

Françoise,

Toute personne a des besoins et tout acte de violence est l'expression tragique de besoins non reconnus/insatisfaits. Pour moi les instincts sont intrinsèquement liés aux besoins !!!!!!!

La personne qui vole un pain ... elle vole parce qu'elle a besoin de manger !

Je t'invite à lire le bouquin "Le mythe de la maladie mentale" De Kohen.

Il n'y a pas de pathologie. Le mental crée ses étiquettes et concepts pour maîtriser son environnement toujours en mouvement.

J'ai des amis et "frères" schizophrènes et je ne vois aucune maladie en eux : ils comblent leurs besoins différemment.

Je t'invite à lire ceci :

Démonstration du rôle du médiateur (facilitateur)

Dans ce jeu de rôle, Marshall démontre, devant les sessionnistes d'un stage de CNV, comment un facilitateur de justice réparatrice peut utiliser la CNV pour aider à la fois la victime et l'acteur à atteindre un point où une guérison de leur souffrance respective devient possible.

- En tant que facilitateur, il a parlé d'une demande que la victime pourrait faire à l'acteur, sans la spécifier.
- Il a aussi mentionné le travail qu'il pourrait être nécessaire que l'acteur fasse afin de se mettre en lien avec ses propres sentiments et besoins au moment de l'acte, avant de venir participer à la 'réunion' avec la victime.
- La victime pourrait également avoir besoin de soutien et d'empathie avant d'être prête à venir assister à la 'réunion'.

Marshall jouait les 3 rôles suivants :

- le facilitateur de justice réparatrice
- la victime d'un abus sexuel
- l'acteur de l'abus sexuel

TRANSCRIPTION DE CE QUE MARSHALL A DIT

"Ma préférence est que la victime et l'offenseur se rencontrent.

Disons que la victime est une femme qui a été violée. Nous utilisons la même sorte de processus. Nous utilisons les deux mêmes ingrédients :

exprimer à partir du cœur,
l'empathie.

Voici de quoi ça pourrait avoir l'air.

La première chose que je vais faire est d'amener l'acteur à se relier de manière empathique avec

ce qui se passe pour la victime. Je donne à la victime l'occasion de s'exprimer et de recevoir de l'empathie de la part de l'acteur.

La plupart du temps, quand les gens pensent qu'ils veulent punir quelqu'un, moi je pense que le besoin qu'ils ont – et la punition est une stratégie et non pas un besoin – est qu'ils veulent que l'autre personne sache combien ils ont souffert.

Mais où dans notre société voyons-nous cela se faire ? Les seules choses auxquelles les gens pensent sont soit d'être des pauvres victimes, – et rien ne se passe – ou alors la punition. Ce sont les deux seules options que nous voyons. Je n'ai encore jamais vu une victime qui a traversé le processus que je vais démontrer maintenant qui ait ensuite aimé voir punir l'autre personne. (Cependant) je peux vous dire qu'avant de commencer, tout ce que la victime veut très souvent, c'est justement de voir l'autre personne souffrir.

Voici ce que je vais faire. Je vais commencer par aider cet acteur à se relier de manière empathique avec la personne qu'il a violée. (Note: ceci correspond à la deuxième étape dans le résumé ci-dessus)

Victime : "Est-ce que tu te rends compte ce que ça fait d'être tenue de force et de subir une telle chose ? Tu te rends compte combien j'ai souffert ? Comme c'est horrible ? Espèce de monstre... Salaud ! Je voudrais que tu sois mort."

Je les informe avant de ce que nous allons faire (Note: cet accompagnement correspond à la première étape du résumé ci-dessus) Je vais leur demander de se mettre en lien de manière empathique.

Facilitateur à l'acteur : J'aimerais que vous vous mettiez en lien avec ce qu'elle est en train de dire. Qu'est-ce qu'elle ressent juste là maintenant ?

Acteur : Je m'excuse.

Facilitateur à l'acteur : Pas d'excuses. Les excuses sont trop faciles. Je veux que vous lui disiez ce que vous l'avez entendu dire sur comment elle se sent.

Acteur : ...

Facilitateur à l'acteur : Je vais vous dire ce que j'ai entendu et ensuite j'aimerais que vous le répétiez.

Facilitateur à la victime : Si je vous ai entendu correctement, vous avez tout un tas de sentiments. Vous ressentez de la rage qu'une chose pareille ait pu vous arriver à vous et vous aimeriez aussi qu'on comprenne à quel point vous étiez effrayée par ce qui vous arrivait.

Victime : Oui, et ça fait deux ans que c'est arrivé et depuis il n'y a pas un jour de ma vie que je vis sans souffrir.

