vaincre son emprise. La jeune fille n'est qu'au collège quand elle est placée par les services de protection de l'enfance. Elle est brutalement retirée de chez son père, chez qui elle mène une vie d'adulte. D'abord dans l'incompréhension la plus totale, c'est la colère qui s'empare de Dalva. Elle en veut à tout le monde et n'a qu'une idée en tête : retrouver son père. Grâce au travail des services sociaux et à son nouvel entourage, elle parvient à comprendre son histoire. L'écoute et le travail de Jayden, son éducateur, couplés au pragmatisme de son amie Samia permettent à Dalva de retrouver l'adolescence d'une fille de douze ans.

Un amour impossible (2018) - Catherine Corsini : D'après l'histoire de Christine Angot. Rachel et Philippe se rencontrent et ont un enfant, que Philippe ne souhaite pas reconnaître. Il se marie, elle élève seule son enfant. Peu à peu, cette enfant commence à vouer une admiration à son père sans voir le cynisme et l'amoralisme de celui-ci. Il va commettre l'irréparable.

Les chatouilles (2018) - Andréa Bescond et Eric Métayer : Odette a huit ans lorsqu'elle est la victime de Gilbert Miguié, le meilleur ami de ses parents, qui arrache des moments d'isolement à la petite fille pour la violer. Devenue adulte et danseuse professionnelle, Odette se débat avec les séquelles du crime. Toxicomane, elle trouve finalement la force de se rendre chez une psychologue, malgré le souvenir et la douleur, et se lance dans une thérapie pour tenter de sauver sa vie.

Polisse (2011) - Maïwenn : A Paris, Mélissa, une photographe, vient effectuer un reportage sur la Brigade de Protection des Mineurs (BPM). Inceste et pédophilie, maltraitance, enlèvement, prostitution adolescente, misère ordinaire, mariage forcé. En contrepoint à ces stratégies quotidiennes s'enchaînent aussi des événements personnels pour des flics sous tension, entre fous rires et coups de gueule. Fred et Mélissa tombent amoureux ; Nadine divorce et puis regrette ; l'anorexie et la solitude d'Iris s'aggravent.

My Little Princess (2011) - Eva Ionesco : Lorsqu'Hannah, photographe, demande à sa fille Violetta de devenir son modèle, tout bascule dans sa vie. Du jour au lendemain, l'enfant ordinaire devient l'égérie branchée du milieu parisien. Mais à mesure que la mère pousse sa fille à prendre des poses de plus en plus suggestives, la tension monte.

Des podcasts à écouter...

Le podcast est parfois considéré comme le nouveau média féministe. Il nous paraissait essentiel de vous proposer des épisodes et du contenu de podcast étant donné le nombre important de ressources dont dispose ce média s'agissant des violences sexuelles contre les enfants et notamment de l'inceste. De nouveau, certains épisodes peuvent être difficiles à écouter. N'hésitez pas à faire une pause, à couper l'épisode si son écoute devient trop difficile pour vous.

[Un podcast à soi](http://www.arteradio.com) (les descriptions des épisodes sont extraites du site www.arteradio.com)

"Justice pour toutes" : Un an après l'affaire Weinstein et le mouvement #Metoo, cet épisode explore le traitement policier et judiciaire des violences faites aux femmes, et les moyens pour l'améliorer. Comment sont prises en charge les femmes victimes de violences ? Dans les commissariats, les gendarmeries, les tribunaux ? Que leur dit-on ? Comment est rendue la justice ? Pourquoi les femmes ont préféré l'écran d'ordinateur au bureau d'un juge ? Et n'avaient-elles pas déjà parlé avant ? Avec les témoignages de victimes de violences confrontées à l'indifférence policière et judiciaire, ainsi que des chercheuses et activistes qui élaborent une critique féministe du droit. En travaillant sur la notion de consentement, la définition du viol, la déqualification des crimes sexuels, la négation de la violence, elles donnent des pistes pour faire changer les lois et les comportements. (TW : Cet épisode est difficile à écouter. Il fait entendre des témoignages de personnes victimes de violences et de violences institutionnelles).

"Le pouvoir des mères" : Comment se réapproprier la maternité ? Comment les mères de classes populaires et/ou racisées se voient refuser l'accès au statut de "bonne mère" ? Pourquoi les mères "écologiques" adeptes du maternage proximal et de la non-violence éducative sont-elles considérées comme "aliénées" ? Pourquoi les enfants ? Historiquement, la maternité a toujours fait l'objet de nombreuses dissensions dans le féminisme : là où certaines l'ont dénoncé comme aliénante, d'autres l'ont mise en avant pour plus de droits des mères. Aujourd'hui, comment aller plus loin sans figer la maternité dans une essence féminine, ni exclure les mères des mouvements féministes ? Bref, comment politiser la maternité ? En allant à la rencontre des mères qui se battent contre les violences policières, en évoquant les mouvements des mères pour la justice climatique, en donnant la parole à celles qui décident de se consacrer à leurs enfants, un temps, ou aux mères célibataires qui tentent de tout concilier, avec difficulté, Charlotte Bienaimé donne à entendre la puissance incarnée par des maternités plurielles et désuniformisées.

