



GUIDE MÉTHODOLOGIQUE  
NORMAND POUR LA CONSTITUTION  
ET L'ANIMATION DE GROUPES  
DE PAROLE À DESTINATION DES  
FEMMES VICTIMES DE VIOLENCES  
CONJUGALES/INTRA-FAMILIALES



## **MOT DES DEUX INSTITUTIONS**

Conscientes de l'importance des enjeux et de la portée des groupes de parole ouverts aux femmes victimes de violences, l'ARS et la DRDFE Normandie ont souhaité co-rédiger ce guide méthodologique à destination des structures mettant en œuvre ces espaces d'expression collective ou désirant en créer.

L'élaboration de cet outil est issu de travaux conduits par des professionnelles, Katia Lecoeuche, victimologue, et Marie-France Casalis, membre du Haut Conseil à l'égalité entre les femmes et les hommes, avec des structures normandes portant des groupes de parole.

Il répond à l'objectif déterminé par l'ARS et la DRDFE Normandie, d'accompagner la structuration et la professionnalisation de ces groupes de parole, en formalisant notamment les prérequis, attendus et modalités de leur activité.

Chaque structure normande se référera à ce guide dans la préparation et la conduite d'un groupe de parole à destination de femmes victimes de violences conjugales ou intra-familiales.

## **Structures ayant participé aux travaux :**

Association Accueil service

Association Au Fil de la Famille

Association de Contrôle Judiciaire et de Médiation (ACJM) de l'Orne

Association de Contrôle Judiciaire et de Médiation (ACJM) de la Manche

Association Départementale de Sauvegarde de l'Enfant A l'Adulte de la Manche (ADSEAM)

Association Femmes

Association Femmes Et Familles En Difficulté (AFFD)

Association Itinéraires

Association Œuvre Normande des Mères (ONM)

Association Ysos 61

Centre d'Information sur les Droits des Femmes et des Familles (CIDFF) du Calvados

Centre d'Information sur les Droits des Femmes et des Familles de l'Orne

Centre d'Information sur les Droits des Femmes et des Familles de la Seine-Maritime

Centre Hospitalier Universitaire de ROUEN

Planning Familial du Calvados

Pôle Famille de Granville

# SOMMAIRE

<b>1</b>	<b>ÉLÉMENTS PRELIMINAIRES .....</b>	<b>7</b>
1.1	Pourquoi un groupe de parole .....	9
1.2	Objectifs du groupe de parole .....	9
1.3	Existe-t-il des obstacles, des limites au groupe de parole ? .....	10
<b>2</b>	<b>ANIMER, C'EST ORGANISER ET PREPARER .....</b>	<b>11</b>
2.1	Mettre en place un groupe de parole .....	13
2.1.1	Création d'un groupe de parole .....	13
2.1.2	Mixité du groupe ? .....	13
2.1.3	Constitution du groupe .....	14
2.1.4	Choix du lieu, rythme et durée .....	14
2.1.5	L'animation du groupe .....	15
2.2	Elaborer une programmation de travail .....	16
2.2.1	Canevas préparatoire .....	16
2.2.2	Parfaire et affiner la première et dernière rencontre du groupe de parole .....	16
<b>3</b>	<b>ANIMER, C'EST ECOUTER ET REGULER.....</b>	<b>19</b>
3.1	La fonction de production .....	21
3.2	La fonction de facilitation : animer au sens propre .....	21
3.2.1	Les techniques de l'écoute active .....	22
3.2.2	Les outils pédagogiques au support de l'écoute active .....	22
3.3	La fonction de régulation .....	23
<b>4</b>	<b>CONCLUSION .....</b>	<b>25</b>
	<b>ANNEXES.....</b>	<b>29</b>
1	Liste non exhaustive des partenaires, potentiels relais pour les groupes de parole .....	29
2	Liste non exhaustive d'outils pédagogiques pour animer le groupe de parole .....	29
3	Bibliographie non exhaustive sur la thématique du groupe de parole .....	30





# 1. ÉLEMENTS PRELIMINAIRES





## 1.1

### Pourquoi un groupe de parole

La pratique de se réunir entre femmes d'âges, d'origines, de milieux économiques et sociaux divers pour réfléchir et agir solidairement face aux inégalités et discriminations faites aux femmes a été fortement développée dans le Mouvement des femmes au cours des années 70. Cette initiative a permis la prise de conscience collective à la fois de l'oppression des femmes et de leur force lorsqu'elles s'organisent pour y mettre un terme.

