

## RÉACTION PSYCHOLOGIQUE DE LA VICTIME : LA HONTE ET LA CULPABILITÉ

La honte et la culpabilité sont les deux ressentis que l'intervenant retrouve très régulièrement chez toute victime. Ils sont généralement étroitement liés voire enchevêtrés. L'intervenant peut s'appuyer sur eux pour instaurer un dialogue avec la victime s'il n'a pas d'autre accroche sérieuse.

### > LE VÉCU POST-ACCIDENTEL IMMÉDIAT DE LA VICTIME

Immédiatement après l'acte victimaire, la personne bascule dans la condition de victime et présente deux états :

- celui de **vulnérabilité** : la personne est soudainement diminuée tant physiquement que psychologiquement, se retrouvant alors en position de dépendance vis-à-vis des autres (secours, personnel soignant...),
- celui de **régression**, car souvent les accidentés, choqués, sont allongés après le traumatisme subi : ainsi couchée au sol, la victime est dans l'état où le petit enfant perçoit le monde avec pour seuls modes de communications : la voix, le toucher et le regard.

Ces deux états s'accompagnent presque toujours des sentiments de honte et de culpabilité.

### > LA HONTE

La honte est un sentiment exercé contre soi-même, faisant entrer en ligne de compte une atteinte à son amour propre et impliquant souvent une notion de secret, alors que la culpabilité est exercée à l'encontre des autres.

L'enfant ou la femme pensant que c'est de leur faute, s'ils se sont fait abuser se tairont par honte, car pour eux, si la culpabilité peut être confiée pour être expiée (confession des fautes), la honte est indicible ne pouvant être que niée et dissimulée. La honte fait ainsi craindre une exclusion de la communauté, sentiment que ne porte pas la culpabilité puisqu'à travers elle, peut se faire la réparation.

La honte n'existe que devant un tiers dont la présence semble justifiée le but de honnir. C'est alors pour fuir le regard de cet autre, jugé moralisateur, que la personne "honteuse" a recours à la fuite et notamment au suicide.

### > LA CULPABILITÉ

La culpabilité résulte du fait d'avoir agressé l'autre, ce qui implique que la personne est allée sur un "territoire" autre que le sien, alors que la honte concerne une particularité de notre être et préserve, ainsi, notre identité et nos limites.

Ainsi lors de l'annonce d'un décès, le survivant peut ressentir de la culpabilité de ne pas avoir fait tout ce qu'il voulait avec le décédé ou de s'être chamaillé avec lui lors de leur dernière rencontre, alors que dans d'autres cas c'est la honte qui prend le dessus notamment dans celle du survivant où là, c'est un conflit avec lui-même : il se reproche de ne pas être mort à la place de l'autre (désir de substitution).

»

De plus, il pense souvent avoir transgressé un tabou : on ne revient jamais du royaume des morts ! Or lui a côtoyé la mort et en est revenu !



La honte comme la culpabilité induisent souvent un axe de tête sagittal inférieur (la tête est penchée en avant) (cf. fiche 27).

← Le regard peut être fuyant comme ici (cf. fiche 28). Noter l'axe du regard en inférieur gauche (passé émotionnel : l'enfant se remémore ce qui s'est passé) (cf. fiche 27). Bras et jambes traduisent une attitude de fermeture (cf. fiche 31).

→ Tourner le dos à son interlocuteur renforce un regard fuyant et un silence de retour sur soi (cf. fiche 29) car par honte ou culpabilité la personne ne peut même pas affronter celui de son interlocuteur



← En complément du regard fuyant, les mains devant la bouche traduisent un retour sur soi et l'impossibilité de verbaliser l'indicible (cf. fiche 31).

### La honte et la culpabilité

Si dans la culpabilité, la décharge de cette émotion est possible par la verbalisation, dans la honte elle est inhibée, nécessitant que ce soit l'intervenant qui débloque la situation en allant solliciter la victime à parler, en la mettant d'abord en confiance et en commençant le dialogue par la reformulation, en précisant : « Arrêtez moi, si je me trompe... ». Ainsi, en voyant qu'elle est comprise, la victime sortira, peut être, de son mutisme et déverrouillera ce blocage imposé par ce ressenti.

V

Voir