"Inceste et pédocriminalité : la loi du silence" : Le crime sexuel contre les enfants est le berceau des dominations. En France, environ 2 enfants par classe d'école sont victimes d'inceste ou de pédocriminalité. 81% des violences sexuelles commencent avant 18 ans. Dans 94% des cas, celles-ci sont commises par des proches. La plupart du temps, ces derniers ne seront jamais inquiétés par la justice. Ces chiffres sont connus et répétés depuis longtemps. Et après #Metoo, chaque mois, ou presque, de nouvelles révélations éclatent, dans le milieu du cinéma, puis dans le milieu littéraire, puis dans l'Eglise, puis dans le sport...A chaque fois, on s'étonne, on s'insurge. Il ne s'agit pourtant pas de faits isolés ou de lieux spécifiques, mais de tout un système. Un système qui semble peu ou jamais analysé ni décrypté. C'est ce que cet épisode tente de faire. Pourquoi un tel déni et une telle impunité ? Quel rapport avec le patriarcat ? Avec la question des dominations ? (TW : Cet épisode est difficile à écouter, il contient des témoignages de victimes et d'agresseurs).

"Que faire des hommes violents ?" : Selon de nombreuses études sociologiques, la prison est un lieu violent, raciste, classiste et dégradant. Alors comment celle-ci pourrait transformer quelque chose en ce qui concerne les auteurs de crimes sexuels ou de violences conjugales ? Au delà de la protection temporaire, comment une institution violente pourrait transformer des individus violents et par-delà changer les rapports sociaux au sein de notre société ? Dans un même temps, en tant que féministe, peut-on vraiment se passer de la prison ? Qu'inventer à la place ? Et comment nous protéger ? Cet épisode interroge une autre piste de la justice : la justice restaurative. Il s'agit d'un espace de dialogue entre des auteurs et des victimes, proposé en parallèle, en complémentarité, avec la justice pénale. (TW : Cet épisode donne à entendre la parole de victimes et d'auteurs de pédocriminalité incarcérés ainsi que des victimes et auteurs de viols incarcérés).

"Quand les pères font la loi" : Contrairement à la classe, au genre ou à la race, les relations entre adultes et enfants ne sont presque jamais pensées comme des rapports de pouvoir à part entière. Pourtant, le pouvoir des adultes sur les enfants prend des formes similaires à celles du patriarcat. Cet épisode donne la parole aux mères protectrices. Elles racontent comment, après avoir dénoncé des incestes et/ou des violences perpétrées par leurs ex-conjoints sur leurs enfants, elles se retrouvent accusées de manipuler ces derniers pour nuire au père. Certaines perdent la garde de leur enfant, d'autres se retrouvent en prison pour avoir refusé de remettre leur enfant à celui qu'elles dénoncent comme étant un violeur. (TW : Cet épisode est difficile à écouter. Il raconte les violences conjugales, l'inceste, mais aussi les violences institutionnelles que subissent les mères et les enfants).

"L'autodéfense des enfants": Une proportion significative d'enfants vit une violence, parfois grave, qui peut nuire à leur développement et accroître leur vulnérabilité à l'âge adulte. Leur statut de mineur et la domination des adultes exerce sur eux, les empêchent pourtant de se défendre. L'association d'auto-défense féministe Garance, en Belgique, a donc décidé de mettre en place le programme CAP (Child Assault Prevention), créé il y a 40 ans aux Etats-Unis et utilisé aujourd'hui dans une vingtaine de pays. Ce programme veut donner aux enfants des outils concrets afin de faire face à d'éventuelles agressions, qu'elles soient verbales, physiques ou sexuelles. Les adultes en contact avec les enfants sont également accompagnés pour pouvoir soutenir les enfants dans ces situations.

"L'école de la violence" : Pour Ilana, 10 ans, les punitions ne servent à rien car "cela rend les élèves tristes". Quand la maîtresse lui crie dessus, Lyna, 12 ans, "ne comprend plus rien". En maternelle, des enfants sont maintenus de force pour faire la sieste. D'autres se font humilier par des animatrices et d'autres élèves parce qu'ils pleurent trop souvent. Des parents d'élèves découvrent que, sur les temps périscolaires, personne n'est en charge de changer les plus petits...Quant à Claire, 40 ans, elle retrouve, dans le regard de son ex-conjoint violent, les yeux de sa mère qui ne l'aimait pas...Au delà des violences les plus graves, physiques et sexuelles, à quel type de violences invisibles, acceptées voire encouragées les enfants sont-ils exposés ? Pourquoi ces violences participent-elles de la domination adulte ? Comment ces réflexions s'articulent-elles avec les questions féministes ?