C'est cette même démarche que visent les groupes de parole qu'on les désigne sous les termes de groupes d'entraide, de solidarité, de soutien, de croissance, groupes de support, groupes de partages...

Les bénéfices de ces partages solidaires et de ces stratégies collectives ont été tels qu'au-delà des réseaux féministes, d'autres personnes confrontées à des graves épreuves travaillent en groupes d'expression dans la même perspective : analyser une situation d'oppression et s'organiser pour s'en libérer.

Fondés sur la solidarité, agissant dans une dynamique de libération, les groupes de parole s'avèrent des outils précieux. L'énergie et l'optimisme issus de l'empathie collective dynamisent très efficacement la démarche personnelle que chacune doit accomplir pour se libérer du trauma et de ses multiples effets.

Certaines personnes ne souhaitent pas, ou ne sont pas prêtes, à suivre des entretiens individuels à visée thérapeutique et préfèrent ce type d'accompagnement collectif.

Avoir été victime, impuissante face à un agresseur, porte atteinte profondément à l'image et l'estime de soi. Par les multiples interactions entre ses membres, le groupe de parole est un formidable atelier pour reconstruire ce qui a été déconstruit.

## 1.2

### Objectifs du groupe de parole

L'objectif général d'un groupe de parole est de **favoriser la restauration et le renforcement des compétences psychosociales** de femmes ayant fait l'objet de violences conjugales/intra-familiales.

C'est un espace d'expression collective qui a pour but de :

- Favoriser l'affirmation et l'estime de soi par l'entraide et la solidarité entre femmes
- Favoriser l'appropriation par les femmes des dispositifs existants et l'accès aux informations et ressources qui les concernent
- Rompre l'isolement des femmes victimes de violences en leur donnant accès à la parole publique.

Participer à un groupe de parole peut avoir comme finalité de :

- Sortir de l'isolement
- D'échanger sur ses émotions
- S'approprier son histoire
- S'appuyer sur les ressources de chacune
- Retrouver de la confiance et envisager l'avenir.

L'objectif est d'offrir un espace d'écoute et d'expression, où la parole peut être posée et entendue, de partager sur les difficultés rencontrées dans une problématique commune grâce aux échanges qui s'y produisent et à leurs effets miroirs entre les membres. Les effets du groupe sont d'ordre(s) thérapeutique(s).

Le groupe de parole est un outil de compréhension et de prise de recul par rapport au traumatisme.

## 1.3

### Existe-t-il des obstacles, des limites au groupe de parole ?

Du côté des femmes participantes, il peut y avoir quelques freins qu'il est nécessaire de repérer avant la participation à un travail collectif : par exemple le besoin intense que l'on s'occupe d'elles, la possible dangerosité pour les autres, difficulté à entendre d'autres récits... Il convient que les attentes et besoins soient en adéquation avec l'outil groupe de parole.

Etre en capacité de s'intéresser aux autres et avoir envie de le faire est la première condition pour participer à un groupe de parole caractérisé par une réflexion et une expression collectives.

Du côté de la co-animation, confiance réciproque et bonne entente sont indispensables.

Les conceptions diverses (femme/homme, rôle de la justice, capacités des victimes à surmonter, le couple, la famille...), les connaissances techniques et la qualité de la préparation sont au support de la qualité de l'animation du groupe de parole.

A large, orange, rounded speech bubble graphic with a tail pointing towards the bottom right, containing the text.

## **2. ANIMER, C'EST ORGANISER ET PRÉPARER**



# 2.1

## Mettre en place un groupe de parole

### 2.1.1 Création d'un groupe de parole

#### ■ PARTICIPATION AU GROUPE

Pour fonctionner, un groupe doit réunir un certain nombre de membres. Le groupe a besoin de ses membres pour exister car les apports bénéfiques pour chacune découlent de l'interaction et des échanges multiples.

L'effectif du groupe doit permettre de consacrer du temps à chaque participante (membre), à sa prise de parole et sa participation aux échanges, au soutien particulier dont l'une ou l'autre peut avoir ponctuellement besoin.

Lorsque le recrutement des membres n'a pu réunir qu'un nombre trop restreint de volontaires, il convient de retarder le démarrage du groupe jusqu'à atteindre un effectif minimum suffisant.