Facilitateur à la victime : Donc en plus de ce que nous avons déjà dit, vous voudriez de la compréhension pour toute la souffrance qui continue pour vous tous les jours, à cause de la peur qui vous habite toujours.

Victime : Oui.

Facilitateur à l'acteur : Bon, maintenant dites ce que vous avez entendu qu'elle ressent. Qu'est-ce qu'elle ressent et de quoi a-t-elle besoin?

Acteur : ...

Facilitateur à l'acteur : Voulez-vous que je le redise?

Acteur : Non, laissez-moi essayer. (S'adressant à la victime) Vous pensez que je suis un monstre.

Facilitateur à l'acteur : Ca, c'est la partie facile. Moi, j'aimerais que vous entendiez ce qu'elle ressent et ce dont elle a besoin. Quels sont les sentiments et les besoins qu'elle vous exprime ?

Acteur : Elle est furieuse. Elle voudrait que je sache ce que ça fait d'être forcée à avoir des relations sexuelles et d'être maintenue de force.

Facilitateur à l'acteur : Quoi d'autre ?

Acteur : Je ne sais pas.

Facilitateur à l'acteur : Laissez-moi vous dire ce que je l'ai encore entendue dire d'autre. Elle voudrait que vous entendiez à quel point elle a été terrifiée et comment cette terreur est restée en elle, et que depuis ce moment-là, elle n'a plus eu un seul jour libre de douleur. Redites ce que vous avez entendu.

Acteur : Elle a été terrifiée à ce moment-là et elle a été terrifiée tous les jours depuis ce jour-là.

Facilitateur à la victime : Est-ce que c'est cela que vous vouliez qu'il entende?

Victime : 'Ce n'est pas tout.

Ok, alors on continue encore, parce que cela peut parfois prendre un certain temps. Cette douleur peut être très profonde, et donc j'aide l'acteur à entendre cela. Ça c'est le premier pas, qui continue jusqu'à ce que cette personne se sente pleinement comprise.

Facilitateur à la victime : Est-ce que vous vous sentez comprise ?

Victime : Oui

Maintenant, la chose que je vais faire ensuite est d'aider l'acteur à faire le deuil – non pas à s'excuser, mais à faire le deuil. Pour faire le deuil, il faut aller profondément se rencontrer au fond de soi-même. S'excuser, c'est trop facile. C'est facile de dire, mais qu'est-ce que cela veut dire

réellement ? Les gens ont appris déjà en tant qu'enfant qu'on dit ça uniquement pour être pardonné. Il n'y a pas besoin qu'il y ait une réelle sincérité là-dedans, pas de sentiment réel. Mais dans ce que nous appelons faire le deuil, nous voulons que la personne aille chercher au fond d'elle-même. (Note: ceci correspond à la troisième étape dans le résumé ci-dessus.)

Facilitateur à l'acteur : Maintenant, dites comment vous vous sentez juste là maintenant en entendant ce qu'elle a traversé.

Acteur : Je pense que je mérite d'être puni.

Facilitateur : Je ne vous ai pas demandé ce que vous pensez qui devrait être fait de vous, mais ce que vous ressentez juste maintenant.

Acteur : Je sens que je suis un salaud.

Facilitateur à l'acteur : De vous insulter, ce n'est pas la réponse non plus. J'aimerais que vous rentriez en vous-mêmes et que vous disiez comment vous vous sentez.

Acteur : Ne me faites pas ça.

Facilitateur à l'acteur : C'est terrifiant d'aller voir à l'intérieur et de vraiment voir comment ça fait de faire une chose pareille. C'est tellement plus facile de vous insulter. Ou alors de dire qu'elle l'a demandé ou de vous justifier. Ça, c'est facile, mais d'aller voir en vous-même après avoir vu combien l'autre personne a souffert. D'aller voir à l'intérieur et de vraiment exprimer comment vous vous sentez maintenant que vous voyez combien elle a souffert.

Acteur : Je me sens triste. Je me sens triste.

Facilitateur à l'acteur : Quels sont les besoins qui n'étaient pas satisfaits chez vous par votre comportement ?

Acteur : C'est pas comme ça que je voudrais traiter les gens, vous savez, c'est pas comme ça que je voudrais traiter les gens.

Ok, ça c'est ce que nous appelons faire le deuil. Je raccourcis le processus là, mais voilà à quoi ça ressemble: rentrer en soi et vraiment regarder comment vous vous sentez à propos de ce que vous avez fait. Et le relier à des besoins que vous avez- des besoins qui vous sont propres- qui n'ont pas été satisfaits par vos propres actions. Ça c'est bien plus effrayant mais plus sincère que de s'excuser.