[Les couilles sur la table \(les descriptions des épisodes sont extraites du site Binge Audio\)](#)

"Qui sont les violeurs ?" : Selon la dernière enquête Ipsos parue en 2018, 12% des femmes en France ont été violées. Or, on sait que 94% des auteurs d'agressions sexuelles sur des femmes sont des hommes. Et comme le dit Virginie Despentes, "si je suis entourée d'amies qui ont été violées, logiquement, je suis entourée d'amis qui ont violé". Dans cet épisode, on réfléchit à ce qu'est le viol. Quelles images a-t-on généralement d'un viol et d'un violeur ? Correspondent-elles à la réalité ? Le viol, est-ce que ça relève du pouvoir ou de la sexualité ? (TW : Cet épisode contient des propos qui peuvent heurter votre sensibilité).

"Les vrais hommes ne violent pas" : Ceux qui commettent des violences sexuelles ont une chose en commun : ils sont de genre masculin. L'immense majorité des violences sont commises par des hommes : entre 94% et 98%. Qu'est-ce qui, dans la socialisation masculine, la façon dont sont éduqués les garçons, pourrait permettre de l'expliquer ? Comment la dénonciation des violences sexuelles, celle des "tournantes" par des "jeunes de banlieues", par exemple, sert-elle de contraste à "l'homme véritable" ? (TW : Cet épisode contient des propos qui peuvent heurter votre sensibilité).

"Qui sont les incestueux ?" : En France, 5 à 10% des enfants sont victimes d'inceste. Et dans 96% des cas, les incestueux sont des hommes. Le véritable interdit de l'inceste, dans notre société, ce n'est pas de le commettre : ça arrive partout, tout le temps et dans tous les milieux. Ce qui est interdit, c'est d'en parler. Mais chaque cas d'inceste médiatisé est traité comme s'il s'agissait d'un fait isolé. Or, comme le démontre l'anthropologue Dorothee Dussy, l'inceste est en réalité un structurant de l'ordre social, le premier apprentissage de la domination. (TW : Cet épisode aborde des sujets difficiles, n'hésitez pas à faire une pause).

"La loi de l'inceste" : Nous avons toutes et tous grandi dans une culture de l'inceste qui impose qu'on y soit aveugle et qu'on n'en parle pas. Alors que les victimes – et donc les agresseurs – sont banalement répandues, l'inceste est considéré comme le plus grand interdit voire le plus grand tabou de notre société. Selon l'anthropologue Dorothee Dussy, cette idée reçue entraîne un déni de ce phénomène. Plus encore, cette vision désincarnée de l'inceste manque de prendre en compte le point de vue des femmes et des enfants, et participe à la constitution de l'inceste comme "structurant de l'ordre social". En quoi les sphères intellectuelles, législatives et judiciaires véhiculent une perspective masculiniste et patriarcale de l'inceste, et plus largement du viol ? Comment l'inceste est représenté dans les oeuvres d'art ? (TW : Cet épisode contient des propos qui peuvent heurter votre sensibilité).

"Violences conjugales : la banalité du mâle" : Isolement, humiliation, inversion de la culpabilité, intimidation, impunité : dans les violences de couple, les stratégies de l'agresseur se déploient dans le quotidien le plus ordinaire. Que ce soit dans le cadre de la vie domestique, dans la chambre à coucher, dans la vie sociale ou dans la coparentalité, les conjoints et les ex violents exercent un contrôle sur les femmes en se justifiant par des croyances collectives encore peu questionnées. Des normes sociales qui nous empêchent de reconnaître la violence là où elle se trouve. De qui parle-t-on, vraiment, quand on parle de violences conjugales ? Comment distinguer conflits et violences ? Qu'est-ce qui caractérise les violences post-séparation de celles qui ont lieu pendant la relation de couple ? Que faire lorsque l'on se retrouve témoin de ces violences ? (TW : Cet épisode contient des propos qui peuvent heurter votre sensibilité. On y aborde la question des violences conjugales.)

"Nous faire justice | Comprendre" : Si #Metoo a déclenché une libération de la parole et de l'écoute sur les violences sexistes et sexuelles, le chemin vers la réparation est encore long, et les impasses nombreuses. Outre la remise en question constante de la parole des victimes, l'écrasante majorité des personnes mises en cause dans ces affaires contestent les faits, et très peu d'entre elles sont punies. Pourtant, nous sommes toutes et tous concerné.es et les institutions ne sont pas à la hauteur des réponses attendues. Que faire avec ses proches lorsqu'ils sont accusés ? Faut-il remplir les prisons ou trouver des alternatives ? Parler avec les violeurs ou les exclure à jamais ? Se battre ou pardonner ? Punir ou réparer ? (TW: cet épisode contient des propos qui peuvent heurter votre sensibilité).

"Nous faire justice | Juger" : Aujourd'hui en France, porter plainte pour violences sexuelles revient à se lancer dans 10 ans de procédures judiciaires et à dépenser 8 à 10 000 euros en moyenne. Et avant même d'arriver au procès, dans 73% des cas, la plainte est classée sans suite. Face à ces chiffres, de nombreuses victimes perdent confiance en la justice tandis que la majorité des agressions restent impunies. Pourquoi les agresseurs sexuels sont-ils si peu condamnés ? Le procès permet-il de réparer les violences ? Qu'est-ce qui pourrait améliorer le traitement judiciaire des affaires de violences sexuelles en France ?