**L'effectif le plus souvent retenu se situe entre 5 femmes au minimum et 8 au maximum.**

Chacune aura ainsi le temps de se confier. Le partage au sein du groupe ne sera pas perturbé par des discussions annexes.

Au-delà de huit participantes, il est difficile de laisser à chacune un temps de parole suffisant.

En dessous de cinq participantes, les apports sont plus limités, les échanges entre participantes se réduisent avec le risque que trop souvent, le groupe se repose sur l'équipe d'animation. Les petits groupes permettent de créer un cadre intimiste et sécurisant.

**Il convient de privilégier la mise en place de groupes fermés.** Le groupe de parole est ainsi constitué de ses membres dès le démarrage et pour l'ensemble de son parcours, sans aucune nouvelle entrée de participante. La pratique a montré qu'un groupe fermé renforce très efficacement la dynamique des échanges et la progression de chacune en facilitant le lien de confiance et la liberté d'expression.

#### ■ COMMUNIQUER SUR LE GROUPE DE PAROLE POUR RECRUTER DES PARTICIPANTES

La communication sur l'ouverture du groupe est complexe car, en général, tout se passe en interne de la structure qui porte le groupe de parole. La personne possiblement participante du groupe de parole est donc souvent orientée par la pratique d'accueil de la structure.

Certes, l'avantage de le faire en direct au sein de la structure, est d'avoir un premier contact et donc une vue historique de la personne, de ses attentes et de sa situation.

Néanmoins, les structures se rendent compte qu'il convient de penser le réseautage en termes «d'orienteurs » (dispositifs, structures ou professionnels en contact avec des victimes). Malgré de nombreux efforts de communication sur l'ouverture d'un groupe de parole, force est de constater qu'il y a peu de retours.

La création de supports écrits tels que flyer, affiche, article, etc... est utile en offrant notamment un support d'information aux partenaires susceptibles d'orienter des femmes<sup>1</sup>.

L'utilisation des réseaux sociaux peut être également envisagée.

### 2.1.2 Mixité du groupe ?

La question de la mixité ou non au sein des groupes de parole peut se poser. Les victimes de violences conjugales de sexe masculin ont besoin de prise en charge, de justice, de sécurité, que l'auteur de ces violences soit de sexe féminin ou masculin. Toutefois, il semble délicat de les admettre dans un groupe de parole de femmes victimes de ces violences. En effet, les violences conjugales ont en partie pour origine les stéréotypes de genre qui conduisent aux violences de genre. La parole pourrait ne pas être aussi libre en raison de la présence de victimes de l'autre sexe.

S'agissant de violences sexistes et sexuelles, cette mixité est donc peu privilégiée par les structures réunies dans la production de ce guide.

Il peut être envisagé de créer un groupe de parole à destination d'hommes victimes.

1 Cf. volet des annexes et plus précisément l'annexe 1

## 2.1.3 Constitution du groupe

### ■ POUR QUEL PUBLIC

#### Les critères d'inclusion :

- être une femme,
- être séparée du conjoint ayant commis des violences à son encontre,
- s'investir/ s'engager à être présente à la totalité des rencontres.

### ■ RÉUNION D'INFORMATION ET ENTRETIEN PRÉALABLE

Il peut être envisagé, en fonction des possibilités pour les structures porteuses de groupes de parole de proposer une réunion d'information avant l'entretien préalable.

**L'entretien préalable est incontournable et indispensable** avec les personnes, qui prennent contact avec les structures, pour participer à un groupe de parole. Cet entretien bénéficie à la fois à la candidate et à l'équipe d'animation. Il a notamment pour but de viser l'efficacité de la participation à un groupe de parole.

Pour la participante, il s'agit d'être au clair sur les objectifs, les limites, les impératifs d'un groupe de parole et de bénéficier de temps pour réfléchir à sa participation, et si nécessaire lever des freins à sa participation. Bien comprendre ce qu'est l'outil « groupe de parole » permet de dissiper toute confusion entre ce que l'on peut projeter des apports d'un groupe et la réalité.

Ce temps de réflexion permet de penser « Moi, aujourd'hui, vers demain » et d'évaluer si le groupe de parole peut répondre à ses attentes, à ce moment-là de son parcours personnel.

**Dans la mesure du possible, cet entretien préalable doit être assuré par les personnes qui co-animeront le groupe.** Il leur permet d'avoir connaissance du parcours et des attentes de chacune et de valider la participation au groupe de parole.