Facilitateur à l'acteur : Maintenant j'aimerais que vous lui disiez ce qui se passait en vous quand vous l'avez fait. Ce que vous ressentiez quand vous l'avez fait. Quels besoins essayiez-vous de satisfaire quand vous le faisiez?' (Notez: Cette partie correspond à la quatrième étape dans le résumé ci-dessus.)

Ce qui est intéressant, c'est que dans cette partie du processus, la victime est presque toujours -

avant même que je pose la question et après qu'elle ait reçu la compréhension pour sa souffrance – en train de crier quelque chose comme: "Comment avez-vous pu faire ça ? Comment avez-vous pu faire une chose pareille ?"

Afin qu'une guérison puisse se faire, il y a d'abord besoin de l'empathie initiale, de la compréhension, mais ensuite on a également besoin de savoir "Comment cette personne a-t-elle pu faire une telle chose ?" Parce qu'avant de pouvoir vraiment comprendre l'autre personne et avant de pouvoir voir pourquoi elle a fait ce qu'elle a fait, nous ne pouvons pas lui pardonner et nous ne pouvons pas guérir tant que nous n'avons pas pu lui pardonner.

Dans la CNV, l'empathie et le pardon sont la même chose.

Quand nous donnons de l'empathie, il n'y a rien à pardonner. Mais nous soulignons aussi la chose suivante dans notre travail : ne demandez pas trop rapidement à la victime de comprendre l'autre personne. Parce qu'à peu près dès le début, elles ont eu des personnes dans leurs vie qui les encourageaient à pardonner et à comprendre l'autre.

Et si elles font cela avant la première partie, avant qu'elles ne reçoivent la pleine compréhension pour leur souffrance, alors la compréhension qu'elles vont manifester pour l'autre ne peut être que superficielle. Et ça les coupe de leur propre guérison. Mais si elles ont reçu la compréhension dont elles ont besoin, elles ont généralement une soif de comprendre ce qui a bien pu se passer chez l'autre pour qu'il fasse ce qu'il a fait.

Facilitateur à l'acteur : Maintenant j'aimerais que tu lui dises ce qui se passait en toi au moment où tu faisais cela. Que se passait-il?

Et maintenant j'aide le prisonnier à identifier et à exprimer les sentiments et les besoins qui étaient vivants en lui quand il a fait ce qu'il a fait. Et ensuite je demande à la victime de donner de l'empathie à cela, et de me dire ce qu'elle entend sur ce qui se passait en lui au moment où il l'a fait. Qu'est-ce qu'il ressentait, de quoi avait-il besoin ?

Quand cela se passe, c'est épatant quelle transformation a eu lieu. Ces deux personnes sont unies à ce moment là d'une façon qui va rendre le pas suivant bien plus facile. Le pas suivant est maintenant la justice restaurative.

Que faut-il d'autre pour que les deux parties se sentent guéries ? Et là il est simplement question de la demande que chaque partie a de l'autre maintenant.

Donc voici un passage en revue rapide de la manière dont nous pratiquons la justice restaurative en utilisant la CNV.

Question du public : Quelle est la différence entre une excuse et faire le deuil ?

Marshall : Voici ce qu'une personne est toujours tentée de faire:

Acteur : Je suis désolé, je suis un salaud. Tuez-moi.

Facilitateur : Voilà ce que j'appelle "s'excuser"- dire : "Je suis mauvais, je mérite de souffrir." C'est

ainsi que les gens ont été éduqués. Cela fait combien de temps que vous pensez que vous êtes un salaud ?

Acteur : Toute ma vie.

Facilitateur : Et est-ce que cela vous a empêché de faire ceci ?

Acteur : Non.

Facilitateur : Ce n'est pas ce que je vous demande- ce que vous pensez être. J'aimerais savoir comment vous vous sentez. Comment vous vous sentez?

Acteur : Je suis désolé

Facilitateur : Non, ce mot ne me dit rien. Vous avez probablement dit que vous étiez désolé pour tout ce que vous avez fait. Vous avez probablement été éduqué à faire cela mécaniquement. Si quelqu'un pense que vous avez tort, vous dites que vous êtes désolé et puis vous êtes pardonné. Non, c'est trop facile. Je veux que vous alliez au fond de vous-même et que vous me disiez comment vous vous sentez maintenant que vous voyez qui souffre.

Quasiment toujours, ils disent : "Ne me faites pas ça".

