



Qu'est-ce que la sidération ?

L'état de sidération

Une personne sidérée est comme tétanisée, pétrifiée. Elle ne peut pas crier, ni parler et dire non, ni bouger, ni organiser de façon rationnelle sa protection, sa défense ou sa fuite.

Or, il s'agit d'une réaction involontaire qui est subie par la victime. Ce n'est pas elle qui choisit de s'immobiliser ! C'est l'impact des violences sur son cerveau qui provoque cette paralysie. La soudaineté, le caractère menaçant, imprévisible et inattendu, l'intensité et la gravité des violences commises par l'agresseur créent chez la victime un état de choc émotionnel et une effraction psychique provoquant un blocage soudain des fonctions du cortex cérébral. Comme l'a montré l'étude de Bremner (en 2003), cela est visible sur les IRM.

Cette sidération est fortement prédictive de la survenue de lourdes conséquences psychotraumatiques et d'un risque important de présenter des troubles dépressifs. Cela a été montré dans l'étude suédoise de Möller en 2017. Le blocage des fonctions supérieures va entraîner un état de stress extrême et le déclenchement de mécanismes neurologiques de sauvegarde qui seront presque toujours à l'origine d'un psychotraumatisme.

La survenue d'un état de sidération traumatique n'est pas liée à la personnalité de la victime ni à son sexe. La gravité et l'intensité de la menace d'atteintes graves à l'intégrité physique et psychique et à la dignité génèrent cette sidération. Mais elle est d'autant plus importante et sévère que la victime est vulnérable, car leur cerveau étant bien plus vulnérable à la violence. Les enfants, les personnes âgées, les personnes en situation de handicap particulièrement mental, cognitif et neuro-développemental, les personnes ayant déjà été victimes de violences sont encore bien plus à risque d'être sidérés.

Sidération traumatique après des violences sexuelles

Lors de violences sexuelles, la sidération traumatique est une réaction neuropsychique très fréquente qui paralyse les fonctions motrices et mentales d'une victime l'empêchant de réagir. Ce qui lui sera ensuite fréquemment reproché, voire interprété à tort comme un consentement.

Lors de viols, la plupart des victimes vont être sidérées : au moins 70 % des femmes adultes violées décrivent un état de sidération (Möller, 2017), et près de 100% des enfants violés et des personnes les plus vulnérables. Si la sidération est moins étudiée chez les hommes victimes de viols, dans notre pratique clinique ils nous la décrivent tout autant.

Ce qui est particulièrement sidérant pour les victimes de viols, c'est la confrontation soudaine à l'intentionnalité implacable, d'un ou de plusieurs agresseurs, de les détruire, de les faire souffrir, de porter atteinte à leur intégrité et à leur dignité en les chosifiant et en les dégradant, et d'en jouir. Cette intentionnalité et le non-sens de violences inexplicables et inconcevables font basculer les victimes dans un monde cruel et inhumain, ce qui leur fait perdre tout repère et les met en état de choc.

Lors d'un viol, c'est donc avant tout l'attitude de l'agresseur, sa volonté de détruire et l'incohérence de la situation qui sont à l'origine de l'état de sidération. Les agresseurs provoquent cette sidération pour paralyser leurs victimes. La sidération profite à l'agresseur, ce processus lui permet d'agir comme il l'entend puisqu'il sait que la victime ne pourra pas se défendre. Il va donc travailler cette stratégie. Les victimes sidérées ne sont pas en capacité de se défendre.