Pour cela, il est nécessaire de le préparer en amont au sein de la structure avec si possible le binôme d'animation. Lors de l'entretien, le calendrier des rencontres prévu est présenté même s'il peut éventuellement être un peu amendé par la suite. De même, les thèmes abordés lors des séances du groupe de parole seront évoqués.

## 2.1.4 Choix du lieu, rythme et durée

### ■ LIEU

Le groupe de parole peut se dérouler au sein de la structure à l'initiative de cette pratique ou encore dans un lieu tiers. Lors du groupe de parole, se disposer en cercle convivial contribue à faciliter les échanges, chacune pouvant voir tout le monde en même temps.

L'indispensable espace de calme et de silence se prépare : pas de téléphone qui sonne, de personnes qui seraient susceptibles de frapper à la porte, pas d'intrusions externes...

### ■ DURÉE ET FRÉQUENCE

La programmation des séquences du groupe de parole s'organise en fonction du calendrier de l'année scolaire. Envisager le temps sur les soirées paraît judicieux. Néanmoins, les soucis de garde d'enfants sont à évoquer en amont.

Procéder à un **rythme** qui peut permettre de conserver l'adhésion et la disponibilité des participantes a été un sujet fort débattu : il a été retenu qu'une rencontre tous les 15 jours renforce l'engagement des personnes. Néanmoins, la pratique a montré que l'organisation la plus fréquente prévoit **une séquence toutes les 3 semaines sur 8 à 10 rencontres d'une durée variant d'1 h 30 à 2 h.**

Un autre facteur à prendre en compte dans cette organisation est la disponibilité du personnel animateur dans les structures.

## 2.1.5 L'animation du groupe

### ■ LA CO-ANIMATION EST À PRIVILÉGIER

L'intérêt de la co-animation est d'avoir deux regards croisés lors des échanges au sein du groupe. Il est intéressant de pouvoir apporter des ajustements en fonction de ce que chaque membre du binôme peut avoir observé. Le débriefing est un élément essentiel dans cette pratique. De plus, il est plus confortable d'intervenir à deux pour gérer éventuellement les imprévus.

Cette co-animation est également très riche car elle permet la complémentarité.

C'est aussi un élément facilitateur pour faire circuler la parole entre les participantes. La co-animation offre une plus grande disponibilité, attention apportée à chaque personne.

Elle est aussi utile d'un point de vue de facilitation organisationnelle (ex : quand il y a un retard d'une participante – question pratique – un accompagnement éventuel quand une participante est en difficulté et sort du groupe par exemple...).

### ■ L'ÉQUIPE DE CO-ANIMATION

La co-animation peut être un duo, un trio. Dans la pratique, on rencontre souvent les **binômes suivants** :

- juriste et psychologue,
- travailleur social et psychologue de deux structures différentes,
- psychologue et infirmier,
- psychologue et assistant social,
- psychologue et bénévole,
- un animateur expérimenté et un en parcours d'acquisition.

Dans la pratique, il est constaté que la présence d'un observateur peut-être d'un apport précieux.

Au-delà de leur expérience d'écoute et d'accueil, la « formation » préalable de l'équipe d'animation doit comprendre **les connaissances théoriques relatives aux violences conjugales/intrafamiliales et sexuelles. Concernant les questions d'accès aux soins et des recours judiciaires, l'équipe d'animation doit, soit en avoir connaissance, soit travailler en réseau avec les acteurs qui œuvrent sur le sujet.**

L'actualisation de ces éléments est nécessaire dans un domaine toujours en évolution.

### ■ RÉPARTITION DES « RÔLES »

La co-animation permet une complémentarité de l'animation, de l'observation et de l'évaluation.

La prise de parole, l'écoute et l'animation (relance, synthèse, questionnement...) forment un jeu interchangeable. Chaque binôme endosse et assume une fonction au moment opportun dans le déroulement des échanges. Cette co-responsabilité dispense de prévoir à l'avance, de figer, définir, limiter, circonscrire la fonction de chaque membre de l'équipe.

Les modalités d'organisation d'un groupe de parole (réservation de salle, invitations...) peuvent être confiées à l'un ou l'autre des membres de l'équipe d'animation ;

### ■ ENTENTE ET PRÉPARATION INDISPENSABLES

La co-animation, c'est une équipe. Celle-ci ne peut fonctionner que libérée de tout enjeu relationnel et dans une communication fluide. En effet, avoir des opinions différentes ne met pas en péril cette relation de respect et d'estime mutuelle si les objectifs fondamentaux sont partagés.