"Nous faire justice | enquêter" : Depuis #Metoo, les journalistes ne s'arrêtent plus à la porte de la chambre à coucher : la presse est devenue centrale dans les débats publics sur les violences sexistes et sexuelles. Souvent accusés de vouloir se substituer à la justice, les médias ont pourtant un rôle majeur à jouer dans la prise de conscience collective de ces violences. En publiant des enquêtes sur des personnalités comme Gérard Depardieu, Léo Grasset, Eric Zemmour ou encore Gérald Darmanin, le journal Mediapart a été précurseur en la matière. Comment mène-t-on une enquête journalistique sur une affaire de violences sexuelles ? C'est quoi, le contradictoire, et à quoi sert-il dans une enquête ? Comment appréhender la réception de telles enquêtes par le débat public ?

"Nous faire justice | Prendre en charge" : L'écoute, l'accompagnement et le soin sont apportés aux victimes de violences sexuelles sont des étapes essentielles pour la réparation. Mais que faire des auteurs ? Puisque les systèmes judiciaire et carcéral actuels ne permettent pas d'éviter la récidive ou encore moins de prévenir des violences, une autre prise en charge des agresseurs s'impose, comme une étape incontournable. C'est à ce besoin que cherche à répondre les CRIAVS (Centres de Ressources pour les Intervenant.es auprès des Auteurs de Violences Sexuelles). La reconnaissance de leurs actes est-elle indispensable pour que les auteurs de violences puissent bénéficier de ces prises en charge ? Comment éviter la récidive ? La violence est-elle pathologique ?

Transfert (Les descriptions des épisodes sont extraites du site www.slate.fr)

"Le secret que tout le monde connaissait" : Il est minuit, vous rentrez chez vous en taxi et vous voilà en train de raconter vos plus sombres secrets au chauffeur, indifférent à ce que votre interlocuteur pourrait bien penser de vous. Ainsi, nous serions 50% à préférer nous confier à un étranger plutôt qu'à un proche. C'est ce qu'explique une étude réalisée par le sociologue Mario Luis Small. Quand Sacha trouve le courage de se raconter à sa famille, elle n'attend qu'une chose : du soutien et de la compassion. Ce qu'elle ne sait pas, c'est que son secret n'en est pas un. Et quand les gens connaissent depuis longtemps ce que l'on pense leur apprendre, ils ont déjà eu tout le temps de réagir. (TW : Cet épisode parle d'inceste, cela pourrait heurter votre sensibilité).

"Un souvenir dans la nuit": Lucie ne veut pas que son corps change et elle ne sait pas pourquoi. Pour rester une petite fille, elle se fait vomir, jour après jour, nuit après nuit. Médecins et thérapeutes se succèdent mais rien n'y fait, elle n'arrive pas à mettre les mots sur son mal-être. Jusqu'au jour où son corps lui parle dans un rêve. (TW : Cet épisode aborde les sujets du viol, des violences sexuelles, de l'inceste et des troubles alimentaires).

"La nécessité de se mentir" : Chaque jour, en arrivant au bureau, les employés de Lumon Industries oublient tout de leur vie personnelle : ils ne sont plus que des travailleurs concentrés sur leur tâche, grâce à une dissociation de leur esprit en deux parties au moyen d'une puce électronique introduite dans leur cerveau. Cette séparation du moi est volontaire. Un clivage artificiel auquel certains d'entre eux ont recours pour oublier un quotidien trop douloureux. C'est évidemment une fiction...Une histoire racontée par la série "Severance". Chez les sujets humains, cet enfouissement d'éléments biographiques peut se faire automatiquement grâce à la collaboration du conscient, de l'inconscient et du préconscient. Jusqu'au jour où un événement vient perturber ce fragile équilibre. La naissance de l'enfant d'Andréa devait être le plus beau jour de sa vie. Mais peu après, elle a fait un rêve...

[Louie media](http://www.louiemedia.com) (La description des épisodes est extraite du site www.louiemedia.com)

"Ou peut-être une nuit" - épisodes 1 à 6 : Fruit d'un travail de 2 ans de la cofondatrice de Louie Media, Charlotte Pudlowski pour cette enquête sur l'inceste et la structuration du silence. Il s'agit d'une série documentaire en 6 épisodes. (TW : l'écoute de ce podcast peut être difficile. Nous vous conseillons de ne pas écouter les 6 épisodes d'affilé).

[Euradio](#)

Citad'elles - "écouter, libérer, le podcast de Citad'elles pour en finir avec l'inceste" (3 épisodes) : "En France, une personne sur dix est concernée par l'inceste". Dans ce podcast, Euradio et Citad'elles donnent la parole aux survivant.es de l'inceste ainsi qu'aux professionnels afin de sensibiliser, informer et éradiquer ces violences. Le premier épisode traite de la notion d'inceste, le second épisode porte sur les conséquences de l'inceste et comment l'on peut survivre à celui-ci. Enfin, le dernier épisode se consacre à la libération de la parole, à l'importance de l'écoute et aux moyens mis en œuvre pour assurer cette libération. (TW : Ces trois épisodes abordent l'inceste, les violences sexuelles, la manipulation, l'addiction et les troubles du comportement alimentaire).