C'est douloureux d'aller voir à l'intérieur de soi et de voir réellement combien c'est douloureux d'avoir fait des choses à une autre personne. Ce n'est pas de la honte. La honte vient d'une violence qu'on se fait à soi-même- en pensant que ce que vous avez fait était mauvais. C'est trop facile. La honte est trop superficielle. Et c'est une forme de violence envers soi-même.

Je veux que cette personne aille voir en elle-même et qu'elle souffre de manière naturelle mais profonde. C'est un sentiment naturel quand nous voyons que nous avons fait quelque chose qui n'a pas servi la vie. Nous avons des sentiments intenses, mais jamais de la honte ou de la culpabilité. Les sentiments sont souvent des sentiments de tristesse profonde. Un désespoir profond. Une peur profonde. Très souvent c'est quelque chose de cet ordre là: 'Je suis terrifié à l'idée que j'aie pu faire quelque chose comme ça à quelqu'un' Des sentiments très très intenses.

Mais pas des sentiments de honte, ni de culpabilité. La honte et la culpabilité surviennent à travers une auto-violence- la pensée qu'une chose que vous ayiez faite signifie qu'il y a quelque chose qui ne tourne pas rond chez vous.

Acteur : Mais quelque chose ne tourne pas rond chez moi, regardez ce que je lui ai fait.

Facilitateur : Plus tard nous en viendrons à comment vous en êtes arrivés à faire cela. C'est trop facile de penser que quelque chose ne tourne pas rond chez vous. Je veux que vous alliez voir en vous maintenant et que vous me disiez comment vous vous sentez quand vous pensez à ce que vous avez fait. Je ne veux pas vous entendre vous juger. Ça ne va que vous rendre plus violent. J'aimerais que vous fassiez le deuil, que vous ressentiez du regret, je ne veux pas que vous vous excusiez.

Et ensuite, après le processus de deuil, nous allons voir à l'intérieur et nous nous relierons de façon empathique avec les raisons que la personne a eu pour agir de la façon dont elle a agi. Vous voyez, la raison pour laquelle une personne fait ce genre de choses est toujours pour satisfaire un ou plusieurs besoins humains.

Le problème que nous rencontrons souvent dans le travail que nous faisons dans les prisons, c'est que nous n'avons pas accès aux victimes. Donc je joue le rôle de la victime, et le travail que nous faisons avec le prisonnier est de l'amener à se relier de façon empathique avec la victime, de jouer un jeu de rôle, afin de faire se dérouler le processus même si la victime n'est pas là. Mais nous voulons qu'ils se relient empathiquement à la souffrance qui a été créée par leurs actes. Nous voulons qu'ils en fassent le deuil et ensuite nous voulons qu'ils se pardonnent eux-mêmes en se reliant pleinement de manière empathique avec les besoins qu'ils essayaient de satisfaire chez eux en faisant ce qu'ils ont fait.

Cela ne justifie pas le comportement. Cela veut juste dire qu'ils voient les bonnes raisons pour lesquelles ils ont fait ce qu'ils ont fait. Les bonnes raisons, cela veut dire qu'ils étaient en train d'essayer au mieux de ce qu'ils pouvaient à ce moment-là de satisfaire des besoins humains. Ensuite nous pouvons commencer à essayer de trouver d'autres façons pour satisfaire ces besoins qui ne violeraient pas d'autres personnes."

Qu'en dis tu ?

Ces besoins à mon sens sont des besoins d'affection, d'attention, d'empathie et d'appartenance (eh oui ... un Marc Dutroux peut chercher à faire ce qu'il a fait pour donner de la compagnie à son enfant intérieur qui a vécu ce que lui fait subir et lui donner aussi un peu de compréhension).

Aucune pathologie là dedans juste une humanité qui s'exprime tragiquement.

Je n'ai pas parlé de la "victime" ... Bien sur il y a toute la souffrance ... quand j'apprends selon les constellations familiales que 55% des femmes violées ont vu ... une femme de leur ascendance être violée/incestuée dans leur vie et que cela se reproduit pour leur arrière-arrière petite fille, c'est le destin (quelqu'un en parlait) dans le sens qu'en parle Jung : j'attire à moi les situations/émotions non résolues/conscientisées ... Je le répète la personne humainement parlant souffre terriblement et en même temps, elle est aussi et parfois "victime" de son inconscient qui crée les situations pour qu'elles puissent se rencontrer.

Tout a un sens et il n'y a pas de hasard.

Qu'en dis tu ?

Amitiés

"Personne ne peut créer/détruire car tout se détruit, se crée à chaque instant et c'est cela que j'appelle éternité. Tout est possible."