### ■ COMMENT RÉPONDRE AUX BESOINS QUI PEUVENT S'EXPRIMER EN INTER SESSION ?

Ce qui est vécu et échangé dans le groupe reste et appartient au groupe. Néanmoins, des difficultés particulières peuvent survenir pour une participante et nécessiter une prise en charge personnalisée en dehors du groupe.

## 2.2

# Elaborer une programmation de travail

### 2.2.1 Canevas préparatoire

En amont de la mise en place effective du groupe de parole, il convient de programmer le travail. Programmation ici ne veut pas dire cadre rigide et enfermant. **Il s'agit plutôt d'un guide de travail sécurisant les séquences et proposant un cadre au cheminement collectif.**

Un groupe de parole n'est pas un moment de café-discussion.

Cette préparation va porter sur :

- les thématiques pouvant être abordées, à savoir :
  - décryptage de la violence conjugale - cycles - évolutivité - modalités de rupture,
  - les divers aspects de la mécanique de l'emprise,
  - qu'est-ce que l'amour, l'intimité, la sexualité, le consentement et le couple ?
  - se sentir en sécurité dans une relation de couple,
  - la parentalité parallèle,
  - les enfants et la violence dans le couple,
  - les émotions : colère, honte...,
  - la dimension transgénérationnelle,
  - développement de compétences psychosociales : estime de soi, confiance en soi, affirmation de soi,
  - projection dans l'avenir et les désirs,
  - la justice et les dispositifs de protection,
  - les actions protectrices,
  - les conséquences psycho traumatiques des violences,  
néanmoins, cette liste peut être complétée et ne dispense pas à l'équipe d'animation d'être attentive aux besoins et attentes exprimées par les participantes afin d'y répondre,
- le déroulé des séquences avec un canevas de ritualisation qui rythmera les rencontres,
- les objectifs posés pour chaque thématique,
- les outils d'évaluation de chaque séquence,
- l'évaluation globale du projet groupe de parole,
- l'élaboration /réflexion sur les outils pédagogiques d'animation,
- lister les idées fortes de la charte de fonctionnement qui sera co-élaborée à la première rencontre.

### 2.2.2 Parfaire et affiner la première et dernière rencontres du groupe de parole

Comme précisé précédemment, il convient de programmer le contenu des rencontres afin de consolider la dynamique du groupe, la libération de la parole tout en permettant de préparer l'animation.

Les séquences d'ouverture et de clôture sont particulièrement importantes et doivent être préparées en conséquence.

#### ■ LA PREMIÈRE RENCONTRE DU GROUPE DE PAROLE

C'est la rencontre qui enclenche la dynamique de groupe. Elle permet aussi d'élaborer ensemble la **Charte de fonctionnement** du groupe de parole (cf. point 3.1 du chapitre 3 « Animer, c'est écouter et réguler »).



### Elle peut être déclinée comme suit :

- présentation des participantes en tour de table, puis présentation de l'équipe d'animation.

La convivialité est à privilégier autour d'un café avec éventuellement un petit jeu « brise-glace»<sup>2</sup> tout en étant attentif à ce que cette convivialité n'entrave pas le temps de travail

- explorer les attentes et freins éventuels au moyen d'outils tels que le post-it attentes et besoins<sup>3</sup> (que l'on réutilisera par ailleurs à la séance de clôture),
- choisir éventuellement un nom de groupe pour fédérer,
- co élaborer la « Charte » de fonctionnement,
- choisir les thématiques qui seront abordées tout au long du parcours en se rapportant aux thématiques présentées lors de la programmation générale des rencontres,
- rappeler le calendrier (qui a par ailleurs été présenté lors des entretiens préalables).

### ■ LA DERNIÈRE RENCONTRE DU GROUPE DE PAROLE

Même si le calendrier l'a fixée, même si toutes devraient y penser... il est judicieux d'évoquer la fin du parcours au sein du groupe de parole bien avant la dernière rencontre. Un petit compte à rebours prévisionnel est à même d'encourager certaines à poser dans le débat des éléments qu'elles ont du mal à aborder. En effet, la proximité de l'échéance finale peut être un élément déclencheur très productif.