Podkatz

"L'inceste" : L'inceste est une violence dont un Français sur dix affirme avoir été victime. Un véritable tabou social qui pèse de tout son poids, lorsqu'il s'agit pour ces personnes de prendre la parole ou de porter plainte. Mahdia, elle, a subi les assauts répétés de son père de ses 3 à 6 ans, jusqu'au jour où sa sœur puis sa mère, réalisent le drame qui se joue depuis 3 ans. Il s'agit d'un témoignage extrêmement fort et courageux qui bouleverse. (TW: Cet épisode de podcast aborde des sujets compliqués tels de que l'inceste ou encore les violences conjugales).

Code source (Podcast d'actualité du Parisien)

Romain, 44 ans et victime d'inceste : "c'est un sujet qu'il faut prendre à bras-le-corps!" : A mi-janvier, Romain poste un tweet dans lequel il raconte l'inceste dont il a été victime durant son enfance. Dès l'âge de 7 ans, il est violé régulièrement par son père. Ce dernier met fin à ses jours lorsque son fils, devenu adolescent, se sent enfin capable d'en parler à des adultes. Comme lui, des centaines d'hommes et de femmes ont voulu témoigner sur les réseaux sociaux après parution du livre de Camille Kouchner, "La Familia Grande" (Seuil), avec le hashtag #Metooinceste. Il aura fallu des années à Romain pour se reconstruire, notamment grâce à la psychothérapie et à la pratique du théâtre qu'il découvre au lycée. Comédien, chanteur et auteur aujourd'hui âgé de 44 ans, Romain en parle librement autour de lui pour que l'inceste deviennent "un sujet de société comme un autre". (TW : Cet épisode est difficile à écouter, il aborde l'inceste et les propos sont parfois descriptifs)

Des vidéos à regarder...

Pour nous, il était aussi important de vous proposer des vidéos YouTube car ce réseau est rempli de témoignages, de documentaires et reportages, d'émissions sur le sujet de l'inceste. Une vidéo permet parfois de mieux comprendre certaines choses. S'agissant de cette catégorie de ressources, il reste important pour nous de vous préciser qu'elle contient parfois des propos difficiles à écouter, notamment lorsqu'il s'agit de témoignages. Ne vous forcez surtout pas à écouter des choses difficiles. Faites des pauses, prenez soin de vous.

Témoignages (les descriptions des vidéos sont extraites sur YouTube)

"Victime d'un père incestueux qui a détruit sa famille : le témoignage choc de Steffy" (18 août 2021) : Le 21 juin, Steffy retrouvait son petit frère de 12 ans pendu chez elle. Une tragédie de plus pour elle et sa famille, victimes d'un père incestueux. (TW : inceste, violences sexuelles, suicide).

Où trouver la vidéo : YouTube.

BRUT - "Comment Cam se reconstruit après avoir été victime d'inceste" (23 janvier 2023) : Cam a 22 ans. Elle décrit l'emprise de son agresseur et raconte comment elle a trouvé la force de se reconstruire. Cam témoigne pour aider les autres victimes d'inceste à oser briser le silence. Pour Brut, Juliette Deshormes l'a accompagnée jusqu'au procès qui l'oppose à ses parents. (TW : Cette vidéo contient des propos qui peuvent heurter votre sensibilité).

Où trouver la vidéo : YouTube.

BRUT - " Cam face à ses parents : un procès à l'issue inimaginable" (26 mai 2023) : Il y a quelques mois, Juliette Deshormes a rencontré Cam. Elle lui a raconté l'emprise de son père et l'inceste dont elle a été victime. Depuis ce tournage, le procès qui l'oppose à ses parents s'est enfin tenu, avec une issue que personne n'avait imaginé. (TW : Cette vidéo contient des propos qui peuvent heurter votre sensibilité, elle aborde notamment la question du suicide).

The Link Fwi - "Victime d'inceste, Reine Uger ose parler" (23 septembre 2022): Reine Uger, 64 ans est une mère de 5 enfants et même grand-mère d'apparence tranquille. Pourtant, depuis plus de cinq décennies, la grand-mère Guadeloupéenne cache un terrible secret. Celui d'avoir été abusée sexuellement par son beau-frère, le mari de sa sœur aînée alors qu'elle n'avait que douze ans. S'en sont suivies des années de violence sexuelle, d'abus en tout genre. Alors qu'elle n'a que 17 ans, elle tombe enceinte de son bourreau et donne naissance à son fils . Dans ce cercle familial restreint, elle passe du statut de victime à coupable d'avoir réveillé les pulsions du mari de sa sœur et donc d'avoir brisé leur mariage. Elle témoigne. (TW : Cette vidéo contient des propos qui peuvent heurter votre sensibilité).

ça commence aujourd'hui - "Inceste : la fin d'un secret" (29 janvier 2021) : Des milliers de témoignages inondent les réseaux sociaux grâce au hashtag #metooinceste. Ce sont des milliers de voix qui s'élèvent pour enfin briser ce tabou qu'est l'inceste. (TW : Cette émission contient des témoignages qui peuvent heurter votre sensibilité).

Esther Taillifet - "J'ai été victime d'inceste" (8 juillet 2018) : Esther témoigne auprès de sa communauté sur YouTube de son enfance au sein des témoins de Jéhovah durant laquelle son père était incesteur. Elle raconte sa prise de parole et la protection que sa mère lui a donné. Elle revient notamment sur son suivi psychologique et sa guérison en évoquant la pression apposée sur les victimes à "aller mal". (TW : Cette vidéo évoque des faits de violence conjugale et familiale, de pédocriminalité, d'inceste et de trouble du comportement alimentaire.)

Envoyé Spécial - Inceste : "Parler, le point de départ de ma liberté" (25 septembre 2022) : Tatiana dévoile un parcours judiciaire éprouvant psychologiquement et financièrement après un dépôt de plainte qui lui a rendu sa liberté d'esprit. Notamment, elle dénonce la position du droit français concernant les réparations du préjudice pour les victimes d'agressions sexuelles. Elle attend que la justice soit à la hauteur. Aujourd'hui, elle se bat pour une véritable prévention dans les écoles par l'Education Nationale puisque 3 enfants par classe sont victimes d'inceste. (TW : Cette vidéo est difficile à écouter, elle fait entendre un témoignage relevant d'inceste, d'agression sexuelle, de viol mais aussi de violences institutionnelles lors et suite au dépôt de plainte).

AJ+ Français - "Inceste fraternel : Fatoumata témoigne" (31 juillet 2022) : Fatoumata témoigne de l'inceste qu'elle a subi de la part de ses deux frères de l'âge de 6 à 8 ans. C'est dans un climat familial compliqué que Fatoumata grandit. Séparée à l'âge de 4 ans de sa mère, restée au Mali, son père est alcoolique et violent avec elle. Par la suite, elle est placée en foyer après le signalement de ses professeurs. Elle reprend contact avec son ex belle-mère qui fait remonter l'information aux éducateurs de Fatoumata. Des poursuites à l'encontre de ses frères sont engagées. Mais l'affaire est classée sans suite. Aujourd'hui, elle dénonce ce qu'elle a vécu sur les réseaux sociaux et invite les victimes à sortir du silence. (TW : Cette vidéo est difficile à écouter, elle aborde le sujet de l'inceste, du viol et des maltraitances infantiles).

Anya Tsai - "Parcours de résiliente : le témoignage de Maëvane, victime d'inceste" (8 mars 2020) : Le parcours de Maëvane, survivante de viol dans son enfance. Elle partage dans cette vidéo son parcours de résilience, la levée de son amnésie traumatique, la libération de sa parole et tout ce qui l'a aidé à se reconstruire après cette épreuve. Une magnifique leçon de vie, de courage et d'espoir. (TW : Cette vidéo contient des propos qui peuvent heurter votre sensibilité).

L'Obs - "Victime d'inceste à 4 ans, elle raconte comment elle est sortie de l'amnésie traumatique" (1er février 2021) : Maëvane Royer a été violée par son grand-père à l'âge de 4 ans, alors qu'elle passait des vacances chez lui. L'homme est décédé une semaine après les faits et Maëvane a oublié les agressions qu'elle a subies. Un phénomène, nommé "amnésie traumatique", courant chez les victimes de violences sexuelles aussi jeunes. Devant la caméra de L'Obs, elle raconte comment elle est parvenue à retrouver la mémoire grâce à des thérapies alternatives après des années d'errance médicale, qui l'ont conduit jusqu'en hôpital psychiatrique. Elle revient aussi sur les multiples signaux manqués par les psychologues qui l'ont suivi à l'adolescence et dans sa vingtaine. (TW : Cette vidéo aborde la question du suicide, de l'inceste, de l'amnésie traumatique et des violences sexuelles).

VRACC - "Inceste : j'ai été abusée par ma cousine" (6 octobre 2022) : Durant son enfance, Oumssalem a été victime d'inceste par sa grande cousine. Pendant des années, elle a complètement occulté ce traumatisme. Un jour, tous ses souvenirs reviennent à la surface, commence le début du calvaire. Enfermée dans ce mensonge, le chemin sera long avant de retrouver un semblant de paix. (TW : Cette vidéo aborde la question de l'inceste et peut heurter votre sensibilité).

FRAICHES - "Prescillia, survivante de viols incestueux, était venue nous confier son histoire" (6 août 2021) : Dans cette vidéo, Prescillia raconte le calvaire qu'elle a subi par son oncle pendant plusieurs années avant d'oser en parler, au bout de 10 ans. (TW : Cette vidéo aborde des sujets compliqués tels que l'inceste, le viol, l'emprise ou encore la manipulation).