La dernière rencontre récapitule à la fois l'ensemble des éléments abordés tout au long du parcours et les apports.

Plusieurs outils peuvent être utilisés dans ce cadre :

- un tableau présentant les post-it « attentes » et « besoins » de la première rencontre permettra de faire une évaluation individuelle et aussi globale,
- des productions particulières, texte ou objet, réalisées lors des groupes de parole. Ces productions qui sont remises à chacune, témoignent concrètement de leur implication dans ce travail de reconstruction de soi,
- rédaction par chacune des participantes d'« Un message pour vous » : invitation à présenter plus tard à d'autres femmes qui envisageraient d'entrer dans un groupe de parole afin de les y encourager,
- un panneau récapitulatif avec des post-it d'humeur pour clôturer,
- etc....

Ces exemples d'outils traduisent la cordialité et la dynamique positive qu'ont pu connaître à la fois les participantes et l'équipe d'animation des groupes de parole ouverts aux femmes victimes de violences à la fin de ce parcours.

La fin d'un groupe de parole est à la fois un moment de fierté, au regard du chemin parcouru, mais aussi un moment de nostalgie : il faut se dire au revoir !

Parfois, une participante manifeste son désir de s'engager à nouveau dans un prochain groupe de parole. On l'invitera à prendre le temps de la réflexion avant de reformuler sa demande. Dans la pratique, on observe que finalement cette demande n'est pas renouvelée, la participante ayant pris conscience d'avoir travaillé ce dont elle avait besoin. En effet, le souhait exprimé au moment de se séparer découle plutôt de sa crainte de se retrouver seule, privée de ces rencontres, de cette dynamique et de précieux moments de partage. Avec surprise, peu à peu, elle constate que : « maintenant, ça va ! ».

---  
2 Cf. annexe 2 « outils »

3 Cf. annexe 2 « outils »





**3.  
ANIMER, C'EST  
ÉCOUTER ET  
RÉGULER**



La conduite du groupe est assurée au moyen de 3 fonctions.

## 3.1

### La fonction de production

La séquence 1 portera entre autres sur la co-élaboration de la **Charte de fonctionnement**. Cette production collective sera un support de fonctionnement auquel le groupe pourra se référer si besoin. Cet outil sert de socle de participation bienveillante et consensuelle, socle sécurisant d'interactions positives.

Cette charte de fonctionnement pourra aborder les éléments suivants à titre d'indication :

- confidentialité,
- écoute,
- le non jugement,
- ne pas imposer son avis,
- se sentir en confiance,
- sécurité de chacune pour poser la tranquillité de toutes,
- le respect du silence,
- on sera à l'écoute et on invite à l'écoute aussi du non verbal,
- respecter le rythme de chacune,
- respecter l'expression corporelle et émotionnelle et la liberté d'expression,
- sobriété,
- respect des horaires,
- éteindre le téléphone.

Chaque rencontre du groupe de parole a pour objectif de produire apports et bénéfices pour chaque participante. Chacune va tour à tour exprimer, traduire, partager émotions, questionnements, inquiétudes, projets. On dispose aujourd'hui de nombreux supports pédagogiques<sup>4</sup> facilitant non seulement la prise de conscience mais aussi la valorisation du travail personnel et de ses avancées. Les post-it d'humeur, et autres exercices matérialisent la production collective nourrie par les multiples échanges qui dynamisent le groupe.

A chaque fin de séquence, l'équipe d'animation formule une synthèse de ce qui aura été échangé pour en quelque sorte faire une clôture cognitive.

Chaque séquence est évaluée et chaque évaluation nourrira l'évaluation finale et globale de l'outil groupe de parole.

## 3.2

### La fonction de facilitation : animer au sens propre

Reformuler, recentrer, faire avancer, synthétiser, valoriser, faire participer, faire progresser et offrir un soutien à chacune, répartir la parole, synthétiser les éléments ... c'est animer au sens propre sous-tendu de l'écoute, d'une écoute active.

L'écoute ne se limite pas à simplement entendre pour comprendre. L'objectif de l'écoute est de créer un climat de confiance et de respect mutuel, de comprendre l'autre et de recueillir des informations : écouter l'autre sans l'interrompre ni juger, ni interpréter ce qui est énoncé. C'est une écoute active dans la mesure où la personne qui écoute participe au dialogue par le jeu d'interventions (techniques de questionnement, de reformulation et expressions non verbales ...) et aussi dans le sens où elle est empathique.