France Inter - "Corinne Masiero témoigne" (19 septembre 2022) : Une parmi les 7 millions de Français.es victimes d'inceste, un témoin parmi d'autres, Corinne Masiero a accepté de raconter son histoire dans le film "L'inceste, le dire et l'entendre" réalisé par Andrea Rawlins-Gaston. Lors du confinement, elle tombe sur une photographie d'elle et de son agresseur, libérant ainsi son traumatisme. Pour Sonia Devilliers, elle revient sur l'intérêt de libérer la parole et sur l'importance de la prise en charge des personnes concernées. Elle dénonce aussi la culture patriarcale et capitaliste créant une omerta. (TW : Cette vidéo évoque le témoignage et les traumatismes d'une personne ayant vécu de l'inceste).

Temps présent - "Inceste, le témoignage glaçant des victimes" (28 mai 2021) : Dans ce reportage tourné en Suisse Romande, vous retrouverez le témoignage de 4 victimes d'inceste qui ont accepté de témoigner devant les caméras. Certaines sont très jeunes, comme Claire, 16 ans ou Chloé, 22 ans. Pour autant, chez les témoins plus âgées, Marie et Michèle, la marque de l'inceste est indélébile et elle a imprimé un traumatisme qu'une vie ne suffit pas à effacer. L'intervention de différents experts (avocats, psychothérapeutes, policiers...) permet une explication claire des différentes procédures par lesquelles les victimes sont passées. (TW : Cette vidéo aborde les sujets de l'inceste, parle des parties génitales, de la violence physique et psychologique et du suicide).

La maison des maternelles - "J'ai sauvé mes enfants de l'inceste" (30 septembre 2021) : Témoignage d'une mère dont le mari était incesteur et agressait ses deux enfants. Suivi de l'intervention d'une psychologue. Cette émission insiste sur l'importance d'éduquer les enfants, de leur apprendre à s'approprier leur corps et à parler quand quelque chose leur fait peur, honte ou mal. (TW : Cette vidéo aborde l'inceste et la violence physique).

TEDxTalks - "Survivante de l'inceste | Sarah Briguet" (27 septembre 2021) : Cette ex Miss Suisse raconte les actes d'inceste dont elle a été victime par son père et son combat contre celui-ci. (TW: Inceste, suicide, automutilation, dépression).

Documentaires et émissions (les descriptions des vidéos sont extraites de YouTube)

Arte - L'inceste est-il vraiment un interdit ? (30 mars 2022) | Les idées larges : Dans cet épisode, Laura s'intéresse à une statistique mise à jour lors de la vague #Metooinceste : Un Français sur dix affirme avoir été victime durant son enfance. Pourtant, depuis Claude Lévi-Strauss, l'anthropologie définit l'inceste comme un interdit absolu. Qu'est-ce que l'anthropologie peut nous apprendre sur l'inceste ? Est-ce à l'anthropologie d'étudier la pratique de l'inceste ? Pour répondre à ces questions, Laura fait appel à deux générations d'anthropologues : Maurice Godelier et Dorothee Dussy. "L'inceste, c'est l'interdit des relations entre parents et enfants, entre frères et sœurs. L'invariant universel, c'est de se marier avec des gens dits proches (...) ça détruit les rapports sociaux qui supportent la famille", explique Maurice Godelier. Si la théorie de l'interdit de l'inceste a eu "un tel succès, c'est qu'elle a une utilité pour le fonctionnement de notre monde social : elle jette un angle mort sur les pratiques réelles d'inceste", analyse de son côté Dorothee Dussy. Avec également Anne-Emmanuelle Demartini, historienne.

Mediapart - A l'air libre "L'inceste est partout" (13 septembre 2022) : L'inceste "structure notre société". Il touche des millions de personnes, mais trop souvent, nous refusons d'en parler. Longtemps considéré comme un tabou, c'est au contraire, un fait social majeur, selon Iris Brey, Juliet Drouar et Dorothee Dussy qui publient "La culture de l'inceste" (Seuil). Avec le témoignage de Paoline Ekambi, ancienne internationale de l'équipe de France de basket.

Mediapart - #Metoo : Adèle Haenel explique pourquoi elle sort du silence (4 novembre 2019) : Dans une enquête du 3 novembre sur Mediapart, Adèle Haenel accuse le réalisateur Christophe Ruggia "d'attouchements" et de "harcèlement sexuel" lorsqu'elle était âgée de 12 à 15 ans. La comédienne revient sur son choix de briser le silence qui pèse aujourd'hui sur d'autres victimes de violences sexuelles.

France culture - "Des origines de l'inceste à la libération de la parole" (8 janvier 2021) : Dans un livre, le 7 janvier 2021, aux éditions du Seuil, Camille Kouchner accuse son beau-père, le politologue Olivier Duhamel, d'avoir abusé de son frère jumeau alors âgé de 13 ans. Cette histoire met en lumière les mécanismes de l'inceste, sujet tabou mais dont la réalité touche l'ensemble des couches de la société en France. Prise en étau entre des enjeux familiaux et sociétaux, la parole des victimes peut-elle être entendue ? Notre politique pénale est-elle adaptée aux situations qu'elles rencontrent ? Pour répondre à ces questions, nous recevons Fabienne Giuliani, historienne, spécialiste de l'inceste rattachée à l'agence nationale de recherche Dervi et autrice de "Les liaisons interdites, histoire de l'inceste au XIXème siècle" (pub. de la Sorbonne) ainsi que Rodolphe Costantino, avocat au barreau de Paris, spécialiste des maltraitances sur enfants.

C L'HEBDO - "Inceste : une histoire de famille, un enjeu de société" (9 janvier 2021) : C'est un témoignage puissant, bouleversant, révoltant. Camille Kouchner publie La Familia Grande. Elle y raconte le viol de son frère jumeau par son beau-père. Bien plus qu'une affaire de famille, un enjeu majeur de notre société. Un Français sur dix a été victime d'agression sexuelle dans son cadre familial. Comment s'impose la loi du silence ? Comment se reconstruire après l'inceste ? Rendez-vous avec l'une de celles qui connaît le mieux ces questions. Elle en a fait le combat de sa vie. Psychiatre et présidente de l'association "Mémoire traumatique et victimologie", Muriel Salmona est l'invitée de l'émission.

La Croix - "Inceste : qu'est-ce que l'amnésie traumatique ?" (12 mars 2021) : L'amnésie traumatique touche les victimes de violences et particulièrement les enfants. Muriel Salmona, psychiatre et présidente de l'association "Mémoire traumatique et victimologie" travaille depuis plusieurs années sur ce trouble qui affecte tout particulièrement les victimes d'inceste.

La Croix - "Qu'est-ce que le climat incestuel?" (15 mars 2021) : Le climat incestuel est lié, dans certaines familles, à la confusion des rôles entre un adulte et un enfant. Robert Courtois, psychiatre et maître de conférence en psychologie clinique et psychopathologie, donne la définition du concept, appelé aussi "inceste moral".

Ministère chargé de l'égalité - "Les conséquences psycho-traumatiques des violences : sidération, dissociation, mémoire traumatique" (21 novembre 2022) : Ici, Muriel Salmona, psychiatre spécialisée en traumatologie et victimologie revient sur les conséquences psycho-traumatiques des violences.

TEDxTalks - "L'invisibilité des violences sexuelles sur mineur | Véronique Coutance & Hélène Kozaczyk | TEDxCaen" (19 août 2022) : Etes-vous concerné par la problématique des violences sexuelles ? Avez-vous été victime ? Connaissez-vous un proche qui est ou a été victime ? La méconnaissance des mécanismes mis en jeu, les préjugés, les secrets, les chiffres de la justice, rendent les violences sexuelles quasiment invisibles. Et pourtant...Le Conseil de l'Europe indique qu'un enfant sur cinq est victime de violences sexuelles. Nous sommes donc tous concernés, de près ou de loin, par ce sujet. Véronique Coutance est sage-femme et sexologue au CHU de Caen. Membre active d'une association qui lutte contre les violences sexuelles, elle affine son expertise autour de ce sujet depuis 2016. Hélène Kozaczyk est avocate au barreau de Caen et intervient en droit du dommage corporel et droit des victimes. Membre active d'une association qui lutte contre les violences sexuelles, elle assiste notamment les victimes de violences sexuelles dans le cadre d'une procédure judiciaire. Elle milite notamment pour une meilleure prise en compte et indemnisation de leur préjudice. (TW : Cette vidéo contient des propos descriptifs de viols et d'agressions sexuelles).

France Inter - "Les violences sexuelles faites aux enfants coûtent 10 milliards d'euro par an" (12 juin 2023) : Edouard Durand, magistrat, co-président de la Commission indépendante sur l'inceste et les violences sexuelles dans l'enfance était l'invité du 7h50 sur France Inter. Il révèle que les violences faites aux enfants coûtent 9,7 milliards d'euros par an.

France Inter - Edouard Durand : "Il faut toujours croire l'enfant qui révèle des violences" (22 novembre 2022) : Edouard Durand, co-président de la Commission indépendante sur l'inceste et les violences sexuelles dans l'enfance est l'invité du 7h50 sur France Inter. Il publie un livret de préconisations à destination des professionnels pour mieux prendre en charge les enfants, victimes de violences sexuelles.

Quelques sites web...

Ici, il s'agit de vous proposer du contenu web qui vous permettra d'aller plus loin. Qu'il s'agisse de témoignages ou de sites plus concrets, faites toutefois attention à vous quand vous lisez des propos difficiles.

- Le site de la CIIVISE (Commission indépendante sur l'inceste et les violences sexuelles faites aux enfants) : www.ciivise.fr
- Le site de témoignage Inceste Moi Aussi : www.incestemoiaussi.be
- Le site de notre association Femmes de droit : www.femmesdedroit.be