4 Cf. annexe 2

### 3.2.1 Les techniques de l'écoute active

#### ■ L'ÉCOUTE TOTALE

Se taire, se centrer sur celui qui parle, écouter silencieusement en utilisant seulement de temps en temps « je vois... je comprends » Montrez que vous écoutez et pensez à regarder la personne qui parle. Soyez physiquement et visuellement attentif. Ne donnez pas votre avis.

#### ■ LA REFORMULATION

Si le rapport de confiance est installé, après chaque reformulation, la parole de la participante gagnera en profondeur et en authenticité. Une écoute de qualité incite à la confiance et à l'autoréflexion. Reformuler consiste à redire de manière plus synthétique ce que la personne vient d'exprimer de façon à ce qu'elle se sente comprise et puisse continuer à avancer dans ce qu'elle dit.

*La reformulation interrogative : consiste à reprendre une phrase, une queue de phrase ou le dernier mot sur un ton interrogatif. Moyen de montrer votre intérêt et de varier votre façon d'écouter...*

*La reformulation miroir : mot pour mot*

*La reformulation reflet : traduction en termes équivalents « Si j'ai bien compris, il s'agit de... »*

*La reformulation clarification : explicite un message implicite « A travers vos paroles j'entends la peur de... »*

*La reformulation inversée : dire la même chose mais en inversant le point de vue « Ils ne disent jamais rien ! - vous seule parlez ? »*

*La reformulation appui : reprendre le message en le validant*

*La reformulation résumé : synthèse de longues interventions*

#### ■ LES SILENCES

Réflexe de laisser une ou deux secondes de silence ponctué d'un regard pour passer par exemple la parole - Silence peut être absolu ou partiel => introduit du calme et de la tolérance dans l'échange.

#### ■ LES QUESTIONNEMENTS

*Les questions ouvertes : Qui appellent à obtenir de plus amples informations: explications, démonstrations, développement, raisonnement, argumentation.... - Questionnement du « qu'est-ce que... » - Le « comment ? » - Le « pourquoi ? »*

*Les questions fermées : Elles servent à vérifier les faits et opinions de votre interlocuteur. Elles visent les faits et elles sont univoques et permettent d'accumuler des connaissances - Hexamètre de Quintilien : Qui, Quoi, Où, Combien, Quand, Comment, Pourquoi ?*

*Les questions relais : Questions pour faciliter le dialogue : C'est-à-dire ? Sur quels critères ? En quoi ? Par exemple ? En quel sens ? A quelle condition ? Dans quelle mesure ? Avec qui ? Sur quel plan ? Avec quoi ? Dans quel domaine ? A quel endroit ? Dans quel cas ? A quel moment ?*

### 3.2.2 Les outils pédagogiques au support de l'écoute active

- les supports écrits :
  - les écrits individuels : papiers,
  - les écrits collectifs : tableau,
  - les écrits intermédiaires : tableau, paperboard, rempli au fil des interventions...
- les supports oraux : Les mots clés, les phrases, les opinions, les descriptions, ...
- les supports visuels : Les images, les films, les objets, ...
- les supports de créations,
- les supports interactifs : Une scénette à interpréter, une situation à commenter, un objet à constituer ou reconstituer.



## 3.3

### La fonction de régulation

Réguler, c'est permettre un fonctionnement correct du groupe : favoriser le processus de restauration de chacune. Prendre ce dont on a besoin et déposer ce qu'il est nécessaire sur notre chemin de restauration.

Réguler la parole dans le groupe et entre les participantes au moyen de supports, d'outils comme des jeux, outils pédagogiques...tout cela peut aider à l'expression, à expliciter des éléments...

Il convient d'envisager ces utilisations au soutien de pensées positives.

Des outils<sup>5</sup> peuvent permettre de mettre à distance des émotions et donc d'amoindrir l'envahissement. Cela tend à sécuriser l'expression de la parole et l'animation également.

---  
4 Cf. annexe 2







# 4. CONCLUSION



L'objectif du groupe de parole est de favoriser la restauration et le renforcement des compétences psychosociales.

Dans cette perspective, les principales préconisations pour la mise en œuvre de groupes de parole à destination des femmes victimes de violences sont :

- privilégier la mise en place de groupes fermés,
- retenir un effectif de 5 à 8 personnes participantes,
- réaliser un entretien préalable avec chaque personne dont la participation est envisagée,
- retenir des personnes séparées du conjoint ayant commis des violences à leur encontre et s'engageant à être présentes à la totalité des rencontres,
- recommander la co-animation par une équipe préalablement formée et actualisant régulièrement ses connaissances,
- préparer en amont le déroulé prévisionnel des séquences ainsi que les outils utilisés pour garantir un cheminement collectif pertinent.
- établir un rythme régulier de rencontre (le plus souvent constaté : une rencontre toutes les 3 semaines, d'une durée de 1h30 à 2h chacune pour un total de 8 à 10 rencontres).

Ces préconisations sont l'aboutissement d'un travail collectif au niveau régional, nourri de l'expérience des professionnels œuvrant au quotidien dans cette thématique.



# ANNEXES

## 1 Liste non exhaustive des partenaires, potentiels relais pour les groupes de parole

### ■ PARTENAIRES ASSOCIATIFS

- CIDFF (Centres d'Information des Droits des femmes et des familles)
- PAVIF (Pôle d'Accueil Violences Intrafamiliales)
- CPEF (Centre de Planification et d'éducation familiale)
- Missions locales
- Maisons de quartier

### ■ GENDARMERIE ET POLICE

### ■ PARTENAIRES SOCIAUX, MÉDICO SOCIAUX

- CMS (centre médico-social)
- CMP (centre médico-psychologique)
- Centres sociaux

### ■ PARTENAIRES JUDICIAIRES

- Directement auprès du Bâtonnier pour une communication à l'ensemble des avocats
- Directement auprès des professionnels du milieu judiciaire avec lesquels vous entretenez des relations partenariales

### ■ PARTENAIRES SANITAIRES (SECTEUR PRIVÉ ET SECTEUR PUBLIC)

- Sages-femmes
- Les services d'urgences
- Médecins généralistes
- Médecins gynécologues
- Psychologues – psychothérapeutes

### ■ STRUCTURES DE FORMATION PROFESSIONNELLE ET MÉDECINE PRÉVENTIVE UNIVERSITAIRE

### ■ LES MAIRIES

### ■ PARTENAIRES INSTITUTIONNELS

- DRDFE (Direction régionale aux droits des femmes et à l'égalité)
- ARS (Agence régionale de santé)
- Conseil départemental : porteurs de CPEF (centre de planification et d'éducation familiale), CMS...

### ■ (...)

## 2 Liste non exhaustive d'outils pédagogiques pour animer le groupe de parole

- Supports internes au Collectif Féministe Contre le Viol (CFCV) pouvant être communiqués sur demande
- Feelings Révélation

- Le Jeu du Totem
- Contes à grandir, contes à guérir (ouvrage)
- Quand le désert fleurit (texte)
- Roue des émotions l'Autrement dit
- Le Débat mouvant
- Dixit (cartes)
- (...)

### 3 Bibliographie non exhaustive sur la thématique du groupe de parole

- Simond M, Prieto N, Cheucle E. Le groupe de parole pour restaurer un collectif affecté par un évènement traumatique. J psychol 2013; (312) : 71-5
- Lego G, Chobeaux F, Guerard D, et al. Ces groupes qui aident [Dossier] VST 2018; (140) : 11-90
- Gratton E, Chambert C, Vitet C. Groupe de parole sur les violences « Quand l'écho permet la passe ». Dialogue 2018; (221) : 49-62.
- Gihrbouclet C. Le groupe de parole, espace de reconnaissance. Du lien abîmé au lien reconstitué. Gestalt2012. 41(1) : 113-26
- Anzieu D, Martin JY. La dynamique des groupes restreints. Paris : PUF; 2015
- Hingray Coraline, Wissam El-Hage. Le trauma : comment s'en sortir





---

Préfecture de la région Normandie  
Direction régionale aux droits des femmes et à l'égalité  
femmes-hommes de Normandie

7 place de la Madeleine - 76036 Rouen Cedex

 [drdfe@normandie.gouv.fr](mailto:drdfe@normandie.gouv.fr)

**ARS Normandie**  
Pôle prévention-promotion de la santé

Esplanade Claude Monet  
2 place Jean Nouzille - CS 55035 - 14050 Caen Cedex 4

 [ars-normandie-prevention@ars.sante.fr](mailto:ars-normandie-prevention@ars.sante.fr)

---